

Số 136

VĂN HÓA

P H Â T G I Á O

Nhấn

Tr. 18

**Lá thư
Trung Thu**

Tr. 23

*Thắp thắp
lời kinh*

Tr. 20





TÔN HOA SEN



Mái ấm gia đình Việt

Số 9 Đại lộ Thống Nhất - KCN Sóng Thần 2 - Dĩ An, Bình Dương
Tel: 0650.3791.791 - Fax: 0650.3791.792

Thông tin địa chỉ xin liên hệ

Văn phòng đại diện cũ của HSG: 215 - 216 Lý Tự Trọng, Q.1, TP. HCM

Văn phòng đại diện mới của HSG: 94 - 96 Nguyễn Du, P. Bến Nghé, Q.1, TP. HCM

Tel: 08.3910.6910 - Fax: 08.3910.6913

www.hoasengroup.vn



Mừng mùa **VU LAN - BÁO HIỂU**, Công ty chúng tôi kính chúc chư tôn đức Tăng Ni, Phật tử và Quý khách được thân tâm an lạc, vạn sự kiết tường.



**HỒ SINH THAI
15HA**

- Giáp ranh TP. HCM
- Mặt tiền Tỉnh lộ 10
- Nằm giữa Vành đai 3 và 4
- Cách Trung tâm Tp. HCM 18km



G-Globalland
Goodland for you

HỆ THỐNG SẢN BẤT ĐỘNG SẢN G-Globalland

- G-Globalland Trung Tâm: 13 Cao Thắng, P. 2, Q. 3, TP. HCM ĐT: 3929 3999
 - G-Globalland Khu Đông: 151 Lương Định Của, P. Bình An, Q. 2 ĐT: 3740 7374
 - G-Globalland Khu Tây: 237 đường số 7, Bình Trị Đông B, Bình Tân ĐT: 3817 2202
- www.globalland.com.vn • cs@globalland.com.vn

QUÁN CHAY

pháp uyển

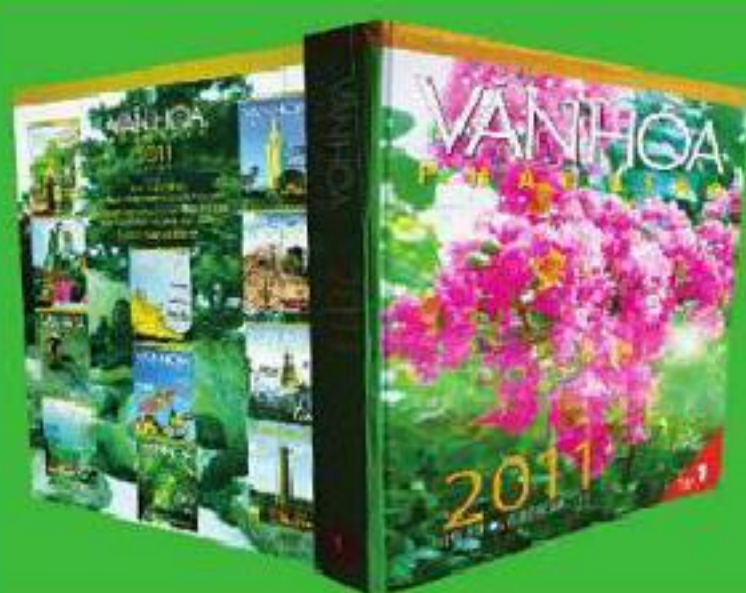
Nơi thưởng thức ẩm thực chay
tốt sức khỏe, nhẹ tinh thần

17/4 Nguyễn Huy Tường, Phường 6, Bình Thạnh, TPHCM
website: www.phapuyen.com, email: lienhe@phapuyen.com
QUÁN CHAY PHÁP UYỄN - ĐT. 33 035 579

viet-art

HỌA PHẨM : LOUVRE, LEFRANC, LIQUITEX, CONTÉ À PARIS
GIẤY HỘI HỌA: CANSON, MONTVAL, MI-TEINTES, FIGUERAS

Địa chỉ: 158/29 Nguyễn Văn Đậu, P. 7, Q. Bình Thạnh, TP. HCM
ĐT: 84-8-3551 1942 - Fax: 84-8-3510 8212
Email: vietartsupply@gmail.com



Đang phát hành

VĂN HÓA
PHẬT GIÁO

Bạn đọc có nhu cầu liên hệ:
Tòa soạn tạp chí VĂN HÓA PHẬT GIÁO
294 Nam Kỳ Khởi Nghĩa, phường 8,
quận 3, Tp. HCM.

đóng bộ **Tập 1** năm 2011,
từ số 120 đến số 131
giá: 210.000đ/cuốn

❑ Quý độc giả có nhu cầu **QUẢNG CÁO**

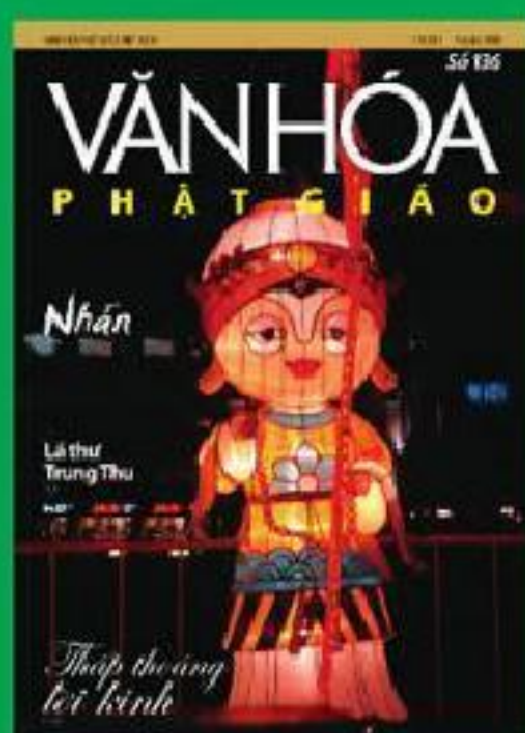
○ Xin vui lòng liên hệ: **Cô Thu Sương**

○ DTDD: **0918 032 040**

✉ Email: thusuong69@gmail.com

VĂN HÓA
PHẬT GIÁO

Tạp chí của tất cả những ai chấp nhận tư tưởng Phật giáo, quyết tâm xây dựng một xã hội lành mạnh, hiền hòa và bảo vệ, phát huy văn hóa truyền thống của dân tộc.



Trong số này

GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM
TẠP CHÍ VĂN HÓA PHẬT GIÁO
Phát hành vào đầu và giữa tháng

Tổng Biên tập
THÍCH CHƠN THIỀN

Phó Tổng Biên tập Thường trực
kèm Thư ký Tòa soạn
TRẦN TUẤN MÃN

Phó Tổng Biên tập
THÍCH TRUNG HẬU
THÍCH MINH HIỀN

Trình bày
MAI PHƯƠNG NAM

Phòng Phát hành
Trụ sở Tòa soạn VHPG
ĐT: (84-8) 3 8484 335
Cô Hồ Thị Phương Châu, ĐD: 0907 164 066
0914 063 669

Quảng cáo
Cô Thu Suong, ĐD: 0918 032 040

Tòa soạn
294 Nam Kỳ Khởi Nghĩa,
Quận 3, TP. Hồ Chí Minh
ĐT: (84-8) 38484 335 - 38484 576
Fax: (84-8) 35265 569
Email: vanhoaphatgiao@vnn.vn
Tên tài khoản: Tạp chí Văn Hóa Phật Giáo
Số tài khoản: 1487000000B
Ngân hàng VPBank, Chi nhánh TP. HCM

Giấy phép hoạt động báo chí của
Bộ Văn hóa - Thông tin
số 96/GP-BVHTT và 66/GP-SĐBS
Ghi bán & in tại Nhà in Trần Phú
Q.1 TP. Hồ Chí Minh

Làm thế nào vực dậy phẩm hạnh cộng đồng? (Nguyễn Cần)	3
Sương mai	6
Ý nghĩa cuộc sống (Hoàng Tá Thích)	7
Hào nhoáng và thực chất (Cao Huy Hóa)	9
Sợi chỉ xuyên suốt (Trần Khiết Bách dịch)	12
Hành trì tịnh hạnh theo lời Phật (Diệu Thu)	15
Nhân (Nguyễn Thế Đăng)	18
Thấp thoáng lời kinh (Đỗ Hồng Ngọc)	20
Lá thư Trung thu (Thảo Nguyên)	23
Con cái nghĩ gì về cha mẹ? (Phan Minh Đức)	25
Sân hận luôn làm khổ tôi (Jan Willis, Nguyễn Văn Nghệ dịch)	27
Não bộ trong lúc thiền định (Michael Baime, Tâm Lạc dịch)	29
Biết ơn... khí trời (Thảo Vy)	32
Thân tâm an lạc (Nguyễn Hữu Đức)	34
Chuyện bên đường (Dương Hiếu Thiện)	37
Hương thơm phố thị (Hoàng Thị Giang)	38
Tiếng chim non (Nguyễn Thánh Ngã)	40
Du thám thác Voi (Trịnh Chu)	42
Nhớ ngày tựu trường (Hổ Thu)	44
Làng cổ (Huỳnh Văn)	46
Nhớ quá đèn ỏi! (Song Anh)	48
Đi qua những cơn mưa (Hoa Sầu Đông)	50
Địu dàng cò... (Ngô Thị Hương Quế)	51
Gia đình của con chim xanh (Hà Thị Hạnh)	52
Thơ	53
Quà tặng (truyện ngắn của Nguyễn Trọng Hoạt)	55
Bán đảo Phương Mai và những ngôi chùa huyền bí (Thục Quyên)	57
Lời cảm ơn cuộc sống	60
Món chay: Hoàn thành chiến (Hoàng Anh - Phú Xuân)	61

Bìa 1: Đèn Trung thu. Nguồn: nahgo.monkeygallery.com

Thư tòa soạn

Kính thưa quý độc giả,

Vừa qua tòa soạn Tạp chí Văn Hóa Phật Giáo tiếp tục nhận được một số phản hồi của quý độc giả về nội dung của báo. Bên cạnh những lời khích lệ và các ý kiến đồng tình, có hai nhận định đáng chú ý:

1. hình như VHPG có bị ảnh hưởng bởi một thứ tình cảm "vọng Huế";
 2. gần đây có nhiều bài viết được đăng tải trên VHPG không chứa đựng nội dung Phật học.
- Để trả lời hai nhận định trên, Ban Biên tập Tạp chí VHPG xin được trình bày như sau:

Như đã khẳng định, Văn Hóa Phật Giáo giống như một diễn đàn của "tất cả những ai chấp nhận tư tưởng Phật giáo; quyết tâm xây dựng một xã hội lành mạnh hiền hòa; và quyết tâm bảo vệ, phát huy văn hóa truyền thống của dân tộc".

Quả thật nội dung của tạp chí có nói đến xứ Huế nhiều hơn so với các địa phương khác trên cả nước. Nhưng thực tế này không thể hiện việc tờ báo thiên về xứ Huế mà chỉ cho thấy, mặc dù có nhiều cố gắng, VHPG vẫn chưa giành được sự quan tâm của những người viết ở nhiều địa phương khác, theo đúng mong ước của Ban Biên tập. Dù sao chăng nữa, trong các số báo gần đây, hình ảnh của nhiều vùng miền trên cả nước đã được thể hiện đều đặn hơn trên mặt báo. Mặt khác, cũng phải nói rằng người xứ Huế "chịu viết" về văn hóa Phật giáo hơn. Nhân đây, chúng tôi chân thành mời gọi mọi người viết, có quan tâm đến văn hóa dân tộc, không phân biệt vùng miền, đóng góp với chúng tôi để cùng làm phong phú hơn cho tờ tạp chí của chúng ta trong mục đích bảo tồn và phát huy những điều hay lẽ đẹp từ nếp sống của tổ tiên.

Về nhận định thứ hai, chúng tôi xin phép nhắc lại lời của vị Tổng Biên tập đầu tiên đã quá cố của tạp chí, cư sĩ Võ Đình Cường, được đăng tải trên số báo ra mắt phát hành vào tháng 2-2005, trong bài "Vài ý kiến về bảo tồn và phát huy văn hóa Phật giáo Việt Nam" như sau: "Được biết tại nhiều nơi trên thế giới và cả ở nước ta, từng xuất hiện những tờ báo của tôn giáo nhưng người đọc khó nhận ra tính chất tôn giáo trong đó, bởi nội dung dù luôn giữ đúng tôn chỉ của tôn giáo nhưng lại được thể hiện bằng những ngôn ngữ, hình ảnh rất đời thường. Do đó, chúng tôi nghĩ, báo chí Phật giáo, nhất là những tờ báo chủ trương góp phần bảo tồn và phát huy văn hóa Phật giáo, nên thực

hiện theo chiều hướng như vừa trình bày. Đó cũng là con đường mà tạp chí Văn Hóa Phật Giáo sẽ đi". So với con đường đã vạch, tạp chí VHPG hiện nay vẫn lộ lộ tính chất Phật giáo qua những chuyên mục Phật pháp, Lời Phật trong đời sống, Hương đạo... Ngoài ra, mọi bài viết trên VHPG đều thể hiện tính hiền thiện và tích cực của truyền thống Phật giáo, truyền thống dân tộc, ẩn tàng trong những ngôn ngữ hình ảnh đời thường. Do đó, chúng tôi khẳng định VHPG luôn luôn giữ đúng chủ trương ban đầu của nhóm sáng lập. Phật pháp là thế gian pháp. Khi nhắc đến điều hay, nét đẹp trong cuộc sống, là đã hướng con người đến làm lành lánh dữ, điều cơ bản nhất của giáo lý nhà Phật được áp dụng trong cuộc sống của người tại gia.

Rất mong tạp chí tiếp tục nhận được sự ủng hộ và đồng tình của quý độc giả như lâu nay để chúng ta cùng chung tay góp phần xây dựng một xã hội hiền thiện như mong ước chung của tất cả mọi người.

Chân thành kính chúc quý độc giả thân tâm thường lạc.

Văn Hóa Phật Giáo



Làm thế nào vực dậy phẩm hạnh cộng đồng?

NGUYỄN CÁN

Có bao giờ chúng ta tự hỏi: Vì sao sau hơn ba mươi năm vắng bóng chiến tranh, vẫn thấy trên đất nước ta hôm nay, hầu như bất kỳ ngày nào, ở bất kỳ nơi nào cũng còn những tranh chấp, xung đột; thậm chí án mạng, chẳng những trong gia đình, ngoài đường phố, mà còn tại trường học, hoặc ngay cả giữa chốn uy nghiêm như nơi công đường...?

Tâm thức hận thù hay ý thức sinh tồn mãnh liệt

Chiến tranh qua đã lâu nhưng dường như tâm thức bạo hành vẫn còn đọng lại trong cách ứng xử. Buồn thay thế hệ trẻ hoàn toàn trưởng thành trong hòa bình mà đối xử với nhau lại có thái độ hiếu chiến, hung bạo còn hơn đối với kẻ thù. Đã có quá nhiều lời kêu gọi giới trẻ, đặc biệt là lớp tuổi vị thành niên, hãy chấm dứt thói côn đồ, hãy biết kiềm chế để đừng sử dụng bạo lực khi có va chạm hoặc kể cả khi gặp phải những xung đột ở tầm mức quan trọng. Vì lẽ xã hội đã thắng thốt trước những vụ án mạng xảy ra chỉ vì một cái nhìn bị quy kết là “nhìn đều”, một lời

ám chỉ vu vơ, hoặc đơn giản hơn, chỉ vì có lời từ chối khi được người khác mời rượu. Đã có người ngậm ngùi than, sao mà mạng người bây giờ cứ như cỏ rác!

Phải chăng đó là tình trạng vô thức cộng đồng; dẫn xuất từ thực tế lúc mới chào đời, lớp tuổi vị thành niên ngày nay đã bị un đúc bởi những “gien” vẫn còn chịu đựng sự ngọt ngào của bầu không khí thời chiến tranh và thời bao cấp phải giành lấy sự sống và phải xếp hàng chen chúc? Ấy là khi đất nước còn bom rơi đạn lạc, sống và chết chỉ cách nhau gang tấc; nhưng nay đất nước đã an bình, sự sống không còn bị đột ngột tước đoạt. Ấy là khi vật chất còn thiếu thốn; nhưng bây giờ vật chất, dù chắc chắn là chưa đủ để thỏa mãn cho tất cả mọi người, nhưng cũng không đến nỗi phải đói khát như cách đây vài chục năm. Phải chăng đó là tâm thức cộng đồng đã hình thành những thói ăn nết ở đặc chất “giang hồ”, chỉ biết sao cho thỏa mãn nhu cầu bản năng, vẫn tiếp tục tác động lên nếp nghĩ, nếp sống của người trẻ? Đến nỗi ngôn ngữ cũng đầy bạo lực; nào là “máu lắm”, “thịt nó đi”, “xắt nó ra”; rồi thì “phờ quá”,

“cháo mắng”; rồi đầu chó ném vào sân vận động, mồm tòm tạt vào mặt cổ động viên đội bạn...

Phẩm hạnh đã bị xói mòn

Dường như chưa ai nghiên cứu và thống kê xem những đức tính nào của người Việt vẫn tồn tại đến hôm nay và niềm tin của con người đã bị xói mòn đến mức độ nào. Liệu lớp trẻ còn có thể tin vào “thiên lương” của con người, vào phẩm hạnh cộng đồng... khi ngay cả thế hệ cha anh vẫn tiếp tục đóng các vai trò chính trong những vụ việc “xin điểm”, “mua bằng”, “gạ tình cho điểm”, ... đang nhan nhản trên mặt báo. Thực ra, không thể trách thế hệ cha anh; vì phải khẳng định rằng những hiện tượng xấu vẫn chỉ là “con sâu làm rầu nồi canh”; có điều chính những phương thức điều hành không khoa học và thiếu minh bạch trong việc quản lý xã hội ở cấp địa phương đã khiến “sâu” xuất hiện ngày càng nhiều. Trong một chừng mức nào đó, có thể thấy thành phần có nhận thức tốt thuộc thế hệ cha anh của lớp trẻ ngày nay thường bị đẩy ra khỏi guồng máy điều hành xã hội và đành bất lực nhìn sự xuống cấp đạo đức của vài thế hệ. Quả thật, đã có những thiếu sót mang tính hệ thống trong việc phân công phân nhiệm cán bộ dẫn đến tình trạng ngồi nhầm chỗ, đóng nhầm vai, làm nhầm việc... để rồi tình trạng tham nhũng trở thành không kiểm soát được, khiến những biện pháp chấp vá tùy tiện được áp dụng rộng rãi, tạo điều kiện cho những luồng nhận thức xấu ác được lan tỏa trở thành chủ đạo trong đời sống... Bước vào nền kinh tế thị trường, sự hình thành các “nhóm lợi ích” có sự hỗ trợ của hệ thống độc quyền đã làm méo mó những quyết sách kinh tế, đáng lẽ mang lại lợi ích cho cộng đồng thì chỉ tạo điều kiện tăng trưởng quyền lực của các nhóm lợi ích đó; quyền lực ấy tiếp tục tác động vào xã hội bằng việc đẩy mạnh chủ nghĩa tiêu thụ càng khiến lớp trẻ háo hức tìm cách thỏa mãn mọi nhu cầu bản năng trong khi chưa được chuẩn bị về nhận thức. Không riêng với giới trẻ, niềm tin đã bị xói mòn ngay cả nơi thế hệ cha anh, hoặc bất lực buông xuôi, hoặc cũng chấp nhận tha hóa để tìm cách nhảy vào guồng máy bằng mọi giá, mọi phương thức; kể cả những phương thức đối lập với đạo đức. Trong cái vòng xoáy “vong thân” đó, cùng với niềm tin, phẩm hạnh cộng đồng lẫn lượt bị xói mòn. Niềm tin và phẩm hạnh chỉ còn là những món hàng xa xỉ!

Sự xuống cấp của đạo đức xã hội nói chung đã được mọi người nhận ra. Cái ác hôm nay mang nhiều khuôn mặt không ngờ: có thể là trẻ thơ vui đập bạn bè chỉ vì một lời nói, có thể là anh nông dân hiền lành năm xưa trong cơn ghen hay cơn say giết vợ con mình, có thể là cậu sinh viên vì không được yêu mà giết bạn mình, là anh giết em, là vợ đốt chồng, là con giết cha rồi giấu xác... Ngày xưa, cảnh xã hội nhiễu nhương thời Pháp thuộc, cụ Tú Xương cũng mới chỉ thấy rằng:

“Nhà kia lỗi đạo con khinh bố, Mụ nọ chanh chua vợ chửi chồng...”, ông không thể hình dung ngày nay người ta không còn khinh hay chửi nhau nữa mà người ta vĩnh

viễn “loại” nhau ra khỏi cuộc đời.

Ngày nay, người ta vị nể nhau, ca tụng nhau chỉ vì “con” xe xịn, chiếc điện thoại di động đời mới thuộc loại “hàng độc”, cái áo lót (!) hay quần lót (!) là “hàng hiệu”... Có nơi nào nghèo như xứ ta nhưng công dân vẫn thủ đắc hàng chục chiếc xe Rolls Royce mà ngay hàng tỷ phú thế giới như Bill Gates hay Warren Buffet còn chưa sắm?

Chúng ta vẫn tin vào phẩm giá chung của cộng đồng vì luôn nghĩ rằng trong tận đáy tâm hồn mỗi người “thiện căn” vẫn ở đó, và vẫn còn những giá trị muôn đời mà những tầng lớp nhân dân lương thiện vẫn gìn giữ như danh dự, lương tâm, lòng trắc ẩn, đức hy sinh, sự tự trọng. Nhưng lòng tin ấy cũng đang đứng trước những dấu hỏi to lớn khi ngày càng có thêm những câu chuyện đau lòng như chuyện lợi dụng tai nạn của người khác để hời của trên đường phố, chuyện những kẻ trộm chó liên tiếp bị cả tập thể dân làng xúm vào đánh tới chết cho thấy con chó quý hơn mạng người, chuyện những kẻ được coi là ngôi sao sẵn sàng khoe hình ảnh tục tũ trên các phương tiện truyền thông lại còn được giới truyền thông “tiếp thị” bằng cách giả vờ lên án.

Văn hóa công dân đang trở thành một thách thức cho toàn thể dân tộc khi cái xấu, cái ác cứ tiếp tục hiện diện như điều bình thường. Phải chăng, đến một lúc nào đó, sự phản nộ trước điều xấu ác sẽ không còn? Người dân đứng dưng trước nạn tham nhũng và bất công. Cha mẹ bình thân thấy con cái hỗn láo với mình. Thầy cô giáo lặng lẽ nhìn học trò đánh nhau giết nhau trước cổng trường. Mọi người hào hứng khoe với nhau những hình ảnh tục tũ mà mình đã sưu tầm được. Phải chăng người ta đang quen dần với tình trạng xuống dốc của phẩm hạnh, để đến lúc những người lương thiện sẽ trở thành “sinh vật quý hiếm” trong xã hội? Hẳn đó là một điều quá gay go cho sự tồn vong của cả một dân tộc!

Có lẽ cần phải nhắc lại là người xưa vẫn cho rằng, “phẩm hạnh chính là thứ để nuôi con người sống được trong muôn vàn khắc nghiệt”; nếu không có phẩm hạnh, người ta sẽ chìm khuất trong nghịch cảnh và con người với con người sẽ chỉ còn bản năng sinh tồn thuần túy...

Vô thức tập thể và phẩm hạnh cá nhân

Nghĩ một cách sâu xa hơn, tâm thức bất thiện và vọng động thái quá xuất phát từ một cộng đồng đang mất dần bản sắc và phẩm hạnh. Nếu không sớm chấn chỉnh và thay đổi từ gốc rễ, bằng vào tác động huân tập lại “vô thức tập thể”, tình trạng đánh mất phẩm hạnh ngày càng nghiêm trọng và chúng ta sẽ phải đối mặt với muôn vàn khó khăn mai sau trong việc phục hồi lại những giá trị nhân văn đã mất.

Phải đến cuối thế kỷ 19, người phương Tây mới biết đến tiềm thức (subconsciousness) và vô thức (unconsciousness) qua những công trình nghiên cứu về Tâm lý học của Sigmund Freud. Sau đó, học trò của ông là Carl Jung lại đưa ra lý thuyết về vô thức tập thể (collective

unconsciousness). Theo các nghiên cứu này, nếu ý thức (consciousness) giúp con người nhận thức được thực tại, học tập và làm việc dưới sự quản chế của lý trí và những quy tắc xã hội; thì tiềm thức (subconsciousness) và vô thức (unconsciousness) lại điều khiển hành vi của con người mà không đòi hỏi con người phải chú ý cao độ; ví dụ như khi lái xe hay bơi lội, một khi các thao tác đã được thực hiện quen dần thì người lái xe hay bơi lội không cần chú ý nhiều vẫn thực hiện được. Carl Jung cho rằng vô thức cá nhân (personal unconsciousness) là “nguyên mẫu” (archetypes), nó là quan niệm văn hóa được truyền thừa từ đời này qua đời khác từ tổ tiên của con người; mọi kinh nghiệm của tổ tiên đều được bảo lưu trong vô thức cá thể của con người. Một cách rõ ràng hơn, theo sự giải thích của Carl Jung thì nhân cách được cấu thành bởi ba thành phần: tự ngã, vô thức cá thể và vô thức tập thể. Có thể nói các quan niệm này hơi giống với quan niệm Mật-na thức hay xa hơn là A-lại-da thức hoặc chủng tử thức của Phật giáo (store of consciousness).

Đời sống bình thường của con người bị tác động rất nhiều bởi những nếp nghĩ, những quan niệm vô thức, hay nói theo ngôn ngữ phân tâm học, là những mặc cảm. Người ta hay nhắc đến Napoleon; bên cạnh tài năng quân sự và tham vọng cầm quyền, ông ta còn bị tác động bởi một mặc cảm thấp lùn là điều thường bị mọi người chế giễu khi còn học ở trường sĩ quan. Hoặc Hitler, ngoài khả năng hùng biện và tác động quần chúng, là kẻ luôn có mặc cảm rằng mình chỉ xuất thân từ một anh người thợ sơn, một người lính tầm thường. Riêng với Hitler, người ta còn thấy ở con người này tính cách tàn bạo qua việc đưa sáu triệu người Do Thái vào phòng hơi ngạt. Điều đó cũng đúng với những thanh niên đua đòi; ngoài thói bắt chước, những người trẻ này còn có mặc cảm về xuất thân nghèo hèn của mình, muốn khoe khoang để khỏa lấp cái thua thiệt trước đây của mình; hoặc khi đua xe trên đường phố, chúng cũng muốn chứng tỏ mình. Hoặc những người hay oán hờn người khác thì thường cũng vì những mặc cảm nào đó; hoặc nói theo Phật giáo, là kẻ có những phiền não nào đó không thể giải tỏa. Từ khi Sigmund Freud phát hiện vai trò của vô thức, người ta hiểu rằng cuộc sống bình thường của con người phần nhiều diễn ra một cách vô thức, không có ý thức. Con người thường hành động một cách vô ý thức, đây là điều Phật giáo gọi là hành động không tỉnh giác, hành động vô minh. Thông thường con người bị chi phối bởi dục tánh nên luôn truy cầu khoái lạc. Điều này dẫn đến các hoạt động mang tính bản năng. Để đối trị, Phật giáo chủ trương dùng Bát chánh đạo chế ngự sự truy cầu của cảm quan khoái lạc. Ngoài ra, con người còn bị chi phối vì sự bảo tồn của tự ngã gồm ba loại: khát cầu (đây là của ta);

vọng tưởng (đây là ta) và giả tưởng (đây chính là tự ngã của ta). Đối với tự ngã hủy diệt và công kích, Sigmund Freud cho rằng nó là một loại bản năng xung động; nhưng Đức Phật thì lại dạy rằng nó là một loại hành vi phản ứng tánh. Khi một loại tình tự thù hận (đối với người hoặc vật) ở thế giới ngoại tại không được phát tiết thì nó lại hướng ngược về mình; từ đó sản sinh sự thọ hình tự ngã (khổ hình) và tự sát. Đức Phật đã quở trách sự phát sanh của ba hình thức bảo tồn tự ngã trên đây và cho rằng vì không hiểu rõ đạo lý khổ đau của nhân sinh mà phát triển. Dòng ý thức của Phật giáo cũng liên quan với động cơ vô thức. Phật giáo dạy rằng nếu con người có khả năng tu tập kỹ thuật thiền định thì có thể sử dụng lớp trong của vô thức đến tối để tạo ra thành sự phát triển nhân cách một cách kiện toàn.

Hạt giống như thế nào thì tâm thức cũng như thế ấy. Tâm thức là dòng sông của các hạt giống nên tâm thức cũng có tính cách riêng và chung. Vì vậy ở xã hội loài người có tâm thức cộng đồng và tâm thức cá nhân.

Theo Phật pháp, tâm thức cộng đồng không chỉ là tâm thức cộng đồng trong không gian mà còn là tâm thức cộng đồng trong suốt chiều dài của thời gian. Chúng ta không những mang trong ta xã hội của chúng ta mà cả những xã hội của các thế hệ tổ tiên. Và cái mà chúng ta để lại cho đời sau là tâm thức của hôm nay.

Thế nên đã đến lúc xây dựng lại kỷ cương, là các thiết chế bên ngoài, hỗ trợ việc xây dựng phẩm hạnh cộng đồng thay cho cái mà chúng ta lâu nay ca ngợi là “người tốt việc tốt” vốn đã phai mờ như những khẩu hiệu mơ hồ... thiếu sức sống vì thiếu dẫn chứng, thiếu những tấm gương sống động. Bên trong phải giáo

dục trẻ em từ trong gia đình, chòm xóm, trường học, rèn luyện tâm hồn thơ đại những phẩm chất ngàn đời của dân tộc: thái độ tôn trọng truyền thống, lòng tự trọng, danh dự, tinh thần hy sinh, lòng trắc ẩn, sự khoan dung...

Đối với từng cá nhân phải huấn tập tâm thức bằng đức tin, bằng tôn giáo, bằng những triết lý sống động chứ không phải những bài học chính trị khô khan và vô bổ trên lớp như hiện nay Thiết chế ấy phải giúp tầng lớp quan chức sống minh bạch, và giúp họ tự “hồi quang phản chiếu”, như những bậc cha anh phải biết sống gương mẫu, phải tự tu tỉnh lại, sống đúng như kỳ vọng của nhân dân và thế hệ trẻ mai sau...

Nếu không làm được như thế, sẽ là một thảm họa đạo đức của dân tộc, và sau đó chắc chắn sẽ là những bi kịch dành cho các dân tộc hay các cộng đồng đã đánh mất phẩm hạnh của mình. Hãy nhớ từng có những đế chế vĩ đại trong quá khứ bị suy tàn chỉ vì vô lương và truy lạc... ■



***Thiện nam tử, từ vô thủy đến nay,
chúng sanh vì có mọi thứ ái dục
nên có luân hồi.***

Kinh Viên Giác

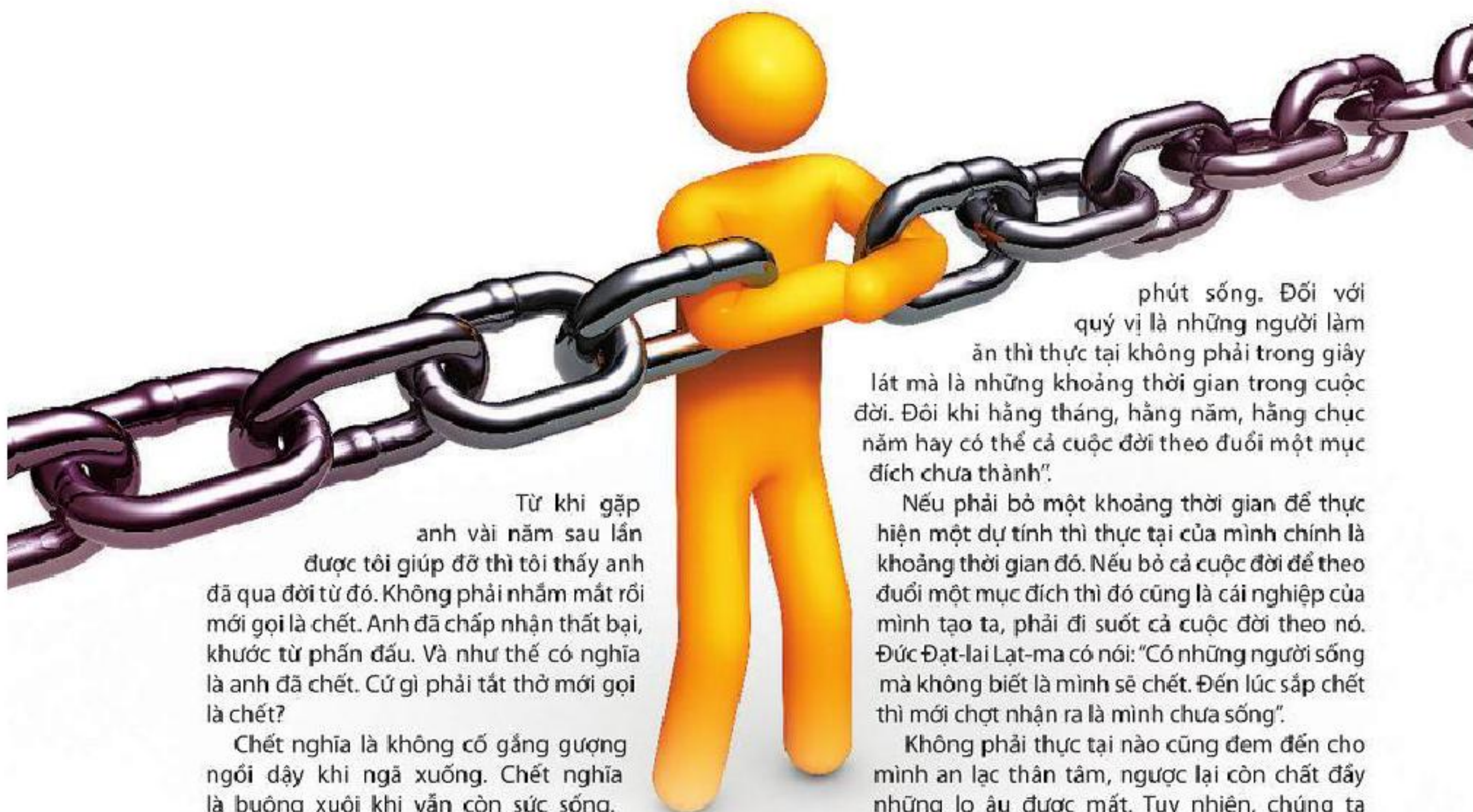


Ý nghĩa cuộc sống

HOÀNG TÁ THÍCH

Sáng hôm nay nghe tin một người bạn cũ ở bên Mỹ vừa qua đời, nhưng không hiểu sao tôi không cảm thấy xúc động chút nào, mặc dù anh ấy đang ở lứa tuổi không thể gọi là già. Có lẽ vì những điều vô thường đã trở thành quá bình thường trong cuộc đời này. Cũng có lẽ vì có những điều đã xảy ra giữa chúng tôi khiến liên hệ của tôi đã trở thành không mấy đậm đà với người bạn này từ lâu. Chúng tôi quen biết nhau từ hồi còn bé, nhưng lớn lên, mỗi người một ngả. Mấy mươi năm sau, chuyện đời đưa đẩy làm sao tôi với anh ấy lại gặp nhau trong một hoàn cảnh éo le, và anh phải nhờ tôi một số tiền để giúp qua khỏi cơn ngặt nghèo. Số tiền không lớn, nhưng anh

ấy vẫn không đủ khả năng hoàn lại. Thật ra cũng không sao, vì bạn bè giúp nhau đôi khi không cần phải bận tâm với cái khoản đó, nhưng buồn ở chỗ là anh không bao giờ nhắc đến món nợ đó với tôi. Thế có nghĩa là anh không đủ khả năng hoàn lại, và cũng không có đủ can đảm để nói với tôi một lời giải thích. Sau này tôi được biết những chuyện mâu thuẫn xảy ra giữa anh với gia đình đã làm anh chán nản, không còn khả năng phấn đấu, bỏ ngang mọi công việc và chấp nhận một cuộc sống lây lắt đã làm mai một không những con người mà còn đánh mất cả lòng tự trọng của anh. Tôi có thể mất một khoản tiền nợ, nhưng tôi không muốn mất đi một người bạn vì cái lý do nhỏ nhất ấy.



Từ khi gặp anh vài năm sau lần được tôi giúp đỡ thì tôi thấy anh đã qua đời từ đó. Không phải nhầm mắt rồi mới gọi là chết. Anh đã chấp nhận thất bại, khước từ phần đấu. Và như thế có nghĩa là anh đã chết. Cứ gì phải tắt thở mới gọi là chết?

Chết nghĩa là không cố gắng gượng ngồi dậy khi ngã xuống. Chết nghĩa là buông xuôi khi vẫn còn sức sống. Tư tưởng đó có lẽ cũng cũ kỹ lắm rồi, nhưng không phải ai cũng hiểu rõ.

Hồi trẻ, tôi có đọc một truyện ngắn của nhà văn Lôi Tam. Đại khái ông nói đến tâm trạng của một người đàn ông bệnh tật phải sống âm thầm ở một nơi nào đó cách xa thành phố. Láng giếng là một cô gái xinh đẹp. Người đàn ông này đã đau khổ mà từ chối tình yêu của cô gái: “Đối với một người mà bệnh tật dai dẳng giày vò thì mọi ước vọng trở thành những điều si nhục. Nhiều đêm ngồi dậy về khuya, trong tiếng gió và tiếng sóng, tôi nghe rõ hơi thở lạc lõng của mình và có cảm tưởng như mình đang đóng kịch trên sân khấu, nửa chừng vở kịch hồng bét mà vẫn phải chờ đến lúc hạ màn” (đại ý là thế, nhưng câu văn có thể không chính xác). Đoạn văn đọc lên nghe rất lãng mạn. Nhưng bây giờ thì không thể như thế được. Bệnh tật vẫn còn phải đấu tranh với tử thần. Tàn tật vẫn còn phải phần đấu, vượt khó để cuộc sống có ý nghĩa. Huống chi chỉ là những thất bại thường tình. Tuy nhiên, ít nhất là nhân vật của Lôi Tam có lý do và đang ý thức về cái chết của mình.

Không phải hễ thất bại thì phải uống rượu tiêu sầu, giận đời đen bạc rồi rút dao chém... nước.

Đời sống có ý nghĩa hay không là do mình ý thức được giá trị của nó, tìm được sự an lạc trong từng sát na của thực tại.

Có một lần tôi nghe được một vị hòa thượng khai thị cho một Phật tử nhân được hỏi về thực tại. Ngài nói:

“Tùy duyên và nghiệp của mỗi người mà thực tại của mỗi người đều khác nhau. Những người tu hành thì luôn luôn tìm kiếm sự giác ngộ trong từng giây

phút sống. Đối với quý vị là những người làm ăn thì thực tại không phải trong giây lát mà là những khoảng thời gian trong cuộc đời. Đôi khi hằng tháng, hằng năm, hằng chục năm hay có thể cả cuộc đời theo đuổi một mục đích chưa thành”.

