



# CHÁNH PHÁP

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

Địa chỉ tòa soạn: 4717 W. First Street, Santa Ana, CA 92703 – U.S.A. | Tel.: (714) 548-4148 / (714) 571-0473 | Email: [baivochanhphap@gmail.com](mailto:baivochanhphap@gmail.com)  
Website: [chanhphap.us](http://chanhphap.us) | [chanhphap.org](http://chanhphap.org) | [chanhphap.net](http://chanhphap.net)

**Chủ nhiệm:** HT. Thích Nguyên Trí  
**Trị sự:** ĐĐ. Thích Huệ Cảnh  
**Thư ký:** ĐĐ. Thích Đồng Thiện  
**Thủ quỹ:** Ni sư Thích Diệu Tánh  
**Chủ bút:** Vĩnh Hào

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

**Trình bày:** Tâm Quang  
**Hình bìa:** Google Images

**LIÊN LẠC:**

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

• Quảng cáo/Phát hành:

**(714) 638-0989**

Trải hơn 25 thế kỷ, Chánh Pháp của Phật vẫn được tuyên dương và lưu truyền bởi hàng đệ tử xuất gia lẫn tại gia, đem lại giải thoát và giác ngộ cho những ai học hỏi và thực hành đúng đắn. Chánh Pháp ấy là thuốc hay, nhưng bệnh mà không uống thì chẳng phải là lỗi của thuốc. Trong kinh Di Giáo, đức Phật cũng ân cần huấn thị lần chót bằng những lời cảm động như sau: "Thể hiện lòng đại bi, Như Lai đã nói Chánh Pháp ích lợi một cách cứu cánh. Các thầy chỉ còn nỗ lực mà thực hành... Hãy tự cố gắng một cách thường trực, tinh tiến mà tu tập, đứng để đời mình trôi qua một cách vô ích, và sau này sẽ phải lo sợ hối hận."

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

Nguyệt san Chánh Pháp là báo biểu, không trả nhuận bút cho bài vở gửi đăng. Quý văn thi hữu nào muốn có nhuận bút xin ghi rõ "có nhuận bút" và địa chỉ liên lạc để tòa soạn quyết định. Bài gửi đăng xin đánh máy sẵn và gửi bằng electronic file (từ MS. document / PDF) qua email: [baivochanhphap@gmail.com](mailto:baivochanhphap@gmail.com).  
Trân trọng cảm ơn.

Chi phiếu ủng hộ xin ghi:

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

## NỘI DUNG SỐ NÀY:

- ◆ **THƯ TÒA SOẠN**, trang 2
- ◆ **TIN TỨC PHẬT GIÁO THẾ GIỚI** (Diệu Âm lược dịch), trang 3
- ◆ **VU VƠ, CAFÉ PALOMA...** (thơ Nguyễn Bá Trạc), trang 8
- ◆ **NỘI DUNG KINH DIỆU PHÁP LIÊN HOA**, t.t. (HT. Thích Thắng Hoan), trang 9
- ◆ **ĐIỂM HẸN, MƯỠN TỪ ĐÀU...** (thơ NT Khánh Minh), trang 12
- ◆ **CÙNG LẠI LÀ TIM SEN** (ĐNT Tín Nghĩa), trang 13
- ◆ **XUÂN ĐẠO, HƯƠNG XUÂN...** (thơ Chúc Hiền), trang 15
- ◆ **ĐỨC ĐẠT LAI LẠT MA NÓI VỀ PHẬT GIÁO ỨNG DỤNG** (Tuệ Uyên dịch), tr. 18
- ◆ **MÙA XUÂN & CÔ HOA** (thơ Mặc Phương Tử), trang 21
- ◆ **Ở ĐỜI VUI ĐẠO** (Nguyễn Thế Đăng), trang 22
- ◆ **ĐÊM NGHE CHUÔNG VỌNG...** (thơ Huệ Trân), trang 23
- ◆ **MÙA XUÂN, THI CA VÀ THIỀN ĐẠO** (Sakya Minh Quang), trang 24
- ◆ **TA ÚP MẶT** (thơ Quách Thoại), trang 27
- ◆ **FRANCIS STORY (1910 – 1971)** (HT. Thích Trí Chơn), trang 29
- ◆ **KÍNH LẠY NGƯỜI** (thơ Tánh Thiện), tr. 31
- ◆ **BA ĐIỀU KHÔNG LÀM ĐƯỢC – Câu chuyện dưới cờ** (Thị Nguyễn Nguyễn Đình Khôi), trang 32
- ◆ **VUA TRẦN NHÂN TÔNG VÀ TRÚC LÂM YÊN TỬ – Phật Pháp Thứ Năm** (Nhóm Áo Lam), trang 33
- ◆ **NIỆM NIỆM TÂM TA** (thơ Đồng Thiện), trang 34
- ◆ **THIỀN SƯ HƯƠNG HẢI**, t.t. (Nguyễn Lang), trang 35
- ◆ **CẢNH MAI TRONG HOÀI TƯỜNG, TIẾNG CHUÔNG THƯƠNG NHỚ** (thơ xướng họa Tuệ Nga & Ngô Tăng Giao), trang 38
- ◆ **LIỀU NGỘ KIẾP NHÂN SINH** (Thích Viên Thành), trang 39
- ◆ **THÁNG HAI HỘI GIỮA MÙA XUÂN** (thơ Du Tâm Lăng Tử), trang 40
- ◆ **AN NHIÊN GIỮA BUỒN VUI** (Quảng Tánh), trang 41
- ◆ **NHỚ...** (Lê Bích Sơn), trang 42
- ◆ **THIỀN SƯ TIẾP KHÁCH** (TN Như Thủy), trang 47
- ◆ **KHI EINSTEIN CHIA BUỒN** (Nguyên Giác), trang 48
- ◆ **PHẬT, PHÁP** (thơ Phan Văn Quân), trang 50
- ◆ **CÀ PHÊ** (Bs. Nguyễn Ý Đức), trang 51
- ◆ **MIẾU ĐỀN VĂN THIÊNG** (thơ Tiểu Lục Thần Phong), trang 53
- ◆ **VỮ ĐIỀU THỜI GIAN VÀ BƯỚC NHẢY TÂM THỨC** (Huỳnh Kim Quang), tr. 54
- ◆ **MỘT CHỨT QUẢ CHO EM** (thơ Trần Thiên Thị), trang 55
- ◆ **CON CHÓ ĐÓI** (thơ TM Ngô Tăng Giao), trang 56
- ◆ **NẤU CHAY: TÀU HỦ CUỐN RONG BIÊN CHIẾN** (Ấm thực chay), trang 57
- ◆ **KINH TỬ BI – METTA SUTTA** (HT Viên Minh & Nguyệt Nguyễn dịch), trang 58
- ◆ **SÓNG VỎ XA BỜ** (TN. Hạnh Tâm), trang 60
- ◆ **THƯƠNG ĐIỀU KHÓ THƯƠNG** (TN. Diệu Phúc), trang 63
- ◆ **NHÀ HÀNG BRODARD VEGETARIAN KHAI TRƯƠNG** (Việt Báo), trang 64
- ◆ **TRUYỀN NGÂN TRÂM LINH TÂM CHỦ** (Steven N.), trang 66
- ◆ **VĂN CHƠI, TÔI ĐI TRONG CÔI...** (thơ Phù Du), trang 67
- ◆ **NHỮNG PHO TƯỢNG LẠNG THINH, CHỜ ĐỢI...** (Hạnh Chi), trang 68
- ◆ **LỜI NGUYỄN CẦU MÙA XUÂN** (Lam Khê), trang 70
- ◆ **VUA A DỤC TRỞ VỀ VỚI PHẬT GIÁO** (Thiện Dụng), trang 72
- ◆ **MÙA XUÂN CỎ QUẬN** (Tiểu Lục Thần Phong), trang 74
- ◆ **STORY OF EKUDDANA THE ARAHAT** (Daw Mya Tin), trang 75
- ◆ **BỤI ĐƯƠNG – chương 5** (Vĩnh Hào), trang 76
- ◆ **TÂM KHÔNG** (thơ Mặc Không Tử), trang 79



Báo Chánh Pháp số 76, tháng 03.2018, do Chùa Phật Đà & Tu viện Pháp Vương (CA) và Brodard Chateau, Brodard Restaurant & Bamboo Bistro ủng hộ ấn phí. Tòa soạn xin thành tâm cảm tạ. Kính nguyện quý tư và chư phật - tử được hưng long, an lạc để hoằng truyền và hộ trì Phật Pháp.



# Thư Tòa Soạn

## ĐỨC HẠNH

Ở đời có những người không đức lại tự cho rằng quá nhiều đức; không tài lại nghĩ mình kỳ tài không ai bằng; làm lợi ích cho người không được bao nhiêu mà nghĩ mình làm quá nhiều; thành tựu không lớn mà nghĩ là thành tựu chưa từng thấy... là bởi "cái tôi" quá lớn.