Nếu phải bỏ một khoảng thời gian để thực hiện một dự tính thì thực tại của mình chính là khoảng thời gian đó. Nếu bỏ cả cuộc đời để theo đuổi một mục đích thì đó cũng là cái nghiệp của mình tạo ra, phải đi suốt cả cuộc đời theo nó. Đức Đạt-lai Lạt-ma có nói: “Có những người sống mà không biết là mình sẽ chết. Đến lúc sắp chết thì mới chợt nhận ra là mình chưa sống”.

Không phải thực tại nào cũng đem đến cho mình an lạc thân tâm, ngược lại còn chất đầy những lo âu được mất. Tuy nhiên, chúng ta vẫn có thể thấy cuộc sống có ý nghĩa và tự hào về những công việc mình làm.

Có người sinh con phải lo cho con suốt cả đời. Khi con cái có gia đình, lại tiếp tục lo cho cháu. Họ không sống cho bản thân họ được, nhưng họ lại cho rằng lo cho con cháu cũng là hạnh phúc của họ vậy, mặc dù đôi khi phải mất ăn mất ngủ vì chúng.

Hạnh phúc cuối cùng của đời người có lẽ là sự an lạc của thân tâm. Hạnh phúc là có được những khoảnh khắc thật riêng tư, ung dung tự tại, không có những phiền lụy của cuộc sống chung quanh len lỏi vào. Hạnh phúc cũng là trong khả năng tùy tiện của mình, có thể đem đến niềm vui cho người khác.

Người bạn của tôi vừa già từ cõi tạm, chắc hẳn là anh chưa bao giờ có một chút an lạc nào trong đời sống từ sau khi tôi gặp lại anh. Cả một khoảng thời gian dài anh sống trong khắc khoải, không thực là sống và chẳng khác gì đã chết.

Cuộc đời thường vui ít buồn nhiều. Kiểm điểm lại trăm năm sinh lão bệnh tử, phần lớn là trầm luân trong bể khổ, nhưng không phải vì vậy mà lại yếm thế bi quan. Cuộc đời có cái vui của nó và không những tìm được niềm vui cho mình mà còn luôn luôn cố gắng đem đến cái vui cho những người chung quanh, ấy là đã sống đúng với ý nghĩa của nó.

Buổi chiều sau giấc ngủ muộn, thấy mặt trời sắp tắt, bỗng nhiên cảm khái, thấy tiếc mình đã thờ ơ với một khoảng thời gian trong ngày.

Hãy hưởng thụ cuộc sống, như Trịnh Công Sơn đã nói: “cuộc đời đó có bao lâu mà hững hờ”. ■



Hào nhoáng

Và thực chất

CAO HUY HÓA

Ngay nay, Việt Nam vẫn còn là điểm đến khá mới mẻ đối với người nước ngoài. Không kể khách du lịch đến Việt Nam ngày càng đông, nhiều người nước ngoài đã vào nước ta để công tác và học tập, trong đó có người chọn Việt Nam là quê hương thứ hai của mình. Họ nghĩ gì về đất nước và con người Việt Nam? Đó là những ý kiến thú vị, tương đối khách quan của người bên ngoài, nhất là khi những ý kiến này được công bố một cách có trách nhiệm vì xuất hiện trên phương tiện truyền thông chính thức. Đọc báo *Tuổi Trẻ*, ngoài chuyện thời sự và các mục văn hóa, văn nghệ, kinh tế, xã hội... tôi rất thích mục "Dưới mắt người nước ngoài" ghi nhận cảm nghĩ của những người từ bốn phương,

nhiều nhất là công dân các nước phát triển, về đất nước Việt Nam mà họ yêu quý. Đặc biệt, một bài báo của một doanh nhân người Mỹ, Mark T., trên tờ *Tuổi Trẻ Chủ Nhật* 24/7/2011: "Người trẻ Việt giàu hay nghèo?" đã nêu lên một khía cạnh giàu nghèo ở Việt Nam, khiến người đọc phải suy ngẫm.

"Sống và làm việc ở VN được hai năm, tôi vẫn chưa thể trả lời được câu hỏi trên từ đứa con 7 tuổi của mình. Những ngày đầu sống tại đây, tôi từng trở mắt không ít lần khi thấy nhiều chiếc xe hơi đắt tiền vi vu ngược xuôi khắp phố phường VN. Nhiều chiếc trong số đó trị giá cả trăm ngàn USD, một con số không hề nhỏ ngay đối với những cá nhân thành đạt trong xã hội phương Tây như chúng tôi. Điều đáng nói hơn cả là rất nhiều người ngồi



sau vô-lãng có gương mặt non choẹt. Cái cách họ tiêu tiền cũng khiến tôi và bạn bè phương Tây nhiều lần phải kinh ngạc khi chứng kiến.

Tôi từng thấy cảnh một nhóm bạn trẻ (chỉ trạc 20 tuổi) thản nhiên rút tờ 500.000 đồng để “boa” cho người giữ xe ở một quán bia Đức. Người bạn Việt đi cùng tôi nói: “Anh bảo vệ vừa khen xe của họ nhìn thật sành điệu. Câu nói đó khiến họ cảm thấy vui nên quyết định ‘boa’ là vậy”. Lời giải thích của anh bạn người Việt khiến tôi choáng váng. Cá nhân tôi cũng vài lần gặp những câu chuyện tương tự, nhất là ở những tụ điểm thiên về ăn chơi, giải trí... Những mặt hàng điện tử đắt tiền như iPad, iPhone... cũng được tiêu thụ với tốc độ chóng mặt ở VN đầu thu nhập trung bình của người dân nơi đây khá thấp.

Nói họ giàu là vậy, nhưng tôi từng nhiều lần chứng kiến những cá nhân trên tài nhạc miễn phí trên mạng thay vì đi mua đĩa, họ cũng thờ ơ với những hoạt động tình nguyện cần sự hỗ trợ về mặt vật chất lẫn tinh thần.

Những người trẻ nói ở trên là người như thế nào?

- Có thể bản thân những người trẻ này là giàu, vì họ thừa kế gia sản của cha mẹ, hoặc được cha mẹ giao cho cơ sở làm ăn,... và cũng có thể những người trẻ này quá giỏi làm ăn (nhanh như thế này thì làm sao chân chính được!).

- Có thể nói họ giàu, vì họ là con nhà giàu. Nhưng nếu cha mẹ của họ là những người làm ăn chân chính, vất vả trên thương trường, trên công trường hoặc xí nghiệp, công ty, và nếu cha mẹ họ là những người trọng văn hóa, biết dạy con, thì con họ cũng không hưởng thụ quá mức, không tiêu tiền như nước, không “hào hoa” như thế. Vì vậy, đây là những quý tử của những vị cha mẹ phát lên giàu bất ngờ, giàu trúng mánh, giàu nứt đố đổ vách, tất nhiên không loại trừ những người tham nhũng. Con cái mà như vậy, thì cha mẹ chắc là ăn chơi đậm hơn.

Cách sống của những người này thể hiện hai mặt: nơi chốn ăn chơi thì vung tay để chứng tỏ đẳng cấp

giàu sang, sành điệu, không những thế, lại còn ngông cuồng như đua xe hơi cả đoàn, loại đắt tiền Ferrari, Lamborghini trên đường cao tốc TP. HCM – Trung Lương¹; nhưng mặt khác, trước những hoàn cảnh bất hạnh, khốn khó, trước những cuộc vận động vì người nghèo thì không màng tới.

Đây là một hiện tượng xã hội tại các đô thị lớn, trước hết phản ánh sâu sắc sự phân hóa giàu nghèo. Sự giàu có thể hiện nơi biệt thự sang trọng, nơi cơ sở kinh tế, dịch vụ, ngân hàng, chốn ăn chơi,... dễ thấy nhất là xe hơi đắt tiền. Những người từng sống tại Paris và các thành phố lớn tại Pháp cho biết phần lớn xe trên đường phố chỉ thấy những loại gọn gàng, tiết kiệm xăng, ít ô nhiễm môi trường, chứ khó thấy những xe sang trọng bất gặp tại Hà Nội và TP. HCM. Nét giàu có cũng thể hiện ở hiện tượng thanh niên đi du học tại các cường quốc Mỹ Âu. Số lượng sinh viên Việt Nam du học tại Mỹ phản ánh điều đó: “Sinh viên Việt Nam tràn ngập nước Mỹ trong niên khóa 2008-2009 (...) Việt Nam đã nhanh chóng tiến vào top 10 nước có nhiều du học sinh nhất Hoa Kỳ, qua mặt Thái Lan hay Indonesia”². Trong khi đó, đại bộ phận dân cư vất vả trên đồng ruộng, trong nhà máy, trên đường phố, lo ăn từng bữa, chạy tiền ăn học cho con bỏ hơi tai.

Những kẻ giàu sang này không nâng cao tầm văn hóa đô thị, mà ngược lại, càng làm cho bộ mặt đô thị thêm những mảng sáng tối không thể điều hòa được. Những người này lại sống cách xa với đa số nhân dân lao động, không biết đến thực trạng của đất nước, hững hờ với những số phận không may.

Lối sống của những người trẻ này vừa tác động tiêu cực lên bộ mặt của xã hội, nhưng đồng thời họ cũng là sản phẩm của chính xã hội đó. Thời gian đã khá lâu, kể từ ngày đất nước ra khỏi quan liêu bao cấp, tiến lên đổi mới kinh tế để có sự phát triển rõ nét như ngày hôm nay; nhưng cũng trong tiến trình đó, các tệ nạn tham nhũng, buôn lậu, vẫn cứ sống khỏe, việc chạy chỗ, chạy chức, chạy

quyền, chạy việc làm vẫn tràn lan, trong khi pháp luật vẫn chưa nghiêm. Căn bản của một xã hội ổn định là nền tảng đạo đức của người dân được giữ vững và nẩy nở, là tình thần thượng tôn pháp luật của mọi cơ quan công quyền đến người dân được tuân hành triệt để, là đời sống vật chất của đại đa số người dân được đảm bảo... Khi những điều căn bản đó chưa được vững chắc thì những loại dây bìm bịp vẫn cứ leo, che đi những hoa lá cành tươi tốt.

May thay, người trẻ trong xã hội vẫn có nhiều bộ mặt sáng, không sáng theo kiểu hào nhoáng lòe loẹt, mà sáng từ trong cuộc sống vật chất cơ cực, như hoa sen vươn lên từ bùn. Bài báo mà tôi dẫn chứng xuất hiện trong tháng 7 thì cũng trong tháng đó, báo chí nở rộ thông tin về thi tuyển sinh đại học, về gương sáng học tập và phong trào "Tiếp sức mùa thi". Vậy thì câu hỏi "*Người trẻ Việt giàu hay nghèo?*" cũng nên đặt ra trước hiện trạng này. Một bên là các thanh niên vi vu trên xe hơi đắt tiền, tồ lên bộ mặt hào nhoáng của đô thị, một bên là hàng hàng lớp lớp sĩ tử từ mọi miền của đất nước đổ về TP. HCM, Hà Nội và các thành phố lớn khác, quyết chí thi tuyển sinh vào đại học, để mong trúng tuyển mà đổi đời. Trước cảnh lạ đường xa, các em âm thầm, ngơ ngác, và cha mẹ đi theo các em cũng ngơ ngác không kém.

Tất nhiên có rất nhiều học sinh có đầy đủ điều kiện vật chất để đi thi đại học tại nơi xa, nhưng cũng không ít học sinh nghèo gồng mình đi thi tại những trường đại học mơ ước, mà hầu bao thì hạn chế, lại chưa biết ăn ở đâu nơi chốn hoa đô hội. Kết quả như thế nào? Chắc phần đông rồi cũng ngậm ngùi an phận trở về quê cũ, trong đó có nhiều em vẫn còn nuôi chí: "Thua keo này, bày keo khác". Báo chí thì chỉ nói đến các trường hợp thành công, và thành công "ngoạn mục".

Gương sáng là cô bé bán chuối chiên ở góc chợ tại thành phố Mỹ Tho, sau này được mang danh để thương "*Uyên chuối chiên*", sống trong hộ nghèo được cấp sổ, là học sinh giỏi quốc gia, đậu á khoa Trường Đại học Ngoại thương (cơ sở TP. HCM). Gương sáng là cô gái Ma-hiêng người dân tộc Chu Ru đã đậu á khoa Trường Đại học Đà Lạt, đỗ đầu khối C ngành Sư phạm Ngữ văn, tranh thủ ngày nghỉ đi hái đậu thuê ở nơi xa để kiếm tiền ăn học, v.v.

Một trường hợp đặc biệt, có em con nhà quá nghèo, ở tỉnh lẻ, lại đi một lèo ra quốc tế thi Toán: Võ Văn Huy ở Phú Yên, cha làm thợ hồ, mẹ đi bóc vỏ hạt điều kiếm tiền công, em gái bị bại liệt từ nhỏ, Huy ngoài giờ học phải đi chăn bò thuê. Thế mà Huy đi thi và đoạt huy chương đồng trong kỳ thi Olympic Toán quốc tế lần thứ 52 tại Hà Lan, làm vang tuổi trẻ Phú Yên.

Thật ra, những khuôn mặt trên là những dẫn chứng ít ỏi, được đề cập trên báo như là biến cố hấp dẫn dư luận, một dư luận đánh giá cao tinh thần hiếu học và thương cảm cho các hoàn cảnh không may; chứ trong xã hội biết bao nhiêu trường hợp khó khăn mà sĩ tử vẫn cố gắng vượt qua để mong đổi đời cho mình và

báo ân cha mẹ. Tức khắc báo đã gây nên hiệu ứng tốt: Bạn đọc nhanh chóng đóng góp tiền để báo trực tiếp giúp đỡ các sĩ tử này.

Cả hai mặt tương phản giàu nghèo, đặc biệt ở thanh niên, là những vấn đề lớn đặt ra cho xã hội. Đối với lớp sơn hào nhoáng của những nhà giàu non trẻ như thế, không thể một sớm một chiều mà bị bóc đi. Đây là pho sản của một nền kinh tế, xã hội, văn hóa, giáo dục, đạo đức, pháp luật; chỉ khi những nền tảng vĩ mô đó được cải thiện thì lớp sơn này mới nhợt nhạt đi. Đứng về mặt cá nhân, mong sao những gương mặt trẻ này có được cơ duyên để bùng phát tấm lòng nhân ái, hoặc có dịp lắng lòng trong một hoàn cảnh đặc biệt nào đó.

Về phía khác của bức tranh xã hội, may thay, nét thương người vẫn là thực chất bền bỉ trong đời sống hàng ngày. Lấy ví dụ qua một mùa thiên tai để thấy rõ "lá lành đùm lá rách" như thế nào; qua một kỳ tuyển sinh đại học, để thấy rõ người dân đã cùng nhau "tiếp sức mùa thi" như thế nào. Những bữa cơm chay, những chuyến xe ôm tình nguyện, những đồng tiền quyên góp, những chỗ trọ miễn phí, những nụ cười đón tiếp, ... đã làm nhẹ đi nỗi lo vật chất và đã động viên tinh thần cho sĩ tử khi bước vào phòng thi.

Những công tác thiện nguyện đó không chỉ là cách giúp đỡ tức thời những người cần giúp đỡ, mà tác dụng có ý nghĩa là làm dậy lên trong tâm hồn thanh thiếu niên *niềm tin về tình người*, về sự tôn trọng giá trị của học vấn. Mầm thiện đó được người tiếp nhận nuôi dưỡng trong lòng, để mai đây, mình sẽ gieo nhân ái trên đường đời cho môi trường mình sống và làm việc.

Thật ra, sau "tiếp sức mùa thi", còn có biết bao câu hỏi đặt ra: Không lẽ lối đi cho học trò nghèo thoát nghèo chỉ là con đường vào đại học, trong khi đất nước rất cần những công nhân lành nghề, những kỹ thuật viên thạo việc, những cán sự giỏi giang trên các lãnh vực của đời sống, những nghệ nhân tiểu thủ công nghiệp, ... và những mẫu người như thế này cũng cần được dư luận đánh giá cao lắm chứ? Rồi những sĩ tử nghèo may mắn đậu đại học, thì gánh nặng ăn ở, học phí, sinh hoạt giải quyết ra sao, có đi hết chặng đường hay dở dang? Những câu hỏi đó chỉ được giải đáp trước hết và chủ yếu ở cấp vĩ mô. Dẫu sao, những hình ảnh sống động của "tiếp sức mùa thi" đã làm cho xã hội giàu hơn, không phải là giàu vật chất, mà giàu nhân ái.

Mong sao cái giàu nhân ái lan tỏa từ thôn xóm đến thị thành, từ những công dân bình thường đến những vị công bộc của dân, sẽ làm cho bộ mặt xã hội sáng hơn mà không cần lớp sơn hào nhoáng.

Chú thích:

1. "Đoàn siêu xe đua trên đường cao tốc: CSGT không thấy?", *Tuổi Trẻ* 9/8/2011.
2. Hải Minh; Chuyên đề du học... "Những phí tổn chưa được tính hết", *Tuổi Trẻ Cuối Tuần*, 31/7/2011. ■

Sợi chỉ xuyên suốt

TRẦN KHIẾT BÁCH dịch



Vào ngày 8 tháng Sáu năm 2011, tại Viện Garrison ở thôn Garrison thuộc thị trấn Philipstown, hạt Putnam, bang New York, Hoa Kỳ, đã có tới 230 vị giáo thọ Phật giáo thuộc nhiều cơ sở Phật giáo khác nhau trên khắp vùng Bắc Mỹ về tham dự một cuộc hội nghị bàn về tương lai của việc hành trì Phật pháp ở Bắc Mỹ. Tiếp theo cuộc hội nghị này, có một câu hỏi đã được nêu ra cho 11 vị tham dự viên. Câu hỏi đó như sau:

Phật giáo có quá nhiều giáo phái khác biệt. Một số người còn có thể nói rằng đó là những truyền thống khác nhau đại biểu cho những tôn giáo khác nhau. Điều gì là sợi chỉ xuyên suốt của Phật giáo đã mang quý vị đến với nhau?

Dưới đây là các câu trả lời của 11 vị giáo thọ thuộc 11 cơ sở hành trì Phật giáo khác nhau ở Bắc Mỹ.

1. Jack Kornfield, Spirit Rock Meditation Center

Thầy tôi, ngài Ajahn Buddhadasa, thường nói về "Phật thừa", cỗ xe của Phật. Tất cả chúng tôi đều là con Phật, trao truyền giáo pháp tỉnh giác và từ bi. Ở phương Tây, chúng tôi đang tiến đến chỗ hiểu biết về nhau, chúng tôi đang tiến đến chỗ vượt qua tư tưởng bộ phái. Chẳng một ai trong chúng tôi có thể làm được tất cả mọi chuyện – hành trì trong đời sống tự viện, tích cực hoạt động trong lĩnh vực xã hội, thực hiện các công trình về môi sinh – cho nên tất cả chúng tôi đều có một chỗ trong một đạo tràng rộng lớn chứa đựng tất cả mọi người.

2. John Makransky, Foundation for Active Compassion

Tôi nghĩ rằng chúng tôi đã đến với nhau, có phần là để cùng nhau tìm hiểu kỹ càng việc làm thế nào khám phá được nơi nương tựa vững chắc sâu xa trong Phật pháp giữa cái thế giới hiện đại của chúng ta, làm thế nào để những thế hệ tương lai cũng có thể làm được như thế, và làm thế nào để từ cái nơi nương tựa đáng tin cậy ấy mang lại được những đáp ứng có tính sáng tạo cho những đau khổ và những nhu cầu sâu sắc của thời đại chúng ta.

3. Joseph Golstein, Insight Meditation Society

Sợi chỉ xuyên suốt của Phật giáo: một sự hiểu biết về luật nhân quả - rằng những hành động có tác ý luôn luôn mang lại những hậu quả - và một sự hiểu biết rằng việc cắt đứt sự bám víu của chúng ta vào khái niệm về ngã chính là nền tảng của sự tự do và của hành động mang lòng từ.

4. Shinzen Young, Vipassana Support International

Giảm trừ đau khổ, nâng cao thành tựu, cải thiện hành vi, hiểu biết chính mình, và nuôi dưỡng các hoạt động yêu thương thông qua việc trau dồi Tỉnh Giác (được định nghĩa là năng lực tập trung, sự sáng tỏ của các giác quan, và tinh thần hỷ xả kết hợp với nhau): đó chính là điều cốt lõi chung đoàn kết mọi truyền thống Phật giáo.

5. Myokei Caine-Barrett, Shonin, Myoken Temple

Tôi đã đến để tìm kiếm sự thống nhất ở Tam bảo. Tôi

đã thất vọng phát hiện ra rằng cộng đồng "tỉnh giác" vẫn chưa thể bắc cầu để nối khoảng cách của các sự khác biệt; và hơn nữa, nhu cầu sống còn này vẫn chưa phải là mối quan tâm chủ yếu.

6. Acharya Judy Lief, Shambhala

Giữa những người mang các vết xăm trên thân thể và những người tóc bạc, giữa những nhà cải cách và những người theo truyền thống, vẫn có một sợi chỉ xuyên suốt: một lòng ham thích đối với pháp, một sự quan tâm về việc cộng tác, và một sự ham muốn giảng dạy từ những điều thiết yếu ở một hình thái liên quan đến những nhu cầu cấp bách của xã hội đương đại.

7. Pat Enkyo O'Hara, The Village Zendo

Vô thường: Điều đó giống như tất cả chúng ta đang xuôi dòng sông trên cùng một con tàu, chỉ vào dải đất ven bờ đang di chuyển: này là tuổi trẻ, này là sự khác biệt, này là trách nhiệm xã hội, này là khoa học về não bộ, này là hệ thống giảng pháp bằng phương tiện điện tử, này là sự thông thái của phương Tây. Thế rồi chúng ta nhận ra rằng chính con tàu cũng đang di chuyển vậy.

8. Gina Sharpe, New York Insight Meditation Center

Vấn đề khổ đau và việc chấm dứt khổ đau liên quan đến toàn thể loài người cho dù họ có là Phật tử hay không, bất kể thuộc dòng pháp hay truyền thống nào, vượt ngoài mọi khác biệt, và kết chặt chúng tôi lại với nhau một cách không thể nào thay đổi được. Chúng tôi đã tìm hiểu kỹ càng xem làm thế nào chúng ta hiểu được và giảng dạy được giáo pháp sâu sắc này.

9. Noah Levine, Against The Stream Buddhist Meditation Society

Nỗi đau khổ và lòng từ trước nỗi đau khổ. Thành phần có ý nghĩa nhất và đẹp đẽ nhất vào thời gian chúng tôi tập hợp với nhau tại Hội nghị các vị Giáo thọ trong năm nay là khi tất cả chúng tôi cùng tham dự một buổi thực tập về việc trở nên minh bạch và cởi mở trước những nỗi đau khổ của kiếp người, trong quá khứ và trong hiện tại. Lòng từ đã hiện diện trong ánh mắt của tất cả các vị giáo thọ có mặt tại đây. Một lần nữa, tình thương yêu lại cứu rỗi thế giới này.

10. Ven. Bhikkhu Bodhi, Bodhi Monastery và Chuang Yen Monastery

Đường như sợi chỉ xuyên suốt của sự thống nhất ít có liên quan đến việc là một người Phật tử hơn là việc nhận được một bức thư mời, những ranh giới phân chia ít có liên quan đến việc phân biệt giữa "các tông phái" với "các dòng truyền thừa" hơn là sự phân biệt giữa những người tạo ra sự thích nghi, các nhà hiện đại hóa, những người theo truyền thống và những người chấp nhận mọi khuynh hướng. Ít nhất cũng chẳng có ai hành động như thể họ là người biết tất cả mọi câu trả lời. Mỗi người dường như đều sẵn sàng học hỏi từ người khác và xem xét những quan điểm thay thế trong một không khí hữu nghị và tương kính.

11. Larry Yang, East Bay Meditation Center

Có lẽ điều đã mang chúng tôi đến gần nhau có liên quan đến lời dạy của Đức Phật, "Ta dạy một điều và chỉ một điều mà thôi: sự khổ và việc chấm dứt nỗi khổ". Vẫn có một khuynh hướng phổ quát như vậy. Tuy nhiên, trong khi "Phật giáo" có thể có những khác biệt, những cộng đồng "Phật tử" ở phương Tây vẫn chưa phản ánh sự khác biệt đó trong những kinh nghiệm đa văn hóa của chúng ta.

Nguồn: Tricycle số mùa Thu 2011



Chú thích của người dịch:

1. Jack Kornfiel đã giảng dạy về thiền định trên khắp thế giới từ năm 1974, là người thành lập Insight Meditation Society và Spirit Rock Meditation Center. Spirit Rock Meditation Center là một cơ sở Phật giáo ở hạt Woodacre, bang California.

2. John Makransky là Lạt-ma của Phật giáo Tây Tạng. Ông hiện là giáo thọ của Foundation for Active Compassion, có trụ sở tại bang Vermont, Hoa Kỳ.

3. Joseph Goldstein đã được biết tới như một người có thẩm quyền về thiền Minh Sát, tham gia thành lập Bare Center for Buddhist Studies, hiện là một vị giáo thọ của Insight Meditation Center, một cơ sở tôn giáo phi lợi nhuận hiện có trụ sở ở Bare, bang Massachusetts, Hoa Kỳ.

4. Shinzen Young là một Tăng sĩ thuộc truyền thống Tịnh độ Chân tông của Nhật Bản nhưng lại chuyên về Vipassana vốn thuộc truyền thống Nguyên thủy. Ông sáng lập Vipassana Support International có trụ sở tại Burlington, Ontario, Canada.

5. Myokei Caine-Barrett là nữ tu sĩ thuộc Nhật Liên tông, Nhật Bản, hiện hành đạo tại Myoken Temple ở Houston, Texas và hoằng pháp giữa những người bị giam giữ trong hệ thống trại giam của bang Texas.

6. Judy Lief tu theo Mật tông, hiện hành đạo và hoằng pháp tại Shambhala Meditation Center, một tổ chức có tới 165 chi nhánh ở nhiều nơi trên thế giới. Shambhala là tiếng Tây Tạng chỉ một cõi an lạc, tương tự Tịnh độ trong Tịnh Độ tông.

7. Pat Enkyo O'Hara là một tu sĩ thuộc dòng thiền Tào Động, Nhật Bản, hiện giảng dạy về thiền cho những người bị dương tính với HIV. Trụ sở của bà hiện ở New York City.

8. Gina Sharpe được huấn luyện để trở thành giáo thọ tại Spirit Rock Meditation Center, bà tham gia thành lập New York Insight Meditation Center rồi phụ trách việc giảng dạy thiền định tại đó. Bà hiện phục vụ cho nhiều tổ chức phi lợi nhuận.

9. Noah Levine là thành viên của Prison Dharma Network chuyên giúp đỡ phạm nhân trong các trại giam bằng phương pháp thiền định và tâm lý trị liệu. Against The Stream Buddhist Meditation Society được Noah Levine thành lập vào tháng Hai năm 2008 ở Melrose, Los Angeles, California.

10. Tỳ kheo Bodhi là một tu sĩ Phật giáo Nguyên thủy, thụ giới tại Sri Lanka; hiện giảng dạy tại New York và New Jersey, nổi tiếng với rất nhiều trước tác quan trọng. Ông hiện là vị giáo thọ chính tại Bodhi Monastery ở New Jersey và Chuang Yen Monastery ở New York.

11. Larry Yang đã thọ giới và hành trì với tư cách một tu sĩ Nguyên thủy dưới sự hướng dẫn của một vị thầy Thái Lan là Ajahn Tong. East Bay Meditation Center được khai trương hồi tháng Giêng năm 2007 tại Oakland, California, Hoa Kỳ, là một cơ sở tôn giáo phục vụ nhiều cộng đồng trong khu vực. ■

Hành trì tịnh hạnh

theo lời Phật

DIỆU THU

Tịnh hạnh là khái niệm được sử dụng khá phổ biến trong các hình thái tôn giáo và tín ngưỡng để chỉ lối sống ứng dụng đức tin hay thực hành các yếu chỉ đạo đức tôn giáo trong đời sống của các tín đồ. Trong giáo lý đạo Phật, tịnh hạnh (*visuddhi-cariyà*) là khái niệm chỉ các hành vi trong sáng thanh tịnh, được thể hiện qua thân, miệng, ý hay nếp sống chơn chánh hướng thiện, có khả năng giúp cho con người tiến bộ về mặt đạo đức tâm linh, thực nghiệm cuộc sống hạnh phúc an lạc. Trong một số hình thái tín ngưỡng khác, khái niệm này ngụ ý sự vận dụng đức tin tôn giáo vào cuộc sống, tức sự tuân thủ các hình thức lễ nghi tôn giáo hay thực thi các tín điều, thường được xem là những việc làm thiêng liêng có khả năng tẩy sạch tội lỗi của con người hay làm cho con người trở nên trong sạch. Ví dụ, các Bà-la-môn rao giảng đức tin rằng con người có thể làm cho mình trở nên thanh tịnh bằng cách dẩy thật sớm rồi gieo mình chạm xuống đất, hoặc chạm phân bò ướt, hoặc chạm cỏ xanh, hoặc cúng dường lửa, hoặc chắp tay đánh lễ mặt trời, hoặc xuống nước tắm ba lần trong một ngày¹. Các

tín đồ Kỳ-na giáo thì tin tưởng vào chủ nghĩa khắc kỷ khổ hạnh, chủ trương cởi bỏ tất cả y phục vào ngày trai giới Uposatha và cho rằng làm như vậy là thực thi hạnh vô ngã và loại bỏ được ác nghiệp²...

Mặc dù có lòng tôn trọng đức tin của người khác, Đức Phật không xem các hình thức hành trì mặc định như vậy là thiết thực lợi ích, vì chúng là những việc làm không rõ ràng, chỉ đề cao đức tin, thiếu thực tế, thiếu lý trí, thiếu trí tuệ³. Kinh nghiệm tu tập một số pháp môn khổ hạnh trước lúc giác ngộ nói cho Ngài biết đức tin về các pháp môn tu tập không xác đáng chỉ tạo thêm cảm thức mơ hồ, không mang lại kết quả thiết thực lợi lạc, không giúp cho con người tiến bộ hơn về phương diện đạo đức tâm linh⁴. Hơn thế, càng đi sâu vào thế giới tín điều thì con người càng dễ bị các tín điều mê hoặc trói buộc, tâm lý trở nên khô cứng, trì trệ, thiếu sáng suốt, cố chấp, không cởi mở, không giải thoát. Đạo Phật gọi sự trói buộc ấy là “giới cầm thủ” (*silabbataparàmāsa*), tức thái độ cố chấp, bảo thủ, đeo bám vào các tín điều và cho rằng chỉ có đường lối thực hành như vậy mới chân chánh, mới đưa đến giải thoát,



ngoài ra đều là hư vọng. Đây là điểm cực đoan phiến diện, đáng phê phán của chủ nghĩa tín điều.

Đức Phật không tán thành những việc làm chỉ thuần dựa vào đức tin hay lời truyền tụng, thiếu cơ sở luận chứng xác thực. Trong đường lối tu tập, Ngài đề cao lý trí, chủ trương phương pháp xem xét phân tích các vấn đề rồi sau đó mới đi đến quyết định thực thi hoặc từ bỏ. *"Này các Kàlâmà, khi nào tự mình biết rõ như sau: 'Các pháp này là bất thiện; các pháp này là có tội; các pháp này bị các người có trí chỉ trích; các pháp này nếu được thực hiện, được chấp nhận sẽ đưa đến bất hạnh khổ đau', thời này Kàlâmà, hãy từ bỏ chúng. Nhưng này các Kàlâmà, khi nào tự mình biết rõ như sau: 'Các pháp này là thiện; các pháp này là không có tội; các pháp này được các người có trí tán thán; các pháp này nếu được thực hiện, được chấp nhận sẽ đưa đến hạnh phúc, an lạc', thời này các Kàlâmà, hãy chứng đạt và an trú"*⁵. Theo Đức Phật, vấn đề nhiễm ô hay thanh tịnh, tội hay phước,

khổ đau hay hạnh phúc của con người không dính dáng gì đến thần linh, cũng không thể trông cậy vào thần chú hay tập tục lễ nghi mà giải quyết được. Chỉ có con người mới quyết định vấn đề tịnh hay bất tịnh, hạnh phúc hay khổ đau của chính mình bằng lối sống thiện hay bất thiện. Ngài xác nhận rất rõ:

"Tự mình làm điều ác,

Tự mình làm nhiễm ô;

Tự mình, ác không làm,

Tự mình làm thanh tịnh.

Tịnh, không tịnh, tự mình,

*Không ai thanh tịnh ai!"*⁶.

Chính vì thế mà trong đạo giáo của Phật không hề có chuyện thần linh ban phúc hay giáng họa cho con người, cũng không hề có tín điều hay đức tin mơ hồ về cách thức rửa sạch tội lỗi. Phật chủ trương con người là chủ nhân của số phận mình và xem lối sống thiện hay bất thiện của mỗi cá nhân chính là cách khiến cho người ấy trở thành nhiễm ô hay thanh tịnh, đau khổ hay hạnh phúc. Nói khác đi, Phật chủ trương tịnh hạnh hay phương pháp tẩy trừ cấu uế bằng lối sống chơn chánh hướng thiện, từ bỏ điều ác, làm các việc lành, được thể hiện cụ thể qua các hành vi hiển thiện của thân, khẩu, ý⁷. Ngài giảng giải cho cư sĩ Cunda về sự sai khác giữa phương pháp tịnh hạnh do các Bà-la-môn chủ trương và pháp môn tịnh hạnh do Ngài đề xướng⁸:

"Thế Tôn nói với Cunda, con người thợ rèn đang ngồi một bên:

- Này Cunda, trong những tịnh hạnh của ai, ông cảm thấy thích thú?

- Bạch Thế Tôn, các Bà-la-môn ở phương Tây, những người có mang theo bình nước, những người có đeo vòng hoa huệ, những người thờ lửa, những người đi xuống nước tắm, những vị này có tổ chức những lễ tịnh hạnh.

Con ưa thích những lễ tịnh hạnh của những người ấy.

- Nay Cunda, các Bà-la-môn trú ở phương Tây... tổ chức những lễ tịnh hạnh như thế nào?

- Ở đây, bạch Thế Tôn, những người Bà-la-môn trú ở phương Tây... khích lệ đệ tử như sau: "Hãy đến, này bạn. Hãy dậy thật sớm và từ nơi giường chạm xuống đất. Nếu bạn không chạm xuống đất thì chạm phân bò ướt; nếu bạn không chạm phân bò ướt thì bạn chạm cỏ xanh; nếu bạn không chạm cỏ xanh thì bạn hãy cúng dường lửa; nếu bạn không cúng dường lửa, thì bạn hãy chấp tay đánh lễ mặt trời, nếu bạn không chấp tay đánh lễ mặt trời, thì bạn hãy xuống nước lần thứ ba vào buổi chiều".

- Sai khác này Cunda, là những lễ tịnh hạnh do những Bà-la-môn chủ trương và lễ tịnh hạnh trong Luật của bậc Thánh.

- Như thế nào, bạch Thế Tôn, là lễ tịnh hạnh trong Luật của bậc Thánh? Lành thay, bạch Thế Tôn, nếu Thế Tôn thuyết pháp cho con về lễ tịnh hạnh trong Luật của bậc Thánh.

- Vậy này Cunda, hãy nghe và khéo tác ý, Ta sẽ nói.

- Thưa vâng, bạch Thế Tôn.

Cunda, con người thợ rèn vâng đáp Thế Tôn. Thế Tôn nói như sau:

Này Cunda, tịnh hạnh về thân có ba, tịnh hạnh về lời có bốn, tịnh hạnh về ý có ba. Này Cunda, thế nào là tịnh hạnh về thân có ba?

Ở đây, này Cunda, có người đoạn tận sát sanh, từ bỏ sát sanh, bỏ trượng, bỏ kiếm, biết tầm quý, có lòng từ, sống thương xót đến hạnh phúc tất cả chúng sanh, và loài hữu tình. Vị ấy đoạn tận lấy của không cho, từ bỏ lấy của không cho; bất cứ vật gì của người khác, hoặc tại thôn làng, hoặc tại rừng núi, không phải của người ấy, người ấy không lấy với ý niệm trộm cắp. Vị ấy đoạn tận tà hạnh trong các dục, từ bỏ tà hạnh trong các dục, với hạng nữ nhân có mẹ che chở, có cha che chở, có anh che chở, có chị che chở, có bà con che chở, có pháp che chở, đã có chồng, được hình phạt gây gộc bảo vệ, cho đến những nữ nhân được trang sức bằng vòng hoa.

Như vậy, này Cunda, tịnh hạnh về thân có ba. Và này Cunda, thế nào là tịnh hạnh về lời có bốn?

Ở đây, này Cunda, có người đoạn tận nói láo, từ bỏ nói láo, đến chỗ tập hội hay đến chỗ chúng hội, hay đến giữa các thân tộc, hay đến giữa các tổ hợp, hay đến giữa các vương tộc, khi bị dẫn xuất làm chứng và được hỏi: "Này người kia, hãy nói những gì người biết". Nếu không biết, người ấy nói: "Tôi không biết". Nếu biết, người ấy nói: "Tôi biết". Hay nếu không thấy, người ấy nói: "Tôi không thấy". Nếu thấy, người ấy nói: "Tôi thấy". Như vậy lời nói của người ấy không trở thành cố ý vọng ngữ, hoặc nguyên nhân vì mình, hoặc nguyên nhân vì người, hoặc nguyên nhân vì một vài quyền lợi gì. Vị ấy đoạn tận nói hai lưỡi, từ bỏ nói hai lưỡi, nghe điều gì ở chỗ này, không đi đến chỗ kia nói, để sanh chia rẽ ở những người này; nghe điều gì ở chỗ kia, không đi nói với những người này, để sanh chia rẽ ở những người kia. Như vậy người ấy sống hòa hợp những kẻ ly gián, tăng trưởng những kẻ hòa hợp, thích thú hòa hợp, nói những lời đưa đến

hòa hợp. Vị ấy đoạn tận lời nói độc ác, từ bỏ lời nói độc ác; những lời nói nhu hòa, êm tai, dễ thương, thông cảm đến tâm, tao nhã, đẹp lòng nhiều người, vui ý nhiều người, người ấy nói những lời như vậy. Vị ấy đoạn tận lời nói phù phiếm, nói đúng thời, nói chân thật, nói có ý nghĩa, nói Pháp, nói Luật, nói những gì đáng được gìn giữ, nói thuận lý, có mạch lạc, hệ thống, có lợi ích.

Như vậy, này Cunda, tịnh hạnh về lời nói có bốn. Và này Cunda, thế nào là tịnh hạnh về ý có ba?

Ở đây, này Cunda, có người không tham ái, không tham lam tài vật kẻ khác, không nghĩ rằng: "Mong rằng mọi tài vật của người khác trở thành của mình". Vị ấy không có sân tâm, không khởi lên hại ý, hại niệm, nghĩ rằng: "Mong rằng những loài hữu tình này sống lo tự ngã, không thù hận, không nhiễm loạn, được an lạc". Vị ấy có chánh kiến, không có tư tưởng điên đảo: "Có bố thí, có cúng thí, có tế lễ, các hành vi thiện ác, có kết quả dị thực, có đời này, có đời sau, có mẹ, có cha, có các loại hóa sanh, trong đời có các Sa-môn, Bà-la-môn chân chánh hành trì, chân chánh thành tựu, sau khi tự trị, tự chứng, lại tuyên bố cho đời này và cho đời sau".