Cái tôi (the Self, the Ego) ấy vượt khỏi giới hạn của thân xác, đóng cọc cắm rào khắp nơi nào nó hướng đến. Nó vô hình nhưng lại mượn cái hữu hình để tự thể hiện sự hiện hữu của nó. Và sự hiện hữu theo cách thể bành trướng, lấn lướt của một cái tôi lớn, làm cho không gian chung quanh chật chội, tù túng. Ngay cả môi trường sống của gia đình, trường học, làng xóm, tổ chức tôn giáo, quốc gia, cho đến thế giới, trước sự hung hăng hãnh tiến, tự tin, tự mãn của một "cái tôi đáng ghét," (1) sẽ bị ô nhiễm, khó thở. Cái tôi ấy nếu là người bình thường thì chỉ gây khó chịu, hoặc làm trò cười cho hàng thức giả trong vài phút giây; còn như cố gắng giành lấy trách nhiệm lãnh đạo tập thể nữa thì mới là hiểm họa cho nhiều người, trong một thời gian dài lâu khó lường.

Thế giới này có bao nhiêu "cái tôi" như thế? — Có bao nhiêu sinh loại thì có bao nhiêu "cái tôi." Nhưng không phải cái tôi nào cũng đáng ghét. Có những "cái tôi" biểu lộ nhẹ nhàng, không muốn lấn lướt, tranh giành với ai, có thể hòa được với những cá thể khác; và có những "cái tôi" khá mờ nhạt, có mà dường như không—những cái tôi "không tôi."

Cái-tôi-không-tôi sống hòa với con người và thiên nhiên, vì giữa họ và tha nhân không có giới hạn của tuổi tác, thể hệ, thời đại; không có biên giới của màu da, sắc tộc, quốc gia, tôn giáo. Cái tôi ấy chẳng là gì, chẳng là ai, chẳng có công danh hay sự nghiệp vĩ đại nào với đời; nhưng nó là cốt lõi, làm trung gian, trung hòa cho một thế giới an bình, thương yêu, không xung đột đối chọi nhau.

Muốn sống như một "cái-tôi-không-tôi," cần phải học và thực tập rất nhiều.

Các đạo gia và hiền triết Đông-Tây đều sống như thế. Phật gia cũng dạy về vô-

ngã, không chỉ là triết thuyết mà là pháp-hành để thực chứng trong đời sống hàng ngày. Điểm chung của đạo gia, triết nhân và Phật gia là: quên mình, không vì mình.

Quên mình là bước đầu để dẹp bỏ những hàng rào ngăn cách với người khác.

Không vì mình là vì muốn làm lợi ích cho số đông.

Giản dị, khiêm cung, không tranh giành, mà thành tựu tất cả việc chung trong trời đất.

Như Lão Tử từng nói: "*Hậu kỳ thân nhi thân tiên; ngoại kỳ thân nhi thân tồn*" (2). Lui về phía sau, đặt mình ở ngoài, mà lại thành tựu tất cả việc. Làm mọi việc, thành mọi việc, mà không thấy có mình. Không có người làm. Không có cái danh của người làm. Không có người thành công. Không có cái danh của người thành công. Đây mới gọi là người đức hạnh của mọi xứ, mọi thời.

1) Blaise Pascal (1623-1662), "the Self is hateful."

2) Lão Tử (thời đại nhà Chu, Trung Hoa, khoảng thế kỷ thứ 4 trước Công nguyên). Nguyên văn: "*Thiên trường địa cửu. Thiên địa sở dĩ năng trường thả cửu giả, dĩ kỳ bất tự sinh, cố năng trường sinh. Thị dĩ thánh nhân, hậu kỳ thân nhi thân tiên, ngoại kỳ thân nhi thân tồn. Phi dĩ kỳ vô tư dã? Cố năng thành kỳ tư.*" (Trời dài đất lâu. Trời đất sở dĩ dài lâu, Là vì không sống cho mình, Nên mới được trường sinh. / Vì vậy Thánh nhân, Để thân ra sau, mà thân ở trước; Để thân ra ngoài, mà thân đang còn. Phải chăng vì không riêng tư, Mà thành được việc riêng tư?)

天長地久。天地所以能長且久者，以其不自生，故能長生。是以聖人後其身而身先，外其身而身存。非以其無私耶？故能成其私。《道德經 • 第七章》

(Đạo Đức Kinh, Chương 7, bản dịch của Thu Giang Nguyễn Duy Căn, Quyển I, trang 64). Có thể đối chiếu đoạn văn này qua *Đức Đạo Kinh*, Phần Đạo, Chương 51, trang 181, bản dịch của Huỳnh Kim Quang)

# TIN TỨC PHẬT GIÁO THẾ GIỚI

## DIỆU ÂM lược dịch

### **ẤN ĐỘ: Bằng chứng về tu viện Phật giáo cổ xưa tại Lakhisarai**

Đội khai quật từ trường Đại học Visva-Bharati ở Santiniketan (bang Tây Bengal) đã xác nhận việc khám phá một tu viện Phật giáo lớn tại thị trấn Lakhisarai, bang Bihar.

Vào cuối ngày 6-1-2018, đội này đã phát hiện một tấm bia Phật giáo bị vỡ và các đồ tạo tác khác, từ nơi mà cuộc khai quật bắt đầu vào tháng 12 năm ngoái.

Họ cho biết bằng chứng về cấu trúc bên dưới lớp đất có thể mở ra lịch sử cổ xưa của khu vực này, nơi Đức Phật đã trải qua 3 thời kỳ gió mùa như đã đề cập trong các văn bản Phật giáo.

Đội này đã phát hiện 9 thiền phòng tại khu vực khai quật, được kết nối với nhau và có sàn bằng gạch vôi. Cấu trúc phía trước của một hiên bằng đá đen cũng được tìm thấy cùng với một nền đất hành lễ của chư tăng.

Việc tìm lại được những đồ vật có liên quan đến Đức Phật và một số đồ hành lễ bằng gốm đã chứng minh thêm cho các tuyên bố trước đây về tu viện này.

(Tipitaka Network – January 25, 2018)



*Các thiền phòng của chư tăng được khai quật tại di tích Phật giáo ở Lakhisarai (Ấn Độ)*

### **NEPAL: Hàng trăm Phật tử Hàn Quốc cầu nguyện cho hòa bình toàn cầu tại Kapilvastu**

Hơn 430 Phật tử Hàn Quốc đã viếng thánh địa Phật giáo tại phố cổ Kapilvastu (trong khu vực Lâm Tì Ni, Nepal) và cùng cầu nguyện cho hòa bình toàn cầu vào ngày 19-1-2018.

Đại lễ cầu nguyện này diễn ra sau khi họ viếng Tilaurakot, Tháp Đồi Bhamaniya và Nigrodharam.

Đông đảo Phật tử Hàn Quốc đến Nepal hàng năm để viếng những nơi Đức Phật được sinh ra và lớn lên.

Tilaurakot là sân chơi đùa của Đức Phật trong khi Tháp Đồi được xem là đài kỷ niệm của phụ vương và mẫu hậu của Ngài. Tương tự như vậy, Nigrodharma nổi tiếng là nơi Đức Phật giảng pháp cho một số tín đồ Phật giáo, bao gồm cả con trai của Ngài là Rahul, sau khi Ngài đắc đạo.

(NewsNow – January 22, 2018)



*Di tích Tilaurakot, nơi sinh trưởng của Đức Phật  
Photo: homestaymk.com.np*

### **TRUNG QUỐC: Thành phố Thẩm Quyển triển lãm về hang động Phật giáo Mạc Cao của Đôn Hoàng**

Thành phố Thẩm Quyển của tỉnh Quảng Đông hiện đang là nơi diễn ra một trong

những triển lãm Đôn Hoàng lớn nhất. Sử dụng các bản sao chép và công nghệ tiên tiến, cuộc triển lãm có tên 'Đôn Hoàng Bí ẩn' này cho phép khách tham quan đi bộ giữa các công trình tái tạo của các hang động Phật giáo Mạc Cao cổ xưa.

'Đôn Hoàng Bí ẩn' sẽ kéo dài đến ngày 30-3-2018. Các hướng dẫn viên tiếng Anh và tiếng Nhật từ Học viện Nghiên cứu Đôn Hoàng túc trực tại triển lãm để giới thiệu cho du khách. Đối với những người không thể đến được Thẩm Quyển, họ có thể chiêm ngưỡng trực tuyến về đẹp ảo của các hang động thông qua trang web Digital Dunhuang (Đôn Hoàng Kỹ thuật số).

(Buddhistdoor Global – January 23, 2018)



*Một bản sao tượng Phật nằm thời nhà Đường ở Mạc Cao, Đôn Hoàng (tại triển lãm Thẩm Quyển)*



*Bản sao Hang động 285 của Mạc Cao (tại triển lãm Thẩm Quyển)*

*Photos: chinadailyasia.com*

## **MÃ LAI: Bắt giữ 2 chiến binh ISIS vì định tấn công các tu sĩ Phật giáo**

Kuala Lumpur, Mã Lai – Ngày 22-1-2018, cảnh sát Mã Lai cho biết đã bắt giữ 2 người đàn ông được cho là có liên hệ với nhóm chiến binh Nhà Nước Hồi giáo tại Iraq và Syria (ISIS), trong đó có một kẻ bị cáo buộc đã thủ một con dao và đi rảo quanh thủ đô Kuala Lumpur nhằm giết chết các nhà sư Phật giáo.

Hai nghi phạm này đã bị bắt giữ trong 2 vụ bố ráp riêng vào tháng 12 và tháng 1, vì nghi ngờ có kế hoạch thực hiện các hành động bạo lực và gieo rắc hệ tư tưởng của Nhà Nước Hồi giáo.