Như vậy, này Cunda, tịnh hạnh về ý có ba.

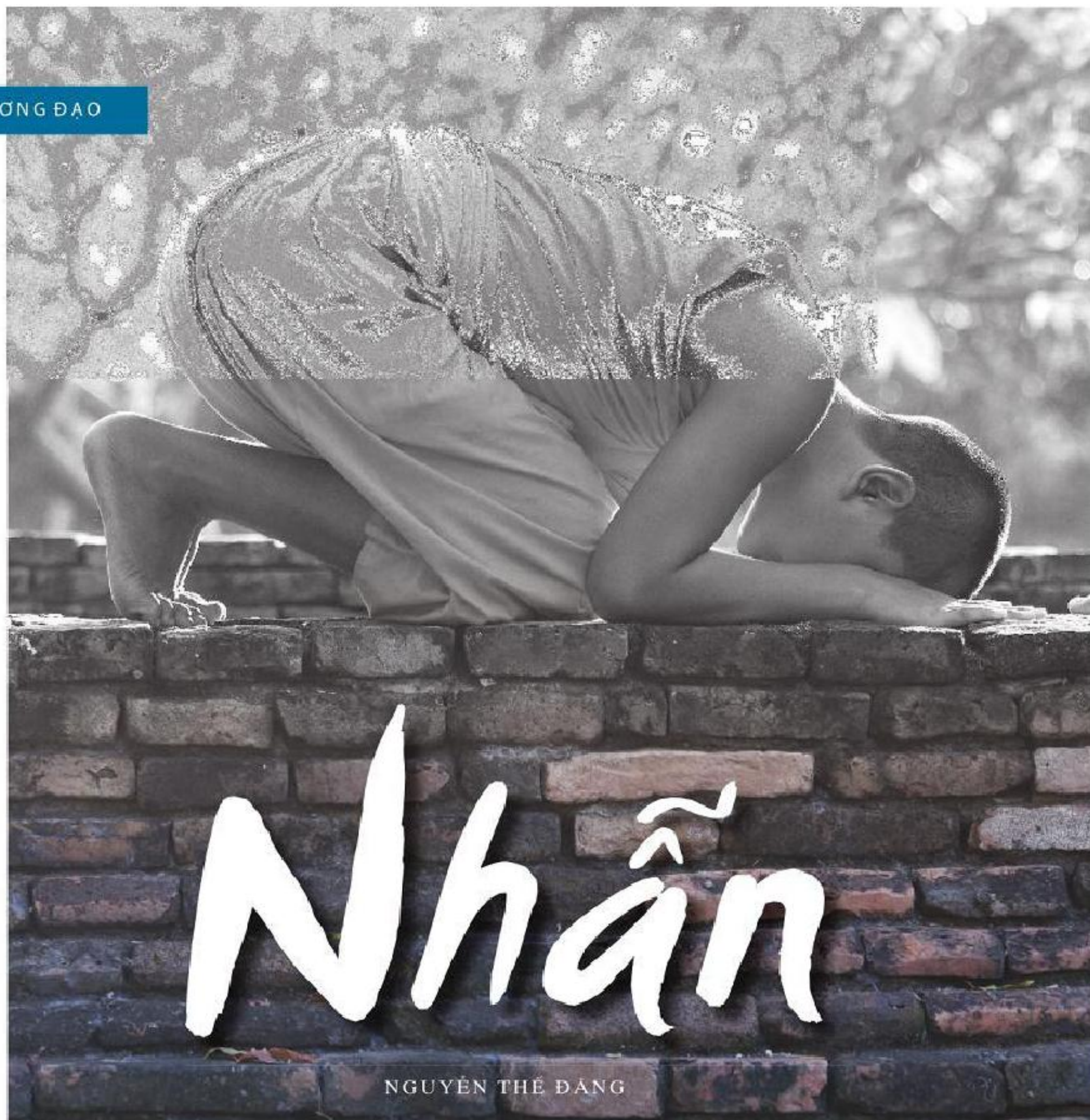
Này Cunda, có mười thiện nghiệp đạo này. Này Cunda, ai thành tựu mười thiện nghiệp đạo này, có thể dậy sớm và từ giường chạm đất, vị ấy vẫn trong sạch. Nếu vị ấy không chạm xuống đất, vị ấy vẫn trong sạch. Nếu vị ấy chạm phân bò ướt, vị ấy vẫn trong sạch. Nếu vị ấy không chạm phân bò ướt, vị ấy vẫn trong sạch. Nếu vị ấy chạm cỏ xanh, vị ấy vẫn trong sạch. Nếu vị ấy không chạm cỏ xanh, vị ấy vẫn trong sạch. Nếu vị ấy thờ lửa, vị ấy vẫn trong sạch. Nếu vị ấy không thờ lửa, vị ấy vẫn trong sạch. Nếu vị ấy chấp tay đánh lễ mặt trời, vị ấy vẫn trong sạch. Nếu vị ấy không chấp tay đánh lễ mặt trời, vị ấy vẫn trong sạch. Nếu vào buổi chiều, vị ấy xuống nước lần thứ ba, vị ấy vẫn trong sạch. Nếu vào buổi chiều, vị ấy không xuống nước lần thứ ba, vị ấy vẫn trong sạch. Vì sao? Này Cunda, mười thiện nghiệp đạo này là trong sạch, tác thành trong sạch. Do nhân thành tựu mười thiện nghiệp đạo này, chư Thiên được tuyên bố, loài Người được tuyên bố, hay bất cứ thiện thú nào khác.

Được nói vậy, Cunda, con người thợ rèn thưa với Thế Tôn:

- Thật vi diệu thay, bạch Thế Tôn... Mong Thế Tôn nhận con làm đệ tử cư sĩ, từ nay cho đến mạng chung, con trọn đời quy ngưỡng".

Chú thích:

1. Kinh Cunda, người thợ rèn, Tăng Chi Bộ.
2. Kinh Các lễ Uposatha, Tăng Chi Bộ.
3. Kinh Ví dụ tấm vải, Trung Bộ.
4. Đại kinh Sư tử hống, Đại kinh Saccaka, Trung Bộ.
5. Kinh Các vị ở Kesaputta, Tăng Chi Bộ.
6. Pháp cú, kệ số 165.
7. Kinh Ví dụ tấm vải, Trung Bộ.
8. Kinh Cunda, người thợ rèn, Tăng Chi Bộ. ■



Nhẫn là một 'món' mà ta phải dùng hàng ngày, dù chúng ta có ở đâu trên thế giới, dù thu nhập chúng ta có cao thuộc loại hạng nhất thế giới. Đi chơi mà trời nắng, phải đội mũ, nhẫn với ánh nắng mặt trời. Nếu gặp mưa, phải mặc áo mưa, nhẫn với mưa. Vào lúc chuyển mùa, nhẫn với cảm cúm. Ngay cả thiết bị kỹ thuật cao cấp nhất là phi thuyền Con Thoi, thời tiết xấu, cũng phải hoãn phóng vài ngày. Phải nhẫn thôi.

Uống một ngụm trà, nước còn quá nóng, phải chờ, phải nhẫn. Mỗi ngày có khi muốn gấp mà không gấp được, phải nhẫn. Có khi muốn chậm mà không chậm được, phải nhẫn. Có khi muốn chuyện gì xảy ra mà nó không xảy ra. Có khi muốn chuyện gì không xảy ra, nó lại xảy ra. Phải nhẫn thôi. Không nhẫn được thì sẽ stress, mặt mày nhăn nhó cả ngày, rồi bệnh.

Rồi đến tuổi già. Một chậu cây nhỏ cũng không dám bưng. Rồi đến lúc chống gậy, ngồi xe lăn. Nói trước quên sau, để đâu quên đó. Rồi có lúc thân tâm này không chịu tuân theo ý mình nữa. Phải nhẫn thôi.

Mỗi ngày chúng ta phải nhẫn với biết bao nhiêu điều. Rất nhiều cái chống lại ý muốn của ta. Nếu mỗi cái mỗi tức giận thì chắc là không sống thọ nổi. Nhẫn quá nhiều thành quen, đến độ nhìn kỹ thì đời người chỉ là một chuỗi dài những nhẫn. Kể cả nhẫn với thành công, nhẫn với thất bại. Nhẫn với được, nhẫn với mất. Có phải đạo Phật đã gọi cõi chúng ta đang sống đây là cõi Ta Bà, nghĩa là cõi Kham Nhẫn?

Chúng ta phải nhẫn với những tham muốn của mình. Tham muốn thì quá nhiều mà thành tựu thì quá ít, quá lâu. Tham muốn ấy nếu bị người nào cản trở, chống lại, thì nổi tức giận. Lại phải nhẫn với sự tức giận.



Chúng ta lại phải nhẫn với những quan niệm sai lầm của mình, những quan niệm sẽ sinh ra những hậu quả tai hại, mà có khi cả đời người cũng không đủ thấy, rồi than trời trách đất, oán người trách đời.

Nhẫn là nhẫn với tham, sân, si. Và do đó, nhẫn là một sức mạnh để vượt thắng tham sân si, vượt thắng con người tạp nhạp hỗn loạn của mình. Nhẫn là một đức tính để làm người và để vượt khỏi thân phận con người rối loạn hạn hẹp của mình.

Chúng ta phải nhẫn vì hiện hữu thân tâm của chúng ta là giới hạn, bất toàn và, thế giới chung quanh chúng ta cũng hữu hạn, bất toàn. Chúng ta phải nhẫn vì thân tâm chúng ta đang bị thúc ép, trói buộc. Như thế, mỗi cái nhẫn ấy phải chăng là một lời kêu gọi của tự do? Mặt bên kia của một sự việc khiến ta phải nhẫn chính là tự do. Ai mà chẳng thuộc “sắc tức là Không, Không tức

là sắc; sắc chẳng khác Không, Không chẳng khác sắc”. Vấn đề là ngay nơi cái nhẫn này chúng ta có thể nghe được và tìm thấy sự tự do tối hậu hay không.

Nhẫn là một đức tính để sống ở đời, để làm bất cứ việc gì, để khỏi gây gổ, để khỏi tự làm tổn hại mình, để đi đến thành công trong bất cứ việc gì. Nhẫn được xác định là một trong sáu sự hoàn thiện (ba-la-mật) để trở thành một người cao cả, phát huy được những đức tính của con người. Đó là Nhẫn nhục ba-la-mật. Chữ “nhục” đây không có nghĩa là nhục nhã, mà có nghĩa là chịu khuất, chịu lép vế, chịu nhịn. Để sống ở đời, để tự hoàn thiện, để trở nên cao đẹp, chúng ta cần đức tính nhẫn: kiên nhẫn, chịu đựng, chịu khó, biết nhường nhịn, biết bớt tham, bớt sân, bớt si...

Đi du lịch ở một bãi biển đẹp, chúng ta cứ nghĩ tiến tới thì tôi hưởng. Nhưng nhìn sâu một chút thì sự hưởng thụ của chúng ta dựa vào công sức kiên nhẫn, chịu khó của biết bao người. Ai đổ mồ hôi làm những con đường đến đây, ai làm sạch sẽ bãi biển mỗi ngày, nhà này ai xây, hạt gạo này từ đâu mà có...? Hóa ra, trong cuộc sống mỗi ngày, chúng ta sống là dựa vào sự nhẫn nhục với nhau để sống. Sống là sống trong sự nhẫn nhục của tất cả chúng sanh với nhau.

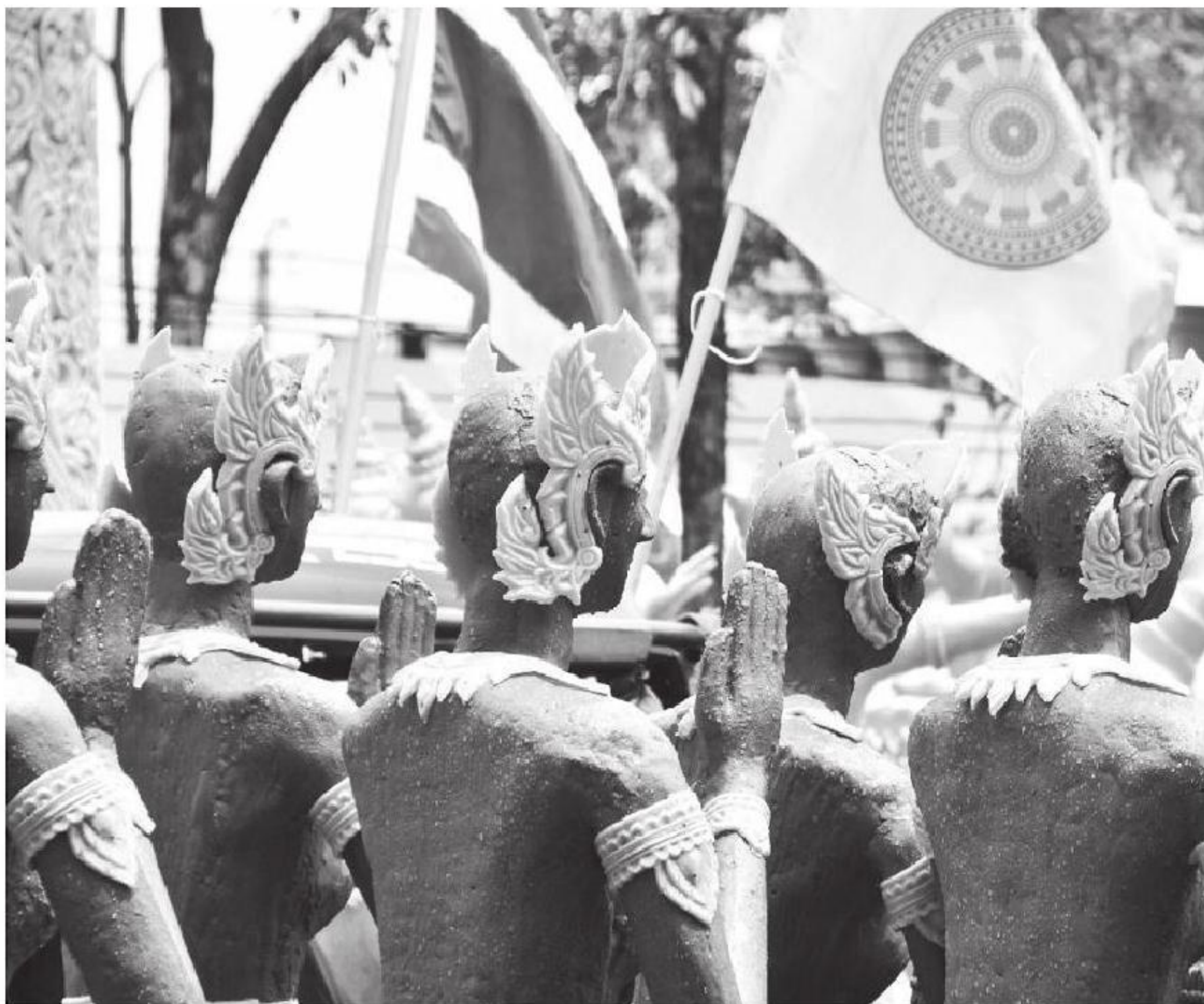
Từ đó mà có sự biết ơn, tình thương, tôn trọng cho tất cả chúng sanh. Từ đó mà có từ bi, sức mạnh vận hành toàn bộ đời sống.

Muốn tiến lên trên con đường sự thật, con đường chân lý, cũng đòi hỏi chúng ta phải nhẫn nhục với những sự thật, để thấu hiểu và xuyên qua chúng. Khổ, Không, Vô thường, Vô ngã là những sự thật rất khó chịu đựng. Để thấu hiểu chúng, để thoát khỏi tính ích kỷ thâm căn cố đế, chúng ta phải nhẫn nhục chịu đựng những sự thật làm tróc gốc hiện hữu của ta. Chịu đựng chúng lâu ngày, dần dần chúng ta sẽ nhận ra chúng, thấu hiểu chúng và vượt qua được bờ bên kia của tự do và giải thoát.

Thế nên, như một cách diễn tả con đường đi đến chân lý, đạo Phật dùng chữ nhẫn: Phục nhẫn, Tín nhẫn, Tùy thuận nhẫn, Vô sanh pháp nhẫn và Cứu cánh nhẫn hay Tịch diệt nhẫn. Càng ở thấp, càng ít phát triển, càng kém hoàn thiện, chúng ta càng phải nhẫn nhiều. Đó là dấu hiệu cho chúng ta biết chúng ta còn có ít tự do. Cho đến Vô sanh pháp nhẫn thì không có gì để phải nhẫn nữa. Không có một cái tôi để phải nhẫn với cái gì, và không có một cái gì để phải nhẫn nữa. Nhẫn, như vậy, là một con đường để đến tự do và cũng là một thước đo cho sự tự do nội tại vốn có của chúng ta.

Cho nên, đạo Phật mở ra con đường nhẫn nhục ba-la-mật, một trong sáu sự hoàn thiện của con người. Ba-la-mật là hoàn thiện, trọn vẹn, rốt ráo, vượt qua đến bờ bên kia.

Tóm lại, nhẫn nhục là một đức tính không thể thiếu trên con đường làm người (nhân đạo), và càng không thể thiếu trên con đường trở thành một con người hoàn hảo, toàn thiện và toàn diện (Phật đạo). ■



Ghi chép lỡm bỡm

Thấp thoáng lời kinh

ĐỖ HỒNG NGỌC

Phương tiện

Tuyệt vời thay phương tiện! Nhìn Phật mà không thấy phương tiện, nghe Phật mà không thấy phương tiện, chẳng tiếc lắm ru? Với năm đề tử đầu tiên, cũng là bạn đồng hành ngày xưa, Phật chỉ cần nói Tứ diệu đế. Bởi họ đã có đủ chất liệu. Chỉ cần "chỉ trăng" là họ thấy ngay. Khổ Tập Diệt Đạo là đã đủ. Triệu chứng: Khổ. Nguyên nhân: Gốc của khổ. Vấn đề chỉ còn là *trị liệu* cách nào? Con đường (Đạo) phải thấy đúng (chánh kiến) trước rồi mới nghĩ đúng (chánh tư duy), nghĩ đúng rồi mới làm đúng... Chỉ cần *giới định tuệ* đủ dứt bệnh *tham sân si*. Một thứ điều trị đặc hiệu. Nhưng khi cần tới Bát Nhã thì có Bát Nhã. Nhân vô ngã, Pháp vô ngã. Qua sông bỏ bè. Rồi cần tổng hợp, cần nâng cao đã có Thường Lạc Ngã Tịnh. Cần cho thấy Như Lai thì trợn mắt chiếu hào quang, giữa chặng lông mày... Khi nói chuyện với đám thanh niên thì có "thần tượng" Duy Ma Cật, đại gia, không cần xuống tóc, xuất hiện... Ngũ uẩn cũng là một phương tiện. Thị hiện vậy thôi.

Tùng địa dũng xuất

Từ đất vọt ra. Đất nào? Cái gì vọt ra? Đất tâm. Tâm địa. Vọt ra cái sự gọi là "phát tâm" muốn làm Phật, muốn thành Phật, "vô thượng chánh đẳng chánh giác" chứ không bằng lòng với A-la-hán, Bích chi, Duyên giác, Bồ-tát... Có phát tâm thì mới bố thí, trì giới, mới nhẫn nhục, tinh tấn, thiền định, trí tuệ... ba-la-mật và dĩ nhiên mới có "tri kiến" Phật sau khi đã được "khai thị" mà "ngộ nhập"! Nhưng hình như không chỉ vậy. Nhìn kỹ lại mới thấy thân xác con người cũng "tùng địa dũng xuất" (từ đất vọt ra) đó thôi. Ít nhất cái thân tứ đại đất nước gió lửa (C, H, O, N) cũng từ đất, tạng đất. Bởi trong cơ thể con người đã có 60-70% thể trọng là nước, có 60 nguyên tố, khoáng chất đều từ đất mà ra như đồng, chì, sắt, kẽm, mangan..., các loại muối K, Na... Một người nặng 70kg đã có 10kg là Calci (vôi), 7 kg Phospho, 1kg muối (Natri)... Không "tùng địa dũng xuất" ư?



Chúng sanh

"Chúng sanh tức phi chúng sanh thị danh chúng sanh". Chúng sanh tức chẳng phải chúng sanh nên mới gọi là... chúng sanh. "Tức phi / thị danh" thật tuyệt vời! Để thấy cái không phải, thấy cái giả danh, tạm gọi. Một thứ ngôn ngữ giúp ly niệm, bỏ khái niệm để đến cái không phân biệt, ly tướng. Và từ đó thấy thực tướng vô tướng. Cho nên nói chúng sanh là... chúng sanh thì sai. Nói chúng sanh không phải là chúng sanh cũng sai. Hiểu chúng sanh là con người, là mọi sinh vật – đúng và sai. Vì có rất nhiều loại chúng sanh. "Vô số vô lượng vô biên" chúng sanh kia mà! Để ý hai chữ "vô biên" mà coi. Nó lạ chứ. Bởi không chỉ là số và lượng để có thể cân đong đo đếm, dù không thể cân đong đo đếm xuể!

Cho nên "tùy chúng duyên nhi sanh" thì nghe được. Tùy "chúng" duyên với nhau mà "sanh" ra nên gọi là "chúng sanh" thế thôi. Nếu không duyên, hết duyên, thì hết "chúng sanh" tức khắc. "Diệt độ" vô số vô lượng vô biên chúng sanh mà chẳng có chúng sanh nào được diệt độ cả là vậy. Không sanh lấy gì diệt? Nhưng, cách nào? Phải sống trong Vô ngã, Vô tướng. Khi không còn ngã tướng, ngã kiến: ngã, nhân, chúng sanh, thọ giả... gì nữa! Ở một nơi không có ta, không có người, chúng sanh, thọ giả... thì không còn một chúng sanh nào "sinh sự" được nữa.

Ở đâu, nơi đó? Thiền. Định (samatha) và Quán (vipassana).

"Thức tự tâm Chúng sanh Kiến tự tâm Phật tánh".

Chúng sanh không có ở ngoài. Nó ở trong. Trong tự tâm. Nó bày ra, dựng lên, vẽ vời trong tự tâm ta mà ta chẳng ngờ! Thức là cái biết do biện biệt, phân tách, đối chiếu, so sánh. Thức tràn ngập, hỗn mang. Thế giới phẳng, toàn cầu hóa, thức càng điên đảo. Thức nhiều khi từ tưởng mà ra, nhưng cần. Chẳng hạn cần thức để thấy chúng sanh ngo ngoạy tràn ngập trong tự tâm ra sao. Nó ngo ngoạy vì nó muốn quây phá, muốn luân hồi, muốn bay nhảy từ tầng này sang tầng khác, sáu nẻo thành thang, chút vầy chút khác... "Thức" nó, nghĩa là thấy rõ, hiểu rõ về nó, phân tách nó ra một cách thấu đáo, hóa ra nó do ta tự tạo ra, không ai khác, là một thứ puzzle, lắp ghép, tương tác, tùy duyên. Tự tâm ta mà chúng sanh ra. Khi rõ vậy rồi thì thôi. Đẹp đi. Khi đẹp nó đi thì không còn cần "thức" nữa. Mây tan rồi thì trời trong trắng sáng. Và lúc đó là "Kiến". Thấy. Thấy rõ. Chiếu Kiến. Và Kiến gì? Kiến "Phật tánh". Phật tánh cũng lại ở ngay trong tự tâm ta. Không ở ngoài đến. Ai cũng sẵn có. Cho nên ai cũng sẽ là Phật, một khi "Thức tự tâm chúng sanh thì sẽ kiến tự tâm Phật tánh". Vậy thôi.

Trí và Thức

Thức dễ dẫn đến tranh chấp, được thua, hơn kém, thị phi. Thức từ lục căn với lục trần mà sinh sự. "Nhân nhĩ tỷ thiết thân ý" ve vãn với "Sắc thanh hương vị xúc pháp" mà sinh đủ thứ thức. Nhân thức đã đủ mệt. Mỗi người một nhân thức khác nhau, nên mới sinh sự, đấu đá. Còn Ý thức thì vô tận và mới thật ghê gớm vì ý dẫn các pháp. Cho nên nếu không có cách kềm chế, chúng tung hoành gieo rắc... đủ thứ điên đảo! Một khi lục căn mà thanh tịnh, thức sẽ trở thành *Điều quan sát trí*. Điều quan sát trí sẽ cung cấp những chất liệu chọn lọc an hòa cho *Bình đẳng tánh trí* (Mạt-na-thức đã được chuyển hóa) và cuối cùng là *Đại viên cảnh trí* hay Nhất thiết chủng trí, từ A-lại-da thức chuyển sang. Con đường khó, nhưng được, nếu rèn luyện.

Nhẫn nhục

Nhục mà cũng nhẫn được thì khó, khó quá. Khó quá làm được thì các nhẫn khác cũng sẽ được. Trong lục độ thì bốn thứ Bố thí, Trì giới, Nhẫn nhục, Tinh tấn thuộc *Giới*. Hai thứ còn lại là Định và Tuệ. Vì thế, Giới quan trọng biết bao. Nhưng *giới định tuệ* là một tam giác cân, hai chiều, tác động qua lại. Định dẫn đến Tuệ, rồi Tuệ lại dẫn đến Định, Giới. Lòng tham mới là gốc. Tham dẫn đến sân, si. Tham dẫn đến chấp, thù. Tham tạo ra ngã quý, địa ngục... Nhẫn nhục là một đức, một hạnh, có sao cho vào lục độ, ngang với thiền định, trí tuệ? Bởi vì không có nhẫn nhục thì các thứ khác khó mà hình thành. Người ta không thể tu hành gì nếu thiếu nhẫn nhục vậy.

Phật

Có vô số Phật. Hằng hà sa số chư Phật. Không nơi nào không có Phật. Không thời nào không có Phật.

Chỉ cần “ly nhất thiết tướng tức danh chư Phật”. Phật là người giác ngộ. Chúng sanh là Phật “chưa giác ngộ”. Nhưng không giác rồi cũng phải giác. Sẽ phải giác. Cũng phải ngộ, sẽ phải ngộ. Vì Phật và chúng sanh đồng nhất thể. Sớm hay muộn mà thôi. Cùng một hạt giống cả! Nhưng Đức Phật (Thích Ca) giác ngộ sớm nên giải thoát sớm, tìm ra đường đi (Đạo) để giúp người với lòng từ bi vô lượng.

Giác ngộ thành Phật chỉ cần “ly tướng” thôi ư? Phải. Ly tất cả (nhất thiết) các tướng. Bởi muốn thấy biết (tri kiến) được Tánh, Chân như, Bản lai diện mục, Thực tướng vô tướng... gì gì đó thì phải ly tướng. Bởi “tướng” chỉ là cái “trình hiện” bên ngoài, cái “thị hiện”, cái giả danh... chơi vậy thôi. Cái “thật” nằm ở đằng sau, bên kia cái tướng, bên ngoài cái tướng. Thực ra, vẫn có tướng đó, nhưng mà là cái tướng Không. Duyên sinh. Chân không mà diệu hữu vậy thôi. Ly tướng không phải trốn chạy mà là thấy tướng không phải tướng, “kiến tướng phi tướng”. Nói khác đi, lúc đó sẽ thấy biết Như lai. Tướng và tánh quán quít nhau. Tướng đó thì tánh đó, tánh đó thì tướng đó. Ly tướng mà vẫn ở trong tướng. Ở trong tướng mà vẫn ly tướng. Sống Như lai, ăn Như lai, ngủ Như lai, ở nhà Như lai, mặc áo Như lai... Cho nên Phật cười. Cười tủm tỉm. Nụ cười vui mà từ bi, mà an lạc.

Như Lai

Phật là Như Lai nhưng Như Lai không phải Phật. Như Lai là Như Lai. Không từ đâu đến, chẳng đi về đâu. “Vô sở tùng lai diệt vô sở khứ”. Có khi Phật và Như Lai nhập làm một, có khi tách làm hai, ngồi vào hai ghế chơi. Nhưng, hai mà một, một mà hai. Tùy lúc. Đừng mong dùng âm thanh ánh sáng... mà thấy Như Lai. Như Lai thấy qua cách khác. Thấy bằng tướng thì không sao tìm được Như Lai vậy. Phải “kiến tướng phi tướng” mới được (kiến tướng phi tướng tức kiến Như Lai). Nên không thể dùng tri thức mà thấy. Phải ở trong định, trong vô ngã. Có một thứ định, đi đứng nằm ngồi đều cùng Như Lai, với Như Lai. Phật hằng hà sa số trong khi Như Lai chỉ có một. Có một mà muôn vàn. Thị hiện vô vàn trong sắc, diu dặt trong tiếng, ngan ngát trong hương... Khi chàng thi sĩ hỏi người đẹp xưa của tôi đâu rồi, chỉ còn cánh hoa đào năm ngoái đây thôi thì gió đông đã cười vào mũi chàng: Hoa đào năm ngoái ư? Hoa đào năm ngoái nào? Chỉ có hoa đào đời đời kiếp kiếp đó thôi! Người đẹp cũng vậy. Vẫn người đẹp đời đời kiếp kiếp đó thôi. (Nhân diện bất tri hà xứ khứ/Đào hoa y cựu tiếu đông phong. Thôi Hộ). Phải ra khỏi cái ngã rồi mới thấy. Thấy cái “Như Lai thọ lượng” vậy.

Prajna và Prana

Prajna và Prana là một. Như $E=mc^2$. Là một. Prajna là Trí tuệ Bát nhã, còn Prana là Nguồn sống. Có Prana mới có Prajna và có Prajna thì có Prana. Pra là trước, Ana là hơi thở vào, là thở. Trước cái thở là cái gì? Là cái chưa cần... thời! Là cái bào thai. Cái “Như lai tạng”.

Prana là nguồn sống, từ cội lặng, quăng lặng, trước

hơi thở vào. Và nếu nối liền quăng lặng đó với nhau, liên tục, miên mật, ta có quăng dừng. Ở đó, cái gọi là chết. Hóa ra Chết là Nguồn sống, cái gốc của sự sống ư? Và chỉ khi ta hiểu rõ Prana, vui đùa tung hứng với Prana, ta có Prajna, Bát nhã. Bát nhã là phiên âm của Prajna từ Phạn ngữ. Một thứ trí tuệ đặc biệt. Đặc biệt vì nó chẳng phải là trí tuệ. Nó tự có, không qua tìm kiếm, biện biệt, so sánh, tính toán, học hỏi. Nó là cái biết của trẻ thơ, hồn nhiên, trong sáng và từ đó, thanh tịnh. Pra là trước, Jna là sự hiểu biết. Trước cả sự hiểu biết. Ấy là tuệ giác. Trực nhận. Hiện tiền: cái hiện ra trước sự biết. Ấy là Trí, là Tuệ, là Bát nhã. Prana dẫn tới Prajna. Khi Prajnā mà Paramita thì gặp Prana.

Paramita

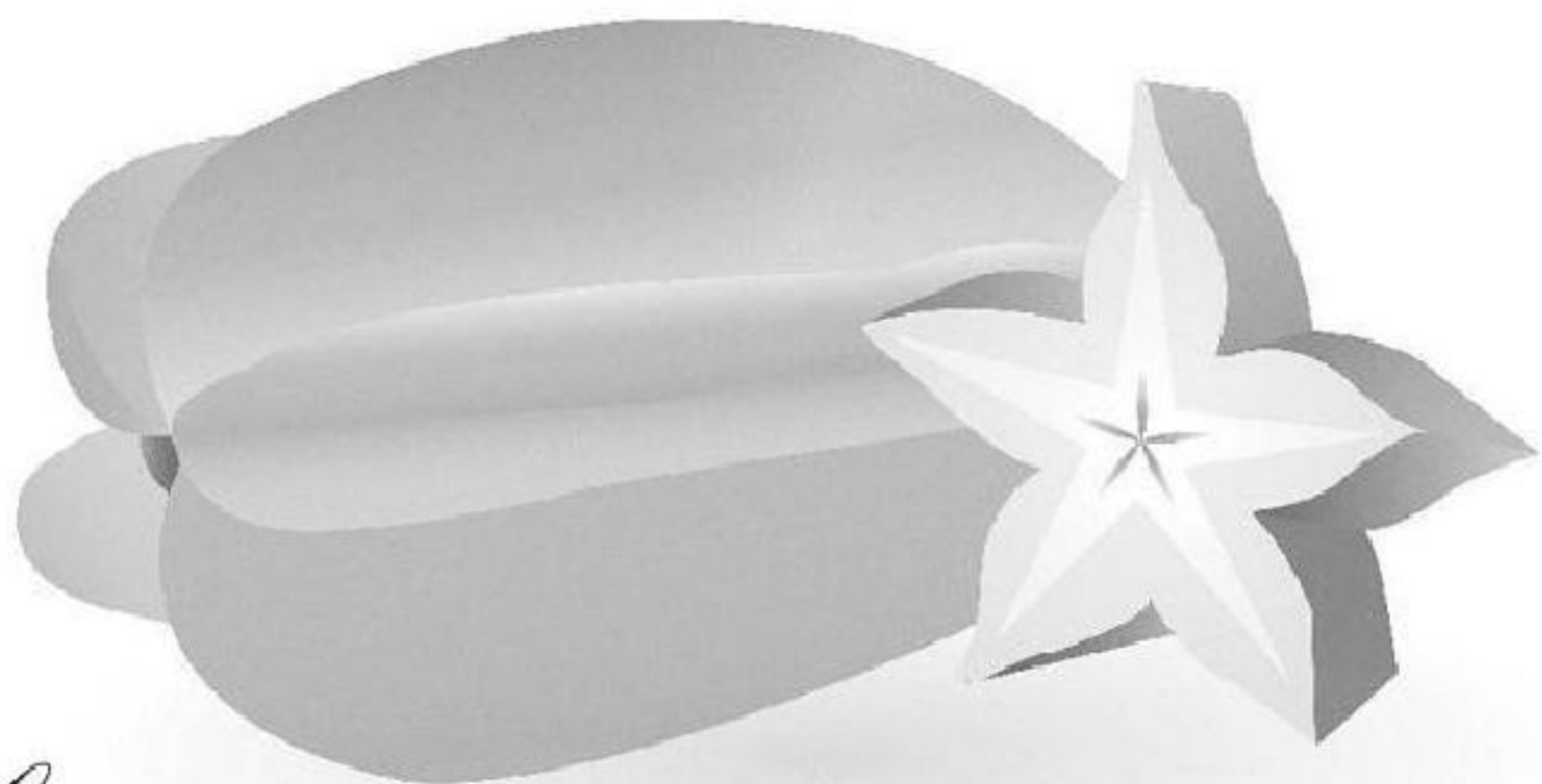
Nói vật chất là năng lượng và năng lượng là vật chất chưa đủ, cũng như nói “ $E=m$ ” thì còn thiếu “ c^2 ”. Phải qua bờ bên kia (Paramita) thì vật chất mới thành năng lượng và ngược lại. Cũng là một thôi. Là một nhưng trong điều kiện này thì là năng lượng, điều kiện kia thì là vật chất. Duyên sinh cả thôi. Thực tướng vô tướng ở đó. Vô lượng nghĩa ở đó. Và “như như bất động” ở đó. Paramita, cái cầu để qua bờ bên kia. Có khi ở hẳn, có khi lại về. Cho nên Gate, Gate, Yết đế yết đế... mới là câu thần chú, minh chú: Qua đi, qua đi... cũng là Về đi, về đi... đó vậy!

Sắc thọ tướng hành thức

Sắc trong ngũ uẩn là sắc của tâm. Sắc có trước. Không sắc chẳng tâm. Không tâm chẳng sắc. Sắc dẫn tới thọ. Thọ dẫn tới tưởng, rồi hành, rồi thức... Vô minh, hành, thức... Cứ thế chẳng chứt. Cứ thế quán quít. Sắc là vô minh. Thọ là vô minh. Tưởng là vô minh. Thọ tướng mới sinh sự. Ái, Thủ, Hữu... này khác. Sinh sự thì sự sinh. “Diệt thọ tướng định” là một kỹ thuật. Thọ không khởi, Tướng sẽ không khởi. “Sắc thọ tướng hành thức” được xếp theo một quy trình, một tiến trình. Tứ đại mới là Sắc-thân, còn Ngũ uẩn chính là Sắc-tâm. Nói khác đi, ngũ uẩn là Tâm. Cho nên “ngũ uẩn giai không” là tâm Không. Còn Tứ đại kệ nó. Cứ cho nó lắt lư bay nhảy theo kiểu chơi của nó, sanh bệnh lão tử của nó. Tha hồ.

Thường Lạc Ngã Tĩnh

Từ Vô thường, Khổ, Vô ngã, Bất tịnh... lẫn lộn, lang thang, trôi nổi – luân hồi – bỗng gặp Thường, Lạc, Ngã, Tĩnh! Vô thường trở thành Thường, Khổ trở thành Lạc, Vô ngã trở thành Ngã và Bất tịnh trở thành Tĩnh. Không khó. Nó chỉ là mặt bên kia, bờ kia, phía kia. Lý thú: nó bất nhị bởi nó vô tướng, vô ngã! Hoa nở rồi tàn, trăng tròn rồi khuyết, sanh bệnh lão tử. Vô thường quá đi chứ, nhưng cứ đời đời kiếp kiếp đều đặn, lặp đi lặp lại như vậy hoài chẳng hóa ra là thường ư? Lạc làm sao có nếu không thấy biết Khổ chính là “nguồn lực”? Cho nên luân hồi sinh tử chính là Niết-bàn đó vậy. Sóng ngàn đời về đâu? Nước ngàn đời về đâu? Thân tứ đại ngũ uẩn tướng là bất tịnh mà tịnh quá đi chứ, đằng sau kia là bao nhiêu nguyên tố chẳng đời đời? Khi Phật không cần “phương tiện” nữa- thì nói trắng ra “Thường, lạc, ngã, tịnh” đó thôi. Đều “Như Lai tạng” cả mà! ■



Lá thư Trung Thu

THẢO NGUYỄN

Các con thương yêu!

Vài hôm nay, ông ngoại loay hoay với mấy cái lồng đèn tự làm cho sắp cháu yêu quý là các con đó. Nào vót tre, quây hồ, chuẩn bị giấy màu xanh đỏ... Nhìn dáng ông ngoại ngồi tựa lưng vào vách, ngắm nghía mấy cái lồng đèn còn con xinh xắn, mẹ lại nhớ một thuở chưa mấy xa. Vẫn thế, cứ gần đến Tết Trung thu, bạn bè của mẹ tụ tập háng hái lán, hết tay làm lồng đèn, đầu lân, ông địa... rồi nà rẻ tập tành múa lân, gõ trống inh ỏi xóm làng.

Thở dài, ngoại bảo mẹ, “Chiếc lồng đèn bằng nhựa màu đỏ có pin có nhạc mà con mua về cho các cháu trông thì đẹp và hấp dẫn đấy, thế nhưng cha không thích. Vậy mà trẻ con xóm này đùa nào cũng nằng nặc đòi ba mẹ chúng mua cho bằng được”. Nhấp chén trà xanh, ngoại tiếp, “Rồi chẳng mấy ai ngồi làm lồng đèn tre nữa; đèn ta không mấy đứa trẻ nào thích chơi”. Cả tuần trước, ông đã tự làm hai cái đèn hình bánh ú, tháp nến lên cho hai con chơi. Thế mà, cu Bin chỉ nhấc lên đặt xuống mười phút rồi bỏ đó; còn cu Bon thì dứt khoát không chịu, cứ đòi đèn có pin có đèn sáng lấp lánh, có nhạc rộn ràng vang lên... Ông ngoại đã cười buồn mà kể lại cho mẹ nghe như vậy. Mẹ biết, ông vừa yêu vừa buồn vì cách “ưng xù” của hai đứa cháu với hai chiếc đèn mà tự tay ông ngoại làm đó nha!

Mẹ hiểu nỗi buồn của ngoại. Thế rồi nỗi buồn ấy lại lây sang mẹ. Bởi mẹ cũng đã từng loay hoay mỗi mùa Trung thu, rằng mua cho các con thứ bánh nào để nhấm nhai dưới ánh trăng vàng? Ngoài đường phố, trong siêu thị, chỗ này chỗ kia biết bao nhiêu lồng đèn, mặt nạ, đầu lân, bao nhiêu bánh trái đủ thứ lung linh sắc màu hấp dẫn con trẻ. Mẹ lại nhớ đến những chiếc kẹo ú bà ngoại làm ngày xưa, chỉ bột sắn với đường bát đen mà sao nó dẻo và thơm ngon quá chừng. Chỉ mâm cỗ trung thu có vài trái cây trong vườn nhà quen thuộc mọi ngày như ổi, chuối, quýt... mà sao bạn bè trang lứa với mẹ ngày xưa háo hức trông chờ phút giây phá cỗ dưới ánh trăng vàng rộn rã niềm vui? Biết bao nhiêu kỷ niệm ngày xưa gian khó chợt ùa về. Tết Trung thu thường là

khoảng đầu năm học mới, bài vở chưa nhiều nên mẹ cùng bạn bè thỏa thích chơi đùa. Chưa tới, chỉ trong ánh chiều diễm vạng, đã thấy bọn trẻ con trong xóm tụm năm tụm bảy la lối om sòm, loay hoay với trống, với lân, với cây đuốc chuẩn bị cho buổi tối đi múa lân khắp xóm, khắp thôn, lũ lượt bày ra trên khoảng sân trước nhà, vui lắm. Để khi ông trăng tròn vành vạnh bắt đầu nhô lên khỏi ngọn tre đầu làng, đám trẻ nước đèn quanh làng rồi kéo ra cả đường cái lớn để long nhong với gió với trăng. Trong âm thanh tiếng trống rộn ràng, đứa nào đứa nấy cũng háo hức, say mê, vừa đi hối hả vừa hát: Chiếc đèn ông sao, sao năm cánh tươi màu. Cánh cây rất dài, cánh cao quá đầu, em cầm đèn sao em hát vang vang... Tung dinh dinh...

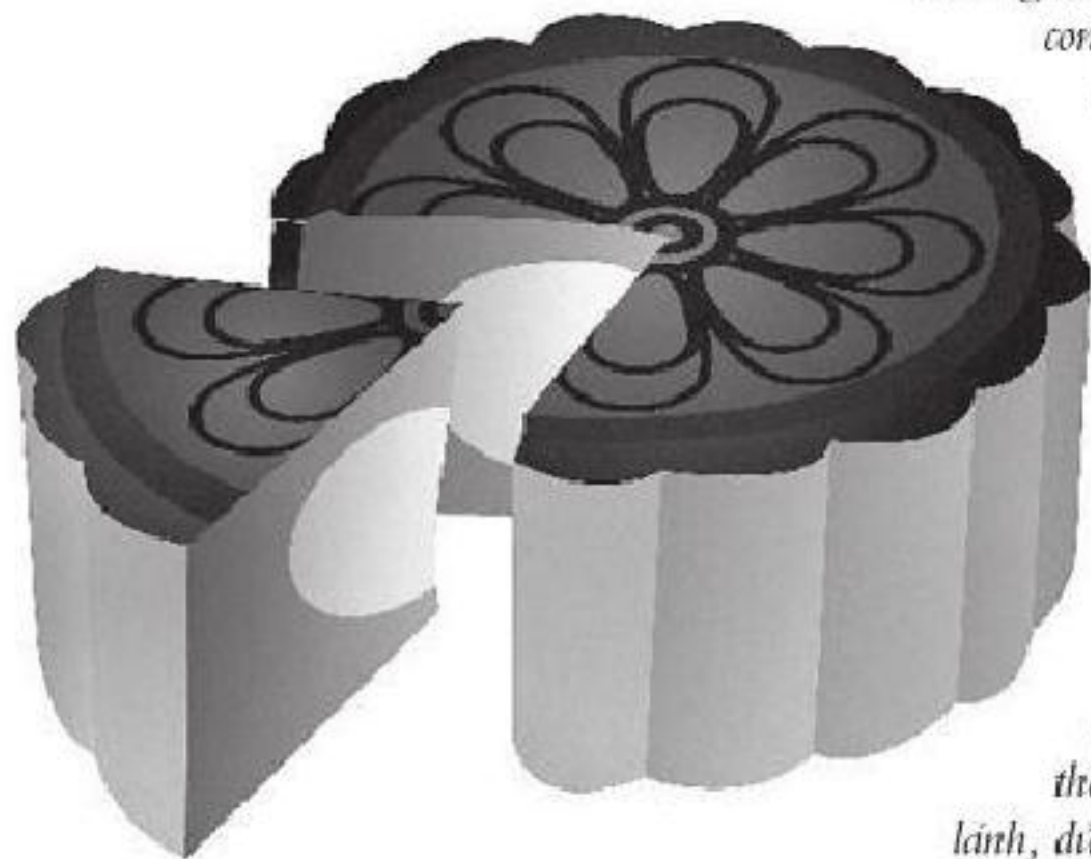
Hôm nay, mẹ dắt hai con đi dọc phố, vô vàn những gam màu đỏ từ những chiếc lồng đèn và hộp bánh trung thu, chợt thấy tuổi thơ của mẹ như chỉ còn lại trong góc khuất tâm hồn. Hai nhóc của mẹ vẫn háo hức với những món hàng hiện đại, được bày biện khá bắt mắt. Tuổi thơ của mẹ nhọc nhằn nhưng có nhiều kỷ niệm ngộ nghĩnh như mẹ đã từng kể các con nghe; cũng giống các con thế này trong một cái Tết tuổi thơ đặc biệt nhất – Tết Trung thu. Sứ sách kể lại, Tết này xuất phát từ thời Đường Minh Hoàng, vào thế kỷ thứ VIII trên đất nước Trung Hoa và sau đó lan sang các nước lân cận như nước ta. Ngày 15 tháng 8 âm lịch được xem là ngày đẹp nhất trong năm, là “ngày lành” để tế Thần Mặt trăng. Vì thế trẻ con rất yêu thích và sau này thành ngày Tết của trẻ thơ. Mẹ lại nhớ Trung thu năm hai con còn học mẫu giáo, mẹ kể về chuyện cây đa, chú Cuội, chị Hằng và Thỏ Ngọc, ánh mắt thơ ngây của các con mẹ chẳng bao giờ quên... Rồi sau đó cụ Bôn thắc mắc: Mẹ ơi! Trung thu đẹp lắm nếu... cấp điện mẹ nhỉ, vì như vậy mỗi thấy ông trăng tròn sáng lắm, phải không mẹ? Nhớ đến mà mẹ buồn cười, vì bấy giờ, Trung thu ở phố thì chỉ thấy xe cộ nườm nượp, đèn điện sáng choang. Lại nhớ Trung thu ngày xưa tro troi trên trời ông trăng tròn vành vạnh, sáng trong cả khoảng trời.

*C*ác con thương yêu!

Tất cả rồi sẽ qua đi, các con ngày một khôn lớn. Chỉ có tuổi thơ trong veo sẽ ở lại trong ngăn kéo kỷ ức của các con sau này khi đã trưởng thành. Chiếc lồng đèn tre ông ngoại làm, dầu không có tiếng nhạc, không có pin có đèn sáng loáng, nhưng mẹ sẽ thắp lên ngọn nến trong cái lồng bánh ú đó, các con sẽ cầm đi chơi với ngọn nến ấm áp, tỏa sáng dịu dàng. Các con cứ làm theo lời mẹ đi, rồi sẽ thấy biết bao điều kỳ diệu, như những món “đồ chơi” ngoại đã làm cho các con, nào chiếc kèn quán bằng lá chuối, nào con heo, con gà nặn bằng đất sét... mà các con đã xem ngoại làm, ngoại “bày trò” chơi với các con. Rồi mẹ sẽ kể nhiều chuyện thú vị nữa từ những kỷ niệm ngày Trung thu của ông ngoại, của mẹ, hẳn các con sẽ thích thú cho mà xem, như những câu chuyện ông ngoại và mẹ đã kể cho các con nghe. Nhưng mẹ biết, hẳn là các con sẽ chỉ miễn cưỡng nghe lời mẹ. Vì thế...

... Thư này mẹ viết cho các con nhưng không phải để cho các con đọc ngay sau khi mẹ viết xong. Mẹ sẽ giữ lại, và chỉ vài năm nữa thôi, khi các con đủ sức để hiểu được những điều mẹ đã viết. Bấy giờ, đọc thư, các con mới cảm thông với nỗi băn khoăn của mẹ; đồng thời, các con cũng nhận thức được sự xót xa của ngoại khi ngoại thấy các con quay quắt khát khao những cái đèn điện từ lớp lân, dừng dừng trước chiếc lồng đèn tre ngoại làm bằng tất cả tình thương yêu của ngoại dành cho các cháu của mình. Mà chẳng riêng các con, cả thế hệ của các con ngay từ đầu thơ đã biết khao khát vật chất, điều mà từ thế hệ mẹ trở về trước không bao giờ xảy ra!

Mẹ hiểu các con đang thiếu và đủ cái gì. Mẹ sẽ cố gắng bù đắp hài hòa cho các con thương yêu của mẹ trong sự cố gắng hướng các con đến chỗ biết đủ cũng như biết trân trọng tình thương yêu và lòng kỳ vọng của mọi người đối với mình. Mong sao niềm vui các con cũng như bao đứa trẻ khác thật đầy đủ ý nghĩa mỗi dịp Trung thu về. ■



Con cái nghĩ gì về cha mẹ?

PHAN MINH ĐỨC

Có một nhà thông thái đã nói lên những suy nghĩ trong mỗi giai đoạn của cuộc đời mình về cha mẹ như sau:

“Khi còn bé, tôi xem cha mẹ là tất cả. Cha mẹ là người có thể mang lại cho tôi mọi thứ, mọi điều. Tôi hoàn toàn tin tưởng ở cha mẹ mình; tôi luôn lắng nghe mọi lời dạy và sự chỉ bảo của cha mẹ, vì đối với tôi, bất cứ điều gì cha mẹ cũng biết. Vào mọi lúc, ở mọi nơi, tôi luôn nghĩ về cha mẹ. Nhưng đến khi tôi mười lăm, mười sáu tuổi, tôi thấy cha mẹ không hoàn hảo như tôi đã nghĩ, bởi vì có nhiều điều cha mẹ không biết và có nhiều việc cha mẹ không làm được. Khi được mười tám tuổi, tôi vào đại học. Lúc đó tôi thấy rằng kiến thức của cha mẹ còn ít ỏi lắm, có nhiều điều

cha mẹ chưa biết hoặc hiểu biết nông cạn, mơ hồ. Tôi thấy nhận thức hiểu biết và tài năng của mình đã vượt xa cha mẹ, tôi không còn cần sự giúp đỡ của cha mẹ nữa. Những khi cha mẹ chỉ bảo điều gì hay đóng góp ý kiến cho tôi, tôi cảm thấy rất khó chịu và chẳng hề quan tâm. Đến lúc ra trường, đi làm, rồi lập gia đình, tôi thấy cha mẹ là những người già khó tính, bảo thủ, cổ chấp; tôi nhận thấy giữa những người trẻ chúng tôi và những người già thật khó mà hòa hợp. Thế là vợ chồng tôi quyết định ra sống riêng. Tôi thấy cha mẹ mình quá lỗi thời, cổ hủ, họ không hiểu gì về giới trẻ và cuộc sống hôm nay. Lúc nào cha mẹ cũng khắt khe, làm việc gì cũng cẩn trọng, giữ gìn ý tứ, phải đắn đo suy nghĩ, phải lập kế hoạch và thực hiện theo trình tự từng bước



kỹ càng. Đến khi tôi ba mươi tuổi, khi đã làm cha của hai đứa con, lúc đó tôi mới phát hiện có những điều mà trước kia tôi không hiểu. Cha mẹ là cả một kho tàng kinh nghiệm mà tôi không nhận ra. Tôi thấy tuổi trẻ của mình nông nổi và bốc bột quá, luôn nóng nảy, hồ đồ và kém kinh nghiệm, nhận thức còn nông cạn. Lúc này tôi cũng thấm thía những nỗi nhọc nhằn vất vả của bậc làm cha mẹ. Mỗi ngày tôi đều bận rộn, căng thẳng, mệt nhọc với công việc kiếm ra tiền để nuôi sống gia đình, với công việc chăm sóc và dạy dỗ con cái. Bấy giờ tôi mới hiểu được tình yêu thương vô bờ bến mà cha mẹ dành cho con cái, dù vất vả, dù gian khổ cha mẹ vẫn không nề hà. Kể từ bây giờ tôi không còn vô tâm nữa, tôi thường xuyên về thăm cha mẹ, đưa các con tôi về viếng ông bà, tôi luôn dạy chúng về lòng hiếu thảo. Đến năm tôi gần năm mươi tuổi thì cha mẹ tôi qua đời. Lúc đó dù không còn trẻ nữa nhưng tôi đã khóc rất nhiều, vì tôi hiểu rằng kể từ đây cha mẹ không còn ở trên đời nữa, dù tôi có tiếc thương cũng đã muộn màng, dù tôi muốn đáp đền công ơn cha mẹ cũng không còn cơ hội nữa. Tôi thấy ân hận vô cùng vì đã có lúc mình nghĩ sai về cha mẹ, những người đã tạo ra tôi, đã nuôi tôi khôn lớn thành người, xây dựng nhân cách cho tôi, đã dạy dỗ và truyền trao những kinh nghiệm hiểu biết cho tôi, để tôi trở thành người có ích cho xã hội.

Có lẽ mọi người đều nghĩ về cha mẹ mình như nhà thông thái nói trên. Trong mỗi giai đoạn của cuộc đời, người ta có những suy nghĩ khác nhau về cha mẹ, nhưng đến khi trải qua "mấy chặng đường đời" nhọc nhằn, gian khó, đến khi đã làm cha làm mẹ rồi thì mới biết nỗi lòng của các đấng sinh thành, mới hiểu trọn vẹn về cha mẹ. Đúng như lời người xưa đã nói, "có nuôi con mới biết công ơn cha mẹ", hay văn vẻ hơn, "Ở đời ai cũng có lần, làm cha mẹ mới biết ơn sinh thành. Mẹ cha khó nhọc nuôi mình, khác chi mình đã hết tình nuôi con".

Tuổi trẻ ngày nay năng động, nhạy bén, có nhiều điều kiện học tập, rèn luyện, trau dồi để trở thành những con người có tài năng và bản lĩnh trong xã hội. So với các thế hệ trước thì thế hệ hôm nay có hoàn cảnh sống tốt hơn, do đó có thể nói có những điều tuổi trẻ hôm nay vượt xa ông cha mình ngày trước. Nhưng điều đó không có nghĩa là những người trẻ có thể xem thường thế hệ ông cha mình. Người trẻ vẫn cần phải học tập ở những thế hệ trước rất nhiều, từ nhân cách đạo đức đến kinh nghiệm sống mà mình chưa từng trải qua vì tuổi đời còn non trẻ. Người trẻ cũng phải luôn nhớ rằng dù thế hệ sau có tiến xa hơn các thế hệ trước

thì sự tiến xa đó cũng là xây dựng trên nền tảng của ông cha mình.

Chắc chắn là không ai có thể quên rằng nhờ đâu mà mình có mặt trên cõi đời này, nhờ đâu mà mình có được cuộc sống hôm nay, nhờ đâu mà mình trở thành người có ích cho xã hội. Dù cha mẹ chúng ta là những người giàu sang danh vọng hay bần cùng khốn khổ, dù cha mẹ chúng ta là những người trí thức có trình độ hay mù chữ, không có văn hóa, thì đó vẫn là những người sinh ra chúng ta và nuôi dưỡng chúng ta trưởng thành khôn lớn. Hãy luôn nghĩ về điều đó để chúng ta thật sự là những đứa con đúng nghĩa đáng tự hào.

Giữa người già và người trẻ có một khoảng cách cần có sự cảm thông và chia sẻ. Chính khoảng cách thế hệ là một trong những nguyên nhân khiến cho ông bà, cha mẹ già bị con cháu "bỏ rơi", phải sống trong cô đơn buồn tẻ, thiếu sự quan tâm chăm sóc, thiếu thốn tinh thần.

Do sinh ra và lớn lên, sống trong thời đại, trong hoàn

cảnh xã hội khác nhau nên mỗi thế hệ đều có quan niệm nhận thức, nếp suy nghĩ, có những thói quen, lối sống khác nhau, từ đó giữa người già và người trẻ thường xảy ra những mâu thuẫn. Các bậc ông bà cha mẹ thường cho rằng con cháu thiếu kinh nghiệm, nông cạn, không biết tôn trọng người lớn, tự do thái quá, sống dễ dãi, phóng túng, đôi khi ích kỷ, vô ơn. Con cháu thì cho rằng người già khó tính, bảo thủ, cổ chấp, cổ hủ, lạc hậu, đôi khi trái tính trái nết.

Trong xã hội hiện đại, khi cuộc sống ngày càng bận rộn, mọi người phải dành nhiều thời gian cho công việc, nên người già thiếu sự quan tâm của con cháu. Thêm vào đó khoảng cách thế hệ làm cho họ ngày càng xa dần con cháu. Xã hội chưa có chế độ chăm lo cho người già, vậy các bậc ông bà cha mẹ biết trông cậy vào đâu khi đến tuổi xế chiều nếu không nương tựa vào con cháu?

Con cháu nên thông cảm cho ông bà cha mẹ già, nên hiểu đặc điểm của tuổi già: Về thể chất, mắt mờ, tai điếc, hay quên, dễ nhầm lẫn, đi đứng chậm chạp không còn vững vàng, sa sút trí tuệ, thường phát sinh bệnh tật. Về tâm lý, dễ tổn thương, hay giận hờn, nhớ rất kỹ chuyện xưa nhưng hay quên những chuyện vừa mới xảy ra, hay buồn bã, ngại giao tiếp, hay than thân trách phận, hay oán trách người khác...

Nếu có tình thương và sự hiểu biết, có đạo đức trách nhiệm, biết cảm thông chia sẻ, biết dung hòa để sống chung thì những mâu thuẫn giữa ông bà cha mẹ và con cháu sẽ được hóa giải, khoảng cách thế hệ sẽ không còn. Một điều người trẻ nên nhớ là tuổi già cũng sẽ đến với mình như ông bà cha mẹ bây giờ. ■



Sân hận luôn làm khổ tôi

JAN WILLIS
NGUYỄN VĂN NGHỆ dịch

Trong số tất cả những cảm xúc tiêu cực tai hại của chúng ta, sân hận rõ ràng là cái cảm xúc nguy hiểm nhất vì nó không chỉ gây hại cho người khác mà có lẽ nó gây hại cho chính chúng ta nhiều nhất. Phật giáo từ xưa dạy chúng ta rằng để trở thành một chiến sĩ thật sự, một người chiến thắng, chúng ta phải đặc biệt khống chế được kẻ địch này. Phật giáo dạy ta rằng, một vị A-la-hán là một vị đã hoàn toàn diệt được những kẻ thù tham, sân, si (hay là lòng ham muốn, sân hận và sự ngu dốt) của mình và vị đó – khi diệt những kẻ thù đó - đã đập vỡ tan được chính cái cốt lõi và cái gốc của luân hồi, cái thế giới của khổ đau. Tại sao lại nói mạnh mẽ như vậy? Bởi vì trong tất cả mọi thứ trong thế giới luân hồi, chỉ có lòng sân hận là có duy nhất một ý định là làm hại chúng ta và người khác. Đó là cái bản chất và là lý do tồn tại của nó. Tôn giả Tịch Thiên (Shantideva), một nhà thơ lớn của thế kỷ thứ 8 đã hiểu rất rõ điều đó. Trong tuyệt tác *Bồ-tát hạnh*, ở chương 6 nổi tiếng – ‘Nhẫn’ – đoạn 7 và 8, Ngài đã viết:

Được những điều tôi không muốn,
Và tất cả những điều cản trở ham muốn của tôi –
Trong sự không như ý của tôi, cơn giận tìm được
nhiên liệu.

Từ đó nó lớn lên và quật ngã tôi.

Vì vậy tôi sẽ tiêu diệt hoàn toàn

Những gì nuôi dưỡng cái kẻ thù đó của tôi,

Cừu hận của tôi, kẻ chỉ có một mục đích duy nhất

Là làm tổn thương tôi, làm khổ tôi.

Sân hận không có mục đích nào khác hơn là làm khổ và làm tổn thương tôi.

Những cảm xúc tiêu cực như sân hận, thù hận, ganh ghét, cao ngạo v.v. được gọi là những phiền não, nghĩa là những loại cảm xúc tấn công hoặc gây tai hại cho ta và cho người khác. Không có phiền não hiền lành. Không có một thứ phiền não nào là bất bạo động. Tất cả đều muốn làm tổn thương và làm hại và tên thủ phạm tồi tệ nhất trong những phiền não ấy là lòng sân hận. Vậy chúng ta hiểu như thế nào hay có thể hiểu được cái gọi là “sân hận chính đáng” không? Câu hỏi này là một câu hỏi thường được đặt ra cho tôi. Tôi tin rằng câu hỏi này được đặt ra cốt để khẳng định một cách mạnh mẽ rằng chắc hẳn phải có những ngoại lệ đối với cái ý niệm rằng sân hận là luôn tai hại; để gợi ý rằng trên thực tế, trong một số điều kiện

nào đó, sân hận có thể là có ích, thậm chí là mang lại cho ta sức mạnh. Tôi có thể hiểu được lý do tại sao mà người ta có suy nghĩ như vậy. Chẳng hạn như người ta mong muốn không cho phép, một cách thụ động, một tình hình sai trái nào đó tiếp diễn. Nhưng ở đây tôi muốn nhấn mạnh rằng không đánh trả lại không có nghĩa, hoặc ít nhất là không nhất thiết có nghĩa là thụ động hay phục tùng. Hòa bình chủ nghĩa không có nghĩa là thụ động. Chúng ta có thể bất bạo động và vẫn chống lại. Thật vậy, chúng ta phải bất bạo động để có thể hoạt động hữu hiệu cho phúc lợi của chính mình và của những người khác. Chúng ta cần phải rõ ràng, sáng tạo và có tính đổi mới để có thể tạo ra sự thay đổi. Nhưng trong lúc rối trí do giận hờn và căm ghét, chúng ta không thể suy nghĩ rõ ràng được. Do đó những nỗ lực của chúng ta, hết lần này đến lần khác, cứ bị thất bại mãi. Tôi biết những chuyện này người ta đã nói nhiều và thành sáo mòn rồi. Tuy nhiên ở đây tôi nói xuất phát từ trải nghiệm của chính mình.

Lúc đang còn là một thiếu niên, tôi đã đi tuần hành cùng Mục sư Tiến sĩ Martin Luther King, Jr. trong Chiến dịch Nhân quyền Birmingham năm 1963. Đôi lúc tôi sợ mấy con chó béc-giê Đức của ông cảnh sát trưởng Bull Connor nhưng thường là tôi lấy làm hồ hởi vì có được cơ hội tham gia vào một phong trào về vang về mặt đạo đức và tinh thần như thế. Dĩ nhiên, bất bạo động và tình thương chính là trọng tâm của phong trào. Mục tiêu của chúng tôi là một mục tiêu kép, vì chúng tôi muốn mang lại chiến thắng cho chính chúng tôi và cho cả những người chống lại chúng tôi. Và cuộc phản kháng hòa bình và bất bạo động đó rốt cuộc đã thành công khi trong năm tiếp sau đó Đạo luật Nhân quyền được phê chuẩn trở thành luật. Nhưng động lực nuôi dưỡng phong trào đó là bất bạo động và tình thương. Đó là tình thương yêu, không phải lòng căm thù.

Vài năm sau, tôi bị lôi kéo vào trong một tình huống làm cho tôi thấy rõ rằng giữ cho được cái tâm nhẫn nhục là rất khó. Tôi giận dữ, tôi như phát sốt, tôi giận đỏ mặt. Tôi hoàn toàn không kiềm chế được và nói cụ thể là tôi giận sục sôi trong nhiều ngày, không ngủ được và đầu óc rối bời. Những lý do gây ra cơn giận của tôi không quan trọng, mặc dù người ta có thể gọi cơn giận của tôi là “chính đáng” và tôi cũng cho là vậy. Tuy nhiên, điều tôi biết rõ nhờ *trải nghiệm* của chính mình là những ngày



giận dữ đó đau khổ lắm, cả về thể chất lẫn tinh thần. Tất cả cũng là vì cơn giận của tôi, kẻ thù của tôi chỉ có mục đích duy nhất là làm khổ tôi, làm tổn thương tôi. Cho dù chuyện xảy ra cho đối tượng giận dữ của bạn là gì đi nữa, bạn khổ sở vì sự giận dữ luôn làm tổn thương bạn

Nhưng làm sao chúng ta có thể diệt được cơn giận? Làm sao chúng ta có thể làm cho cơn giận, ngay cả cơn giận “chính đáng”, nguôi ngoai đi? Làm sao chúng ta chấm dứt được cái vòng luẩn quẩn của sự căm ghét? May thay, nhiều lời dạy của Đức Phật và riêng đối với tôi, một Phật tử Báp-tít, nhiều bài thuyết giáo của Mục sư Tiến sĩ Martin Luther King đã mang lại những phương pháp hữu hiệu để chiến thắng cơn giận, những phương pháp vốn thừa nhận rằng không có những giải pháp nhanh chóng cho những thói quen lâu đời này và rằng sự thay đổi cần phải có thời gian.

Trong tác phẩm *Bổ-tát hạnh* của Tôn giả Tịch Thiên, toàn bộ chương về “nhẫn nhục” được dành để đưa ra nhiều phương pháp khác nhau để đối phó và để làm nguôi ngoai cơn giận. Một số phương pháp liên quan đến việc “trao đổi cái ngă với người khác” hay quán xét mình khi ở trong hoàn cảnh của người khác. Một số phương pháp khác đòi hỏi chúng ta hãy nghĩ rằng chuyện gì xảy ra cũng do những nguyên nhân và điều kiện và phải nhận ra rằng những hành động trong quá khứ của chúng ta đã tạo ra cái hoàn cảnh hiện tại như thế nào. Một số phương pháp khác nữa yêu cầu chúng ta suy nghĩ về lợi lạc của những cảm xúc vụn vặt khi mà tất cả chúng ta đều sẽ chết; và các phương pháp khác, hình dung ra những niềm vui hơn là nỗi buồn ta có được khi tạo ra hạnh phúc cho người khác. *Bổ-tát hạnh* là một kiệt tác thơ ca làm xúc động lòng người.

Có lần Tiến sĩ King thuyết giảng một bài tập trung riêng về chủ đề “Yêu thương kẻ thù của bạn”. Ông mở đầu bằng câu nói, “Chắc hẳn không có lời khuyên răn nào của Đức Giê-su khó thực hiện hơn là lời dạy bảo “hãy yêu thương kẻ thù của con”. Tuy vậy, gọi Chúa Giê-su là một người có đầu óc thực dụng, ông tiếp tục nói rằng “trách nhiệm của những người Ki-tô giáo chúng ta là khám phá ý nghĩa của lời dạy bảo này và cố gắng thực hiện một cách thiết tha lời dạy này trong cuộc sống hằng ngày. Sau đó Mục sư King trình bày ba bước để thực hiện phương pháp yêu thương kẻ thù của mình. Ông ta nói trước hết “chúng ta phải phát triển và duy trì khả năng tha thứ”. Thứ hai là “chúng ta phải thừa nhận rằng hành động xấu xa của kẻ thù... không bao giờ hoàn toàn biểu lộ bản chất của người đó” và thứ ba là, chúng ta phải cố gắng hòa giải và “tranh thủ được thân tình và sự thấu hiểu (của kẻ thù)”. Rất đơn giản mà cũng đầy thách thức.

Tôi tin rằng điều vô cùng quan trọng trong hai cách tiếp cận nêu trên là sự hiểu biết rằng trong khi chính những cảm xúc dữ dội và thiếu đắn đo suy nghĩ của chúng ta khiến cho chúng ta phiền não, thì cách duy nhất để chế ngự những cảm xúc đó là phải dùng đến một sự phân tích hữu lý rộng rãi, cởi mở, bền bỉ và đầy tình thương yêu. Chúng ta phải sử dụng cùng lúc con tim và khối óc của mình.

Nguồn: *Anger Always Hurts Me, Mandala Magazine*, số tháng Bảy-tháng Chín năm 2011.

Jan Willis là Giáo sư môn Tôn giáo tại Wesleyan University, bang Connecticut, Hoa Kỳ. Bà đã nghiên cứu và giảng dạy về Phật học trong hơn bốn thập niên qua, là tác giả của nhiều cuốn sách về tôn giáo và tâm linh. ■



Não bộ

trong lúc thiền định

MICHAEL BAIME
TÂM LAC dịch

Một trong những lãnh vực nghiên cứu thú vị nhất về tác động của việc thực hành thiền định là việc thăm dò khả năng biến đổi thật sự của cấu trúc não bộ nhờ thực hành thiền định. Nhiều nhà nghiên cứu thần kinh học đã chứng tỏ rằng hoạt động ở một số vùng của não bộ trong lúc thiền định thực sự có khác biệt nơi những người thiền định đều đặn, và những bằng chứng mới nhất cho rằng những biến đổi ấy có thể xảy ra trong khoảng thời gian ít hơn tám tuần. Những khám phá này tỏ ra là không tương thích với những gì người ta đã biết về cấu trúc của não bộ nơi người trưởng thành. Người ta vẫn tin rằng vào một lúc nào đó không lâu sau thời gian từ 25 đến 30 tuổi, sự tăng trưởng và phát triển ở não bộ thật sự chấm dứt. Kể từ lúc đó não bộ trở nên ngày càng nhanh chóng bị hư hoại bởi tuổi tác và những thương tổn, và sự xuống dốc của não bộ là bắt đầu từ mức tăng trưởng và phát triển cực độ đó. Nhưng những nghiên cứu mới đây về thiền định cho rằng

tình trạng đáng buồn ấy không phải là điều không thể tránh được; vì sự thực hành thiền định liên kết với các biến đổi ở những vùng riêng biệt của não bộ có tính cách thiết yếu cho sự chú ý, việc học tập, và sự điều hòa cảm xúc.

Có thể điều đó không phải là đáng ngạc nhiên lắm. Khi chúng ta tập luyện về cơ bắp trong các bài tập thể dục, các bắp thịt của chúng ta lớn hơn và mạnh mẽ hơn. Cấu trúc của các bắp thịt có biến đổi. Thực tế, hầu như mọi cấu trúc của cơ thể đều có những biến đổi khi chúng được sử dụng thường xuyên hơn. Ngày nay, điều đó có vẻ cũng đúng đối với não bộ. Chẳng hạn, chúng ta biết rằng khi ta tập luyện việc tung hứng, cái phần của não bộ liên quan đến việc theo dõi các đối tượng trong không gian trở nên phát triển hơn. Sự thiền định hẳn là cũng không khác gì. Như mọi cuộc nghiên cứu độc đáo khác, công trình tìm hiểu về kích thước của bộ não cũng là đối tượng tranh cãi, nhưng nó đã nhanh chóng trở thành một lãnh vực cho sự tìm hiểu sâu xa hơn bởi nhiều nhà khoa học.



Đi tiên phong trong việc trình bày về tác động của thiền định trên cấu trúc của bộ não là nhà nghiên cứu thần kinh học Sara Lazar thuộc Bệnh viện Đa khoa Massachusetts. Bà đã sử dụng máy ghi nhận hình ảnh nhờ cộng hưởng từ (MRI) để có được những bức ảnh rất chi tiết về các bộ não của 20 thiền giả tự nguyện thuộc các trung tâm thiền định chung quanh thành phố Boston rồi so sánh với các hình ảnh có được từ một nhóm đối chứng là 20 người khác không thực hành thiền định. Các thiền giả chỉ là những người có kinh nghiệm thiền định chứ không phải là Tăng, Ni, hay những người đã hoàn toàn rút lui khỏi cuộc sống thường nhật. Nhóm hành giả gồm những người có thời gian thực tập thiền định trung bình là 9 năm và vẫn dành ra một khoảng thời gian trung bình là dưới một giờ mỗi ngày để ngồi thiền. Tất cả đều là người phương Tây, sống tại Hoa Kỳ và kiếm sống bằng những công việc tiêu biểu. Những người không phải hành giả là dân địa phương tình nguyện tham gia cuộc nghiên cứu, tương thích với những người là hành giả về phương diện tuổi tác và giới tính nhưng hoàn toàn không có một chút kinh nghiệm thực hành thiền định nào.

Lazar đã tìm hiểu sâu ở vỏ não, bề mặt che phủ phía ngoài cùng của bộ não. Đây chính là phần tiến hóa nhất của bộ não. Khi những hình ảnh về bộ não của hai nhóm được đem ra so sánh, Lazar nhận thấy phần vỏ não của nhóm hành giả dày đặc hơn là phần vỏ não của nhóm không phải là hành giả. Thông thường người ta vẫn biết rằng vỏ não teo lại theo tuổi tác; tuy nhiên, ở những đối tượng có thiền định trong cuộc nghiên cứu của Lazar, những phần mở rộng ở vỏ não của họ có cùng độ dày như ở vỏ não của những người không tu tập thiền định trẻ hơn họ khoảng 20 tuổi. Những nghiên cứu trước đó đã cho thấy đó chính là những phần có nhiều hoạt động nhất trong quá trình thực hành thiền. Một trong những vùng đó là phần vỏ não trước trán, cái phần của bộ não nhô ra xa nhất trong hộp sọ, gần trán nhất. Một vùng khác được Lazar nhận thấy cũng có sự khác biệt là thuộc một vùng khác của vỏ não, được gọi là não thùy.

Mặc dù hết sức khó khăn để tách rời một chức năng

tinh thần cụ thể nào đó khỏi một khu vực não bộ riêng biệt (và kết quả của những nỗ lực thực hiện việc này là điều vẫn gây ra tranh cãi trong cộng đồng các nhà khoa học), những khu vực riêng biệt mà Lazar đã chỉ ra ở phần vỏ não trước trán có tính cách thiết yếu cho một chuỗi những khả năng khác nhau thuộc loại hết sức quan trọng. Vùng vỏ não trước trán điều hành các chức năng quản trị nhận thức cao cấp như là lập kế hoạch, lấy quyết định, và phán đoán, đồng thời giữ cho chúng ta không gặp rắc rối bằng việc tạo sự thuận lợi cho những hành vi thích hợp về phương diện xã hội. Điều đó cho phép chúng ta duy trì trong tâm thức cùng lúc hai quan điểm hay hai kinh nghiệm khiến chúng ta có thể so sánh và đánh giá các kế hoạch, ý tưởng, và ký ức. Điều đó cũng giúp chúng ta liên kết ký ức với những dữ liệu cảm giác vừa tiếp thu nhờ đó chúng ta có thể kết nối điều chúng ta đã có kinh nghiệm trong quá khứ với những gì đang xảy ra trong thời điểm hiện tại.

Một khu vực chính yếu khác cũng đã được Lazar nhận diện, vùng não thùy, dường như có nhiệm vụ hòa nhập cảm giác với cảm xúc và xử lý những cảm xúc xã hội, chẳng hạn như sự cảm thông và tình yêu thương. Não thùy cũng được cho là có một vai trò thiết yếu đối với khả năng tự nhận thức. Mặc dù không có vùng nào của não bộ là không quan trọng, nhưng những hoạt động được hỗ trợ bởi các khu vực não bộ vừa nêu lại là hết sức thiết yếu cho việc hoạt động hữu hiệu của chúng ta trong cuộc sống.

Cuộc nghiên cứu này vẫn còn được coi là có tính cách sơ bộ, một phần vì những kết luận của nó quá mâu thuẫn với những gì mà loài người nghĩ là họ đã biết, phần khác vì nó chỉ nghiên cứu trên 20 hành giả. Lazar cho biết, giữa các đồng nghiệp của bà, một số rất quan tâm và phấn khởi, trong khi nhiều người khác vẫn nghi ngờ. Tuy nhiên, tiếp theo cuộc nghiên cứu ấy, công trình của Lazar đã được khẳng định bởi một nhà nghiên cứu người Đức, Britta Hölzel, cũng đã khám phá những vùng não bộ khác, ẩn sâu trong bộ não, có khả năng làm tăng mật độ chất xám nơi những hành giả tu tập thiền định. Chất xám là một phần của não bộ chứa đựng nhiều nhất các tế bào não hiện hữu; việc mật độ chất xám được tăng cường có thể phản ánh việc có sự tăng cường liên lạc giữa các tế bào não. Là một nhà nghiên cứu nhưng đồng thời cũng là một hành giả thiền định, hiện nay Hölzel đang cộng tác với Lazar tại Boston. Những vùng mà Hölzel và Lazar nhận diện chính là các khu vực của não bộ có liên kết với những hình thức biến đổi tâm lý và hành vi mà các hành giả thiền định đã nói tới từ hàng ngàn năm trước.

Một trong những vùng não bộ đó cho phép chúng ta chuyển hướng tầm nhìn, một khả năng nâng đỡ một loạt những kỹ xảo và hành vi, kể cả năng lực thấy được suy nghĩ của người khác và việc vận dụng những trường hợp có chấn động về cảm xúc, chẳng hạn như

khi ta vượt qua được những phản ứng của chính mình. Điều đó hoàn toàn phù hợp với những gì đang thực sự diễn ra trong lúc thực hành thiền định. Sự chuyển hướng tâm nhìn từ việc chỉ có những phản ứng lật vật mang tính tự động đến việc trở thành một nhân chứng có nhận thức sâu hơn và tinh tế hơn luôn luôn là một yếu tố cốt lõi của việc huấn luyện về thiền định. Lần lần, hành giả tập luyện chuyển hướng từ một trạng thái chỉ có nhận thức mơ hồ đến một nhận thức sống động về khoảnh khắc thực tại. Mới đây, Lazar và Hölzel cũng đã cho biết rằng ở các hành giả ít cảm thấy căng thẳng, vùng hạch hạnh nhân của họ, vốn là khu vực não bộ có liên hệ chặt chẽ nhất với sự sợ hãi và những phản ứng cảm tính, có mật độ chất xám giảm dần. Phát hiện đáng ngạc nhiên nhất là tất cả những kiểu biến đổi cấu trúc về não bộ như vậy đã được ghi nhận chỉ sau tám tuần lễ thực hành trong một chương trình thực tập của Trung tâm Giảm Căng Thẳng Dựa Trên Thiền Định.