Một trong 2 nghi phạm là một người Indonesia 23 tuổi, bị bắt vào ngày 17-1. Kẻ này từng bị buộc tội đã lũng đoạn một quận nhận nhíp của Kuala Lumpur vào tháng 11 để tìm giết các tu sĩ Phật giáo – nhằm trả thù cho sự bạo lực mà người Hồi giáo Rohingya ở Miến Điện đã gánh chịu.

(The Straits Times – January 22, 2018)

## **ÚC ĐẠI LỢI: Lễ hội Phật giáo Laba (mồng 8 tháng chạp) của các cộng đồng Hoa kiều**

Ngày 24-1-2018, nhằm ngày mồng 8 tháng chạp âm lịch – là ngày Đức Phật Thành Đạo theo truyền thống Đại Thừa – người Hoa trên khắp thế giới đã tập trung tại chùa Thiền địa phương để mừng lễ hội Laba.

Trong lễ hội, mọi người ăn Cháo Mồng 8 Tháng chạp (Laba Zhou) – còn gọi là cháo bát bửu, gồm gạo, đậu, trái cây và hạt - được nấu với số lượng lớn.

Tại chùa Nam Thiên ở Wol-longong, Úc Đại Lợi – ngôi chùa lớn nhất Nam Bán cầu – hòa thượng Miaoyou cho biết lễ hội này được tổ chức bởi toàn thể cộng đồng người Hoa, và ở mức độ nào đó, đã vượt qua mục đích tôn giáo của nó – với sự tham gia của cả những người không tôn giáo. Năm nay, Phật tử tại

chùa Nam Thiên đã nấu hơn 1,000 bát cháo, phục vụ miễn phí cho công chúng.

(Buddhistdoor Global – January 26, 2018)



*Cháo bát bửu được phục vụ trong lễ hội Laba  
Photos: sbs.com.au*

## **NHẬT BẢN: Các ca kỹ (Geisha) tại Kyoto chép kinh điển Phật giáo**

Các ca kỹ và những người tập sự của họ tại cố đô Kyoto của Nhật Bản đã chép kinh Phật tại chùa Daikakuji.

Sự kiện này là một phần của buổi tập huấn thường niên được tài trợ bởi một tổ chức địa phương nhằm bảo tồn và phát huy nền văn hóa giải trí truyền thống.

Đến từ 5 quận dành cho các nữ nghệ sĩ của thành phố Kyoto, hơn 90 ca kỹ và những người tập sự trẻ tuổi đã dùng bút lông và mực để chép một trong những bộ kinh Phật giáo nổi tiếng bằng chữ Hán.

Việc thực hành này được xem là một công việc có giá trị tôn giáo.

Đây là loại hoạt động dành cho các ca kỹ nổi trên – vốn là những người thường bận rộn với việc tham dự tiệc tùng hoặc ca múa và với việc đào tạo khác - để họ hiểu được sâu sắc hơn về nền văn hóa truyền thống.

(NewsNow – February 1, 2018)



*Hơn 90 Geisha chép kinh Phật tại chùa Daikakuji, Kyoto (Nhật Bản)*

*Photo: euronews.com*



*Geisha (ca kỹ Nhật Bản)  
Photo: Google*

## **HÀN QUỐC: Phát hiện 1,000 hiện vật tại di tích chùa Hwangbok**

Khoảng 1,000 mảnh di tích và đồ tạo tác của ngôi chùa hoàng gia Hwangbok thuộc triều đại Silla đã được phát hiện hàng loạt ở khu Nangsan thuộc thành phố Gyeongju, tỉnh Bắc Gyeongsang.

"Bằng cách nghiên cứu 4,670 mét vuông của Ilwon ở Nangsan từ tháng 8 năm ngoái, chúng tôi đã tìm thấy 1,000 hiện vật bao gồm di tích xây dựng của những khối đá lớn tinh xảo và di tích nền đỡ hàng cột 12 con giáp", Trung tâm Nghiên cứu Tài sản Văn hóa Sungrim cho biết vào ngày 31-1-2018. Trung tâm nghiên cứu này đã tiến hành việc khai quật tại Nangsan với sự cho phép của Cục Di sản Văn hóa.

Theo khảo sát, di tích của

các tòa nhà thuộc ngôi chùa Hwangbok như hành lang có mái che, các con đường và ao hồ đã được xác định ở quy mô lớn. Trong số 1,000 hiện vật khai quật được có một tượng Phật nằm, một tượng Phật đứng và tượng một vị Hộ pháp.

(donga.com - February 1, 2018)



*Các tượng Phật giáo trong số 1,000 hiện vật tại di tích chùa Hwangbok, Hàn Quốc  
Photo: donga.com*

### **THÁI LAN: Các họa sĩ phục chế các bức bích họa Phật giáo 170 năm tuổi**

Một nhóm các họa sĩ Thái đã được tuyển dụng để tham gia vào một sáng kiến kéo dài trong 3 năm để cứu một phần lịch sử Phật giáo quan trọng tại ngôi chùa nổi tiếng Suthat ở Bangkok. Những bức bích họa lớn trong chánh điện của chùa Suthat, có niên đại từ thập niên 1840, mô tả các câu chuyện về những tiền kiếp của Đức Phật cũng như những cảnh vẽ cuộc sống hàng ngày vào thời Rattanakosin (1782-1932) của Xiêm La, nay đã bị hư hỏng.

Alongkorn Thiamjun, họa sĩ phụ trách nhóm phục chế, cho biết: "Chúng tôi đã phát hiện tình trạng xấu đi, đặc biệt là từ phần dưới khi chúng tôi kiểm tra các bức tranh vào năm 2016. Một số mảng của các tranh đó đã bị mất đi, trong khi những phần khác đã bị bong ra khỏi tường".

Lần gần đây nhất, bức bích họa đáng chú ý này đã được phục chế vào năm 1982 trong một dự án lớn dành cho chùa Suthat, do chính phủ Đức

tài trợ.

(buddhistdoor.net - February 3, 2018)



*Các bích họa lớn trong chánh điện chùa Suthat có niên đại từ thập niên 1840  
Photo: justgola.com*



*Họa sĩ Alongkorn Thiamjun đang chỉ đạo dự án phục chế tranh*

*Photo: bangkokpost.com*



*Keo được bọm vào để củng cố lớp sơn để rạn nứt của tranh  
Photo: bangkokpost.com*

### **HOA KỲ: Triển lãm tranh về 'Cuộc đời các vị Đạt lai Lạt ma'**

New York, Hoa Kỳ - Triển lãm tranh thangka 'Cuộc đời các vị Đạt lai Lạt ma' được tổ chức tại Nhà Tây Tạng Hoa Kỳ từ ngày 11-1 đến 1-3-2018. Triển lãm này trưng bày một loạt tác phẩm in độc đáo mô tả dòng truyền thừa của các vị Đạt lai Lạt ma.

Các tác phẩm trưng bày tại triển lãm mô tả hình ảnh trung tâm của từng vị Đạt lai

Lạt ma, được bao quanh bởi những sự kiện trong cuộc đời của mỗi ngài.

Năm 2002, họa sĩ tranh thangka Temba Chopel đã trình bày ý tưởng sáng tác loạt tranh này với Đức Đạt lai Lạt ma thứ 14.

Khi Tamba Chopel từ trần vào năm 2007, đệ tử chính của ông là Tenzin Norbu và nhóm của mình đã hoàn thành loạt tranh gốc của những bản in đang được triển lãm này.

(Tibet House US - February 5, 2018)



*Tranh thangka một vị Đạt lai Lạt ma—Photo: Tibet House US*

### **ẤN ĐỘ: 'Tụng niệm toàn cầu' cho hòa bình tại Lễ hội Phật giáo**

Vijayawada, Andhra Pradesh - Ngày 4-2-2018, như một phần của Lễ hội Văn hóa Phật giáo 3-ngày đang diễn ra tại Vijayawada, Cục Du lịch Andhra Pradesh đã tổ chức một cuộc tụng niệm tập thể vì hòa bình và hòa hợp thế giới - do chư cao tăng đại diện cho 3 tông phái Phật giáo Nguyên Thủy, Đại Thừa và Kim Cương Thừa dẫn dắt.

Sự kiện này đã lập một kỷ thế giới với sự tham gia của hơn 45,000 người từ khắp thế giới thông qua internet. Những người tham gia cùng niệm chú Santhi (Hòa bình) từ vị trí tương ứng của mình.

Hàng ngàn người đã tham dự lễ hội 3-ngày mang tên 'Lễ hội Di sản Phật giáo Amravati, Hòa bình Toàn cầu' nói trên và trải nghiệm nền văn hóa, ẩm thực và hàng thủ công của Phật giáo. Nghệ sĩ từ các bang như Arunachal Pradesh, Maharashtra, Delhi, Tây Ben-

gal và các bang đông bắc đã mang lại cho công chúng những phần trình diễn đặc sắc về di sản Phật giáo.

(The Hindu – February 5-7, 2018)



*Chư tăng dẫn dắt phần tụng niệm toàn cội tại Vijayawada, Ấn Độ*



*Phần trình diễn của các nghệ sĩ từ bang Arunachal Pradesh tại Lễ hội Di sản Phật giáo (Ấn Độ)—Photos: The Hindu*

### **THÁI LAN: Dự án làm tượng Phật dành cho tù nhân**

Được khởi động để hưởng ứng sáng kiến của Công chúa Thái Lan Bajra Kitiyabha, dự án dành cho tù nhân học làm tượng Phật từ đất sét đã có 3 nhóm tham gia.

Đầu tháng 2-2018, Đại tá Cảnh sát Naras Savestanan, tổng giám đốc Cục Cải tạo, cho biết tất cả 14 người tham gia từ 2 nhóm đầu tiên của dự án đã không tái phạm bất cứ hành vi phạm pháp nào. Ông nói dự án này truyền đi 2 lợi ích rõ ràng: Tâm tịnh hóa các tù nhân tham gia và truyền bá Phật giáo.

Nhóm thứ 3 của dự án có 30 tù nhân tham gia tạo tác 10 tượng Phật lớn.

Những tượng lớn nói trên sẽ được tặng cho các chùa và các bệnh viện, và các tù nhân tham gia có thể chọn những người nhận các tượng nhỏ mà họ đã điêu khắc.

(tipitaka.net – February 8-14)



*Một tù nhân giới thiệu tượng Phật do mình điêu khắc  
Photo: The Nation*

### **ẤN ĐỘ: Cuộc diễn hành lớn trước Đại hội Phật giáo Ấn Độ**

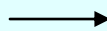
Tirupati, Andhra Pradesh – Ngày 9-2, trước đại hội lần thứ 8 của Hiệp hội Phật giáo Ấn Độ (BSI) - diễn ra vào ngày 10 và 11-2-2018 tại Tirupati - một cuộc diễn hành lớn đã được tổ chức, với sự tham gia của chư tăng, các học giả Phật giáo và những người khác đến từ các miền khác nhau của đất nước Ấn Độ.

Điểm thu hút đặc biệt của cuộc diễn hành này là lá cờ Phật giáo dài 125 mét. Đây là lần đầu tiên một cuộc tập trung người đông đảo như vậy diễn ra tại thành phố nhiều chùa này.

Ông Chandrababu Haridas Patil, Chủ tịch BSI quốc gia, nói rằng để truyền bá văn hóa Ấn Độ cổ xưa vốn được thắm nhuần trong Phật giáo, mỗi năm Hội nghị Phật giáo đã được tổ chức tại nhiều vùng khác nhau của đất nước".

(THE HANS INDIA – February 10, 2018)

*Lá cờ Phật giáo dài 125 mét trong cuộc diễn hành lớn tại Tirupati, Ấn Độ  
Photo: The Hans India*



### **MÃ LAI: Sư cô chăm sóc cho hơn 100 con chó hoang**

Ipoh, Perak - Sư cô Chow Khoon Siew, 66 tuổi, là người đã cung cấp một ngôi nhà yêu thương cho những chú chó bị bỏ rơi và bị ngược đãi.

Hiện nay sư cô đang chăm sóc cho hơn 100 con chó tại nơi tạm trú của mình ở khu Jalan Gopeng thuộc Gunung Rapat, Ipoh.

Sư cô Chow dựa vào sự giúp đỡ của cộng đồng để vận hành nhà tạm trú này, bao gồm bữa ăn tối gây quỹ hàng năm, và bà cảm kích sự hào phóng và ủng hộ của mọi người.

Nhiều năm qua, sư cô Chow đã thu xếp để cho một số con chó có được một ngôi nhà mới - thông qua chương trình nhận nuôi do Hiệp hội Phòng chống Sát hại Động vật của thành phố Ipoh.

(nst.com.my – February 14, 2-18)



*Sư cô Chow và những con chó hoang  
Photo: Fernando Fong*



## VU VỢ

Vu vợ đứng giữa đất trời  
nói vu vợ với những người vu vợ  
chuyện sông chuyện núi chuyện thơ  
chuyện dăm ba đĩa bên bờ tử sinh  
chuyện anh em chuyện ái tình  
ngày xưa ngày xưa bọn mình với nhau  
Quăng đi mây gánh u sầu  
đứng nhìn trời đất một màu xanh xanh

## CAFÉ PALOMA

Rủ nhau ra quán cà phê  
chuyện trò một lúc có hề chi đâu  
Cụ đầu tim bác nhức đầu  
oan hồn tử sĩ rầu rầu vây quanh  
xương khô đã vượt trên thành  
trái tim khô gọi hòa bình chui ra  
Sáng nay tập họp quân ta  
trông ông vẫn thế chẳng già bao nhiêu

Hôm rày trời mưa trời mưa  
hôm nay lại nắng cho vừa lòng nhau  
Lòng anh đặt ở chỗ nào  
Tôi đi đến đây tôi chào lòng anh.

Bữa ni nắng sáng quá trời  
đây ông chiến sĩ núi đồi bước ra  
lòng là cả một vườn hoa  
hồn còn vương vấn tình ta với người  
lại hiên ngang giữa đất trời  
bụi mồm huyết sáo ngỏ lời vu vợ.

## HÔM NAY NỤ ĐÃ SẴN SÀNG NỞ HOA

Cái gì bé tắc phải khai thông  
Việc ấy đều do những chuyện lòng  
lòng anh ấy đặt nơi đâu đây  
em có bao giờ em biết không



thơ NGUYỄN BÁ TRẠC

# NỘI DUNG KINH DIỆU PHÁP LIÊN HOA

HT. Thích Thắng Hoan

(trích từ tác phẩm *YẾU CHỈ KINH DIỆU PHÁP LIÊN HOA*)

(tiếp theo)

## II.- PHẦN THỊ PHẬT TRI KIẾN

### 11.- PHẨM HIỆN BẢO THÁP:

Trong phẩm này, đức Phật biểu thị Cảnh Giới thường trú và Pháp Thân thường trú của Như Lai. Bảo Tháp là biểu thị cho Cảnh Giới thường trú của đức Phật Đa Bảo và đức Phật Đa Bảo an tọa trong Bảo Tháp là biểu thị cho Pháp Thân thường trú của ngài. Mỗi vị Phật đều có ba thân: Pháp Thân, Báo Thân và Ứng Hóa Thân. Pháp Thân là hiện thân của Tạng Như Lai, nghĩa là Tạng Như Lai hiện ra nhiều Pháp Thân của chư Phật và mỗi Pháp Thân lại có một quốc độ gọi là Thường Tịch Quang Chơn Độ, cũng như Tạng Như Lai hiện ra Tạng Thức (Thức Alaya) để làm Tâm Địa cho ba cõi. Pháp Thân còn gọi là Tỳ Lô Giá Na Thân và cũng gọi là Pháp Giới Tạng Thân, nghĩa là thân thể chân như của chư Phật bao trùm tất cả Pháp Giới Tánh của muôn pháp ở trong. Trường hợp này cũng tương tự như Nhục Thân con người là Sắc Địa sanh ra cảnh giới ngũ tạng lục phủ và vô số chúng sanh vi trùng sanh trưởng trong cảnh giới nhục thân nói trên. Pháp Thân thường trú của Như Lai lại thể hiện ra Báo Thân Lô Xá Na và cảnh giới Tịnh Độ Thật Báo trang nghiêm dành cho báo thân an trụ. Báo Thân và cảnh giới Tịnh Độ này là do công hạnh tu tập giới đức trang nghiêm thanh tịnh kết thành thân tướng và kết thành cảnh giới y báo do Pháp Thân xây dựng. Báo Thân gồm có hai thân: một là Tự Thọ Dụng Thân và hai là Tha Thọ Dụng Thân. Tự Thọ Dụng Thân chính là báo thân thanh tịnh của mỗi đức Phật tự thọ dụng y báo riêng của mỗi vị. Hai Thân Tự Thọ Dụng và Tha Thọ Dụng cũng đều do Pháp Thân thể hiện. Tha Thọ Dụng Thân chính là Ứng Hóa Thân và Ứng Hóa Thân này thì lại do Báo Thân sử dụng biến hiện ra nhiều thân tướng khác nhau để tùy duyên cứu độ chúng sanh trong ba



cõi.

Pháp Thân Thường Trú theo Kinh Pháp Hoa gọi là Bổn Môn và Ứng Hóa Thân thuộc Tha Thọ Dụng Thân theo Kinh Pháp Hoa gọi là Tích Môn. Ý nghĩa ba Thân trên đây đã được giải thích ở nơi "Chú Ý" trong phần đầu của mục "Đề Kinh". Đức Phật Đa Bảo thị hiện Cảnh Giới Thường Trú và Pháp Thân Thường Trú của ngài để nghe đức Phật Thích Ca thuyết giảng Kinh Pháp Hoa nơi hội Linh Thứu chính là "Thị Phật Tri Kiến". Lúc đầu trong hội Pháp Hoa, đức Phật Thích Ca phóng hào quang hiện bày Pháp Thân và Cảnh Giới chân thật của chư Phật trong các cõi cũng như hiện bày cảnh giới Địa Ngục A Tỳ v.v... chính là "Khai Phật Tri Kiến".

Thoạt tiên nơi pháp hội Linh Thứu, trước đức Phật Thích Ca, một Bảo Tháp to lớn từ dưới đất hiện lên và trụ giữa hư không. Bảo Tháp cao đến 500 do tuần (500 hải lý) và rộng đến 250 do tuần (250 hải lý). Đức Phật Đa Bảo ngự trong Bảo tháp đó để nghe đức Phật Thích Ca giảng Kinh Pháp Hoa. Cảnh giới Báo Tháp và Pháp Thân của đức Phật Đa Bảo hiện trong Bảo tháp chính là Thật Tướng (hình tướng chân thật) của Chân Tâm Pháp thể hiện và những Thật Tướng này không phải Nghiệp Tướng của Vọng tâm biến hiện. Thật Tướng của Chân Tâm Pháp Thân thể hiện thì to lớn vĩ đại, như Bảo Tháp to lớn đến 500 do tuần và rộng đến 250 do tuần, còn Nghiệp Tướng thì do Vọng Tâm biến hiện và bị thu hẹp nhỏ lại tùy theo từng chủng loại chúng sanh.