Hölzel cho rằng công trình nghiên cứu về thần kinh học của bà đã giúp ích rất nhiều cho việc thực hành thiền định của chính mình. Hölzel nói, “Việc nghiên cứu này giúp tôi cải tiến việc thực hành của mình ngày càng tinh tế hơn, khiến tôi tỉnh thức hơn trước các tiến trình đang diễn ra trong lúc tôi thiền định. Việc nghiên cứu cũng giúp tôi học tập được sự kiên nhẫn và chấp nhận. Người ta có thể nghĩ rằng lẽ ra việc làm cho tâm trí trở nên tĩnh lặng phải dễ dàng hơn; nhưng tôi hiểu, hệ thống thần kinh cũng cần phải có thời gian mới có thể biến đổi được;

và trạng thái lơ đãng là điều đã được xây dựng thành hệ thống rồi. Chính sự hiểu biết này cho phép tôi chấp nhận cái cách thích hợp cho tôi vào lúc bấy giờ. Đó chẳng phải là lỗi của tôi hay là vấn đề đối với tôi. Đơn giản, đó chỉ là cách mà bộ não đã được tạo nên và là cách mà hệ thống thần kinh của loài người vận hành”.

Ích lợi của những thông tin này đã được khẳng định bởi Lazar. Bà phát biểu, “Điều khiến tôi ngạc nhiên nhất về cuộc nghiên cứu này là sao mà có quá nhiều những hành giả thâm niên và các vị thầy về thiền định vẫn nói rằng có sự thúc đẩy để họ thực hành thiền định trong suốt bao nhiêu lâu mặc dù việc thực hành thiền định của họ dường như chẳng đi đến đâu cả”. Lazar cũng cho biết thêm rằng các hành giả thường nói với bà, “Tôi thường nghĩ rằng tôi đang phí thời giờ vì tâm tôi cứ lang thang hết chỗ này đến chỗ nọ. Chính điều đó giữ tôi trên tấm bồ đoàn vì tôi nhớ rằng những biến đổi đó đáng kể biết là chừng nào”.

Nguồn: *This is Your Brain on Mindfulness*, Shambhala Sun.

Michael Baime là giáo sư phụ tá lâm sàng của Đại học Y khoa thuộc University of Pennsylvania và chính thức làm việc tại Trung tâm Ung thư Abramson bang Philadelphia. Năm 1992, ông xây dựng Chương trình Thiền Tỉnh thức tại Pennsylvania và có liên quan đến một loạt những đề án khác nhau trong việc thăm dò những hiệu quả của Thiền Tỉnh thức. ■

CÁC ĐƠN VỊ, CÁ NHÂN TẶNG BẢO VHPG NĂM 2011

Ban Biên tập *Văn Hóa Phật Giáo* đã nhận được một số thư đề nghị tặng bảo, Tòa soạn đã chuyển đề nghị trên đến các đơn vị, các doanh nhân Phật tử và thân hữu; năm mới 2011, các cá nhân, đơn vị hưởng ứng tặng bảo *Văn Hóa Phật Giáo* đến các chùa, trường Phật học, trung tâm xã hội trọn năm với danh sách như sau:

PT. Quỳnh Đình Nam : 100 cuốn/kỳ
 Một độc giả : 81 cuốn/kỳ
 Ô. Lâm Hoàng Lộc, NS. Trí Tuệ : 50 cuốn/kỳ
 Ô. Vũ Châm, Vina Giấy : 38 cuốn/kỳ
 Ô. Phạm Văn Nga : 37 cuốn/kỳ
 Bà Huỳnh Kim Lưu : 30 cuốn/kỳ
 Nhà hàng Tib, Hai Bà Trưng : 25 cuốn/kỳ
 ĐĐ. Thích Thiện Minh : 20 cuốn/kỳ
 PT Chánh An & Chơn Hòa : 12 cuốn/kỳ
 Bà Phùng Kim Vy : 11 cuốn/kỳ
 Cô Nga : 10 cuốn/kỳ
 Cô Cẩm Hà (USA) : 10 cuốn/kỳ
 PT. Tâm Hiền, Tâm Hoa (USA) : 10 cuốn/kỳ
 Ô. Văn Cát Tiên : 10 cuốn/kỳ
 Ô Huỳnh Văn Lộc, Q. BT : 10 cuốn/kỳ
 Tác giả Miên Ngọc : 10 cuốn/kỳ
 Cư sĩ Lương Trung Hiếu : 10 cuốn/kỳ
 Nhà sách Thái Hà : 10 cuốn/kỳ
 Bà Lý Thu Linh : 9 cuốn/kỳ
 Phật tử Diệu Định : 8 cuốn/kỳ
 Hóng Phúc & Xuân An : 6 cuốn/kỳ
 Bà Tôn Nữ Thị Mai, Q. BT : 5 cuốn/kỳ

Phật tử Phạm Thị Mỹ Loan : 5 cuốn/kỳ
 Ô. Nguyễn Mạnh Hùng, CTCP. ThaiHa Books : 5 cuốn/kỳ
 Cửa hàng Tâm Thuận : 5 cuốn/kỳ
 Cô Tú Oanh, Hà Nội : 5 cuốn/kỳ
 Thái Quang Hy : 5 cuốn/kỳ
 Anh Dũng : 5 cuốn/kỳ
 Ô/Bà Nguyễn Văn Bàn, USA : 5 cuốn/kỳ
 Phật tử Trương Trọng Lợi : 5 cuốn/kỳ
 Cô Nguyễn Hòa : 4 cuốn/kỳ
 Chú Tiến, TP. HCM : 4 cuốn/kỳ
 Bà Trần Thị Bích Trâm : 3 cuốn/kỳ
 Bà Trương Thị Mai Anh : 3 cuốn/kỳ
 Bà Lê Tự Phương Thúy : 3 cuốn/kỳ
 Bà Lê Thị Thu Thanh : 3 cuốn/kỳ
 Bà Phạm Thị Kim Anh : 3 cuốn/kỳ
 Phật tử Diệu Ân : 2 cuốn/kỳ
 BBT www.thuongchieu.net : 2 cuốn/kỳ
 Chị Tuyền, CT TNHH Cơ khí Mè Linh : 2 cuốn/kỳ
 Phật tử Nguyễn Thị Hoa : 5 cuốn/kỳ
 Bà Kim Anh, Q. 2 : 2 cuốn/kỳ
 Phật tử Từ Minh : 2 cuốn/kỳ

BBT Viện khongtu.com : 2 cuốn/kỳ
 Phật tử Quảng Mỹ : 1 cuốn/kỳ
 Cô Diệp Anh và Chị Ngân : 1 cuốn/kỳ
 Cô Kim : 1 cuốn/kỳ
 Phật tử Chánh Hiếu Trung : 1 cuốn/kỳ
 Bà Đặng Nguyễn Phương : 1 cuốn/kỳ
 Cô Nguyễn Cao Nguyệt Ánh : 1 cuốn/kỳ
 Ô. Võ Ngọc Toàn, Q. 7 : 1 cuốn/kỳ
 Phật tử Bùi Quang Việt : 1 cuốn/kỳ
 Thấy Hạnh Thông, TCIH ĐN : 1 cuốn/kỳ
 CTy Dược phẩm Phúc Thiện : 1 cuốn/kỳ
 CTy TNHH Thép Thiên Tâm : 1 cuốn/kỳ
 Chị Kiều Oanh : 1 cuốn/kỳ
 Cô Hồ Thị Phương : 1 cuốn/kỳ
 Ô. Cao Dũng, Đà Lạt : 1 cuốn/kỳ

Tổng số bảo tặng kỳ này: **606 cuốn**
 Mọi thông tin về chương trình tặng bảo đến các chùa, trường, thư viện, trung tâm xã hội..., xin liên lạc: **Tòa soạn, Phòng Phát hành VHPG : (08) 3 8484 335.**
 Email: vanhoaphatgiaovnn.vn
Ban Biên tập

Biết ơn ... khí trời

THẢO VY

1 Người ta sống ở đâu quen đó. Lâu lâu đến ven kênh Nhiêu Lộc thì ngửi thấy mùi nặng nặng. Ở ven kênh 20 năm, chẳng còn cảm thấy cái mùi ấy nữa. Sự tiếp xúc ngày qua ngày với mùi kênh làm cho khứu giác quen dần, mất cảm giác với cái mùi không dễ chịu này. Sự chai lì của cảm giác với một đối tượng chẳng những xảy ra ở ven kênh Nhiêu Lộc mà còn xảy ra ở trang trại hoa Đà Lạt. Người mới đến nhìn thấy những cánh hoa lan rực rỡ màu tím lịm pha với sắc trắng thì vô cùng thích thú. Ở với hoa 20 năm, nhìn hoa cũng thấy “thường thôi”. Chuyện sống ở đời cũng thế. Sống với người xấu 20 năm, thấy mọi việc cũng bình thường. Sống với người tốt 20 năm, thấy người ấy cũng “thường thôi”.

2 Lại có những thứ mà người ta dùng từng giây nhưng lại không bao giờ nhớ tới. Thở vào thở ra bao nhiêu lần một phút chẳng biết. Lúc giận, lúc vui thở hi hà hi hục. Lúc buồn thở hi hục hi hà. Có người thấy vậy khuyên, lúc thở vào nên nghĩ tới thân ta, lúc thở ra nên nghĩ tới mọi người. Thực hành theo thấy cũng đỡ đỡ. Nhưng rồi lại cũng buồn, cũng giận, cũng vui. Có người thấy vậy khuyên, lúc thở vào nên niệm A-di-đà Phật, lúc thở ra cũng A-di-đà Phật. Thực hành một thời gian cũng thấy đỡ

đỡ. Nhưng rồi lại cũng buồn, cũng giận, cũng vui. Loanh quanh, loanh quanh cái cuộc thở ra, thở vào này. Gặp một nhà khoa học, anh bình luận: “Ông nhiều chuyện quá, thở vào để có ôxy, thở ra để thải các-bô-níc. Sống được là nhờ... không khí. Mụ vợ chê tôi chẳng kiếm ra tiền, sống bằng... không khí. Tôi mặc kệ. Thở vào, thở ra thông suốt là tốt rồi. Suy diễn lung tung thêm rách việc”. Thở vào thở ra từ lúc mới sinh mà chẳng bao giờ để ý tới việc mình sống được là nhờ... không khí. Nói thế thôi, chứ ra đứng giữa đường mà nói “cám ơn... không khí” thì chắc có người dẫn mình đi nhà thương Biên Hòa. Về nhà mở kinh Phật ra mới thấy câu giống y nhà khoa học kia nói: Khi thở vô dài, vị ấy biết: “tôi thở vô dài”, khi thở ra dài, vị ấy biết: “tôi thở ra dài”. Khi thở vô ngắn, vị ấy biết: “tôi thở vô ngắn”, khi thở ra ngắn, vị ấy biết: “tôi thở ra ngắn”. Thế thôi, loanh quanh, loanh quanh làm chi cho mỗi một đời. Suốt đời đi tìm Bồ-tát, biết đâu cái anh bạn khoa học uống cà phê với mình hà rầm lời là Bồ-tát.

3 Trong truyện vừa “Sư già chùa Thẩm và ông đại tá về hưu”, nhà văn quân đội Nguyễn Khải kể lại rằng sư cụ một chùa nhỏ ở gần thị xã Hà Đông đã chữa bệnh co giật cho cháu ngoại của một ông đại tá. Ông Hai, tên vị đại tá



ấy, mang đến biếu sư cụ trà, bánh và bị hỏi: “Ông đem quà cho trò mà không biếu lễ đáng thấy à?”. Chùa chỉ có một sư, ông Hai ngẩn người ra, chẳng biết “thầy” của sư cụ là ai. Sư cụ nói: “Tôi là đệ tử Phật, đệ tử thì có trà có bánh còn hương hoa cúng Phật thì đâu?”. Dân gian thường có câu: “Gần chùa gọi Bụt bằng anh”. Đó là những người còn “thấy Bụt” để mà gọi bằng “anh”. Ông Hai vào chùa, được sư cụ giúp đỡ theo tinh thần giáo huấn của Đức Phật. Vậy thì, ông được hưởng lộc từ những lời giáo huấn của Đức Phật cách đây 2.500 năm. Cái lộc mà ông hưởng giống như ô-xy trong không khí, quá bình thường nên ông chẳng nhận ra. Loanh quanh, loanh quanh lại nhớ tới bà nội, mỗi lần vào chùa có nải chuối mang về lại nói: “Lạy Phật, cho con ăn mảy cửa Phật”. Hóa ra, bây giờ mới biết bà nội “thấy Phật”, hơn hẳn ông đại tá. Còn tôi lại chẳng “thấy bà nội”, nói chi là “thấy Phật”.

4 Sách Lu-ca (*Tân ước*) kể lại rằng có một người cha có hai đứa con. Ông chia gia tài cho hai đứa. Người con thứ mang tiền đi xa và ăn tiêu phung phí, cuối cùng phải đi làm người ở. Anh muốn lấy rau của heo để ăn nhưng chẳng ai cho. Anh buồn bã nghĩ: “Người làm công của cha ta được dư thừa cơm gạo, mà ta muốn ăn rau heo chẳng được”. Thế là anh hối hận về tội với cha. Người cha mừng rỡ, tổ chức ăn mừng linh đình. Người con cả về trách: “Con ở với cha bao nhiêu năm, cha chẳng bao giờ cho được một bữa ăn mừng. Nay thằng phá gia chi tử về, cha lại cho ăn uống linh đình”. Có thể là người cha sống với đứa con trưởng bao nhiêu năm nhưng do đứa con trưởng không làm điều gì để ông lo lắng nên ông... không nhận ra cái hay của đứa con trưởng. Cũng có thể ngược lại, người con trưởng không thấy được sự yêu thương của người cha đối với mình. Điều đó cũng như hít thở không khí nhưng lại không biết đến không khí.

5 Anh làm ăn lớn, X. là người phụ việc của anh. X. vụng về, thường hay hỏng việc, khiến anh phải khó chịu. Một ngày kia, X. phải về quê gặp thăm mẹ, điện thoại di động lại bị mất cắp. Anh gọi hai mươi cuộc điện thoại nhưng lúc nào cũng... ồ ỉ e. Không có X., mọi việc gặp nhiều trắc trở. Anh ngồi ngẫm lại, dường như anh chẳng biết gì về cuộc sống riêng của X. Anh chàng X. quen ai, làm gì, trọ chỗ nào anh không biết rõ. Cứ hễ gặp là cần nhả về công việc. Anh làm việc chung với X mà không “thấy X”. Anh chàng X. cứ giống như là... không khí, không có thì... chết mà có thì không quan tâm. Nửa tháng sau, X. gọi điện thoại cho anh. Anh mừng... hết lớn, hẹn X. khi vào làm việc thì đi ăn cơm với nhau một bữa. Phải qua một cuộc... bể dâu, anh mới “thấy X”.

6 Lại có những người sinh ra để cản trở anh, gây sự với anh hết việc này đến việc khác. Khi người đó còn đương chức thì tìm mọi phương cách để hạ bệ. Khi đã xuống chức rồi thì cứ mong cho người đó về hưu. Đến khi người ấy qua đời, có người đến hỏi: anh có vào ban tang lễ không? Anh trả lời ngậm ngùi: “Lúc người ấy còn sống, gây sự biết bao nhiêu mà kể. Sao lúc ấy lại chẳng vui vẻ với nhau được nhỉ? Nay chết rồi, tôi vào ban tang lễ làm gì”.

7 Cuộc sống của mỗi người đều được hỗ trợ bởi nhiều người khác. Nếu muốn mua xôi, đã có chị bán xôi. Xe Dream hư đã có anh sửa xe máy. Con muốn học giỏi đã có ông thầy. Muốn có người trông con đã có ông bà nội ngoại. Muốn giải quyết một khó khăn đã có một người già kinh nghiệm để tham vấn... Sự hiện diện của bằng ấy con người trong cuộc đời đều giúp cho cuộc sống ta thoải mái. Thế nhưng, nhiều khi ta hưởng thụ sự giúp đỡ đó giống như ta biết ơn... không khí. Ông thầy đi dạy thêm kiếm sống hay la mắng đứa học trò: không chịu học, không biết tự học, mất căn bản... Vậy nếu như học trò chịu học, biết tự học, vững căn bản, ... liệu thầy có cơm mà ăn hay không? Vậy có nên mỗi buổi học lại phải cảm ơn học trò, nhờ em mà thầy có cơm mà ăn. Thật khó làm sao. *Tăng Chi Bộ kinh* (tập 1, trang 160) viết: “Có hai hạng người khó tìm được ở đời. Thế nào là hai? Người thi ân trước và người biết nhớ ơn đã làm”. Có thật là khó tìm được ở đời hay không? ■



Thân tâm an lạc

NGUYỄN HỮU ĐỨC

Nhiều người trong chúng ta luôn mong ước “thân tâm an lạc” và đây cũng là lời chúc mà chúng ta gửi gắm cho nhau khi gặp gỡ tiếp xúc nhau. Rõ ràng là khi thân có an thì tâm mới lạc. Ngược lại, khi tâm cứ mãi lo âu phiền muộn thì không chóng thì chầy thân sẽ lâm vào bệnh hoạn.

Trong thời đại ngày nay ta thường nghe nhiều người, thậm chí là chính ta than vãn một cách rã rời: “Sao mà lúc nào cũng cảm thấy hết xí quách!”. “Hết xí

quách” đây là để chỉ trạng thái mệt mỏi đang làm giảm đi chất lượng cuộc sống rất nhiều. Xin có đôi điều về trạng thái bất như ý này vì “hết xí quách” là biểu hiện của hai rối loạn khác nhau. Một là rối loạn xuất phát từ thân và hai là rối loạn xuất phát từ tâm.

“Hết xí quách” hay mệt mỏi rã rời là dấu hiệu báo cơ thể cần phải nghỉ ngơi hoặc ngủ để phục hồi sức khỏe. Thông thường sau thời gian nghỉ ngơi hoặc ngủ đủ, cơ thể sẽ hết mệt mỏi, cảm thấy sung sức, hưng phấn, làm mọi việc như ý muốn. Nhưng nếu mệt mỏi không được

hóa giải, sau khi nghỉ ngơi mà ta vẫn thấy rã rời, sức khỏe không hồi phục thì có thể đã bị một rối loạn nào đó thuộc về thân thể của con người. Tình trạng rối loạn này nếu kéo dài nhất thiết phải đi khám bệnh để bác sĩ khám, chẩn đoán tìm nguyên nhân. Có khi cơ thể đã bị một bệnh tiềm ẩn nào đó nhưng nhờ bác sĩ khám, định bệnh và cho hướng điều trị đúng đắn kịp thời mà giải quyết được vấn đề mệt mỏi "hết xí quách" kéo dài. Hiện nay ở các nước công nghiệp phát triển thường xảy ra hội chứng có tên là "*Hội chứng mệt mỏi kinh niên*" (Chronic fatigue syndrome, viết tắt là CFS) mà nguyên nhân sinh bệnh rất khó xác định và hiện nay CFS cũng thường xảy ra ở các nước đang phát triển như nước ta. Hội chứng CFS thường xảy ra ở phụ nữ nhiều hơn, gần như gấp đôi so với nam giới, với lứa tuổi thường là 25 đến 45. Hội chứng có triệu chứng *mệt mỏi rã rời* là chính (100%) còn kèm theo: nhức đầu, khó tập trung suy nghĩ, đau họng, nhức cơ, đau khớp, khó ngủ, sụt cân (có người lại tăng cân) v.v. Một số công trình nghiên cứu vào những năm 1990 ghi nhận CFS có liên quan đến nhiễm siêu vi như retrovirus, enterovirus... Việc chữa trị hội chứng này có khó khăn vì khó xác định nguyên nhân. Bác sĩ phải khám và loại trừ tất cả các bệnh thực thể có triệu chứng gây mệt mỏi và gần như không tìm được nguyên nhân chủ yếu nào dẫn đến hội chứng này để chỉ có thể gọi đó là "mệt mỏi vô cớ" (cũng giống như triệu chứng sốt thường hay chẩn đoán "sốt không rõ nguyên nhân").

Về thuốc điều trị CFS, chủ yếu bác sĩ cho dùng thuốc trị triệu chứng liên quan. Đối với triệu chứng "hết xí quách", bác sĩ cho dùng thuốc bồi dưỡng sức khỏe. Ở một số ít nước phương Tây trước đây, người ta chuộng sử dụng thuốc tiêm chích là cao gan (hy vọng bổ dưỡng cơ thể các chất bổ dưỡng lấy từ gan súc vật, kiểu như ở nước ta trước đây rất chuộng dùng Campolon, Campovit, Sirepar là thuốc trích tinh gan và nay không còn sử dụng nữa) hoặc thuốc tiêm chứa acid folic, vitamin B12 nhưng nay đã được chứng minh là chẳng có tác dụng gì với CFS. Bác sĩ có thể cho dùng các thuốc trị các triệu chứng khác như: thuốc chống viêm giảm đau để trị nhức đầu, đau nhức cơ xương; thuốc kháng histamin và thuốc co mạch chống sung huyết để trị triệu chứng như viêm mũi dị ứng, viêm xoang; thuốc chống trầm cảm để trị chứng mất ngủ do trầm cảm và làm người bệnh cảm thấy hưng phấn trở lại...

Đối với người bị mệt mỏi vô cớ, trước đây ngay ở ta đã có tình trạng tự ý lạm dụng thuốc rất nguy

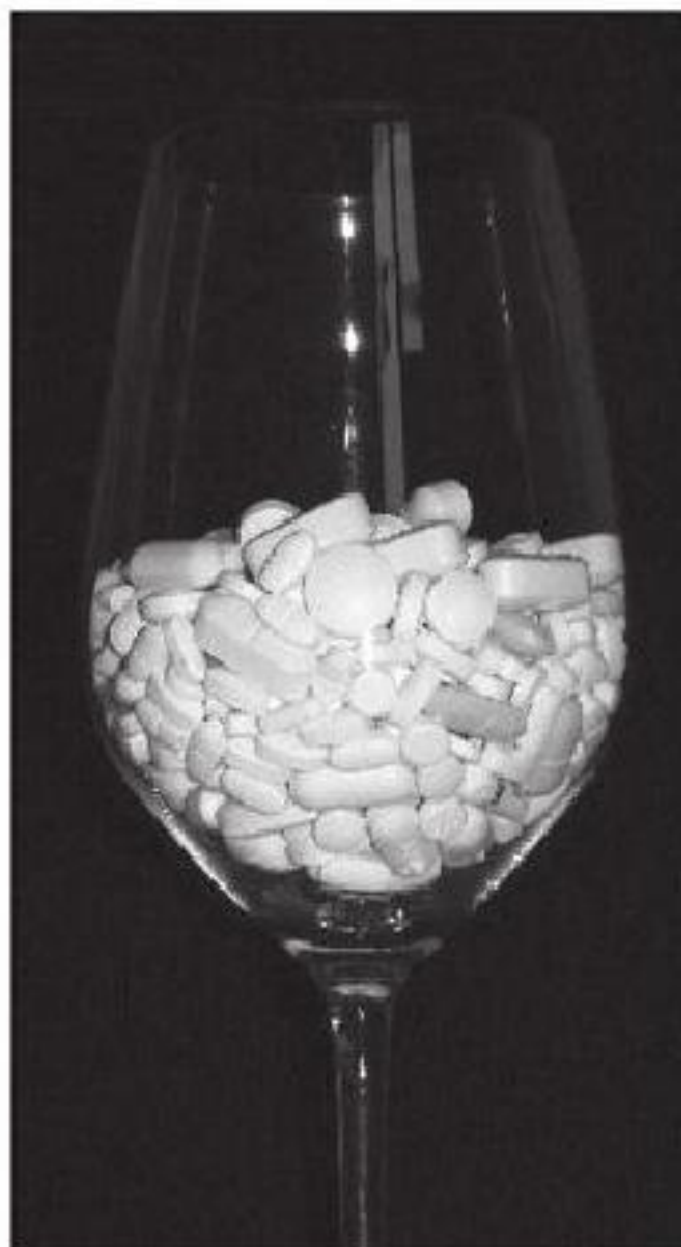
hiểm. Đó là tình trạng người bệnh không đi khám bệnh mà tự ý mua và dùng thuốc kích thích hệ thần kinh trung ương là *amphetamin* (biệt dược MAXITON nổi tiếng ở miền Nam trước đây) và một số dẫn chất của nó để trị chứng "hết xí quách". Và hậu quả của việc sử dụng thuốc bừa bãi này là một số người bị *nghiện thuốc* (giống như nghiện ma túy và sau đó phải dùng đến ma túy), bị một số tác dụng phụ về tim mạch và nhất là, có khuynh hướng tự tử sau khi ngưng thuốc. Điều cũng cần lưu ý là "*thuốc lắc*" (dimethyl-dioxy-methamphetamin, viết tắt MDMA) hiện nay bị lạm dụng một cách nguy hiểm chính là dẫn chất tương tự như amphetamin, cũng có tác dụng kích thích làm cho người ta hết mệt mỏi, hưng phấn và có thể khiêu vũ, nhảy nhót thâu đêm suốt sáng.

Hiện nay, nhiều người bị "hết xí quách" cũng thế, không đi khám bệnh mà tự ý dùng thuốc gọi là trị suy nhược chức năng như uống thuốc: Polytonyl, Sargenor, Activarol, Surfortan, Magné B6, Glutaminol B6, Arcalion... và xem thế là đủ. Hoặc có khá nhiều người hằng ngày dùng thuốc dạng sủi bọt cung cấp các vitamin và chất khoáng gọi là chống oxy hóa, chống stress và chống triệu chứng "hết xí quách" vẫn không cải thiện. Nên lưu ý, tất cả các thuốc vừa kể chỉ có tác dụng hỗ trợ (bị hết xí quách nhiều khi phải dùng thuốc do bác sĩ chỉ định) và nên dùng thuốc hỗ trợ này đúng liều lượng (như vitamin C ngày không nên dùng quá 1 gram, dùng nhiều không có lợi vì có nguy cơ gây sỏi thận). Xin lưu ý khi bị mệt mỏi thường xuyên, trước hết hãy xem lại chế độ làm việc, sinh hoạt có quá căng thẳng để sắp xếp lại tạo sự thư giãn cần thiết, chế độ dinh dưỡng có đảm bảo đầy đủ và cân bằng các chất dinh dưỡng, kể đó có thể dùng thêm các thuốc gọi là hỗ trợ, bồi dưỡng kể trên. Nhưng nếu rối loạn cứ kéo dài, nhất thiết phải đi khám bệnh để bác sĩ giúp tìm nguyên nhân. Nên lưu ý, "hết xí quách" rất có thể là dấu hiệu của bệnh trầm cảm là bệnh rất dễ xảy ra hiện nay

cần được phát hiện sớm để chữa trị đúng cách (bệnh trầm cảm nếu không được chữa trị sớm, đúng cách có khi là nguy hiểm).

Ngoài biểu hiện của CFS nói ở trên, "hết xí quách" còn biểu hiện của một rối loạn khác là STRESS. Stress là những áp lực về mặt tâm lý và những biến động trong gia đình, trong xã hội tác động lên con người gây mất cân bằng. Đáp ứng của con người bị stress là cảm thấy có "sự căng thẳng" và sự mất cân bằng thể hiện trong cơ thể là những biến đổi sinh học, sinh lý nhằm đối phó lại các áp lực, các biến động vừa nêu.

Ta cần lưu ý, stress không phải



luôn luôn là xấu. Với mức độ vừa phải, chính stress giúp ta có sự hưng phấn, cảnh giác, tập trung cao độ để đối phó lại tình huống không thuận lợi. Do con người luôn sống trong môi trường có những tác nhân xâm phạm, đặc biệt các tác nhân xâm phạm về mặt tinh thần, tâm lý, nên chính nhờ stress mà ta có những phản ứng cần thiết để đối đầu với các tác nhân xâm phạm đó, giúp ta có những suy nghĩ tích cực, tìm cách làm chủ thực tế, quyết tâm giải quyết khủng hoảng đó và thường là thành công trong việc vượt qua stress.

Tuy nhiên, nếu stress cứ lặp đi lặp lại và ta không làm chủ được nó, không thích ứng với những biến đổi do nó đưa đến, cơ thể ta sẽ bị rối loạn về mặt thể chất và tâm thần. Nhiều nghiên cứu đã chứng minh khi bị stress, cơ thể có những biến đổi mà những biến đổi này có thể trở thành nguy cơ gây bệnh như sau:

- Khi bị stress, có sự tăng tiết hormon (nội tiết tố) như các *glucocorticoid* và *adrenalin* ở tuyến thượng thận (tuyến nằm úp trên 2 quả thận) làm cho mạch máu co lại, giữ natri và nước lại trong cơ thể làm bài tiết ít nước tiểu đưa đến tăng huyết áp. Vì vậy, người bị stress thường xuyên dễ có nguy cơ bị tăng huyết áp.

- Khi bị stress, có sự tăng tiết các hormon ở hệ thần kinh như *hormon tăng trưởng* (*somatostatin*), *prolactin*, các *endorphin* (còn gọi là *morphin nội sinh*, đây được xem là "ma túy" do chính cơ thể tiết ra). Các hormon này cũng ảnh hưởng đến hệ thống miễn dịch của cơ

thể làm giảm sự đề kháng đưa đến dễ bị nhiễm trùng.

- Khi bị stress, có sự phóng thích insulin hoặc insulin tiết ra đủ nhưng tế bào "lờn" insulin không tiêu thụ được đường glucose dẫn đến tăng lượng đường này trong máu được gọi là bệnh đái tháo đường týp 2.

- Khi bị stress, có sự rối loạn chuyển hóa chất béo làm tăng lượng triglycerid, tăng lượng cholesterol "xấu" trong máu mà nhiều người gọi là "cao mỡ trong máu" dẫn đến đóng cặn mỡ trong thành động mạch gây xơ vữa động mạch. Người bị stress thường xuyên dễ có nguy cơ bị các bệnh tim mạch, bị đau thắt ngực, nhồi máu cơ tim, bị đột quỵ, bị tai biến mạch máu não chính một phần do cao mỡ trong máu.

Ngoài các rối loạn thể chất kể trên, stress thường xuyên cũng dễ đưa đến các rối loạn tâm thần như: mất ngủ, suy nhược tâm thần, trầm cảm... Người bị stress thường xuyên cũng thường ăn uống kém, hoạt động thể chất kém và dễ tìm đến rượu, thuốc gây nghiện (có người tìm đến ma túy) dùng làm phương tiện giảm thiểu stress, do đó dễ trở thành người nghiện.

Những điều trình bày ở trên cho thấy đúng là khi tâm không an tức bị stress thì thân sinh ra bệnh. Nhưng có điều rất quan trọng cần biết là đối với stress, phòng dễ hơn trị. Người ta bàn nhiều về các biện pháp phòng chống stress. Có các biện pháp đơn giản như: tìm đến nhà tham vấn, học cách chấp nhận, chia sẻ với bạn tâm giao, lập danh sách ưu tiên trong công việc, biết giới hạn của mình và không cho mình luôn là đúng, dành thời gian thích hợp cho nghỉ ngơi, vui chơi giải trí và giúp đỡ người khác... Và để hóa giải stress một cách hữu hiệu, thế giới hiện nay quan tâm ngày càng nhiều đến phương thức kỳ diệu đã được các nhà tu học phương Đông thực hành từ ngàn xưa, đó là Thiền. Thiền là gì? Thật khó để mô tả cái gì đó không phải để nói mà là hành động. Chỉ có những người nào đó đã trải qua trạng thái gọi là "bị stress" và thực hành Thiền thì mới biết Thiền là gì, đặc biệt mới thấm thía Thiền hóa giải stress một cách kỳ diệu ra sao. Không chỉ hóa giải stress mà người hốt nhiên ngộ Thiền nhờ "*hành thâm bát nhã ba la mật*" (Tâm kinh) sẽ đạt được an nhiên tự tại, thậm chí "*thông tay đi vào chợ*" và tiếp nhận cái thâm diệu bất khả tri. Trong hạn hẹp của ngôn từ, mạo muội mô tả đôi điều Thiền hóa giải stress ra sao. Nếu "*thất tình-lục dục*" đưa đến stress thì Thiền chính là sự tự do giải thoát từ bất cứ động cơ nào của thèm muốn, sợ hãi lo âu, sầu hận, xung đột triền miên trong tâm lý. Nếu stress tạo ra do sự vọng thân trong tình trạng đảo điên của cuộc sống thì Thiền là sự im lặng tuyệt đối để khám phá lấy chính mình, để là một cách thấy giúp con người thấy được "*bản lai diện mục*" tràn đầy an lạc. Nếu bị stress do sự lăng xăng, bấp xập, bất an của tâm lý vì cứ hướng về quá khứ, tương lai thì Thiền là chấm dứt vọng niệm, chứng nghiệm hiện tiền để buông xả trọn vẹn. ■



Ảnh: Trần Thanh Vy

Chuyện trên đường

DUONG HIẾU THIÊN

Trời Sài Gòn buổi trưa nắng như đổ lửa. Rời khỏi chỗ làm, tôi chạy xe chậm chậm trên con đường ven hữu ngạn kênh Nhiêu Lộc hướng về phía cầu Kiệu, cũng đã qua khúc ngoặt, chỉ còn chừng một trăm thước nữa là lên đến mặt đường Hai Bà Trưng.

Bỗng nhiên phía sau tôi có một chiếc xe gắn máy chạy thật nhanh vượt qua xe tôi nhưng sau đó lại gần như cắt ngang đầu xe rồi tấp ngay vào lề. Người lái xe lập tức gạt ngay chiếc chống ngang, dựng nghiêng chiếc xe ở ven đường và nhanh nhẹn bước xuống khỏi xe. Đó là một người đàn ông ở độ trung niên, cao gầy mảnh khảnh, ăn mặc tuềnh toàng, nước da đen sạm, cái cằm cổ cao cao trông như móc thếch vì sạm nắng, dáng vẻ quyết đoán.

Tôi tự kiểm chứng để thấy rằng suốt quá trình chạy xe về đến chỗ ấy, tôi chẳng có chút hành vi nào có thể khiến ai đó không hài lòng; tôi cũng chẳng nhìn ngang nhìn ngửa để có người nào bảo rằng tôi nhìn "đểu"; do đó, tôi yên tâm cho xe chậm chậm chạy tới trước, mặc dù cái cung cách kia thường có thể là báo hiệu của một hành động lỗ mãng. Tuy vậy, tôi vẫn cảnh giác...

Nhưng không. Người đàn ông trung niên ấy không hướng về tôi. Ông ta nhìn về phía góc đường bên trái, nơi có một đoạn dốc ngược dẫn lên đường Hai Bà Trưng sát cầu Kiệu, chỉ thoáng ngoái ra sau coi chừng xe cộ một chút rồi vội băng qua đường. Nhìn theo ông ta, tôi thấy ở hướng đó có một chiếc xe lắc tay mà người ngồi trên xe đang cố cho xe chạy ngược dốc, nhưng chiếc xe cứ leo lên dốc được vài thước lại tuột xuống. Thì ra người đàn ông này vội vã là vì sợ chiếc xe lắc tay kia có thể bị lật, và ông ta đã vội vàng lao tới để cứu giúp.

Tôi đã yên tâm và thấy mình thật vô lối khi đứng không nghi ngờ người khác có thể có hành động lỗ mãng đối với mình. Mặt khác, tôi cũng hơi hổ thẹn vì thấy mình ở gần chiếc xe lắc tay hơn ông ta mà chẳng thấy gì hết. Thấy chiếc xe lắc tay đã có người hỗ trợ, tôi chậm chậm chạy xe đến gần và quan sát.

Người đàn ông cao gầy nhanh chóng tiến đến phía sau chiếc xe lắc tay rồi cầm lấy hai chiếc càng xe từ tốn đẩy chiếc xe lên dốc. Vượt lên ngang chiếc xe lắc tay ở lề đường bên này, tôi thấy trên xe là một người cụt một chân, một tay cầm cần lái của chiếc xe tiếp tục lắc để tạo thêm động lực cho xe chạy tới, tay kia có cầm một xấp vé số. Thì ra đây là một người tàn tật bán vé

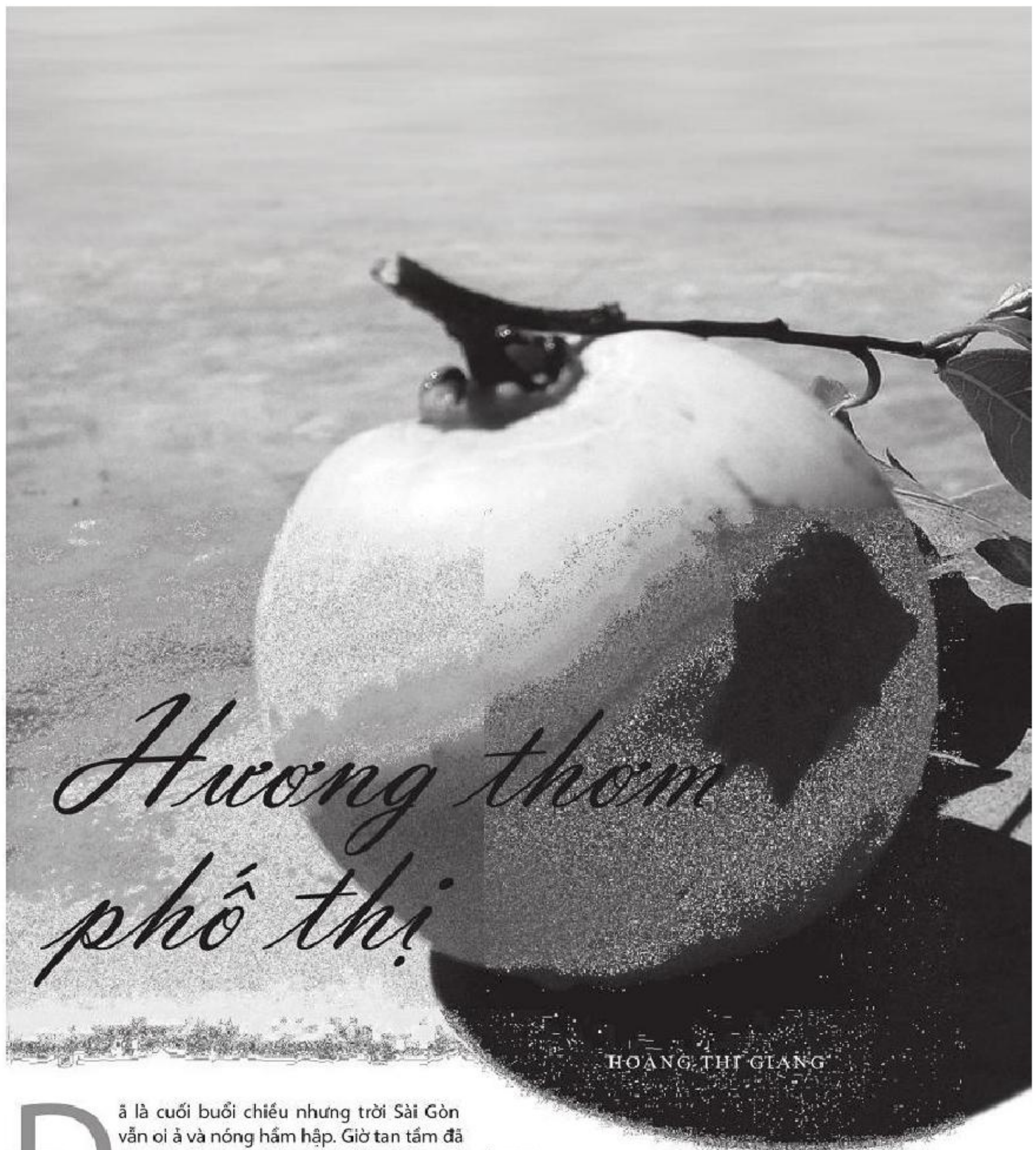


số. Sau khi đã đưa được chiếc xe lên mặt đường, người đàn ông cắt cúp đầu xe tôi lại tiếp tục nhìn hai phía con đường Hai Bà Trưng rồi đẩy chiếc xe lắc tay qua lề đường bên kia để người bán vé số có thể đi xuôi xuống cầu Kiệu hướng về ngã tư Phú Nhuận; bây giờ, ông ta mới quay lại lấy xe của mình.