Bảo Tháp này từ nơi tâm Địa xuất hiện và nó không phải từ nơi Sắc Địa mọc lên. Sắc Địa là vật chất thuộc về ngoại giới và Tâm Địa là Tánh Linh Tạng Như Lai thuộc về nội giới. Sắc Địa thì do Sắc Uẩn kết hợp cho nên ô nhiễm và ngăn ngại, còn Tâm Địa thì do Trí Tuệ hình thành thể nên thanh tịnh và dung thông. Bảo Tháp nếu như do Sắc Địa kết hợp thì trở nên uẩn đục và biến động. Trái lại Bảo Tháp đây chính do Tâm Địa thể hiện thì trở nên trong



sáng và tĩnh lặng.

Tâm Địa của Tạng Như Lai thuộc nội giới thể hiện Bảo Tháp không bị ngăn ngại bởi Sắc Địa thuộc ngoại giới. Điều này cũng giống như thế giới mộng mơ thuộc nội tâm sinh hoạt không bị ngăn ngại bởi thế giới vật chất bên ngoài. Thế giới Sắc Địa thì hình thành phía bên trong của thế giới Tâm Địa, nhưng nó không phải là thế giới Tâm Địa và cũng không ngăn ngại chút nào đến thế giới Tâm Địa. Tâm Địa cũng giống như tấm gương soi mặt và thế giới Sắc Địa hình thành phía bên trong của Tâm Địa cũng giống như bao nhiêu hình ảnh hiện hữu bên trong của tấm gương soi mặt. Sự hiện hữu thế giới Sắc Địa bên trong Tâm Địa không bị ngăn ngại cũng như những hình ảnh hiện hữu bên trong tấm gương soi mặt và những hình ảnh đó sinh hoạt không ngăn ngại đến tấm gương soi mặt. Đây là nguyên lý về "Lý Sự Vô Ngại pháp Giới" của Kinh Hoa Nghiêm, nghĩa là trong cái này có cái kia, trong cái kia có cái này và chúng hoàn toàn không ngăn ngại với nhau.

Tâm Địa cũng như không gian của cái phòng và thế giới Sắc Địa cũng như không gian của ngọn đèn xanh, của ngọn đèn đỏ, của ngọn đèn trắng, của ngọn đèn vàng v.v... đều hiện hữu phía bên trong không gian của cái phòng, nhưng chúng không phải là không gian của cái phòng và cũng không ngăn ngại chút nào đến không gian của cái phòng. Như vậy, Tâm Địa thì thuộc về Không Giới của Chân tâm và Sắc Địa thì thuộc về Sắc Giới của vật chất.

Đức Phật Thích Ca thiết lập hai Đạo Tràng giảng Kinh Pháp Hoa để độ chúng sanh:

a/- Đạo Tràng thứ nhất, đức Phật mở hội Linh Thứu nơi núi Kỳ Xà Quật thuộc thành Vương Xá, nước Ma Kiệt Đà giảng Kinh Pháp Hoa bằng Thiên Định Tam Muội, nên gọi là Thiên Định Thuyết Pháp.

b/- Đạo Tràng thứ hai, đức Phật Thích Ca mở hội Bảo Tháp nơi Không Giới để giảng Kinh Pháp Hoa, nên gọi là Không Giới Thuyết Pháp.

Không Giới ở đây là chỉ cho thế giới Chân Không. Thế giới Chân Không thì chân thật không hư dối (chân thật bất hư) của các đức Như Lai thường an trú. Thế giới này, theo ngài Long Thọ chính là thế giới diệu hữu trong Tánh Không (Trung không diệu hữu). Thế giới Chân Không thuộc về thể tánh của tất cả pháp. Kinh Lăng Nghiêm nói: "Tánh sắc chân không, tánh không chân sắc, châu biến pháp giới", nghĩa là

thể tánh của sắc pháp chính là chân không và thể tánh của chân không cũng chính là chân sắc, tất cả đều biến thành các pháp giới. Thế giới Chân Không của thành lập từ nơi đại giác ngộ của chư Phật. Như Kinh Lăng Nghiêm nói: "Không sanh đại giác trung", nghĩa là Chân Không được sanh ra từ trong đại giác ngộ của chư Phật. Thế giới Chân Không của chư Phật là nền tảng phát sanh thế giới hiện tượng mê vọng của chúng sanh và thế giới hiện tượng mê vọng này của chúng sanh không phải là thế giới Chân Không thanh tịnh của chư Phật.

Chúng sanh trong thế giới hiện tượng mê vọng này được xây dựng bằng Sắc Uẩn trọng trược thì bị ngăn ngại và hiểu biết bằng Thức Uẩn ô nhiễm thì trở nên ảo giác. Do đó chúng sanh trong thế giới hiện tượng mê vọng không thể tham dự Pháp Hội Bảo Tháp thứ hai nơi Đạo tràng Không Giới để nghe thẳng pháp âm của đức Phật giảng Kinh Pháp Hoa bằng sự trực giác của Chân Tâm. Chúng sanh nào muốn vào Đạo Tràng Không Giới, muốn tham dự Hội Bảo Tháp để nghe đức Như Lai thuyết pháp thì phải hội đủ ba điều kiện sau đây: "Phải vào được nhà Như Lai, phải mặc được áo Như Lai và phải ngồi được Tòa Như Lai". Chúng sanh còn mang thân Ngũ Trược thì khó thành tựu công đức nêu trên.

Đức Phật Thích Ca vì lòng từ bi rộng lớn muốn cho các đệ tử của ngài trong mười phương được vào Đạo Tràng Không Giới, được thấy đức Phật Đa Bảo và được tham dự Pháp Hội Bảo Tháp để nghe giảng Kinh Pháp Hoa theo sự thỉnh cầu của Bồ Tát Đại Nhạo thuyết, liền tận dụng mọi phương tiện:

1)- Ngài dùng thần lực thâm nhiếp các Hóa Thân phương tiện của ngài nơi mười phương hội tụ trong pháp Thân Thường Trú chân thật của ngài để mở cửa Bảo tháp và giúp cho đại chúng thấy được đức Phật Đa Bảo đang ngồi trên Tòa Sư Tử.

\* Điều này cho thấy, đức Phật Thích Ca có rất nhiều Thân Thể ở nhiều quốc độ để hóa độ nhiều loại chúng sanh trong mười phương. Thân Thể của đức Phật Thích Ca ở nhiều quốc độ đều thuộc về loại Hóa thân. Hóa Thân của đức Phật Thích Ca có nhiều hình tướng khác nhau và có nhiều hạng lớn nhỏ sai biệt nhau để tùy duyên hóa độ từng loại chúng sanh không giống nhau. Hóa Thân đây của đức Phật Thích Ca chính là thân thể bằng Tâm và thân thể này không phải bằng vật chất. Vật chất chỉ tô điểm cho thân



thể bằng Tâm hiện bày hình tướng. Trong thân thể vật chất của chúng sanh có hiện diện hình tướng của thân thể bằng Tâm. Khi thân thể bằng Tâm rút lui, chúng sanh đó liền bị chết và thân thể vật chất của họ sẽ biến hoại tan rã. Riêng về hình tướng trong Nhục Thân của đức Phật Thích Ca nơi cõi Ta Bà cũng thuộc về loại Hóa Thân và Hóa Thân này không phải thân thể chân thật. Hóa Thân của đức Phật Thích Ca trong mười phương tuy khác nhau về hình tướng, nhưng giống nhau về Phật tánh. Cũng như dòng điện Hóa Thân tuy khác nhau về hình tướng, như khác nhau hình tướng máy Phát Thanh, hình tướng máy Truyền Hình, hình tướng bóng đèn, hình tướng quạt máy v.v... nhưng giống nhau cùng một loại điện. Hóa Thân này còn được gọi là Tích Môn, nghĩa là Hóa Thân thuộc di tích lịch sử.

\*\* Thân Thể chân thật của đức Phật Thích Ca chính là Pháp Thân Thường Trú thanh tịnh. Pháp Thân này thuộc về chân tướng chân thật, không sanh diệt, không tăng giảm, không dơ sạch, đầy đủ bốn đức Thường, Lạc, Ngã, Tịnh. Pháp Thân thân này của đức Phật Thích Ca còn được gọi là Bốn Môn, nghĩa là Pháp Thân thuộc nguồn gốc căn bản. Pháp Thân Thường Trú của đức Phật Thích Ca so với Pháp Thân Thường Trú của các đức Như Lai trong mười phương đều cùng một loại thân tướng và cùng bình đẳng như nhau. Chỉ có Pháp Thân Thường Trú của đức Phật Thích Ca mới mở được cửa Bảo Tháp và mới ngồi chung được một Tòa Sư Tử cùng với đức Phật Đa Bảo. Đây là biểu tượng cho nguyên lý Đồng Thể Phật Bảo.