Tôi chẳng bao giờ mua vé số, nhưng lúc ấy, tôi bỗng nảy ra ý định đi theo người bán vé số trên chiếc xe lắc tay.

Khi chiếc xe lắc tay đã xuống đến chân cầu Kiệu, tôi chạy xe lên chặn người bán vé số lại và ngỏ ý mua một tờ. Tôi nói, "ông chọn cho tôi tờ nào mà theo ông là có số hên". Trong lúc người bán vé số chọn số, tôi hỏi thêm, "Cái ông ban này đẩy xe qua đường giúp ông quen biết với ông thế nào?". Người bán vé số ngẩng lên trả lời, "Ông có quen biết gì với tui đâu. Chắc thấy xe tui muốn lật lúc lên mặt đường nên ông giúp, rồi tôi nhờ ông đẩy cho tui qua đường luôn. Tui cũng hay được người ta giúp như vậy lắm". Khi nhận tờ vé số và trả tiền xong, tôi nói với người bán vé số, "Trời nắng quá mà ông còn phải đi bán vé số ngoài đường như vậy cũng mệt lắm. Xin ông cho phép tôi biếu ông tờ vé số này, coi như tôi tặng ông một niềm hy vọng. Mong ông đừng từ chối". Cùng lúc, tôi đưa lại cho ông tờ vé số mới nhận. Ông ta lại ngẩng đầu lên nhìn tôi cười ra vẻ đồng ý, nhận lại tờ vé số rồi bỏ vào túi áo trước ngực.

Tôi chào ông ta và cho xe chạy đi, tự nhủ lòng rằng không nên kết luận bất cứ điều gì chỉ bằng vào những nhận xét bên ngoài, và thấm cảm phục người đàn ông đã cắt cúp trước đầu xe tôi ban nãy. ■



Hương thơm phố thị

HOÀNG THỊ GIANG

Đã là cuối buổi chiều nhưng trời Sài Gòn vẫn oi ả và nóng hầm hập. Giờ tan tầm đã qua được một lúc nhưng chính vì vậy mà đường phố lại càng đông đúc náo nhiệt, ai ai cũng hối hả cho kịp về với tổ ấm của mình nên chắc chẳng mấy ai để ý đến điều gì khác ngoài việc giữ tay lái cho vững để còn kịp vượt lên trước người khác đang cùng đi với mình trên mặt đường.

Giữa cái không khí ngột ngạt vì bụi khói, hơi người, và tiếng nổ ầm ầm của đủ các loại máy xe, trên đường đi làm về chiều nay, tôi chợt cảm nhận một chút thanh thản dịu nhẹ khi nhìn thấy những quả thị vàng tươi óng ả được bày bán trên vỉa hè đường Trường Chinh. Tôi cũng chợt nghĩ, con người sống ở thành phố càng lúc càng trở nên quen thuộc với mọi thứ mùi hôi, bụi bặm, và tiếng ồn như một phần tất yếu của cuộc sống, cho nên mùi

hương thị kia dường như không làm ai xao động ngoài một vài kẻ cùng có tâm hồn lãng mạn như mình.

Thật vậy, tôi đang hình dung những trái thị tròn xoe, xinh xắn, tươi màu quả chín treo lúc lỉu trên nền lá xanh non. Từ quả thị ở một khu vườn quê cổ tích như khu vườn ký ức tuổi thơ tôi cho tới quả thị trong lòng phố Sài Gòn chiều nay là cả một quãng đường với những giọt mồ hôi và gánh nặng cơm áo mưu sinh. Có thể, ngay cả những người đang bày bán những trái thị kia cũng chẳng bao giờ có cảm tưởng rằng họ không chỉ bán quả thị mà còn đang bán cả hương thơm cho



thành phố nữa; bởi với họ, thị cũng chỉ là một loại trái cây; cũng đơn giản như lê, cam, quýt hay nhãn, vải, chôm chôm mà thôi.

Đang miên man suy nghĩ, tôi lại chợt thấy hai cô bé học sinh dừng lại mua mấy trái thị. Tôi lại vội hình dung, có lẽ, hôm qua vừa được nghe cô giáo giảng bài văn về cô Tấm với những trái thị thơm mùi cổ tích nên mấy cô bé này mới dừng lại. Với những cô học trò ngây thơ ấy, hương thơm cổ tích vẫn còn quanh quất đâu đây, lẫn trong bụi bặm phố phường. Nhìn hình ảnh hai cô bé với bộ đồng phục màu trắng tinh khôi cùng lúc đưa trái thị lên mũi hít lấy hít để cái mùi thơm thanh sạch, trong trẻo của trái thị cô Tấm mà tôi không khỏi nao lòng. Tôi thấy tiếc cho những đứa trẻ thành phố; các em có thừa mưa sự chiều chuộng, quá đầy đủ về vật chất, nhưng lại thiếu vô cùng những khoảnh khắc

tươi non, thơ dại của tuổi thần tiên măng trẻ. Có lẽ, hình ảnh tuổi thơ hồn nhiên và đẹp đẽ nhất mà trong suốt nhiều năm qua tôi không hề tìm thấy đã hiển hiện trong nụ cười của hai cô bé học trò chiều nay; những hình ảnh quả thật hết sức hiếm hoi.

Còn nhớ, những ngày đầu thu cách đây chừng mười mười lăm năm, khi ấy tôi vẫn còn là một cô bé tóc chấm ngang vai thường theo chúng bạn lên chùa chơi đùa. Chùa làng tôi nằm ở rìa làng, khuất sau những bụi cây xà cừ um tùm xanh mướt. Phía sau chánh điện, ngay chỗ một cái am nhỏ thờ vong, có một gốc thị to và rất sai quả. Mỗi khi nghe tiếng trẻ con nô đùa quanh gốc thị là các vị Ni đã vội chạy ra hái thị cho chúng tôi rồi. Các Ni bảo, chỉ sợ lũ trẻ con chúng tôi quá hào hứng rủ nhau trèo lên hái quả chẳng may bị té gãy chân thì khổ; của nhà chùa cũng là của Phật, cần được chia cho mọi người, nhất là trẻ em vốn tâm hồn còn ngây thơ trong sáng chưa nhuộm bụi trần; có lúc các cô còn giải thích rằng bụi trần là những thói tật tham lam ích kỷ do cuộc mưu sinh vất vả mang lại.

Thị là một loại quả khá kỳ lạ. Nhìn và ngửi thì có cảm giác đó là một thứ quả rất ngon; nhưng nếu ăn thì quả thị cũng không có vị gì đặc biệt; hơn nữa, hạt của thị rất cứng khiến bọn trẻ dù cố gắng mấy cũng khó mà ăn cho nổi. Vậy là, thị thường được hái xuống để dành, để thưởng thức, chứ chẳng phải được hái để ăn. Cũng như các ni cô trong chùa thường đặt mấy quả thị trên đầu giường cho mùi hương bay phảng phất. Các ni cô còn bảo, đặt quả thị ở đầu giường sẽ mơ thấy cô Tấm, thấy những điều thiện ở đời. Tôi cũng rất thích được gặp cô Tấm sau khi đã nghe những câu chuyện kể của bà nội và cô giáo chủ nhiệm. Nhưng dù có để cả bốn trái thị chung quanh chỗ nằm thì cũng chưa bao giờ tôi gặp cô Tấm. Đó là một thắc mắc suốt thời niên thiếu của cô bé hay tết tóc đuôi sam ngày xưa. Nhiều lần tôi muốn đem thắc mắc đó hỏi các ni cô nhưng lại ngập ngừng, lẩn lữa. Rồi cuộc sống cuốn tôi đi, mới đó đã hơn chục năm trời.

Tôi đi. Tôi phải đi vì không thể dừng xe lại giữa lúc mọi người đang hối hả. Ở phố, ít khi người ta có thể làm theo những gì mình muốn mà cứ phải chạy theo những vòng quay. Những vòng quay bất tận cuốn ta hết những khúc quanh này đến khúc quanh khác, để đôi lúc nhìn lại ta không còn là ta, là chính mình giữa giữa chốn ta-bà huyền ảo. Những trái thị cũng xa dần và mất hút. Phảng phất, có lẽ chỉ còn trong nỗi nhớ của tôi mùi thơm nhẹ nhàng trinh bạch của những trái thị. Những trái thị thơm tho, vẹn tròn từ quá khứ cổ tích cho tới hiện thực chiều nay. Dù sao cũng phải cảm ơn người bán hàng kia, dù vô tình hay cố ý, họ cũng đã mang đến thành phố này, góc phố này một mùi thơm vừa lạ lùng vừa thân thuộc bởi sâu thẳm trong tâm hồn mỗi chúng ta, chắc chắn ai cũng đã từng có một dĩ vãng thơm hương mùi thị chín. ■

Tiếng chim non

NGUYỄN THÁNH NGÀ

Đó là thứ âm thanh yếu ớt, thoát ẩn, thoát hiện trong lùm bụi cỏ dại xanh tốt. Sau một đêm chịu ảnh hưởng của cơn bão rất đầu đó ngoài khơi xa, trên mái nhà vài miếng tôn đã bị lật ngửa; bên hiên nhà mấy gốc cây lớn cũng bị gãy cành, lá rụng tơi bời ngơ ngác. Dọn xong đồng rác cành lá ấy, tôi đứng tựa cửa sổ nhìn ra ngoài, thấy vắng vắng bên tai có tiếng kêu non nớt, líu ríu, mỏng manh tựa sợi tơ trời; nghe thương xót một cách kỳ lạ. Tôi vạch cỏ tìm thì tiếng kêu tự nhiên im bật. Nhưng khi tôi bước đi thì tiếng kêu ấy, rõ ràng là một tiếng chim, lại níu kéo, lại khiến tôi nao

lòng. Cố vạch bụi cỏ gai, nhìn mãi mới thấy một chú chim sè vừa ra ràng nằm bệt dưới cỏ, lũ kiến lửa đã bâu khắp thân. Nhưng cái mỏ viền vàng dễ thương kia vẫn há ra kêu lên chiêm chiếp, thoi thóp...

Hai đứa trẻ trong nhà thay nhau chăm sóc chú chim non bị thương. Chúng gói chú chim vào trong nùi giẻ ấm áp, lót cẩn thận dưới hộc bàn học. Chim non biết phận, ngoan ngoãn ngủ một giấc dài, sáng ra đã đòi ăn. Bé Thư áp nó trong đôi tay búp măng rồi lấy gạo cho chim ăn, thay tã lót làm vệ sinh cho nó. Một tình thương bao la, thân thiết không biết từ kiếp nào lại về. Bé Thư coi nó như một người bạn, nhỏ to trò chuyện và





Ảnh: Trần Thế Phong

âu yếm lạ thường. Đáp lại, chú chim non bé bỏng kia luôn ngoe nguẩy đuôi, xòe cánh, và run rẩy há miệng chiêm chiêm đòi ăn. Có khi nó mổ mổ vào ngón tay hồng nhạt của bé như muốn nói: “Cảm ơn bạn!”. Bé Thư vô cùng thích thú, trước khi đi học không quên dặn ba nhớ canh chừng giùm con nhá!

Trời vẫn chưa ngớt mưa bão. Hôm nay lại có đợt gió lạnh thổi về. Thấy mẹ bắt cu Tèo phải mặc thêm cái áo len xanh, bé Thư cũng vội vàng lót thêm vào “giường ngủ” của người bạn nhỏ một lớp vải dày cho ấm. Bất ngờ, chim bay lên một quãng xa rồi chúi đầu xuống nền gạch. Bé Thư reo lên như xem xiếc; cu Tèo vội chạy theo và mừng rỡ gọi: “Sẽ ơi, mau bay về nào!”. Tôi nhăm nhính, đã hơn tháng rồi còn gì. Có lẽ mùa thu là tháng chim rời tổ, nên cú đập cánh đầu tiên này coi như là bước chập chững vào đời của chú chim non mất mẹ.

Tôi chợt liên tưởng đến thân phận của những em bé buộc phải sớm vào đời, vẫn không thiếu trong xã hội đang ngày một phát triển của đất nước ta hôm nay. Cũng như chú chim non kia bị cơn bão xô lia khỏi tổ, những em bé sớm vào đời đã bị những cơn bão lòng người thổi bay ra khỏi mái ấm gia đình, đành phải đánh mất hơi ấm tình thương từ vòng tay âu yếm của cha của mẹ, đành chấp nhận mọi mưa gió của cuộc tranh sống khắc nghiệt giữa chợ đời. Trong vòng vây tàn bạo của quy luật “mạnh được yếu thua” hay “khôn sống mống chết”, trí óc non nớt của các em làm sao có thể đối phó được với những mảnh khốc xảo quyết của người đời để giữ được sự ngây thơ cần có của tuổi hoa niên? Và khi chưa trưởng thành về nhân cách, các em đã sớm cần cỗi về tâm hồn, để một lúc nào đó lại có những hành vi đóng góp thêm vào những vết màu loang lổ của bức tranh suy thoái đạo đức xã hội. Nhưng các em có làm gì nên tội? Tôi chợt thấy mình quá nhỏ nhoi trước những đau thương của kiếp người; đành chỉ biết tự nhủ lòng, hãy cố làm được những gì đáng làm

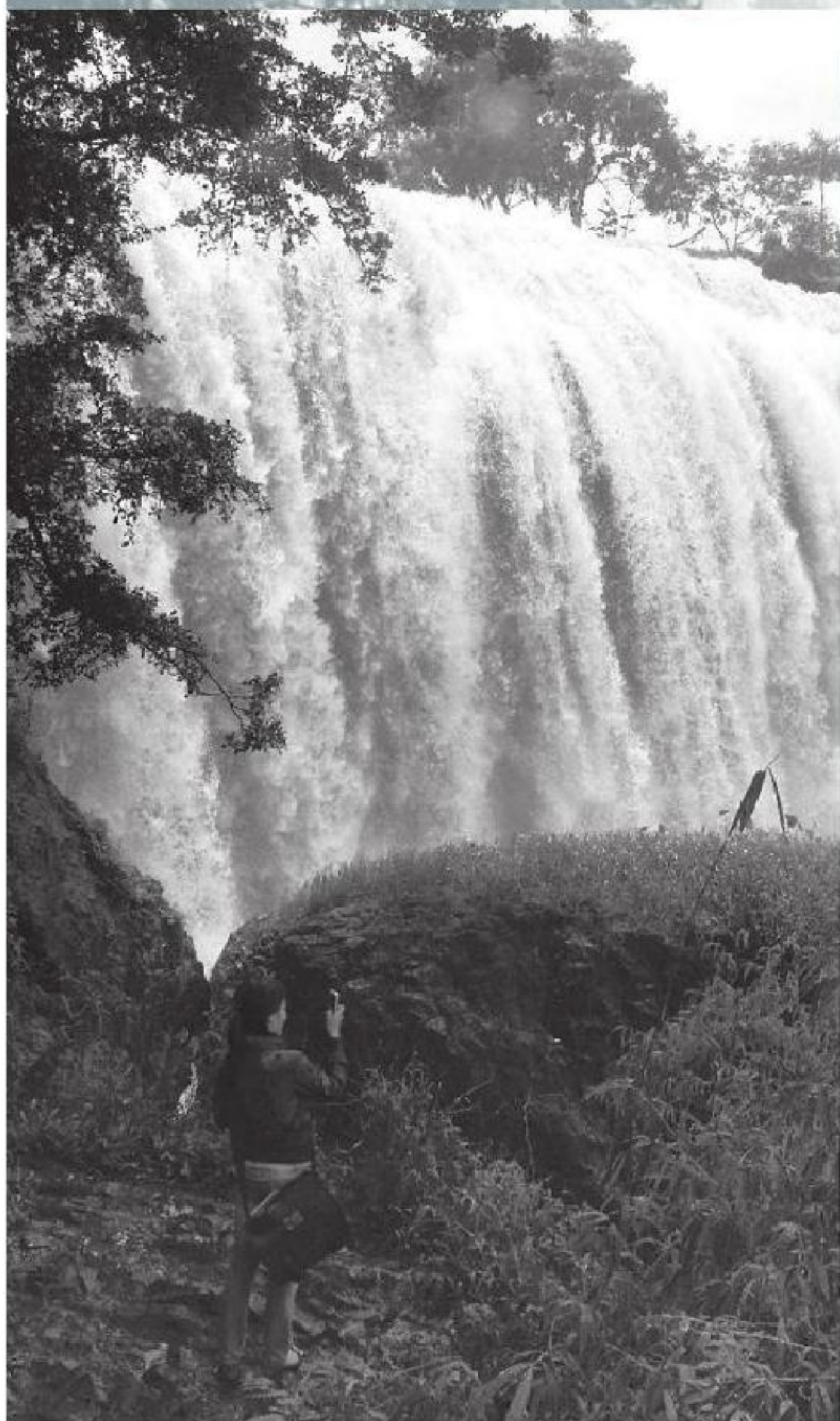
trong phạm vi nhỏ nhoi của mình để khơi gợi sự hiền thiện ở những người gần với mình nhất.

Nhìn hai đứa trẻ tận tình chăm sóc cho con chim non tội nghiệp kia, lòng tôi xúc động và mừng thầm thấy rằng các cháu đã có được những nhận thức giản dị nhất về lòng từ bi. Con chim non cũng là một sinh vật có cảm quan, nó cũng biết đau khổ và biết yêu thương. Bây giờ con chim sẽ non đã có thể bay lên và đậu trên ngón tay hay trên vai lũ trẻ. Nó run rẩy kêu lên những tiếng chiêm chiêm như mời gọi sự chờ che. Tôi hiểu nó cũng cần có được sự âu yếm của mẹ; cũng may, bé Thư có đủ nhạy cảm để vuốt ve nó. Cu Tèo thì dư dả nắm tay cản dặn chú mèo đừng đụng đến nó. Tôi lại nhận ra, xã hội bất ổn là vì luôn có sự rình rập của tình trạng “cá lớn nuốt cá bé”. Nếu tôi không cẩn thận, biết đâu một ngày kia con mèo sẽ xé nát chú chim non. Ý thức này dạy tôi luôn phải bảo vệ để tránh được sự tổn thương của trẻ. Thế là chiếc lồng sơn được mua về, và chú chim sẽ non được nhốt trong đó mỗi khi hai đứa trẻ đi học. Tôi cảm thấy yên ổn, nhưng vẫn chưa thể yên lòng! Chim được nhốt vào lồng có cơm nước hẳn hoi, nhưng tiếng kêu lại thảm thiết hơn. Quả vậy, chim lớn khôn rồi thì tiếng kêu thảm thiết hơn lúc bị nạn. Nó cứ đập cánh tìm cách bay ra. Tôi chợt nhớ câu nói của ai đó *tự do hay là chết?* Đúng là chim muốn tìm tự do, còn mèo kia thì muốn rình rập ăn thịt. Tôi biết làm sao đây?

Đang loay hoay với nỗi khó khăn này, thì bà cố chống gậy đến chơi. Thấy chim sẽ trong lồng cứ đập cánh và kêu thảm thiết, cố nhẹ nhàng nói: “Chim lớn khôn rồi thì thả ra cho nó về với mẹ nó, đừng nhốt nó nữa!”. Lời nói của cố từ bi thanh thản, khiến tôi nhẹ nhõm trong lòng. Thế mà luẩn quẩn tôi nghĩ mãi không ra. Tôi liền mở cửa lồng, chú chim non vụt bay ra ngoài. Trước sân là bầu trời rộng, và mùa thu xanh biếc thoáng những gợn mây lãng đãng. Không biết chim bay đi tìm mẹ hay bay về đâu? Tôi chắc là nó đi tìm hai đứa trẻ... ■

Du thám thác Voi

Bài & ảnh: TRỊNH CHU



Tôi đến thác Voi trong tâm trạng người đi đối gió. Nhưng chẳng hiểu sao lòng lại thoáng qua niềm tưởng trước chốn thiên nhiên kỳ vĩ, ban sơ. Rồi tự hiểu, mình đang là lữ khách. Nương nỗi đời vào tiếng chuông chùa Linh Ẩn, mong tìm được niềm hạnh ngộ với đấng siêu giác giữa miền sắc - không huyền vi, cho vơi bớt những âu lo, và bắt đầu hành trình du thám chân thác với hơn 145 bậc đá chênh vênh.

Thường để chinh phục một ngọn thác hay một đỉnh núi, ta phải trèo từ dưới lên trên. Riêng thác Voi, ta lại chinh phục chân thác với nhiều điều lý thú, hồi hộp, nơi thuở xa xưa theo truyền thuyết từng là chỗ quần tụ của những đàn voi rừng.

Nằm giữa lòng thị trấn Nam Ban thuộc huyện Lâm Hà, tỉnh Lâm Đồng, cách trung tâm thành phố Đà Lạt chừng 25km về phía Tây nam, thác Voi là một cái tên nhuộm màu huyền thoại, gắn liền với mối tình bi tráng của đôi trai tài gái sắc người K'Hor bản địa. Thác cao khoảng 35m, rộng 15m, tuôn đổ nước từ suối Cam Ly Thượng chảy về giữa rừng rêu cổ tích rừng già. Khi tôi hỏi: "Tại sao lại gọi là thác Voi?", thì được một ông lão là cư dân lâu năm ở đây, cho biết: "Thực ra thác Voi là cách gọi của người Kinh khi dịch nguyên nghĩa từ *Liêng Rowoa Jor Biêng* trong tiếng K'Hor. Nghĩa riêng của các từ đó, như sau: *Liêng* = Thác, *Rowoa* = Voi, *Jor Biêng* = Đá lớn. Có thể hiểu *Liêng Rowoa Jor Biêng* là thác có những tảng đá lớn hình con voi quây quần. Điều này liên quan đến một sự tích của người K'Hor".

Vẫn cái giọng lơ lớ tiếng Kinh, ông lão dắt dẫn tôi vào miền huyền sử: Chuyện xưa kể lại rằng, vùng đất này vốn dĩ an lành. Con người sống đoàn kết, sum vầy bên nhau. Người xứ khác gọi nơi đây là xứ sở của hòa bình và tình yêu. Có người con gái rất đẹp, con tù trưởng trong làng, nức tiếng bởi giọng hát hay, múa giỏi, đem lòng yêu thương chàng trai dũng mãnh, vạm vỡ, con của tù trưởng làng bên cạnh. Dân cả hai làng chỉ đợi ngày cùng nhau uống rượu cần ăn mừng. Nào ngờ, chiến tranh xảy ra. Chàng trai phải lên đường đánh đuổi quân thù. Chàng đi mãi, đi mãi. Người tù trưởng già rồi chết. Còn người con gái chờ suốt từ mùa rẫy này sang mùa rẫy khác mà chàng trai vẫn bật vô âm tín. Trong những ngày mỗi mòn chờ đợi người yêu, nàng đã cất tiếng hát than vãn với lũ chim

rừng. Giữa đại ngàn bao la có loài chim B'ling nghe được tiếng hát của nàng, bèn cất công đi tìm chàng trai. Mới hay, chàng đã gục ngã dưới mũi tên kẻ thù. Đêm xuống, lũ chim B'ling trên đỉnh núi về báo mộng cho nàng biết là chàng trai đã vĩnh viễn ra đi, không bao giờ còn dịp thực hiện lời ước hẹn xưa với nàng. Nghe báo mộng, nàng tột cùng đau khổ. Tuy vậy, nàng vẫn không tin là chàng đã chết, nàng vẫn le lói hi vọng mong manh rồi chàng trai sẽ trở về. Đêm. Nàng ra một nơi hoang vắng giữa rừng sâu và bắt đầu cất tiếng hát. Tiếng hát níu non. Tiếng hát ai oán. Tiếng hát là tiếng lòng nàng đang thổn thức. Tiếng hát là lời gọi chàng trai trở về. Bầy chim rừng bay đến rất đông để nói với nàng về một sự thật đau lòng. Đàn voi rừng cũng kéo đến để báo với nàng một tin mà nàng không bao giờ mong đợi. Nhất quyết nàng vẫn một mực không tin. Nàng vẫn hát. Hát đến kiệt sức. Nhưng lạ thay, lúc ấy tiếng hát lại càng lan xa, càng thống thiết. Biết không thể làm sao nói cho nàng tin sự thật, đàn voi rừng bèn chia nhau đi tìm xác chàng trai. Đến sáng thì xác chàng trai được đem về. Nàng đổ gục trước nỗi đau quá lớn, ngọn núi nơi nàng ngồi cũng gãy xuống làm thành dòng thác ầm ào chảy, như nước mắt nàng tưới dẫm lên đàn voi rừng vô tội. Trong sự đồng cảm tột cùng, đàn voi bỗng hóa đá, lặng câm từ bấy đến giờ. Bởi vậy người K'Hor ở đây đã gọi ngọn thác này là *Liêng Rowoa Jor Biêng* - thác của những con voi phủ phục hóa đá trước tình yêu nồng nàn, son sắt.

Tạm chia tay ông lão người K'Hor để miễn và nỗi buồn thi vị của câu chuyện tình có kết thúc bi thiết mà ông kể, tôi du hửng qua những vực đá chông chênh, hiểm trở, nhìn ngắm thác Voi dưới nhiều góc độ. Hàng vạn cột nước từ trên cao dội xuống trắng xóa giữa những thanh âm vang rền. Chẳng biết có phải tạo hóa đã kỳ công tái hiện quang cảnh trong truyền thuyết hay không mà trước mắt tôi lúc này là hình ảnh từng đàn voi rừng với tấm áo choàng xanh trên lưng hiện ra nơi màn hơi nước mờ ảo, như đang đợi lệnh của đấng chủ nhân vô hình trong sương khói. Phía sau thác là những hang động, như hang Gió thâm u và hang Dơi kỳ bí. Tôi phải cố nép mình để lách qua những kè đá trơn trượt, đẩy rêu mới có thể chiêm ngưỡng được những hình thù cổ quái nơi hang Gió, hang Dơi. Bên trong hang Gió là quang cảnh khoáng đãng, với nhiều dây leo chằng chịt, cũng là nơi đặc địa cho rêu xanh phát triển. Hang Dơi, đúng như tên gọi, là nơi xưa kia đàn dơi trú ẩn. Hang sâu dưới mặt đất 50m, vừa hoang sơ, huyền ảo, vừa rờn rợn da thịt bởi hệ thảm thực vật phong phú, đa dạng. Đặc biệt là hình ảnh, màu sắc rất lạ của những nhũ đá... Chuyến du thám chân thác hoàn tất, tôi ngược lên chùa Linh Ẩn, một lần nữa ngắm thác Voi từ xa trong màn sương giăng, bụi phủ. Bỗng vắng trong thính không tiếng kinh siêu độ hòa với lời bài hát của nhạc sĩ Trịnh Công Sơn chẳng biết từ đâu vọng lại "*Nhiều đêm thấy ta là thác đổ - Tình ra có khi còn nghe...*". ■



Nhớ ngày tư trường

Mỗi đời người, được cấp sách đi học, có lẽ không ai là không nhớ tới ngày tư trường. Ở đó, có trái bàng mùa thu bất ngờ rơi làm giật mình con trẻ, có cái nhìn ngơ ngác của đôi mắt trong veo, có cái níu tay mẹ với hai hàng mi ướt nhoe nước mắt... Tất cả đều thân thương, hồn nhiên đến lạ; và chỉ có thế mà đã làm điểm tựa cho mỗi người vượt qua bao sóng gió của dâu bể cuộc đời.

"Hàng năm cứ vào cuối thu, lá ngoài đường rụng nhiều và trên không có những đám mây bàng bạc, lòng tôi lại nao nức những kỷ niệm hoang mang của buổi tư trường."

Tôi quên thế nào được những cảm giác trong sáng ấy đã nảy nở trong lòng tôi như những cành hoa tươi mỉm cười giữa bầu trời quang đãng...

... mỗi lần thấy mấy em nhỏ rụt rè núp dưới nón mẹ lần đầu tiên đến trường, lòng tôi lại tung bừng rộn rã.

Buổi mai hôm ấy, một buổi mai đầy sương thu và gió lạnh. Mẹ tôi âu yếm nắm lấy tay tôi dẫn đi trên con đường làng dài và hẹp. Con đường này tôi đã quen đi lại lắm lần, nhưng lần này tự nhiên tôi thấy lạ. Cảnh vật chung quanh tôi đều thay đổi, vì chính lòng tôi đang có sự thay đổi lớn: Hôm nay tôi đi học."

Những câu văn tài hoa ấy của nhà văn xứ Huế Thanh Tịnh không thể nào thiếu được trong hòa tấu khúc mùa tư trường, đã in dấu trong tâm hồn bao thế hệ học trò. Chính những cảm xúc ngọt ngào thơm ngát từ thuở thơ dại cấp sách đến trường ấy, mỗi khi được nhắc lại, vẫn làm dịu đi bao nỗi nhọc nhằn đời thường. Tình cảm chân thực của những tháng ngày xa xưa luôn





HỒ THU

tỏa sáng trong chuỗi dài kỷ ức của những tháng năm đời người đầy lo toan. Khi mùa thu về với lá vàng rơi đầu ngõ, giạt mình chợt nhớ da diết một khoảng trời cũ, thấy ấm áp niềm vui thuở học trò. Để thấy chùm phượng vĩ đỏ muôn ở một góc sân trường cũ cứ ngời lên bao điều nuối tiếc như cháy mãi những vắn vường vì chưa nói hết nỗi nhớ niềm thương. Khép lại sau lưng mùa hạ trong veo nắng và gió, trong veo tiếng cười đùa với những chiều vàng rực rỡ, mở lòng đón thu về để nao nức trong niềm vui của ngày tựu trường.

Nhớ mãi ngày còn nhỏ, sau kỳ nghỉ hè đầy thi vị với quê nhà bát ngát cánh đồng, con diều no gió vi vút trên cao, chỉ còn khoảng vài ngày nữa là đến ngày khai trường, bọn trẻ chúng tôi lúi húi lục tìm những tờ giấy báo cũ để bao sách vở, vẽ nhãn tên đủ màu sắc, dặn mẹ đi chợ mua những viên mực tím be bé về ngâm trong bình mực nhỏ nhắn, thay những ngòi viết lá tre đã hoen gỉ bằng những ngòi bút mới, sáng loáng. Rồi còn giục mẹ may cho bộ quần áo mới, thơm tất hơn. Chúng tôi háo hức chờ đợi ngày khai trường với tâm trạng vô tư của những đứa trẻ ngây thơ. Chỉ mong gặp lại bạn bè sau ba tháng hè xa cách để hàn huyên tâm sự, để kể cho nhau nghe những ngày hè. Và còn sánh vai nhau đo xem đứa nào cao hơn...

Đã xa rồi những mùa tựu trường năm cũ, còn đâu quê nghèo với con đường rợp bóng tre mát rượi, với ngôi trường mái tranh ế a tiếng đọc bài véo von. Còn đâu những ngày xưa yêu dấu cùng chúng bạn đi trên con đường sứt sùi bùn đất bao mùa mưa nắng đến trường, để nghe trong gió mang từ đồng xa về hương lúa ngọt ngào. Tất cả như còn mãi những gì quen thuộc nhất, êm đềm nhất của ngày xưa tuổi thơ. Có phải chỉ

xa thôi, chứ không có nghĩa là mất? Nhưng sao những mùa tựu trường năm cũ cứ đi qua và đi mất để thương để nhớ; và tiếng trống ngày khai trường năm mới cứ làm vương mãi trong lòng hình ảnh mùa tựu trường năm cũ...

Hôm nay, tôi đưa con tôi tới trường như ngày nào mẹ dắt tôi tới lớp. Trong tôi lại tràn ngập cảm xúc lo lắng, bồi hồi. Lo biết bao nhiêu khi con mình lần đầu tiên đến trường, một ngôi trường mới, khang trang và cao rộng hơn. Và thấy cô mới, bạn bè mới. Bước chân con xôn xao những nỗi niềm. Sự lạ lẫm của con chắc chắn cũng như mình ngày trước. Sẽ hoảng hốt, hồi hộp, lo lắng vô cùng. Nhưng bước vào cánh cổng trường là mở ra trước mắt con một thế giới chứa chan bao điều mới lạ. Con sẽ lớn lên từ mái trường này...

Tất cả rồi cũng sẽ đi qua, để lại trong ta những tháng ngày thương nhớ. Chỉ những kỷ niệm ngọt ngào là còn mãi. Buổi học đầu tiên của con hôm nay, vẫn là nét chữ i tờ ngộ nghĩnh trên trang giấy trắng tinh. Mùa thu, trời trong xanh thoáng đảng và nắng vàng đang trải mình mang trên lối cỏ sân trường. Nghe gió thu xào xạc lá rơi nhẹ nhẹ cùng những trái bàng chín thơm thơm. Bồi hồi cùng con bước trên sân trường loang nắng. Thoáng đâu đây nghe thắm thì những câu thơ chẳng nhớ của ai thuở nào mà tôi đã sưu tầm thời còn đi học:

*"Có cả cuộc đời rồi bỗng nhớ
Những đoạn đường xa lắc tuổi thơ đi
Bàn chân nhỏ len qua bờ ruộng nhỏ..."*

Lại rộn trong lòng chút nhớ tiếc băng khuâng...■



Làng cổ

HUỲNH VĂN

Mới mấy chục năm thôi mà lối sống của người Việt ta từ quê ra tới chợ đã thay đổi nhiều lắm. Phỏng chừng không lâu nữa, có ai đó vì lòng hoài cổ, muốn tìm lại cái làng xưa để thăm một chuyến, e sẽ bị khó tìm, nếu không muốn nói ngay rằng không tìm đâu ra.

Phần nhiều, làng lập ven sông, từ xa nhìn thấy, làng phất phơ những khóm tre, ẩn hiện những xóm nhà, còn đồng làng thì rập rờn trải rộng tới phía chân trời một màu xanh ngát của lúa non hay màu vàng ươm trong mùa lúa chín. Con đường dẫn vào làng là... đường làng, còn được gọi là hương lộ, nối làng nọ với làng kia, chạy qua cổng làng rồi chạy từ đầu làng đến cuối xóm, chạy suốt trong làng. Đường làng có đoạn đắp đất cao, cũng gọi là bờ đê, để ca dao có câu *Ai đi bờ đê một mình - Phất phơ chéo áo giống hình trò Ba...*, tạo nên con đê đầu làng để ngăn, không cho con sông đổ những cơn lũ lớn vào làng. Làng lập ven sông để sông dẫn nước vào ruộng đồng, và còn

để dân làng sắm thuyền, sông đi lại trên sông nước, tiện lợi hơn nhiều so với đường bộ thời đó. Nhìn làng, người ta thấy bao vẻ đẹp của phong cảnh thiên nhiên và cuộc sống con người như ca dao đã mô tả: *Làng ta phong cảnh hữu tình - Dân cư giang khúc như hình con long - Nhờ trời hạ kế sang đông - Làm nghề cày cấy vun trồng tốt tươi*...

Người ta vẫn bảo, cuộc sống trong các làng quê diễn ra ở phía sau lũy tre làng. Cuộc sống ấy thật thanh bình. Mỗi khi ta đứng ngắm cảnh chiều: ráng chiều nhuộm đỏ da trời, trâu bò nhẩn nha về trên đường thôn, đó đây những cột khói un đồng vật vờ trong gió, đàn trẻ nhỏ say sưa thả diều trên đê... Trên cánh đồng làng, nhà nông có hai mùa cày cấy vất vả, vào tháng Ba và tháng Mười mỗi năm. Đến ngày mùa, ai nấy đều làm lụng vất vả, chân lấm tay bùn, còn đồng làng thì hứng giọt mồ hôi của nông dân. Cho đến khi hạt lúa chín ngoài đồng được đem về nhà phơi khô quạt sạch mà cất vào hầm, vào bồ, những mảnh ruộng chân thấp chân cao đều được cày cấy xong, thì thời gian còn lại

là để cho nhà nông nghỉ tay, hưởng nhàn và chờ đợi mùa sau. Trong cảnh nông nhàn, các làng quê thường tổ chức tết tư, lễ hội, các cuộc vui chơi, giải trí. Tháng Giêng có Tết Nguyên đán, Tết Nguyên tiêu, tháng Năm là Tết Đoan ngọ, tháng Bảy mở lễ hội Vu lan báo hiếu, tháng Tám vui Tết Trung thu... Người ta thường nói "dĩ thực vi tiên", cho nên có lễ tết là có tổ chức ăn uống, vui chơi. Tết Nguyên đán thì "Có nghèo cũng ngày Tết, có hết cũng ngày mùa" kèm theo hội làng với nhiều việc cúng tế đình đám, biểu diễn trò chơi dân gian như đánh đu, hội bài chòi, xổ cổ nhân... và chắc chắn là phải có hát bội được tổ chức nơi đình làng, cho Thành hoàng chứng, đồng thời cũng để cho bàn dân thiên hạ xem. Nhưng cuộc sống, mà cụ thể là cái ăn cái mặc, đâu có cọt đùa với nông dân, cho nên người ta còn phải tranh thủ nông nhàn để làm các nghề phụ như một cách kiếm thêm kế sinh nhai. Trong các làng quê, mỗi làng thường sở trường và nổi tiếng một vài ngành nghề riêng, để cho tên ngành nghề gắn liền với tên làng, như ở Bình Định thì có làng dệt Phương Danh, làng đúc đồng Bằng Châu, làng bún tươi Ngãi Chánh, làng nem chợ Huyện... Người Bình Định vẫn lưu truyền câu ca dao: *Lựa Phú Phong nên duyên nên nợ - Nón Gò Găng khắp chợ mền thương*. Nổi tiếng cả nước, có làng Bát Tràng làm gốm, làng Bần Lữ tương, làng Chuông chằm nón... Bên cạnh những làng nổi tiếng về nghề, còn có những làng nổi tiếng vì là "đất vua" "đất học", như làng cổ Đường Lâm (thuộc thị xã Sơn Tây - Hà Nội) là đất phát tích của hai vị vua Phùng Hưng và Ngô Quyền, lại có nhiều bậc danh sĩ; làng Kiền Mỹ cổ Bảo tàng vua Quang Trung xây dựng trên vườn nhà cũ của ba anh em nhà Tây Sơn, làng Phú Xuân có nhà lưu niệm nữ tướng Bùi Thị Xuân tọa lạc trên vườn nhà cũ của thân sinh ra bà... Nhờ là làng của hàng thế phiệt trăm anh một phần, và phần nữa là nhờ một bài thơ hay mà thôn Vỹ Dạ nổi tiếng, được người xa gần ít ai không biết: *Sao anh không về chơi thôn Vỹ - Nhìn nắng hàng cau nắng mới lên / Vườn ai mướt quá xanh như ngọc / Lá trúc che ngang mặt chữ điền...* (Đây thôn Vỹ Dạ, thơ Hàn Mặc Tử).