\*\*\* Pháp Thân Thường Trú chân thật của đức Phật Thích Ca trong Bảo Tháp có khả năng dung chứa rất nhiều Hóa Thân phương tiện khác nhau của Phật Thích Ca trong mười phương và dung chứa các Hóa Thân này không chút ngăn ngại, nghĩa là trong Thân này có Thân kia, trong Thân kia có Thân nọ một cách dung thông. Nơi Pháp Thân Thường Trú chân thật của đức Phật Thích Ca lẽ dĩ nhiên cũng có Hóa Thân của Thái Tử Tất Đạt Đa, nước Ca Tỳ La Vệ nơi cõi Ta Bà hiện hữu bên trong. Khác nào hình tướng không gian của cái phòng có thể dung chứa tất cả hình tướng không gian của ngọn đèn xanh, của ngọn đèn đỏ, của ngọn đèn vàng, của ngọn đèn trắng v.v... một cách dung thông với nhau.

Mỗi loại chúng sanh ở mỗi cõi đều có thể nhìn thấy được hình tướng và có thể nghe được pháp âm qua hệ thống Hóa Thân bốn sư của mình ở trong Pháp Thân Thường Trú chân thật của đức Phật Thích Ca. Trường hợp này cũng tương tự như người mang kiếng xanh chỉ thấy vũ trụ của cái phòng qua hệ thống màu xanh, người mang kiếng đỏ chỉ thấy vũ trụ của cái phòng qua hệ thống màu đỏ và không thể thấy được vũ trụ qua hệ thống các màu khác v.v... Nhưng vũ trụ của cái phòng thật sự không phải màu sắc giống như thế.

2)- Trí Tuệ nơi Pháp Thân Thường Trú của



đức Phật Thích Ca là tổng hợp tất cả trí tuệ nơi Hóa Thân phương tiện của các đức Phật Thích Ca trong mười phương thành một khối năng lượng ánh sáng vĩ đại. Khối trí tuệ tổng hợp nơi Pháp Thân Thường Trú chân thật của đức Phật Thích Ca lại cùng hòa hợp với khối trí tuệ tổng hợp nơi Pháp Thân Thường Trú của đức Phật Đa Bảo tạo thành một khối năng lượng ánh sáng phi thường, chuyển hóa tất cả thế giới ngũ trược thành Tịnh Độ và chuyển hóa nhục thân ngũ uẩn của chúng sanh hiện Phật Thân, cũng như khối năng lượng mặt trời chuyển hóa thế giới bóng tối thành thế giới ánh sáng và cũng tương tự như Quang Tuyến (X Ray) soi thấu nhục thân ngũ uẩn con người hiện bày ngũ tạng lục phủ bên trong. Do khối năng lực trí tuệ tổng hợp của hai đức Phật nói trên chiếu soi, những thế giới ngũ trược và những chúng sanh ngũ uẩn đều bị chuyển hóa trở thành trạng thái Tánh Không. Nhờ đó bốn chúng trong mười phương đều được vào trong Đạo tràng Không Giới và được tham dự Pháp Hội Bảo Tháp. Nguyên do các bậc Thánh Văn, Duyên Giác và Bồ Tát trong mười phương đã chứng đắc Tánh Không của vạn pháp.

3)- Trước hết đức Phật Đa Bảo và đức Phật Thích Ca, hai vị ngồi chung một Pháp Tòa Sư Tử trong Bảo Tháp và đàm đạo với nhau bằng Đại Định Kiên Cố qua Tâm Lực dung thông. Sau đó, đức Phật Thích Ca mới tận dụng thần thông truyền dương lại với đại chúng trong pháp Hội qua nhiều ngôn ngữ của nhiều loại Hóa Thân và bảo rằng: Diệu Pháp mà đức Phật Thích Ca giảng cho đức Phật Đa Bảo nghe là một pháp môn thật khó. Diệu Pháp này thật khó ở chỗ là khó nghe, khó hiểu, khó nhận, khó tin và nhờ đó, đức Phật Đa Bảo đã được chứng nghiệm, đã thành tựu được Phật Thân và đã kiến tạo được Phật Độ. Diệu Pháp là pháp mầu nhiệm của Phật Thừa, chỉ trực ngộ bằng chứng đắc và không thể nghe hiểu bằng sự diễn đạt của lời nói. Phật Pháp thì vô cùng và lời nói thì giới hạn. Tầm thường nhất mà ai cũng biết, lời nói không thể trình bày được sự lạnh nóng của nước một cách chính xác thì làm sao có khả năng diễn đạt đến sự mầu nhiệm của Pháp Môn Phật Thừa. Do đó Diệu Pháp có thể nói là pháp môn thật khó.

4)- Ở cõi Ta Bà này, vấn đề khó khăn nhất là hộ trì Kinh Pháp Hoa. Đức Phật Thích Ca

muốn trao truyền Kinh Pháp Hoa cho chúng sanh ở cõi Ta Bà để làm chánh nhân cho sự giác ngộ và giải thoát. Thế nên ngài nói rằng: "Sau khi ta diệt độ, ai là người có khả năng kế thừa sự nghiệp Kinh Pháp Hoa". Hộ Trì nghĩa là nhất tâm hộ niệm và hành trì Kinh Pháp Hoa. Muốn cho chúng sanh ở cõi Ta Bà hộ trì Kinh Pháp Hoa sớm được kết quả, đức Phật liền chỉ dạy sáu phương pháp phát nguyện rộng lớn để hộ trì Kinh Pháp Hoa:

a- Điều phát nguyện **thứ nhất**, chỗ nào có Kinh Pháp Hoa lưu truyền, phải tùy hỷ hộ trì bằng cách cúng dường tất cả những vật báu quý nhất trên đời để giúp phương tiện cho Kinh Diệu Pháp được lưu truyền lâu dài trong thế gian mà không cảm thấy thối tâm.

b- Điều phát nguyện **thứ hai**, phải tận tâm đem ý chỉ của Kinh Diệu Pháp đi giảng giải khắp nơi và kiến cho tất cả chúng sanh hành trì để được nhiều lợi lạc mà không cảm thấy mỏi mệt.

c- Điều phát nguyện **thứ ba**, phải tận lực biên chép hoặc vận động mọi người biên chép Kinh Diệu Pháp để phổ biến khắp nhân gian cho chúng sanh hành trì mà không cảm thấy chán nản.

d- Điều phát nguyện **thứ tư**, phải suốt đời đọc tụng Kinh Diệu Pháp bằng cách nhất tâm, không được lãng quên và cũng không được buông lung.

e- Điều phát nguyện **thứ năm**, phải chí tâm học kinh và nghe pháp để lãnh hội cho được ý chỉ (nghĩa thú) của Phật trong Kinh Diệu Pháp, không được lười biếng.

g- Điều phát nguyện **thứ sáu**, phải tinh tấn hành trì Kinh Diệu Pháp cho được thâm nhập, không nên chú trọng hình thức tụng niệm và không nên chạy theo lời kinh.

Những chúng sanh nào hộ trì Kinh Diệu Pháp đúng theo sáu điều phát nguyện rộng lớn này thì được đức Phật Đa Bảo và đức Phật Thích Ca cùng các đức Hóa Phật trong mười phương thường đến gia hộ. Đây là phần "Thị Phật Tri Kiến".

(còn tiếp)

## ĐIỂM HẸN

*Trong khoảnh khắc thôi  
Màu xanh chợt dừng lại  
Tôi như giữ được bầu trời*

*Bước chân của bay bổng  
Một tích tắc vô tận  
Khi tôi vói được. Giác mơ*

*Trong chiêm bao hạnh phúc  
Là thời gian bất được  
Riêng mình*

## MƯỢN TỪ ĐÂU

*Mượn từ đâu? Giác mơ  
Trong phút giây lừa phỉnh  
Nơi trốn tìm, câu thơ*

*Mượn từ đâu? Nụ cười  
Trong phút giây lãng quên  
Của những dòng nước mắt*

*Mượn từ đâu? Hạnh phúc  
Nơi chớp mắt sự thực  
Đang mơ hồ như mơ*

## NHỮNG NỐT NHẠC

*Những nốt nhạc rơi trong đêm  
Những cánh hoa màu tím  
Thôi miên tôi vào giấc ngủ*

*Những nốt nhạc rơi trong ánh lửa mặt trời  
Chùm hoa ti-gôn đỏ  
Màu đỏ ám ảnh tôi suốt buổi trưa  
Giấc ngủ ngắn, như mảnh vỡ của những cánh hoa nhỏ*

*Trong ban mai  
Những nốt nhạc có cánh  
Cùng với sắc nắng  
Tôi bay lên nơi mở ra xanh nhất của ngày.*

thơ

NGUYỄN THỊ KHÁNH MINH



# Cũng lại là Tim Sen (1)

## ĐIỀU NGỰ TỬ TÍN NGHĨA

Cách nay cũng ngoại hai chục năm,  
Tôi có bạn thân ở Tóc-Tơn (Stockton),  
Đùa giỡn tim sen uống mấy ngụm,  
Suốt đêm trao tráo mắt đứng trông.

Ba đêm như thế chẳng biết sao,  
Năm xuống, ngồ , đi ra lại vào,  
Suy nghĩ vẫn vợ vì sao thế?  
Tim sen sắc uống tệt thế sao!

Thôi thế thời thôi bỏ ngay đi,  
Tim sen không uống kể từ đây,  
Để cho sức khỏe thêm tăng trưởng,  
Cùng với nhân gian trọn kiếp này...

Mãi đến năm hai không mười tám,  
Quê nhà gởi cúng hộp tim sen,  
Chia hai cho bạn từ Đa-Lát (Dallas),  
Còn viết đôi lời chúc tân niên...

Chúc rằng: Năm mới vạn sự an,  
Phật sự luôn luôn được chu toàn,  
Giáo hội hưng long, Tăng Ni hiệp,  
Đó là an lạc giữa trần gian!!!

Thế rồi nói chuyện qua xeo-phôn (Cell Phone),  
Cả hai cùng phá lên cười giòn,  
Cả hai chúc nguyện cho nhau khỏe,  
Cổ làm rạng rỡ với tông môn...

Trọng xuân Mậu tuất – Feb. 26, 2018

(1).- Bạn thân đồng sự pháp lữ Thích Minh Đạt, khai sơn chùa Quang Nghiêm ở Stockton, Giám luật Tăng Ni miền bắc California.

Năm 1986 nhằm năm Bính dần, Tín Nghĩa tui đi Phật sự về vùng ấy, ghé thăm chùa Quang Nghiêm và sức khỏe của của thầy Minh Đạt lúc này ra sao; đồng thời phát nguyện uốn nắn vài cây bonsai để trang trí vườn thiền ở đây. Trong khi uốn cây cảnh cho thầy, vì thiếu nên hai chúng tôi đi mua thêm cây. Thầy có một chiếc xe truck 6 máy vừa dầy, vừa cho máy chạy chắc cũng độ 50 miles một giờ. Vì là mới xây dựng nên ai cho gì quý cái ấy. Hoàn cảnh chùa Quang Nghiêm cũng không mấy khấm khá hơn Từ Đàm gì lắm.

Trong lúc hai huynh đệ chúng tôi đi mua cây, thầy lái ra sao bị ông Mễ đụng phải xe



chúng tôi.

Tất cả hai bên xuống xe. Chú Mễ tiếng Anh không khá, chỉ nói bập bẹ. Thầy Minh Đạt thấy xe mình cũng không phải là hạng có giá, lại cũng chẳng hư hao quá đáng nên thầy lấy lượng từ bi tha cho nó. Chú Mễ lui thúi lại xe. Tuy thế, thầy cũng không vui, than lên: đúng là Dẫn Thân Tỵ Hơi tứ hành xung. Tui Tân tỵ gặp năm Dần có nạn là phải rồi, nói chi nữa. Từ đó tôi biết thầy Minh Đạt là tuổi Tân tỵ.

Khi Triết gia Phạm Công Thiện hầu Phật ở thành phố Houston, tôi gọi phone vừa báo tin nhưng cũng vừa trêu chọc là:

- Tuổi Tân tỵ có vị hầu Phật đó nghe, Ngài ráng thiền quán cho khá thêm vài chục năm nữa rồi tính sau.

Thầy hỏi ai rứa. Tôi bảo:

- Giáo sư Phạm Công Thiện.

Thầy nói:

- A Di Đà Phật, cảm ơn thầy báo tin. Sáng mai tôi đi tụng kinh xin có lời cầu nguyện cho Giáo sư.

Rồi gác máy.

Houston, Tín Nghĩa tui gọi điện thoại HH

Có một đạo hữu cúng dường gói Tim Sen để cho thầy uống và ngủ ngon giấc; ngủ ngon ở đâu thì không thấy mà chỉ thấy ba đêm liền tiếp không chớp mắt được. Thầy Minh Đạt nằm, ngồi dậy rồi đi ra đi vào không làm sao ngủ được, cứ suy nghĩ vẫn vợ mãi.

Vài ngày sau, Phật tử cúng dường gói tim sen ấy đến thăm chùa và hỏi:

- Thưa thầy, thầy uống tim sen mấy bữa nay ngủ có ngon giấc không thầy? Nếu thầy thấy tốt, tuần tới con cúng thêm cho thầy một gói nữa.

Lúc đó thầy tự ngộ ra chơn lý "Mất ngủ ba đêm liền" và tự la lên:

Đúng rồi, Tim Sen nó đã làm cho mình thức trắng ba đêm liền.

Ngày 06 tháng 02 năm 2018 này, vào lúc ba giờ chiều bưu chính đem cho Tín Nghĩa tui một bưu phẩm bên trên đề Thích Minh Đạt, chính giữa đề kính gửi

Hòa thượng Thích Tín Nghĩa qua địa chỉ Tổ Đình Từ Đàm Hải Ngoại. Tín Nghĩa tôi cười thầm trong bụng và tự bảo: Chà, ông bạn già này bây giờ cũng có quà cáp ngày Tết cho mình, ngon thật.

Tôi lật đật bóc ra, thì một gói tim sen bao bọc cẩn thận và rồi, tự cười một mình bảo:

- Ông bạn già này không sợ thức ngủ hay sao mà lại mua (order) tim sen nữa đây?

Và cũng tự cười khúc khích mãi gần mười phút.

6 giờ chiều cùng ngày, tôi gọi điện thoại, chưa nói lời cảm ơn nào với ông bạn già, mà hỏi ngay liền:

- Không sợ thức ngủ như năm xưa hay sao mà mua tim sen vậy?

Đầu phone, ông bạn già của tôi cười òa và còn nói :

- Bữa nay tôi có kinh nghiệm rồi, nên không còn sợ uống nước tim sen nữa.

Số là Tín Nghĩa tui với Hòa thượng Minh Đạt quen nhau từ chùa Từ Quang ở vùng Cựu Kim Sơn khi mới định cư. Hai chúng tôi rất tương đắc và cũng có những điểm gần giống nhau hoàn toàn.

Thầy Minh Đạt đặt chân đến Hoa kỳ ngày 18 tháng 08 năm 1979, còn tôi thì đến Hoa Kỳ ngày 19 tháng 09 cùng năm; nghĩa là thầy đến trước tôi một tháng đúng.

Ngày hai chúng tôi phát động phong trào làm chùa thì cũng cách nhau độ một hai tháng gì đó. Nhưng, thầy có phước hơn tôi, vị thầy cony trú ở chùa Từ Quang được bốn đạo hỗ trợ vì đã thuần thực dưới sự huấn luyện của Hòa thượng Tịnh Từ; đồng thời, được thầy Tịnh Từ trực tiếp cố vấn và trực tiếp cổ động cả hai thành phố lớn là San Francisco và Sacramento, đó là chưa kể những lúc giảng pháp ở hai chùa Từ Quang và Kim Quang, thầy Tịnh Từ nhẹ nhàng nhắc nhở Phật tử cố gắng lưu tâm cho chùa mới Quang Nghiêm của thầy Minh Đạt ở thành phố Stockton.

Thời điểm này (2018), thầy có động chúng lý nên cũng bớt vất vả hơn tôi. Tuy thế những tiểu tiết trong chùa mà chỉ có tôi và thầy biết với nhau mà thôi.

Mỗi khi một trong hai chúng tôi gọi phone thăm nhau, nhất là những lúc thời tiết, khí hậu giao mùa thì cũng hỏi han nhau và cùng phá lên cười và đồng trả lời cho nhau là: Ừ, thì việc thường tình của chúng ta đã thường làm, thường để mắt tới chỉ có vậy thôi... Rồi cùng nhau cười



một cách thỏa mãn, ... Và, cùng hỏi Thầy có khỏe không nữa? ... Rồi cùng cười, thế thôi.

Riêng tôi, khi lập Tổ Đình Từ Đàm Hải Ngoại, Cổ Hòa thượng Thích Đức Niệm có ủng hộ một tháng tiền nhà và tặng một bộ chuông mõ cỡ trung; ngoài ra là đơn thân độc mã, tự biên tự diễn.

Tuy nhiên, Tín Nghĩa tui lại có cái điểm phức hơn ông bạn già Minh Đạt ở chỗ: Tôi mua lại một ngôi nhà thờ Tin Lành cũ kỹ, không có phòng ngủ, không có phòng tắm; quý thầy đến chứng minh, diễn giảng Phật pháp là phải gửi nhờ ở nhà Phật tử để ngủ nghỉ, để nhờ những phương tiện khả dĩ cho cá nhân, trong đó có cổ Hòa thượng Đức Niệm và cổ Thượng tọa Thiện Tường.

Cái đặc biệt hơn nữa là: Thầy Minh Đạt có những vị đệ tử gần lo phần cơm nước thường nhật, không phải xuống bếp thường trực như Tín Nghĩa tui.

Nên tôi có một kỷ vật đặc biệt mà hiện giờ vẫn còn giữ lại trên hai mươi năm, mặc dầu trước đó chủ nhân của nó đã dùng gần năm năm.

Kỷ vật ấy là một cái ấm nấu nước, bên trong có một cái phễu để nấu trà hay Cà-phê. Tuy nhiên, tôi dùng nó đến ba việc: Thứ nhất, tôi hay uống trà, nên mỗi buổi sáng bỏ trà vào phễu, nấu xong là pha trà ra một cái bình sứ với mới xin. Thứ hai, một khi có một vài Phật tử trẻ trung đến thăm chơi, phụ một vài công tác Phật sự nhẹ, tôi liền lấy Cà-phê nấu để cho các vị này uống. Thứ ba, trong lúc Phật tử làm Phật sự, tôi cũng lấy cái ấm ấy, cất cái phễu bỏ bún vào luộc chín, vớt ra đựng trong vào tô cho mỗi vị một, kể cả bản thân tôi nữa. Chưa xong, tôi cũng dùng cái ấm ấy để nấu nước dùng chế cho tô bún với đầy đủ mùi vị để ăn. Thế nhưng, trong những lúc hàn vi như thế này, thầy trò chúng tôi vô cùng thú vị và khăng khít nhau hơn.