Tuy cuộc sống của làng nói chung là thanh bình, nhưng chẳng phải làng không có hoi bất trắc, tai ương. Đó là lúc bị thiên tai bão lụt mà sinh đôi kém, lúc bởi sa cơ thất thế mà nghèo... Và cũng lắm khi là bởi địch họa mà điêu tàn. Cho nên, trong làng luôn có câu "Tinh làng nghĩa xóm" để nhắc nhở nhau sống đoàn kết, hòa thuận; "Lá lành đùm lá rách" để hô hào cứu giúp nhau mỗi khi gặp phải khó khăn, hoạn nạn. Câu: "Giặc đến nhà, đàn bà cũng đánh" nói lên ý chí của toàn dân trong việc chống lại giặc ngoại xâm để bảo vệ làng, cũng như bảo vệ giang sơn tổ quốc.

Nói rằng cuộc sống diễn ra sau lũy tre làng, nhưng làng không hề cô lập mà luôn là làng mở, giữa các làng luôn có sự quan hệ gắn gũi với nhau: Thôn Đoài

ngồi nhớ thôn Đông; Trai An Thái - gái An Vinh... *Anh về bến Gò thăm cha - Tháng giêng em đợi, tháng ba em chờ - Ngõ lên hòn An Tượng mây mờ - Thương người mòn mỏi đợi, giọt mưa trời cũng rơi nghiêng* (Ca dao Bình Định).

Lẽ đương nhiên, làng có ruộng đồng xanh tốt, làm nên sự trù phú, cho *đất lành chim đậu*. Nhưng kìa, còn có những làng đất hẹp người đông, đồng chua nước mặn, phải mò cua bắt ốc kiếm sống mà cứ cấm chân người ta ở lại. Câu "bỏ làng ra đi" là một câu chê trách những ai rời rời khỏi làng; dân ngụ cư bị coi khinh, vì đã một lần "bỏ làng ra đi"... Người ta có nhiều lý lẽ để ở lại làng. Nếu đi xa vì tìm sinh kế, người ta tự bảo ban: *Vận nghèo đi tới xứ mô cũng nghèo; Gánh cực mà đổ trên non - Cầm đầu chạy trốn, cực còn đuổi theo...* Người trọng cội nguồn thì đem câu: *Nơi chôn rau cắt rốn, nơi mồ mà tổ tiên...* mà tự an ủi, dẫu đói no cũng ở với làng. Bởi lẽ thị phi đó, cho nên ai bị cảnh ngộ nào đó phải rời xa làng, phải cách trở làng thì thương nhớ làng, khao khát một tình quê, một ngày về: về với làng cũ, cảnh xưa, với hình bóng mẹ già đợi trông: *Tịch mịch sầu với bèo râm ran - Chuối vườn khuya lọt ánh trăng tàn - Người ơi quê cũ đèn hoe ngọn - Tóc bạc trông chừng cổng héo hon...* (Cổ quận, thơ Quang Dũng). Người nghệ sĩ nặng một tình quê đã dành, đến người làm quan to, cũng không kém, vì đã có không ít ông quan về *hưu quan trí sĩ* ở quê nhà, sống đời dân dã với dân làng: *Chú Đáo bên đình lên với tớ - Ông Từ xóm Chợ lại cùng ta* (thơ Nguyễn Khuyến), và đến khi mãn đời, về cõi *chẳng mô tê* (thơ Xuân Diệu) thì gởi lại năm xương tàn nơi quê cha đất tổ.

Hình như biểu tượng của làng cổ là cái cổng làng: Cổng làng xây gạch, loang lổ, lấm rêu phong, mọc trên hai mái cổng những cây ổi tàu xen lẫn cây bầu rượu, dây leo bìm bìm... với cảnh mỗi sớm mai: *Cổng làng vội mở ồm ào - Nông phu lững thững đi vào nắng mai* (thơ Bằng Bá Lân). Còn bao nhiêu nữa những cảnh, những tình của làng xưa: Hàng cau liên phòng, ngõ trúc quanh co, con đò khua nước đêm trăng, người vợ trẻ trông chồng đi xa về, nỉ non tiếng đàn bầu đêm khuya khoắt... Phần nhiều, những gì đáng yêu, đáng quý kia đã vẳng bóng và được thay thế bằng cuộc sống hiện đại, mặt nào đó có thể nói lắm cộ nhiều xe, lấm âm thanh hỗn tạp, lấm tình cảnh cô đơn... Dù sao, cũng phải ghi nhận, hiện nay đang có phong trào xây dựng lại những cái cổng làng, nhưng những cổng làng đó vẫn không nói lên được cái hồn làng của ngày xưa.

Ôi, trong cuộc phát triển không ngừng ngày nay, liệu làm sao mà lưu giữ được mảnh hồn làng có tuổi bốn ngàn năm như một bảo vật của tổ tiên, của các thế hệ ông cha ban tặng cho đàn hậu thế? Chớ không như có nhà thơ đã báo động: *Xưa tôi sống trong làng - Giờ làng sống trong tôi* (Thơ Nguyễn Ngọc Hạnh). ■



Nhỏ quá đèn ời!

SONG ANH

"... Tết Trung thu xách đèn đi chơi. Em xách đèn đi khắp phố phường. Lòng vui sướng với đèn trong tay. Em múa ca trong ánh trăng rằm. Đèn ông sao với đèn cá chép. Đèn thiên nga với đèn bướm bướm..."

Đã hơn bốn mươi năm trôi qua, nhưng bài hát ấy cứ sống mãi trong tôi; nhất là khi chuẩn bị đón rằm tháng Tám. Hồi ấy, vào buổi tối trước đêm rằm Trung thu, bà ngoại tôi thường tụ tập con cháu trước sân nhà phân phát bánh kẹo rồi kể chuyện cổ tích, nào là chuyện chú Cuội ngồi gốc cây đa, nào là chuyện Hằng Nga-Hậu Nghệ, khiến lũ nhỏ chúng tôi mê tít thò lò. Tôi còn mơ lớn lên làm phi công bay lên trời xem mặt mấy vị đó xấu đẹp ra sao? Có giống với người dương thế?

Hồi đó, chúng tôi khoái làm đèn lồng bằng giấy màu dán-đắp lên cái sườn là những thanh trúc mảnh mai được uốn và kết vào nhau thành những hình ảnh vui mắt như ngôi sao, con cá chép, chiếc máy bay, con thỏ, con bướm... Trúc để uốn thành sườn lồng đèn được vót từ những cây trúc già, dẻo dai, dễ chẻ nhuễn mà không bị gãy. Hồ dán được khuấy bằng bột mì tinh rất trong và rất dính. Giấy dán đủ màu, chủ yếu là giấy kiếng có khổ lớn, dán đến đâu thì cắt rời đến đấy để tận dụng được diện tích mặt giấy. Mấy đứa nghèo thì chỉ làm đèn xếp, là một chiếc đèn toàn bằng giấy, thân hình trụ tròn có



xếp nếp, đây là một tấm cạc-tông có chỗ ghim đèn cây bằng dây kẽm uốn thành một đoạn lò xo gắn ở giữa, miệng đèn cũng được dán một vành giấy bằng bìa cứng và có xoi lỗ để cột dây treo. Có đứa cầu kỳ hơn thì làm đèn bằng lon sữa bò. Cái đèn là cả một hệ thống cơ khí đơn giản, gồm một cán lái bằng tre hay gỗ gắn với một đoạn dây kẽm cọng lớn bẻ vuông góc với nhau; đoạn nằm song song với mặt đất được dùng làm trục quay cho một cái lon để khi được đẩy đi thì có tác dụng như một cái bánh xe lăn; đoạn thẳng đứng là trục quay của một cái lon khác, mà thân lon đã được xẻ rãnh thành từng sớ rồi lại được ép cho lùn xuống, đáy lon cũng có chỗ cắm đèn cây, khi cái lon phía dưới lăn thì sức ma sát làm cho cái lon phía trên quay theo. Khi được đẩy cho chạy, cái lồng đèn quay tròn phát ra những tia sáng ngộ nghĩnh, tiếng lon chạm vào nhau kêu loong coong nghe vui tai cả xóm.

Nhiều ấp, xóm, trường học còn tổ chức hội thi làm lồng đèn đẹp có treo giải thưởng. Hào hứng làm sao khi ngồi dưới lũy tre, hàng cây vòng hay cây mù u đầu làng hoặc trong các sân trường để vót nan làm đèn; có đứa lỡ tay bị dao cắt hay nan trúc xia vào, máu me đầm đìa mà vẫn cười vui. Gần tới Trung thu lại có những nhóm người thu mua len lỏi vào các ấp, xóm để mua trúc chuẩn bị làm đèn; có khi họ đặt cọc trước tới năm sau mới đến trúc. Nhiều cơ sở sản xuất lồng đèn qui mô khá lớn mọc lên với hàng chục công nhân làm việc dưới sự chỉ huy của một vài nghệ nhân khéo tay. Các lò còn đua nhau chế tạo nhiều loại đèn mới, lạ mắt, giá rẻ. Các chợ bày bán bánh trung thu, lồng đèn từ trước Tết Trung thu hàng tháng trời. Tuy vậy, bánh trung thu vẫn hiếm hoi, hầu như chỉ trẻ em

gia đình khá giả mới được thưởng thức; con nít nghèo đành ăn bánh chay, bánh pía, bánh dẻo không nhân; nhưng thường thì các nơi đều tổ chức “cây mùa thu” phát bánh kẹo, lồng đèn và đồ chơi cho trẻ em nghèo, ở chùa, ở nhà thờ, hoặc ở nhà làng, nhà việc.

Còn gì thú vị hơn, vào buổi tối trước đêm rằm tháng Tám, giữa màu sáng lung linh của ánh trăng ngà, nhà nhà đều tắt đèn để lũ nhỏ đắm mình thực sự vào đêm Trung thu, nghe kể chuyện cổ tích, đèn giấy treo khắp nơi đủ màu, đủ sắc. Người lớn ăn bánh, uống trà đậm nói chuyện mùa màng, làng xóm; trẻ con thì tay cầm lồng đèn, xếp hàng nối đuôi nhau rong ruổi qua các con đường quê, vừa đi vừa hát những bài hát vui tươi ngộ nghĩnh ngây thơ...

Lồng đèn giấy năm xưa nay đã đi vào quên lãng. Ra chợ bây giờ từ thành thị đến thôn quê chỉ thấy bán đầy lồng đèn điện tử chủ yếu là xài pin điện tử và xuất xứ tận bên Trung Quốc. Mẫu mã đa dạng, phong phú: súng, xe tăng, tàu chiến, kéo quân, các loại thú... bấm nút thì ánh lên đủ màu sắc kèm theo nhạc chuông hấp dẫn trẻ con.

Thấy buồn vì trẻ con bây giờ hầu như không còn biết đến sự tích chú cuội cây đa, không biết làm lồng đèn giấy nữa. Đầu rồi các hội thi khéo tay làm đèn. Các lò sản xuất lồng đèn thủ công giải nghệ. Lồng đèn giấy hình như giờ chỉ để ban phát cho học sinh nghèo các vùng sâu vùng xa cho các em đỡ tủi thân.

Dẫu biết thời buổi hiện đại hóa, mọi sinh hoạt vui chơi giải trí đều được công nghệ hóa, khỏi mất công làm, đỡ mất thời gian nhưng sao vẫn thấy áy náy, tiếc một cái gì đó rất xưa nhưng quý giá vô ngần và không bao giờ trở lại. Nhớ quá đèn ơi! ■





Đi qua những cơn mưa

HOA SÀU ĐÔNG

Những cơn mưa vẫn cứ đến rồi đi, tự ngàn xưa vẫn thế. Có ai để ý bao nhiêu cơn mưa đã đến rồi đi trong một năm, mười năm hay cả một đời người? Có ai nhớ? Có ai biết? Có ai hay?

C hiều, lang thang giữa phố thị tấp nập người lại qua, sao ta bỗng thấy băng khuâng khó tả, cổ cái gì đó vẩn vút, lòng sao cứ quay quắt. Tìm khắp những nhà cao, tìm trong dòng người vội vã vẫn không thấy cái làm ta phải suy tư. Rồi, bất chợt một cơn giông nổi lên, gió lạnh ở đâu tràn tới, mây đen ùn ùn kéo đến, mưa. Tất cả bỗng ngưng đọng xuống, chỉ còn lại tiếng mưa rơi đều đều như gõ nhịp. Dưới hè phố, lặng nhìn mưa rơi, ta chợt hiểu vì sao mình quay quắt...

* * *

Dưới mái hiên nhà cao nhìn mưa rơi, nghe tiếng mưa rơi trên mái tôn lộp bộp, mà nhớ về quán chợ quê nghèo ngày trước bà bày bán trầu cau. "Mưa là nước mắt của trời, vì thương dân hạn hán nên trời khóc, những giọt nước mắt rơi hóa thành những giọt mưa tưới mát nhân gian...". Bà vừa bằm bằm nhai trầu vừa kể chuyện, bên ngoài mưa rơi tí tách trên mái tranh, đọng thành từng dòng chảy mãi. Cậu bé con thích thú giơ đôi bàn tay nhỏ nhắn hứng nước mưa, uống vào lòng vị ngọt mát lạnh của mưa mà cứ ngẩn ngơ, không hiểu tại sao "nước mắt của trời" không mặn như nước mắt của bà cả đời cực khổ... Rồi những cơn mưa đã khóc khi bà ra đi, rồi xa cậu bé con mãi mãi. Chợ quê nghèo vắng bóng bà, không còn ai kể chuyện cổ tích về mưa. Cậu bé con lang thang dưới mưa, nước mắt rơi hòa cùng "nước mắt của trời". Mưa, bà và những câu chuyện cổ tích...

Cơn mưa kia nhắc nhớ những cơn mưa đầu mùa nơi quê nhà. Ngày ấy, cậu nhỏ lang thang trên những cánh đồng quê, vắt vèo lưng trâu dạo khúc nhạc sáo chiều. Mưa chợt đến giữa đồng không chỗ trú, cậu nhỏ thả hồn mình theo từng hạt mưa rơi, thỏa thích tắm nước mưa mát trong... Những giọt nước mưa tưới mát đồng xanh, cây lúa mừng vui cứ rung rinh nhảy múa, đánh thức đàn cá rô còn đang ngơ ngác dưới gốc lúa. Cá kéo nhau từng đàn lách theo dòng nước chảy, những con

cá béo múp, bụng đầy trứng. Cậu nhỏ hí hửng chạy khắp ruộng đồng bắt cá, người dính bùn đất lấm lem. Để rồi, chiều cưỡi trâu về làng, sau làn khói lam bếp rơm, mâm cơm nghi ngút khói mẹ nấu có đĩa cá rô kho hạt mít dậy mùi béo ngậy. Sao thương quá những bữa cơm chiều mưa nấu bằng nước mưa tinh khiết, mang đậm hương vị đồng quê. Bữa cơm gia đình sao ấm áp! Mưa, thời trẻ thơ vô tư lự...

Những ngày cuối cấp ba. Ai đó vừa chia tay thấy cô bạn bè, lòng buồn miên man, đứng ngơ ngác trước cổng trường buồn vắng nhìn hàng phượng vĩ, nhìn trường lớp cũ thân thương. Mưa ở đâu chợt đến, ai đó dường như không hay, lặng lẽ quay bước dưới mưa lạnh. Ai đó dường như không biết, có một người đang lặng lẽ cầm ô đi đằng sau che cho ai đó. Ai đó lạnh, khẽ run, một vòng tay ấm áp ôm ai đó vào lòng, mặc những cơn mưa lạnh thấm vào da thịt qua áo trắng học trò. Nhìn ta, ai đó khẽ mỉm cười, ngả đầu vào bờ vai rắn chắc, mắt ướt long lanh. Không còn mưa rơi lạnh mà sao ai đó cứ run run. Mưa, ai đó và kỉ niệm khó phai...

* * *

Thời gian cứ trôi đi không bao giờ ngừng lại. Ta trưởng thành, vô tình không hay đã rời xa quê hương, dời xa tất cả, bước chân vào vòng xoáy cuộc đời. Mưa nắng thường nhật không còn là những gì thiết thân, thay vào đó là mưa nắng cuộc sống cứ liên tục ập đến, xóa mờ dần những dấu vết của những cơn mưa ngày nào. Ta chai sạn, ta hững hờ, ta quên... Để cho chiều về, cơn mưa kia chợt đến, để cho ta lặng yên suy tư. Đã bao mùa mưa qua đi, không biết ta đã lơ đãng đánh rơi bao cơn mưa: những cơn mưa cổ tích trong câu chuyện của bà nơi quán chợ quê nghèo, những cơn mưa ngày ấy chạy khắp đồng xanh, những cơn mưa kỉ niệm thời học trò đã qua... Ngày ấy đâu rồi?

Mưa vẫn cứ đến và đi như ngàn đời vẫn thế, còn ta, ta đi qua những cơn mưa của đời mình, vô tâm. ■

Dịu dàng cỏ...

NGÔ THI HUONG QUẾ

Có những chiều xưa tan trường, tôi tung tăng xách chiếc cặp chạy ven theo con đê đầu làng nơi lũ cỏ gà trú ngụ, mặc cho bàn chân chạm nhẹ lên cỏ để cỏ dẫn lối về. Cỏ mọc miên man trên khắp lối đi. Ngay khi băng qua cánh đồng tôi lại gặp con mương trong vắt. Cỏ ken dày quanh mương, đó là nơi đám cỏ mặt nằm phơi lưng dưới nắng, cũng là nơi tập hợp của lũ chuồn chuồn kim; nghe động chúng giật mình chấp chới bay khi có bàn chân người bước lên thảm cỏ.

Tôi nhớ lần đầu được nhìn cái màu xanh của bãi cỏ non. Đó là một ngày nắng sớm tinh sương, mẹ dắt tôi trên con đường thăm ướt cỏ xanh để đến trường làng xin đi học. Tôi còn nhớ, khi đi qua một đám đất có những ngọn cỏ cao cao phất phơ trong gió, mà mãi sau này tôi mới biết đó là cỏ may, tôi đã rút vạt cổ tay ra khỏi bàn tay mẹ để chạy ủa vào, nghịch ngợm đưa chân gạt đám cỏ khiến ống quần của tôi lấm tẩm ướt và được găm đầy những hạt cỏ may. Đứa trẻ năm sáu tuổi là tôi khi ấy đã hoàn toàn không có cái cảm giác bỡ ngỡ trên con đường xa, mà thay vào đó là sự thích thú khi được giẫm lên lớp cỏ mỡ mìn màng đôi chân. Trong đầu tôi lóe lên ý nghĩ sẽ chơi trò đuổi bắt cùng bọn trẻ con trong xóm ngay ngày mai trên đám cỏ may tinh nghịch này.

Đã biết bao lần những cái đáng lùn cùn rủ nhau chạy khắp triển để tìm cỏ gà. Chơi cỏ gà là thú vui hồn nhiên của trẻ nhỏ. Mỗi chiều tan học lũ trẻ con chúng tôi thường len lén giấu mẹ thật nhiều những cây cỏ gà mập mạp cho vào một ngăn cặp để buổi tối ra cái sân rộng đầu làng chơi thi xem "gà" của ai "cừ" nhất. Đến nỗi đêm ngủ, trong giấc mơ thơ ấu cỏ gà vẫn lẫn khuất cùng tiếng hò hét inh ỏi cổ vũ của lũ trẻ quanh tôi.

Tôi nhớ có những buổi trốn mẹ cùng bọn trẻ trong xóm lên con đê đầu làng chơi. Nằm ngửa mặt trên cỏ thả tầm mắt lên trời nhìn màu nắng vàng chanh tỏa ra trải

dài trên những nhánh thông, ngắm cánh diều no gió bay phía xa, rồi không biết tự khi nào để cỏ ru êm vào giấc ngủ. Những ngày bình yên nhất tôi thường ngủ quên trên đám cỏ, đó cũng là chốn an ủi để tôi một đứa trẻ hay tủi thân khóc thầm khi ảm ức, là người bạn thân thiết để tôi chia sẻ những trái ổi vàng ươm, những trái na thơm lừng hay một chiếc kẹp tóc xinh xinh lấp lánh.

Ngay cả khi đã trưởng thành đi làm tôi vẫn giữ một niềm riêng với cỏ như là một thói quen. Có dịp đi đâu đó tôi luôn cố nhìn qua khu vực ngăn cách tầm nhìn để tìm một mảng xanh đã hấp hồn tôi từ thuở xa xưa. Tôi yêu Cỏ. Người ta thường bị quyến rũ bởi cái rực rỡ của Hoa mà quên đi cái dịu dàng của Cỏ. Người ta thường bị lôi cuốn bởi mùi hương ngào ngạt của Hoa mà quên đi mùi ngai ngái nồng nàn của Cỏ. Người ta thường bị cái đẹp choáng ngợp của Hoa làm ngất ngây mà quên đi cái duyên thầm của Cỏ. Cỏ đẹp đến ngơ ngác. Cỏ xanh đến ngập ngừng. Cỏ vẫn hồn nhiên yêu thương, hồn nhiên ban phát cái hương thơm mát dịu nồng nồng, ngây ngây của mình cho trời đất, cho nhân gian.

Hãy một lần khép đôi hàng mi và lắng tai nghe, bạn sẽ thấy Cỏ hát. Cỏ cất khúc hoan ca cùng lũ cào cào xanh đỏ, cỏ hòa nhịp rung rinh cùng đàn bướm xinh bay lượn rập rờn, cỏ vươn mình múa cùng bầy chim riu rít trên cành cây cao. Hãy một lần thân thiện ngắm nhìn, bạn sẽ thấy Cỏ cười, một nụ cười của thiên nhiên xanh trong đến vô cùng. Hãy một lần nhìn xuống chân mình bạn sẽ thấy Cỏ thì thầm gọi khẽ. Cỏ luôn níu bước chân xa mỗi lần về thăm lại. Cỏ thủ thỉ lời yêu thương. Giữa thành phố tấp nập bỗng dưng tôi thềm nhìn một bãi cỏ non đến thế, thềm được nhìn cái màu xanh đến nao lòng, thềm được nhìn cái non tơ đến run rẩy của Cỏ. Luôn luôn như thế, tôi luôn bị những bãi cỏ non xanh hấp hồn đến lạ, một vẻ dịu dàng của cỏ giữa cái nắng hanh hao của những ngày thu tháng Tám. ■

Gia đình của con chim xanh

HÀ THỊ HANH

Ngày tôi còn bé, những đêm có trăng hoặc những tối rảnh rang mẹ tôi hay kể chuyện về làng quê xa xôi của bà, rồi bắt qua kể chuyện cổ tích. Tôi nhớ bà hay kể chuyện có những loài chim sống rất thủy chung; nếu chúng sống có đôi, khi một trong hai con chết thì con kia cũng chết theo. Nghe chuyện đó mà tôi buồn nảo ruột. Lớn lên một chút, tôi cho là mẹ tôi thêu dệt, bịa thêm, chứ chim gì mà tình cảm, nhân nghĩa còn hơn con người. Nhưng có lần tôi đã chứng kiến một chuyện có thật một trăm phần trăm, và từ đó tôi biết điều mẹ kể là có thật.

Ngày đó chúng tôi đóng quân trong một khu rừng chồi. Khu rừng này khá yên bình vì chưa bị bom làm cháy rụi. Sáng sáng, quanh lều tôi ở lúc nào cũng vang lên tiếng chim hót; có tiếng thì lãnh lót thanh tao, có tiếng thì rề rề, có tiếng thì trầm đục. Bộ cánh của chúng thì đủ màu, nền nã xanh xanh có, trắng trắng điểm đỏ, điểm nâu có, chúng hồn nhiên vô tư nhảy nhót từ cành nọ qua cây kia như là chốn giang sơn riêng của mình.

Ở rừng cuộc sống khó khăn, gạo thì không thiếu lắm, nhưng thức ăn thì quanh đi quẩn lại cứ mắm ruốc kho rổi kho mắm ruốc, và nhất là thịt cộc (không phải thịt cộc mà là muối rang nóng bỏ vô lon già cộc cộc). Trong hoàn cảnh đó, anh em trong đơn vị bàn nhau làm bẫy cò ke để bẫy chim, vì ở đây chim nhiều vô khối; cơ quan tôi cũng ở gần một trảng cỏ, nên các loài chim hay ra đó kiếm ăn. Mấy ngày đầu chim dính bẫy, ai cũng vui tởm, bữa ăn có được một ít thịt... Hôm ấy, tôi được phân công cùng một anh trong cơ quan ra thăm bẫy. Chưa đến nơi, tôi đã thấy một bầy chim đang bay lên bay xuống mớ mớ vào đám lá chúng tôi nguy trang để đặt bẫy. Chúng bay loạn xạ, nhảy bổ xuống mặc cho chúng tôi đang chạy tới. Đến nơi tôi thấy một con chim (tôi không biết tên loài chim đó) có bộ

lông màu xanh, nó lớn hơn con két một chút, đang giẫy giụa một cách tuyệt vọng cố tìm cách thoát ra khỏi sợi dây dù khít chặt chân nó. Khi anh bạn thò tay vào gỡ, nó giật dữ gào lên. Bọn chim đi giải cứu bay tủa ra xung quanh kêu quang quác. Ngày hôm đó khu rừng gần như bớt tiếng chim hót, lũ chim ngày nào tung tăng đùa giỡn, thì giờ đây dường như cảnh giác với loài người rồi. Rồi suốt từ trưa đến tối, lúc nào cũng vang lên tiếng kêu náo nùng của một con chim mất bạn. Tôi quan sát và thấy nó giống y chang con chim sa bẫy lúc sáng. Tiếng kêu của nó đau đớn, thê thảm làm sao ấy; nó cô đơn biết dường nào khi không tìm thấy bạn đời của nó.

Tôi chỉ cho mấy người trong cơ quan con chim buồn ngơ ngác bay đi tìm kiếm bạn đời, từ ngày này sang ngày kia. Tôi nghĩ chắc nó kêu ít ngày rồi cũng nguôi ngoai thôi. Nhưng thật bất ngờ, sáng ngày thứ tư, tôi thấy xác bốn con chim non bị vật đứt đầu gãy cánh, tung tóe trên nền đất cạnh sàn nước, nơi những người trong cơ quan vẫn vật lông những con chim bị sa bẫy. Những con chim non chưa đủ lông cánh ấy chính là con của nó rồi, tôi nhận ra vì màu lông và hình dáng của nó giống chim bố mẹ. Tôi đau xót nhìn lên cây, con chim xanh còn lại lơ dờ ngơ ngác. Tôi cẩn thận đào hố chôn xác chim non. Tôi phỏng đoán con chim còn lại có lẽ là chim bố; vì nếu là chim mẹ thì nó phải ngậm nỗi đau trong lòng để nuôi con khôn lớn chứ sao đến nỗi tuyệt vọng như vậy. Sáng hôm sau, người thăm bẫy bắt về một con chim xanh xanh. Nó không giẫy dụa như những con chim sa bẫy khác mà nằm im, trơ xương; còn đôi mắt nó, ôi chao

vừa đau buồn vừa căm phẫn, nhìn những kẻ đã sát hại bạn đời của nó, làm cho gia đình nó phải chịu tan tác đau thương. Tôi phải giấu đi những giọt nước mắt xót thương (vì trong kháng chiến, khóc như vậy bị phê bình là tiểu tư sản). Hôm đó, tôi nhất định từ chối cái món thịt chim mà chỉ ăn cơm lạt. Cũng từ đó, tôi không bao giờ tham gia vào việc bẫy chim, bắt chim nữa. ■



Mùa thu của mẹ

NGUYỄN DŨNG

Là gánh nặng dưới mưa dầm tháng Tám
Bờ ruộng trơn Mẹ trượt ngã biết bao lần
Chợ đường xa đôi chân trần không dép
Mẹ tảo tần bao năm tháng nuôi con

Là bàn tay cấy mùa thu gió bắc
Từ bình minh cho đến lúc hoàng hôn
Áo tơi rách không đủ che mưa, gió
Lạnh tím người, run, rét, thiếu, đói cơm

Là đêm đêm Mẹ chong đèn hột vịt
Làm bánh in, bánh ít nấu xôi, chè
Rằm tháng Bảy lên chùa dâng cúng Phật
Lễ Vu lan xin báo hiếu ông bà

Là tiếng ho giữa đêm không viên thuốc
Tiếng than van xương khớp nhức mỏi như
Là thiếu vắng bàn tay cha an ủi
Là nước mắt lưng tròng suốt đời Mẹ! Mẹ ơi!

Nhớ Ba

LÊ VINH THÁI

Ba đi
con ở mô cũng thiếu
chỗ ngồi thấy trống không
giữa đường phố tập nập
lòng con vắng tiếng cười

Ba đi
buồn biết mấy
côi cút chiếc tao nôi
đứa cháu nội năm tuổi
chưa biết nhớ, buồn, vui

Ba đi
nhà hoang vắng
mái hiên bị dột rồi
vườn cây ủ lạnh lẽo
tan tác nhớ chơi vơi

Ba đi
giường chiếu lặng
thoang thoang tiếng Ba cười
chợ vợ một chiếc gói
còm cõi con Ba ơi

Ba đi
trời hẹp lại
trong anh em chúng con
đường thênh thang mà chật
con về qua lối mòn...

Lam em

PHAN NGUYỄN KIẾN NAM

Ngày tròn trăng vừa đẹp tuổi thần tiên
Mây trắng theo em đến cửa thiền
Sắc nắng sắc mây sao khéo hợp
Sắc lam hòa quyện nét bình yên

Em sẽ nói cười, sẽ hát ca
Để cho cội đất nở đầy hoa
Sen lam từng đóa thơm tho ấy
Ngược gió chiều nay, bay tít xa

Phố thị ồn ào, vẫn xuyên xao
Cố lam nên phố dịu dàng sao!
Nắng vàng vàng quá, lam em nhi
Thanh tịnh thiền môn, hãy bước vào

Anh ngắm em qua cánh cửa thiền,
Nghe bình yên quá một niềm riêng
Em tôi giữ nhé, lam xinh hời
Áo đạo tình đời của tự nhiên.

Tạm biệt

NGUYỄN DŨNG

Tạm biệt cha! Mai con vào đại học
Con rất biết những tháng ngày sắp tới
Đôi tay cha, sẽ sờ thêm sương khói
Để nuôi con, mưa nắng trắng mái đầu

Tạm biệt mẹ! Khuya sớm dãi dầu
Đã cho con hạt cơm, tấm áo
Chiếc áo vá mẹ quanh năm không đổi
Để áo lành con cắp sách tới trường

Tạm biệt nhé! Mái nhà tranh thân thương
Cái giếng nước, hàng cau, khóm chuối
Cái chõng tre ru ta chùng này tuổi
Mai xa rồi giấc ngủ sẽ đơn côi

Tạm biệt nhé! Con đường làng bé nhỏ
Rặng tre chiều sẽ vắng bóng ta qua
Con đò nhỏ và dòng sông nhỏ nhỏ
Có nhớ ta không những buổi trưa hè

Tạm biệt nhé! Ánh mắt, nụ cười cô bé
Lung linh đưa qua hàng giậu sau nhà
Không biết mình đã có gì chưa nhỉ?
Nghe dạ bồi hồi... trước lúc đi xa!

Tạm biệt nhé! Ta xin chào tất cả
Mai lên đường ghi mãi những vắn vương!
Làm hành trang suốt cả chặng đường
Phương trời mới đang chờ ta phía trước!

Quà tặng

NGUYỄN TRỌNG HOẠT

...Rồi ông cũng quen dần với những ngày không quyền chức. Già biệt ngôi cao và gần bốn mươi năm đua bơi chốn quan trường, ông trở về cõi riêng bình lặng. Những người thân yêu, mảnh vườn xinh, những khóm cây, mấy chuồng chim lừng lừng với giàn thiên lý... chăm chăm lấp đầy khoảng trống trong ông - cái khoảng trống mơ hồ nhưng thật như sờ được đối với nhiều quan chức vừa rời nhiệm sở như ông. Tĩnh tâm, ông lan man với chiêm nghiệm: về vườn âu cũng là dịp hay để đồng đếm lòng người và hiểu chính mình. Ông cười chua chát khi ngộ rằng, hóa ra bấy lâu ông vẫn khen "ngon" khi "ăn" bao "quả" lừa của thuộc cấp.

Ngày ông còn vất vẻo trên chiếc ghế giám đốc công ty, khối đũa nhũn như người không xương khi diện kiến ông. Liền đó, tiếng cười cầu lợi phe phé phát ra từ những cái miệng dẻo như kẹo kéo cùng mở cửa chỉ đưa đẩy (giờ nghỉ lại, ông thấy mĩa mai đến cay đắng). Rõ nhất là khi nhà ông có công to việc lớn. Đám giỗ cụ thân sinh, đám cưới con đầu, tiệc mừng con út ông vào đại học... đều là dịp tốt để mấy tay trong nhóm "cực nhanh" thể hiện tài mẫn cán. Bọn họ tình nguyện làm cứu vãn từ khuôn bàn, vác ghế đến bưng bê, bày dọn. Khi ông ngỏ lời nhờ việc gì đó, lập tức nhận được sự đi tắt đón đầu: "Bọn em tính cả rồi"; nếu ông mó tay vào việc của mình, tức thì được biến thành khách quý: "Ấy chết, đây là trách nhiệm của bọn em". Vào dịp đó, ông chỉ đóng bộ thật oách, với nụ cười thường trực trên môi và liên tục "cảm ơn", nâng cốc. Xong việc, chỉ cần ông hạ cố ban phát vài lời cảm ơn vật vờ cũng đủ khiến đám "tình nguyện viên" có quyền vênh mặt với người khác. Vậy mà khi mới phong thanh nghe ông hỏi quán, bọn họ đã nhất loạt hô "biến".

Ngay cả việc hằng tháng đưa tiền lương ra nhà cho ông trong những ngày ông chờ làm dần mà tay tài vụ cơ quan rề rà như con rùa lật ngửa. Gặp nhau, anh ta đái bôi vài câu quấy quạ, nhạt đến nước ốc cũng thua rồi cáo từ. Vội đến, vội đi, hững hờ như giao dịch giữa chợ của kẻ từng như người nhà khiến ông tức nghet thở. Tương tự là tay trưởng phòng hành chính của công ty. Khi ông điện thoại vào nhờ việc gì đó, anh ta ậm ờ, lạch bạch như con ngỗng què. Có lần ông xin chuyển xe đưa cả nhà về quê giỗ họ mà gã cật vấn, nâng lên đặt xuống khiến ông điên tiết. Và rồi, ông đau hết cả người, đau từ ngoài vào trong khi phải ngồi lên chiếc xe rách như ổ của người nguyên thủy. Chẳng bù khi đám cưới con gái ông, lúc ông còn tại vị. Ông bảo làm phiền phiền



thời, bởi cô dâu vác cái bụng chênh ềnh như trống chầu nên mong người ta rước cho là phúc rồi. Nhưng trưởng phòng hành chính bảo cứ phải hoành tráng. Riêng khoản xe, anh ta nhất định tập hợp đủ mười tám chiếc để có số đẹp, thành ra nhiều xe chỉ chờ gió. Càng nghĩ, ông càng ngán ngẩm cái mớ đời. Lại là mỗi lần nhớ chuyện cũ, ông hay nghĩ về người lái xe của mình.

Khi ông làm giám đốc công ty, Thịnh được phân công lái xe cho ông. Cái bắt tay chừng mực, nét mặt thân thiện vừa phải (nếu đo đếm được thì chỉ có một nửa sự thân thiện) toát ra từ khuôn mặt ấy cùng dáng người thô thô và cách mang mặc lúi xúi của người giúp việc khiến ông chẳng mấy cảm tình trong lần đầu giáp mặt. Thủ trưởng nào chẳng muốn có nhân viên giúp việc bắt mắt, chỉ là phong nền nhưng cần lắm. Ông cũng không ngoại lệ. Thịnh thì chất què như đã ngấm vào người từ kiếp trước. Ngoài những lúc chạy xe, Thịnh loanh quanh, lọ mọ cùng đám cây cảnh trong khuôn viên cơ quan. Từ những mầm chồi mới nứt mắt, anh chăm bẵm, cắt tỉa thành những chậu cây xinh xinh. Những khi hai thầy trò cùng về các huyện trung du, miền núi, ông làm việc còn Thịnh ra bờ sông, bờ suối hì hục đào những gốc sung, sy, lộc vừng. Sau Tết, Thịnh nhờ anh kéo xe rác của công ty vệ sinh gom cho những gốc đào, mai héo queo, bị người ta thải ra đem về "cấp cứu". Mỗi năm nâng niu mới được chậu cây ưng ý nhưng đồng nghiệp nào thích, anh cho đổi chủ ngay. Hiên nhưng thấy điều gì chướng tai gai mắt, Thịnh "nổ" liến. Những buổi giao ban, trưởng phòng hành chính hay nhắc việc tiết kiệm của công. Anh kê ra bóng đèn phòng này sáng không đúng lúc, vòi nước buồng kia rò rỉ, khiến người bị phê bình cứng họng, muốn cãi cũng chịu. Nhưng Thịnh phang ngang: "Chỉ cần mấy sếp bớt một chai rượu trên bàn nhậu là được mấy trăm khối nước, toàn công ty cời trướng tắm cả ngày cũng không hết!". Mọi người cười ồ, sực tỉnh. Riêng trưởng phòng tức tái mặt.

Đến ông, lắm phen Thịnh cũng cảm mũi hệt như gián quan ngày trước. Chẳng là sau mỗi cuộc nhậu, mấy tay tài chính, hành chính thường thiết kế "hiệp hai" vui vẻ, thư giãn. Bọn họ là những giọng ca "trưởng thành" từ bia rượu, hát như chửi nhau nhưng leo đèo đi theo làm "vật tể thần" cho sếp là chính. Riêng Thịnh, dù được đã thông là mát xa sạch, ca hát trong luống nhưng vẫn không thích, còn có vẻ khó chịu. Buông lời xa xôi ngăn cái sự sung sướng của thủ trưởng không xong, Thịnh nói thẳng: "Anh cứ nghe mấy thằng kia, có ngày mang họa". Ông sôi máu, quát như vỗ mặt kẻ thuộc cấp. Từ đó, mỗi lần ông liêu xiêu những bước chân vất vả đi vào chốn mờ ảo, hiu hiu ánh điện, Thịnh ngã ghe nằm trên xe chờ. Trước những lời có cánh của đám "cận thần" muốn cho sếp lên mây, anh nhả mặt quay đi. Những lúc trưởng phòng hành chính bảo lấy xe đưa vợ con sếp đi chợ, đi chơi, anh lẳng lẳng làm theo như cái máy. Thái độ bất hợp tác của Thịnh không qua được trưởng phòng. Một

bữa, anh ta rỉ tai ông: "Lái xe mà những nhằng thế kia, có ngày xì ra, đâm hư sự anh ạ". Ông cười, cắt ngang: "Tôi biết chủ định nói gì, cứ để Thịnh lái cho tôi". Khúc dạo đầu chưa nhận được cái gật gù như mong đợi, tay trưởng phòng cứ có dịp là kể lễ khuyết tật của người anh ta ghét. Ông lung lay.

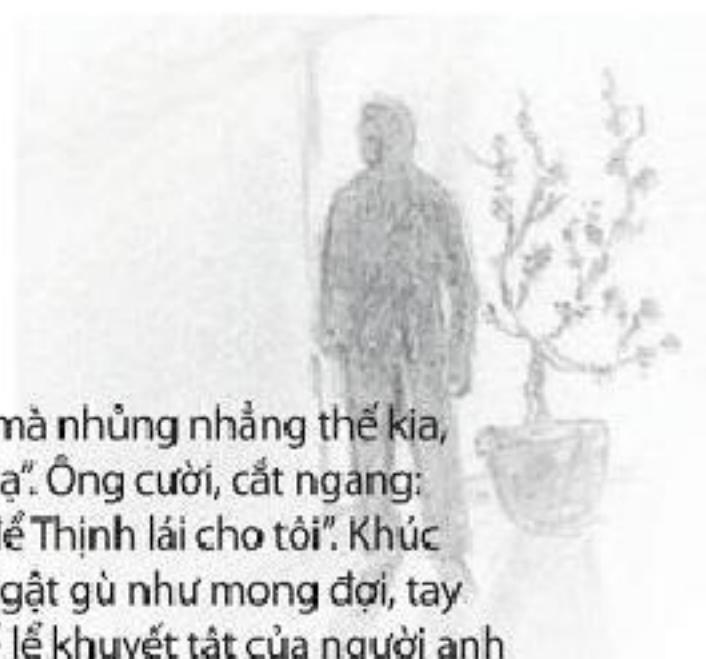
Không lâu sau, Thịnh bị điều xuống lái xe dùng chung của công ty. Vì là xe dùng chung nên chẳng khác chuồng gà di động là mấy. Đã thế không ai muốn đi xe ấy, thành ra Thịnh chơi dài. Lái xe không cấm vô lăng khác nào cầu thủ không được ra sân, Thịnh có vẻ buồn. Anh lấp chỗ trống bằng những việc vặt, khi thì giúp chị cấp dưỡng nấu cơm, lúc làm cho cô tạp vụ cái giàn mướp. Đám cây cảnh của anh nhờ thế cũng được chăm chút tỉ mỉ hơn. Hẳn không biết việc điều động mình như là cách giải tỏa bức tức của cấp trên, với ông, Thịnh vẫn như ngày nào. Ngay với "đại kinh địch" là trưởng phòng hành chính, Thịnh cũng không để bụng. Khi nghe anh này bị tai nạn giao thông, Thịnh học tốc lao vào viện. Bệnh nhân phải truyền máu khi mổ cấp cứu nhưng viện vừa hết máu thuộc nhóm đang cần. Thế là Thịnh cùng mấy đồng nghiệp xắn áo, chìa cánh tay cho bác sĩ chích kim.

Ông đón cái Tết đầu tiên sau ngày về hưu trong bình lặng không ngờ. Xa rồi những cái Tết với người xe, cười nói, những lời chúc cao vút đẩy từ trong nhà ra đường; cùng với đó là quà. Đã là quá vắng, thời ông ngỡ mình luôn ngập trong yêu thương, quý trọng của đồng nghiệp. Những lời trân trọng, những tràng pháo tay như sấm mỗi khi ông xuất hiện chỉ còn mong manh trong ký ức. Người ta còn những mối quan tâm khác - ông tự an ủi nhưng lòng man mác.

Chiều cuối năm, ông đang ngẩn ngơ nơi ngõ vắng thì Thịnh đến. Ngắt ngưỡng trên chiếc xích lô cùng chậu mai đơm đầy búp, Thịnh vẫy tay chào ông từ xa. Sau khi cùng anh đạp xích lô khệ nệ khiêng chậu cây vào sân, anh lấy chổi quét lớp cát dính quanh chậu, nhìn ông cười: "Của nhà nên không được nét lắm, anh chung cho vui". Lời cảm ơn đọng trên môi, ông đứng lặng. Đây là món quà đầu tiên Thịnh tặng thủ trưởng, cũng là món quà đầu tiên ông nhận được kể từ ngày về hưu.

Chuyện giữa họ kéo dài đến khi ấm trà thứ hai bắt đầu nhạt và ánh ngày đã tắt trên ngọn cau trước ngõ. Nghe ông ta thán vế cái sự bạc bẽo của lắm người thân thuở trước, Thịnh im lặng hồi lâu. Bất chợt anh nắm tay ông, thân tình: "Có lúc nào anh tự hỏi, sao mình bị đối xử tệ thế không?". Ông bối rối, không lời đáp. Lâu, thật lâu ông mới lên tiếng như để giải tỏa lòng mình: "Hối phải chuyển công việc, cậu có giận tôi không?". Thịnh nhìn vào mắt ông: "Em bức, khi biết đó là ý định không sạch của người khác, nhưng anh chẳng ngăn". Ông tròn mắt: "Tôi thấy cậu vẫn bình thản". Thịnh tươi cười: "Em đại gì tự hạ mình thành kẻ hèn mạt bằng trò thù vặt, hà anh?".

Ông ngược nhìn người lái xe quen thuộc, bỗng thấy lạ đến ngỡ ngàng. ■



Bán đảo Phương Mai và những ngôi chùa huyền bí

Bài & ảnh: THỤC QUYÊN

Bán đảo Phương Mai thuộc thành phố Quy Nhơn vốn là một vùng cát trắng xen kẽ những ngọn núi đá của đoạn cuối dải núi Triều Châu thuộc sơn hệ Trường Sơn, ở khoảng giữa địa giới tỉnh Bình Định; đoạn núi đá này, có những đỉnh cao hơn 100m trên mực nước biển, chạy lan ra biển Đông chừng hai cây số rồi từ đó bẻ hướng về phía Nam, rặng núi tiếp tục chạy lô xô trùng điệp ở giữa rồi lại nhô cao ở phần cực Nam, trải dài chừng 15km song song với bờ biển, tạo thành một bức bình phong chắn gió cho đầm Thị Nại ở ven biển. Tuy được nối với đất liền nhờ đoạn cuối của dải núi Triều Châu, nhưng vì không có đường bộ để ra đến nơi, trong một thời gian dài, bán đảo Phương Mai vẫn được cư dân Bình Định coi là một hòn đảo, gọi là đảo yến. Quả vậy, hình thế núi non trùng điệp giữa biển của nơi này đã tạo thành những hang động thích hợp cho sự cư trú của loài chim yến. Các bộ lão kể lại, khi thủy quân của Nguyễn vương Ánh bị quân Tây Sơn đánh tan tác trên đầm Thị Nại, tàn quân của chúa Nguyễn đã phải trốn tránh trong các hang núi và ghềnh đá ở Hòn Đen, một dải núi giữa bán đảo, rồi tình cờ phát hiện tổ yến. Tuy là một vùng núi non trùng điệp, nhưng ở sát chân núi và ở rìa các vách đá, nơi đây vẫn hình thành một vài thung lũng nhỏ hẹp đủ để quy tụ dân cư. Tài liệu cho hay sau khi người Pháp mở được cửa Quy Nhơn, cư dân người Việt đã tìm đến đây lập nghiệp; những người đầu tiên đến làm ăn sinh sống ở bán đảo Phương Mai vốn là dân gốc ở các tỉnh Nghệ An và Quảng Nam; họ đến để khai thác hải sản, làm nghề biển; và sau đó thấy đất đai có thể trồng trọt được nên cũng có người làm nghề nông. Ngày nay, bán đảo Phương Mai hoàn toàn thuộc địa giới hành chính của thành phố Quy Nhơn với một đơn vị cấp phường là phường Hải Cảng và ba đơn vị cấp xã là các xã Nhơn Lý, Nhơn Hội, và Nhơn Hải.

Cách đây không lâu, việc thông thương giữa thành phố Quy Nhơn với các địa phương ngoài bán đảo vẫn còn khó khăn, chỉ có thể đi lại bằng đường thủy. Cuối năm 2006, cầu Nhơn Hội vượt đầm Thị Nại dài hơn 3km đã kéo bán đảo Phương Mai đến gần hơn với người dân ở đất liền. Xã Nhơn Hải, ngày xưa có tên là xã Hương Mai, ở mồm Đông nam của bán đảo Phương Mai, gồm bốn thôn là Hải Giang, Hải Nam, Hải Đông và Hải Bắc, trước đây đã nổi tiếng nhờ sản phẩm ốc hương độc đáo và các hang động có tổ yến; từ khi có cầu Nhơn Hội, vùng đất này lại càng được biết đến qua các câu chuyện về những ngôi chùa huyền bí.

Nhiều người đã nói tới pho tượng Bồ-tát ở chùa "Phật Lối" thuộc thôn Hải Giang, xã Nhơn Hải. Theo truyền thuyết, vào khoảng đầu thập niên thứ hai của thế kỷ 20, trong lúc đi làm ruộng, dân cư thôn Hải Giang phát hiện một pho tượng bằng đá từ dưới đất lối lên trên mặt ruộng ở dưới chân đồi gần bàu nước sát dãy núi Mai. Họ thỉnh pho tượng về và chung nhau dựng một ngôi chùa để tôn trí pho tượng. Căn cứ vào danh sách tự viện tỉnh Bình Định được tải trên trang mạng của tổ đình Long Khánh thành phố Quy Nhơn thì ngôi chùa có thờ tượng "Phật Lối" này chính là chùa Linh Sơn được xây dựng vào năm 1913; vào năm 1940, chùa Linh Sơn đã được trùng tu lần đầu. Theo các bài ký được một số tác giả gần đây ghi lại thì pho tượng ở chùa Linh Sơn thôn Hải Giang là một tác phẩm điêu khắc Chăm-pa tạc bằng sa thạch thể hiện một vị Bồ-tát ngồi trong tư thế thiền định, chân xếp bằng theo thể kiết-già, tay phải lần tràng hạt, bàn tay trái đặt ngửa trên hai chân. Tượng có gương mặt trằm tư nhìn thẳng, cằm nhọn, trán cao, mắt nhỏ, miệng rộng; gương mặt có hàng ria mép đầy, râu dài được vuốt nhọn, đầu đội mũ trụ cao có hoa văn, trán có ba vạch song song; điểm đặc biệt là lưng tượng liền kết với một tấm bia





hình ngũ giác có khắc 12 dòng chữ Phạn. Các tác giả này cho biết hiện nay chùa Linh Sơn chưa có người trụ trì; việc trông nom ngôi chùa và giữ gìn pho tượng vẫn do dân chúng thôn Hải Giang đảm trách.

Một pho tượng khác cũng được người dân ở xã Nhơn Hải phát hiện, thỉnh về, rồi xây chùa để thờ, nhưng pho tượng này lại được ngư dân thôn Hải Nam tìm thấy khi đi biển. Truyền thuyết cho biết vào khoảng cuối thập

niên thứ hai của thế kỷ 20, một ngư dân thôn Hải Nam trong lúc kéo lưới thì thấy lưới bị vướng không thể kéo lên được. Sau khi khấn vái thì lưới không bị vướng nữa, nhưng ông này lại kéo lên được một tảng đá màu có hình dạng như một pho tượng Phật ngồi với hai chân xếp bằng mà đường nét không thể hiện rõ là tượng của vị Phật hay Bồ-tát nào. Được tin, dân làng đã cùng với người ngư dân nọ đưa pho tượng về thôn; sau đó dân làng bàn nhau xây một ngôi chùa để tôn trí pho tượng và thuê thợ khéo đắp thêm xi-măng với mục đích thể hiện một pho tượng hoàn chỉnh để thờ. Ban đầu tập thể dân làng quyết định đắp tượng theo hình ảnh của Phật A-di-đà, nhưng xi-măng đắp lên tảng đá ấy cứ trôi tuột đi. Tiếp theo, dân làng bàn với nhau đắp tượng theo hình thức tượng Đức Phật Thích Ca nhưng cũng không có kết quả. Cuối cùng, khi họ quyết định đắp thành tượng ngài Bồ-tát Quán Thế Âm thì công việc tiến triển bình thường và sau một thời gian thi công, pho tượng đã hoàn thành, thể hiện hình ảnh ngài Bồ-tát Quán Thế Âm ngồi ở tư thế thiền định với gương mặt tỏa sáng nét từ bi. Pho tượng liền được tôn trí trong chánh điện của ngôi chùa. Về sau, khi được các bậc tôn túc hướng dẫn về cách bài trí điện Phật; các vị trong ban hộ tự đã vận động dân làng tiến hành tạc thêm một pho tượng Đức Phật Thích Ca rồi tôn trí ở tầng cao nhất trong ngôi chánh điện; chuyển pho tượng Bồ-tát Quán Thế Âm xuống một vị trí thấp hơn ở phía trước. Cũng theo danh sách tự viện

Phật giáo tỉnh Bình Định được tải trên trang mạng của tổ đình Long Khánh, thì chùa Hương Mai được xây dựng vào năm 1920 với mục đích thờ tượng Phật được từ biển. Tài liệu này cũng cho biết ngôi chùa đã được trùng tu hai lần, lần đầu vào năm 1960, lần sau vào năm 2006 và tổ khai sơn chùa Hương Mai là Hòa thượng Thích Tâm Hoàn (1924-1981), trụ trì tổ đình Long Khánh. Theo hành trạng của ngài Tâm Hoàn thì trong thời gian đảm nhiệm công tác đào tạo tại Phật học viện Nguyên Thiều, ngài có ra tới chùa Hương Mai; sau đó, khoảng thập niên 1970, ngài thường xuyên đến giảng pháp và truyền giới tại gia cho hàng cư sĩ ở bán đảo Phương Mai. Có lẽ vì vậy mà ngài được tôn là vị tổ khai sơn của chùa. Việc trông nom chùa trong một thời gian dài là do các ban hộ tự của chùa chia nhau đảm trách. Từ khi khu kinh tế Nhơn Hội được khởi công xây dựng cùng với việc thi công cầu vượt đầm Thị Nại, lãnh đạo Tỉnh giáo hội Phật giáo Bình Định đã quan tâm đến chùa Hương Mai và, đến năm 2005, đã cử một vị Đại đức về làm trụ trì; đó là Đại đức Thích Quảng Thúc.

Hướng dẫn chúng tôi tham quan chùa, vị Đại đức trẻ xác nhận chính mình cũng chỉ được biết về những truyền thuyết liên quan đến pho tượng Bồ-tát Quán Thế Âm của chùa qua lời kể của các vị bô lão và qua việc nghiên cứu lịch sử Phật giáo tỉnh nhà. Thấy cũng công nhận rằng truyền thuyết đem lại vẻ lung linh cho ngôi chùa và góp phần hấp dẫn khách hành hương, nhưng đồng thời cũng có những yếu tố không thể lý giải hết được. Dù sao thì những truyền thuyết này cũng đã tồn tại gần trăm năm. Thấy cũng cho biết, trong đợt trùng tu vào năm 2006, chùa đã mở rộng quy mô xây dựng lên rất nhiều so với trước. Về cảnh quan, chùa vẫn giữ lại được không gian vườn chùa với những cây cổ thụ; tuy nhiên, về phương diện trang trí và kiến trúc, công cuộc trùng tu cũng có những chi tiết chưa được ưng ý về mỹ thuật tôn giáo. Sắp tới, khi có điều kiện, việc xây dựng sẽ phải chú trọng nhiều hơn đến yếu tố hài hòa với cảnh quan thiên nhiên, phải tận dụng được vị trí lưng tựa núi mặt nhìn ra biển của ngôi chùa, và phải bảo đảm những tiêu chí về mỹ thuật tôn giáo với màu sắc u nhã để khách hành hương dễ lắng tâm.

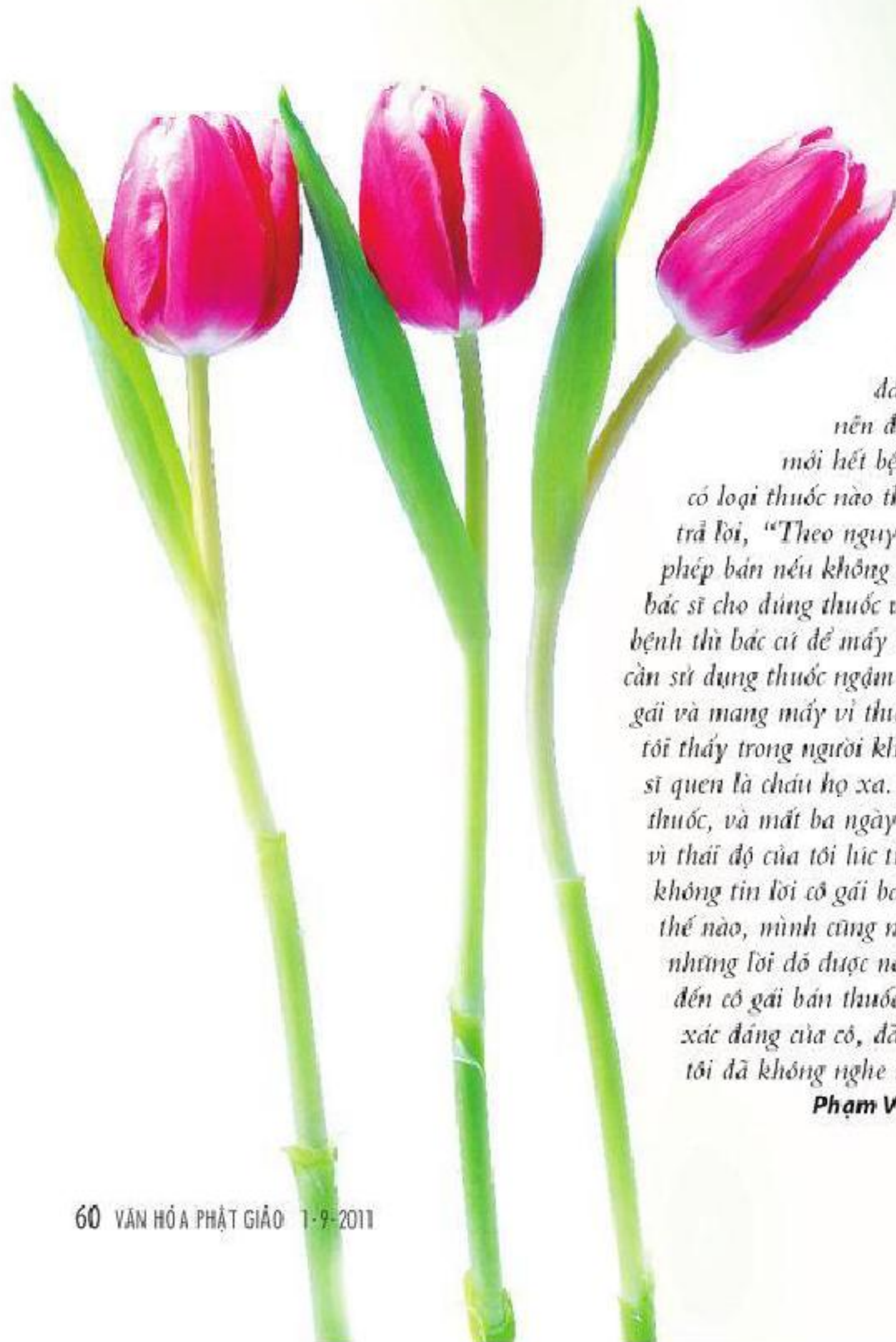
Với lợi thế về địa điểm, trong điều kiện xã Nhơn Hải đang được đầu tư để phát triển du lịch, ở một tương lai không xa, chùa Hương Mai có thể trở thành một nơi du lịch tâm linh lý tưởng cho khách thập phương. Đến chùa Hương Mai, những truyền thuyết về một vùng đất lâu nay chứa đựng nhiều kỳ bí sẽ được giải mã khiến khách hành hương càng kinh ngưỡng lẽ huyền vi của đất trời. Vào lúc trời chiều, tiếng chuông chùa ngân vang trong cảnh sắc hùng vĩ của núi của biển càng làm cho người con Phật hiểu được thân phận nhỏ nhoi của kiếp người, chỉ nhờ uy đức của hải triều âm mà nâng tâm thức lên đến chỗ tự tại vô cùng trước sự tịch diệt. ■



Lời cảm ơn cuộc sống

Sau khi mẹ tôi mất ở nhà quê, tôi đã bàn và được ông xã đồng ý mời bố tôi lên thị xã sống với gia đình tôi để chúng tôi có dịp phụng dưỡng, vì dưới quê chẳng còn ai; anh chị em chúng tôi đều đã về thành phố hay ra tỉnh làm ăn sinh sống. Bố tôi ngoài tám mươi tuổi mà vẫn còn minh mẫn, đã chấp nhận lời mời của vợ chồng tôi vì biết các con tôi đã lớn, chúng đã ra ở riêng cả, nhà chỉ còn hai vợ chồng, thỉnh thoảng chỉ những ngày nghỉ chúng mới mang con về thăm ông bà. Từ khi ra phố, mỗi buổi sáng ông cụ đều đi bộ một vòng quanh xóm để giãn gân giãn cốt. Đầu tháng Tám, một hôm chúng tôi bận việc phải rời khỏi nhà từ sớm, ngay khi bố tôi đi tập thể dục. Biết rằng nếu bố về trước khi chúng tôi có mặt ở nhà thì ông cụ phải ngồi chờ đầu ngõ, chúng tôi không dám la cà mà vội về nhà ngay khi xong việc. Gần 7 giờ, trời chưa sáng hẳn, về đến đầu ngõ, đã thấy cụ ngồi nhờ ở quán cà phê gần nhà, trên trán có vết xước. Thì ra trong lúc đi bộ tập thể dục, cụ vấp phải một hòn đá và ngã sấp mặt. Cụ kể lại là có một người đàn ông bán vé số dạo thấy thế vội vàng đến nâng cụ dậy, rồi lại đưa cụ về đến tận đầu ngõ. Khi thấy người chủ quán cà phê, đã quen mặt cụ, sốt sáng ra đưa cụ vào ngồi nhờ trong quán và lấy nước nóng rửa mặt cho cụ, người bán vé số ấy mới bỏ đi. Càng may, chỉ một hai ngày sau là bố tôi hết đau, vết xước trên trán cũng lành lặn không làm độc. Về phần gia đình thì sau vụ này, ông xã tôi tình nguyện mỗi sáng cùng đi bộ với cụ để đề phòng bất trắc. Nhưng chúng tôi thật sự băn khoăn vì không biết người đàn ông bán vé số dạo nào đã có từ tâm giúp đỡ bố tôi khi cụ bị ngã. Tôi viết lại chuyện này để gửi đến vị ân nhân không biết mặt nợ lời cảm ơn của gia đình tôi. Cũng xin cảm ơn cuộc đời, luôn luôn có những người sẵn lòng giúp đỡ người khác mà không quan tâm đến chuyện được báo đáp.

Trương Thị Tuyết Mai, thị xã Dĩ An, tỉnh Bình Dương



Buổi sáng đi làm, cảm thấy cuống họng đau rát, tôi tạt vào một tiệm thuốc tây ven đường mua vài vỉ thuốc ngậm. Tiếp tôi là một cô gái khoảng ngoài hai mươi. Sau khi lấy thuốc theo đúng yêu cầu của tôi, cô gái nói, “Cháu thấy có vẻ như bác đang bị sốt thì phải”. Quả tình người tôi hăm hập nên tôi xác nhận. Thấy vậy, cô gái nói tiếp, “Nếu bác bị sốt thì dùng loại thuốc ngậm này không ăn thua gì đâu. Sốt là triệu chứng của viêm nhiễm. Cháu nghĩ bác nên đi khám bệnh để được bác sĩ cho thuốc kháng sinh thì mới hết bệnh được”. Ngại đi khám bệnh, tôi hỏi, “Nếu cô biết có loại thuốc nào thích hợp thì cứ bán cho tôi, có được không?” Cô gái trả lời, “Theo nguyên tắc, có những loại thuốc mà chúng cháu không được phép bán nếu không có toa bác sĩ. Tốt nhất, bác nên đi khám bệnh để được bác sĩ cho đúng thuốc và hướng dẫn dùng thuốc đúng cách. Nếu bác đi khám bệnh thì bác cứ để mấy viên thuốc ngậm này lại đây, hễ bác sĩ cảm thấy bác cần sử dụng thuốc ngậm thì bác hãy mua”. Tôi không nói gì, lấy tiền trả cho cô gái và mang mấy vỉ thuốc ngậm theo. Chiều hôm ấy, ngậm hết mấy vỉ thuốc, tôi thấy trong người khó chịu hơn. Bà xã tôi phải đưa tôi đến một người bác sĩ quen là cháu họ xa. Tôi được khám bệnh, cho thuốc, hướng dẫn sử dụng thuốc, và mất ba ngày sau tôi mới khỏi bệnh. Nghĩ lại, tôi cảm thấy ân hận vì thái độ của tôi lúc trả tiền mua mấy vỉ thuốc ngậm. Thái độ ấy tỏ ra tôi không tin lời cô gái bán thuốc. Thì ra, dù cho có học hiểu đến đâu và tuổi tác thế nào, mình cũng nên lắng lòng nghe những lời của người trẻ hơn, để biết những lời đó được nói ra bằng từ tâm. Viết lại chuyện này, tôi muốn gửi đến cô gái bán thuốc ấy một lời cảm ơn muộn màng về những lời khuyên xác đáng của cô, đã nói với tôi bằng từ tâm, mà lúc ấy chỉ vì bướng bỉnh tôi đã không nghe ra.

Phạm Văn Minh, phường Vĩnh Phước, thành phố Nha Trang

Hoàn thánh chiên

HOÀNG ANH - PHÚ XUÂN

Hoàn thánh còn gọi là cao lầu hay y phủ là món ăn của người Hoa du nhập vào nước ta đã lâu đời nên món ăn này đã được Việt hóa và rất phổ biến. Có thể dùng hoàn thánh để nấu với nước dùng thành món ăn nước hoặc chiên giòn để dùng như món khai vị

Vật liệu:

- Lá hoàn thánh: 100gr
- Tàu hũ ky tươi: 100gr
- Nấm (nấm hương hoặc nấm rơm): 100gr
- Nấm mèo: 10gr
- Thân boa-rô: 1 khúc
- Bột năng: 1 muỗng
- Gia vị: muối, tiêu, đường, nước tương, dầu ăn

Cách làm:

- Tàu hũ ky tươi: xắt sợi, băm nhỏ (Nếu dùng tàu hũ ky khô thì ngâm nước nóng cho mềm, rửa sạch, để ráo trước khi xắt)
- Nấm hương hoặc nấm rơm: ngâm nước muối một lúc, gọt chân, rửa sạch, băm nhỏ
- Nấm mèo: ngâm nở, rửa sạch,

băm nhỏ

Trộn chung tàu hũ ky, nấm các loại đã băm nhỏ với chút muối, tiêu, đường, nước tương và boa-rô băm nhỏ, để một lúc cho thấm để làm nhân.

Lấy từng lá hoàn thánh, múc nhân vào giữa gói lại. Dùng chút bột năng làm hồ để dán lại cho kín.

Bắc chảo dầu nóng, chiên vàng.

Tương cà chua: Bắc chảo nóng với một muỗng dầu, phi thơm boa-rô băm nhỏ. Bỏ cà chua băm nhuyễn vào xào, nêm đường và nước tương cho vừa ăn. Cho nước lạnh hòa với bột năng vào nấu sôi, khi nước tương sánh lại và có vị chua ngọt là được.

Món hoàn thánh chiên dùng kèm với rau sống và nước tương cà chua là một món khai vị hấp dẫn. ■



Ảnh: Võ Lộc



CƠM GẠO LỨT - BROWN RICE
CHÂN NGUYÊN®

Natural Food - Natural Life

Phục vụ các món ăn được chế biến hoàn toàn từ gạo lứt, mè, rau đậu hạt thiên nhiên theo phương pháp 0768A70A.

96H Võ Thị Sáu - P. Tân Định - Q.1 - TP.HCM ĐT: (08) 38251659

184 Nguyễn Thiện Thuật, P.3, Q.3 - Tel. (08) 35377122

237 Trường Chinh, P. 12, Q. Tân Bình

C1 Đường số 4 Khu Dân cư Tân Trường, Đường Gò Ô Môi, P. Phú Thuận, Q. 7





DU LỊCH TÂM LINH
NGỌC VIỆT TRAVEL

CHƯƠNG TRÌNH THAM DỰ ĐẠI LỄ QUÁN ĐẰNH

KALACHAKRA

CỦA ĐỨC DALAI LAMA THỨ 14

BỒ ĐỀ ĐẠO TRĂNG, ẤN ĐỘ

Khởi hành ngày 31/12/2011 (7/12 âm lịch)

HÀNH HƯƠNG CHIÊM BÀI XÁ LỢI PHẬT

MIỄN ĐIỆN

(5 ngày - 4 đêm)

khởi hành ngày 15/09/2011 (18/08 âm lịch)

HÀNH HƯƠNG VỀ ĐẤT PHẬT

ẤN ĐỘ - NEPAL

(11 ngày - 10 đêm)

khởi hành ngày 20/10/2011 (24/09 âm lịch)

CHÙA VĨNH NGHIÊM

339 Nam Kỳ Khởi Nghĩa, P.7, Q.3

Email: ngocviet_travel@yahoo.com

Tel: (08) 38 48 33 88 - www.vietchay.vn

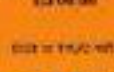
Vui lòng liên hệ: Đoàn Tấn - 0933 88 33 63

PHÁT HÀNH DVD

ĐƠN VỊ TỔ CHỨC:



ĐƠN VỊ THỰC HIỆN:



CHƯƠNG TRÌNH ĐẠI NHẠC HỘI

Vu Lan ĐỒNG VỌNG 1



8.000đ/DVD

Duy nhất tại: **SIÊU THỊ PHÁP HOA**
Chùa Phổ Quang - 64/3 Phổ Quang, Tân Bình
Tel: (08) 3845 1828

ĐẶC BIỆT

Vũ Nhạc Kịch **MỤC LIÊN THANH ĐẾ**

VỚI SỰ THAM GIA

MỸ LINH, CẨM VÂN, PHƯƠNG THANH, QUANG LINH,
CẨM LY, NGUYỄN VÕ, SỸ... LÂN, HÀ ANH TUẤN,
THÀNH NGỌC, ĐỒNG QUÂN, QUÁCH TUẤN DUY,
NHÓM MTV...
MC: THỊ HUYỀN - QUỲNH GIANG



Mừng

KHAI TRƯỞNG

PHẬT NGỌC

110 SƯƠNG NGUYỆT ÁNH, Q.1



PHẬT NGỌC

PHÁT HÀNH SĨ VÀ LỄ:

Các loại văn hóa phẩm Phật giáo
Tranh tượng, chuỗi hạt, kinh sách, pháp khí,
pháp phục, băng đĩa, đồ thờ cúng...



• 40 Cù Lao, P.2, Q. Phú Nhuận, TP.HCM
ĐỐI DIỆN **QUAN ÂM TỰ VIỆN**

Tel: 3517 2828
Email: phatngoc38@yahoo.com

• 711 Lê Hồng Phong, Q.10, TP.HCM
ĐỐI DIỆN **VIỆT NAM QUỐC TỰ**

Tel: 397 97 168
Email: phatngoc_vnqt@yahoo.com

• 94 Phan Đình Phùng, Q. Phú Nhuận, TP.HCM
CHUYÊN BÁN SĨ

Tel: 3990 3888
Email: trungtamphatngoc@yahoo.com

• 110 Sương Nguyệt Ánh, Q.1

Tel: 3926 0637
Email: phatngoc68@yahoo.com

PHÁP PHỤC LAM HIỀN®

Lam Hiền tỏa sáng bước trang nghiêm...



Chư Tôn Đức đến thăm Xưởng may pháp phục Lam Hiền ở Củ Chi

CHUYÊN CUNG CẤP SĨ VÀ NHẬN MAY SỐ LƯỢNG LỚN:

Các loại y, áo hầu, áo trắng, áo nhát bình,
vật khách, la hán, túi, dây...

Call: 012345 80888

SHOP MAY & VÁN PHÒNG

CHÙA PHỔ QUANG - 64/3 Phổ Quang, Q. Tân Bình - Tel: 399 77 200

XUỐNG MAY

Tại Ấp An Hòa, Xã An Phú, Huyện Củ Chi - Tel: 2247 3388



VINCOM



“Tốc độ, sáng tạo, hiệu quả trong từng hành động”

CÔNG TY CỔ PHẦN VINCOM

Vincom City Towers, 191 Bà Triệu, Hà Nội

Tel: (84-4) 39749999 / Fax: (84-4) 39748888

www.vincom.com.vn



NHÀ SÁCH VĂN THÀNH

60/116 Lý Chính Thắng – Phường 8 – Quận 3 – TP.HCM
(Mặt tiền bờ kênh Nhiêu Lộc). Tel: 08.38482028

Những lời dạy
nguyên thủy nhất
của Đức Phật
được tác giả biên
dịch và giảng giải
rất chi tiết, rõ ràng
nhằm giúp người
đọc loại trừ tam
độc tham sân si,
đạt giải thoát và
giác ngộ.

Đạo Bụt nguyên chất



THÍCH NHẤT HẠNH

biên dịch và giảng giải

NHÀ XUẤT BẢN PHƯƠNG ĐÔNG

CHI NHÁNH QUẬN 9

Nhà số 14, Đường số 8, P. Phước Bình, Quận 9, TP.HCM. ĐT: 728 0174 - DD: 0909.093.106

Nhà sách chúng tôi có dịch vụ chuyên tư vấn về xuất bản, in ấn, lo mọi thủ tục giấy phép và thực hiện chế bản các thể loại kinh sách văn hóa phẩm Phật giáo bằng chữ Hán, Pàli và Sanskrit.

Đón đọc

VĂN HÓA

P H Á T G I A O

Số 137

Phát hành ngày 15 - 9 - 2011

CÁC ĐỊA ĐIỂM PHÁT HÀNH:

HÀ NỘI

Cửa hàng sách Hồng Vân
74 Quán Sứ, Hà Nội
ĐT: 0913 017 920

Cửa hàng Chân Tĩnh 1
Chuyên viên Phòng Tổng hợp
Trường Đại học Kiến trúc
Km 10, đường Nguyễn Trãi,
Quận Thanh Xuân, Hà Nội.
Liên hệ: Bà Nguyễn Thị Xuân
ĐT: 0904 990 666

Cửa hàng Chân Tĩnh 2
A38 TT8 khu đô thị Văn Quán,
Hà Đông - Hà Nội
Liên hệ: Bà Nguyễn Thị Xuân
ĐT: 0938 071 188

QUẢNG BÌNH

Cô Nguyễn Phước
Phòng phát hành Hoa Ưu Đàm
226 Trần Hưng Đạo, TP. Đồng Hới - QB
ĐT: 0917 703 325

THỪA THIÊN HUẾ

Anh Trần Văn Tý
Tuệ Tĩnh đường Hải Đức
182 Phan Bội Châu, TP. Huế
ĐT: 0905 168 411

ĐÀ NẴNG

Chị Thủy, 200 Tô Hiến Thành,
Q. Sơn Trà - TP. Đà Nẵng
ĐT: 0905 278 527

Thượng tọa Thích Từ Nghiêm,
chùa Phổ Đà
340 Phan Chu Trinh, TP. Đà Nẵng
ĐT: 0914 018 093

Phòng Kinh sách chùa Pháp Lâm
(Thành hội Phật giáo Đà Nẵng)
500 Ông Ích Khiêm, TP. Đà Nẵng
ĐT: 051138731-28

QUẢNG NGÃI

Phòng phát hành
Văn hóa phẩm Phật giáo
334 Trần Hưng Đạo, TP. Quảng Ngãi
ĐT: 055 2221-819 - 0905 427 211
(chị Linh)

BÌNH ĐỊNH

Chùa Long Khánh
Tỉnh Hội Phật giáo Bình Định, TP. Quy Nhơn
ĐT: 0979 178 869

Chị Hoàng
Phòng phát hành Hiền Nam
3 Trần Thị Kỳ, TP. Quy Nhơn
ĐT: 0935 272 261

Anh Hùng
Thư quán chùa Long Khánh
141 Trần Cao Vân, TP. Quy Nhơn
ĐT: 0987 219 374

KHÁNH HÒA

Chị Hương,
Thư quán Hy Mã Lạp Sơn, chùa Long Sơn
số 20 đường 23 tháng 10,
TP. Nha Trang
ĐT: 058 2241 868 - 0168 2552 374

NINH THUẬN

Sứ cô Mỹ Đức, Ban Văn hóa Ninh Thuận,
chùa Diệu Nghiêm, số 54 đường 21 tháng 8,
Phan Rang, Ninh Thuận. ĐT: 068 3820 806

ĐÀ LẠT

Thầy Thích Nguyên Hân,
chùa Sắc tứ Khải Đoan, 117 Phan Bội Châu,
TP. Buôn Ma Thuột
ĐT: 0500 3853837 - 0913 434 138

LÂM ĐỒNG

Thầy Thích Minh Tuệ
90B/32 Vạn Hạnh P.8, TP. Đà Lạt
ĐT: 063 3552 922

Phòng phát hành chùa Phước Huệ
697 Trần Phú, TP. Bảo Lộc
ĐT: 0169 8287 177
(Cô Hương)

BÀ RỊA-VŨNG TÀU

Cô Vân, chùa Từ Quang
102 Ha Long, P.1, TP. Vũng Tàu
Bà Rịa-Vũng Tàu
ĐT: 064 3856 415

Tỉnh hội Phật giáo Long Thành
Núi Dinh, xã Hới Bài, huyện Tân Thành,
Bà Rịa-Vũng Tàu
LH: Sư cô Liên Đức. ĐT: 0643 941 099

SỐC TRĂNG

Đại đức Thích Trung Hữu
22 Ngô Gia Tự, Sóc Trăng
ĐT: 0907 465 073

CẦN THƠ

Chị Tâm, Phòng phát hành
128 Nguyễn An Ninh, Q. Ninh Kiều,
ĐT: 0939282636

Thầy Thích Minh Thông,
chùa Phật Học, 11 Đại lộ Hòa Bình,
TP. Cần Thơ
ĐT: 0918800707 - 07103827685

TIỀN GIANG

Ni sư Tịnh Nghiêm, chùa Tịnh Nghiêm
145 ấp Mỹ An, xã Mỹ Song,
TP. Mỹ Tho
ĐT: 0733.874.469 - 0913.601.656

Đại lý Máy Hồng, 57 Lý Thường Kiệt
TP. Mỹ Tho
ĐT: 0733.877.054

VĨNH LONG

Nhà sách Khánh Tường
135B đường 2 tháng 9, P.1
thị xã Vĩnh Long
ĐT: 070.834.653 - 070.834.654
(Chú Tư Nở)

TP. HỒ CHÍ MINH

Tại tòa soạn
294 Nguyễn Kỳ Khởi Nghĩa, P.8, Q.3
ĐT: 38.480.335

VĂN HÓA PHẬT GIAO đã có mặt tại các phòng phát hành Kinh sách
và các sạp báo trong thành phố.

Giá: 14.000 đồng

PHÁT HÀNH VÀO NGÀY 1 VÀ 15 HÀNG THÁNG