Vấn đề này tôi có mà bạn già Minh Đạt lại không có được.

Hai chúng tôi đều là tu sĩ mua nhà thờ cũ để từ từ hoàn chỉnh lại ngôi bảo điện thờ Phật khang trang như hiện nay.

Vì là Gối Tim Sen ông bạn già Minh Đạt gửi quà chúc Tết Mậu Tuất, nhớ lại tích xưa tình huynh đệ gọi là Đồng Sự Pháp Lữ khi mang tâm trạng xa xứ, mang tâm nguyện người con của Phật làm xưng là Sứ Giả Như Lai để tập thắp lên ngọn đèn Chánh pháp ở xứ người; kính mong quý thức giả vui chung với lời nói đơn sơ này, chắc cũng có những vị đang hành hoạt Phật sự tại hải ngoại cũng có những điểm tương đồng như hai chúng tôi.

## Xuân Đạo

Ngày mai nắng ấm tiết xuân sang,  
Én lượn mây thêu dệt mộng vàng.  
Tuệ nghiệp vun trồng hoa giác nở,  
Tâm thiền tỏa chiếu bóng mê tan.  
Nhà chân rảo bước miền An Lạc,  
Thỏa chí ngao du chốn Niết Bàn.  
Thắm vẻ xuân sang, xuân bất diệt,  
Xuân thiền, xuân đạo, mãi xuân tâm...!

## Hương Xuân

Đào hồng nụ thắm nở đầy cây,  
Gió thoảng hương xuân đượm chốn này.  
Mấy độ xuân qua, xuân lại đến,  
Bao lần cúc nở, cúc còn say.  
Quê người đón tết, hương thiền dậy,  
Đất khách mừng xuân, đạo nghiệp xây.  
Tỏa ngát hương xuân, xuân khắp chốn,  
Nơi nơi xuân thắm, thắm đêm ngày...!

## Xuân Hy Vọng

Một thoáng xuân về rộn tiếng ca,  
Nét xuân tươi thắm rực trời hoa.  
Mừng xuân đón tết chào trăm họ,  
Hái lộc nghinh tài cảm vạn nhà,  
Thế sự hanh thông không chướng ngại.  
Nhân tình gắn bó chẳng chia xa,  
Nơi nơi tận hưởng niềm hoan hỷ,  
Một thoáng xuân về rộn tiếng ca...!

## Tri Ngộ

Trăng xuân huyền diệu vẽ nên thơ,  
Thường lãm vườn thi chẳng kể giờ.  
Ngũ, điệu, thanh, âm say giấc điệp,  
Câu, vãn, ý, tứ mím vườn mơ.  
Bâng khuâng chợt nhớ niềm tri kỷ,  
Thôn thức vời trông ánh nguyệt sơ.  
Thị-Nguyệt tương phùng âu khó tả,  
Bến bờ tri ngộ sóng lơ ngơ...!

## Từ Đức Hoài Cảm

Cổ thụ tàng che rợp đất thiền,  
Đức Từ rạng chiếu, ánh trăng nghiêng.  
Tăng đường tĩnh mịch, tăng thân tịnh,  
Phật điện trang nghiêm, Phật tượng thiêng.  
Quán niệm, tu tâm, truyền đạo mạch,  
Tham thiền, niệm Phật, kết duyên tâm.  
Đường về cõi Phật ngời hoa giác,  
Thức bốn, hoàn nguyên, vẹn ước nguyện...!

thơ CHỨC HIỀN



# ĐỨC ĐẠT LAI LẠT MA NÓI VỀ PHẬT GIÁO ỨNG DỤNG

Tác giả: ĐỨC ĐẠT LAI LẠT MA  
Chuyên ngữ: *Tuệ Uyển*



**HỎI:** *Thưa Đức Thánh Thiện, trong đời sống của một người, chỗ nào mà ngài nên cố gắng để nhận ra mong ước và khát vọng của ngài? Và chỗ nào ngài nên dừng lại? Câu hỏi của tôi có thể thích hợp đến mọi phương diện của đời sống hằng ngày của chúng ta, giống như sự hợp tác, nuôi dưỡng con cái, nơi làm việc và mọi thứ.*

**ĐÁP:** Đó là câu hỏi rất lớn. Dĩ nhiên, vì tất cả những khát vọng hay đối tượng mà chúng ta muốn thành đạt, trước tiên nhất chúng ta phải phân tích chúng ta có thể đạt được bao nhiêu. Sau đó, chúng ta nên có một sự tiếp cận thực tiễn, vì thế chúng ta có thể có những kết quả hài lòng hơn. Nếu sự tiếp cận là không thực tiễn hay mục tiêu quá lớn, thì không thể hiện thực được. Cho nên lúc bắt đầu là rất quan trọng.

Sau đó, tôi nghĩ, một cách căn bản có hai điều – mục tiêu cho những giá trị vật chất và cho những giá trị tinh thần nội tại, giống như hòa bình và tĩnh lặng của tâm thức. Chỗ mà những giá trị vật chất được quan tâm, luôn luôn có giới hạn – ngay cả quý vị trở thành một tỉ phú, sự tham lam của quý vị có thể vẫn không hài lòng, quý vị có thể vẫn muốn nữa và nữa, và cuối cùng, quý vị sẽ chạm phải giới hạn. Thế nào đi nữa, khi có một sự giới hạn, thì quý vị nên thực hành sự toại nguyện. Không có giới hạn với giá trị nội tại – nỗ lực và thực tập hơn nữa sẽ tiếp tục thu hoạch kết quả hơn nữa. Những phẩm chất tinh thần tốt đẹp này luôn luôn gia tăng vì chúng không căn cứ trên thân thể.

Bất cứ giá trị nào căn cứ trên thân thể vật chất sẽ có một sự giới hạn. Thí dụ, tầm nhìn của mắt có một sự giới hạn bởi vì nó lệ thuộc trên nhãn căn hay con mắt và não bộ. Thế trạng tinh thần không căn cứ trên trình độ thân thể, cho nên càng rèn luyện, nó càng phát triển. Trong lãnh vực ấy, một cách hợp lý, quý vị nên luôn luôn nỗ lực và cố gắng để cải thiện, vì phạm vi của nó là vô hạn. Thông thường chúng ta chỉ làm ngược lại. Trong lãnh vực vật chất, nơi mà trong bất cứ trường hợp nào cũng có một sự giới hạn, thì chúng ta không bao giờ toại nguyện. Chúng ta luôn luôn muốn nữa và nữa. Nhưng ở chỗ những giá trị

nội tại được quan tâm, thì chúng lại ta toại nguyện. Đó là một sai lầm.

**HỎI:** *Thưa Đức Thánh Thiện, ngài có ý kiến gì về việc ăn thịt? Những con thú chúng ta săn, giết và ăn cũng muốn sống. Tôi tự hỏi chúng cảm thấy gì? Anh hưởng của việc ăn thịt là gì lên trí thông minh và tâm thức của con người?*

**ĐÁP:** Chủ trương trường chay là một truyền thống cả nghìn năm, và tôi nghĩ là điều đó rất tốt. Ở Tây Tạng, theo truyền thống, dĩ nhiên – trong một số vùng ở cao nguyên Tây Tạng – không có rau cải hay trái cây; và trong thời xưa, đời sống của người Tây Tạng lệ thuộc hoàn toàn vào thú vật, cho sữa, da, lông, và những thứ như vậy. Cho nên, một cách căn bản, người Tây Tạng theo Phật giáo, nhưng trong lúc ấy không ăn chay. Trong trường hợp của riêng tôi, khi tôi vào tuổi mười bốn hay mười lăm, tôi đã thay đổi các thực đơn lễ lạc chính thức, vốn trước đây liên hệ đến rất nhiều thịt, thành thực phẩm chay lạc. Rồi thì sau năm 1965, tôi cố gắng để trở thành người ăn chay. Trong hai mươi tháng sau đó, tôi là người ăn chay. Nhưng sau đó, rắc rối ở túi mật của tôi bắt đầu, vì vậy sau đó, tôi nghĩ khoảng 1967, tôi trở lại việc ăn uống không chay lạc trước đây của tôi.

Sau này, tất cả những học viện Tây Tạng lớn dừng phục vụ thịt và đã bắt đầu phục vụ thức ăn chay từ những nhà bếp quen thuộc của họ. Những nhà bếp thông thường của một số trường cũng tự động từ bỏ phục vụ thịt. Và rồi thì, tất cả những khu định cư Tây Tạng ở Ấn Độ, chúng tôi đã quyết định không nuôi heo, cá và trang trại gà vịt. Một hay hai khu định cư giữ một số gà vịt, họ nói, chỉ để lấy trứng. Sau đó, tôi đã yêu cầu họ, quý vị sẽ làm gì khi các con gà mái thôi đẻ trứng. Không có câu trả lời rõ ràng. Vài trăm con gà mái được tiếp tục nuôi dưỡng sau khi chúng không đẻ nữa; rất tốn kém. Sau đó, chúng được đưa tới từng gia đình, cũng rất nặng nề.

Cho nên tôi đã yêu cầu giữ lại nếu những trang trại lấy trứng thật cần thiết vì lý do kinh tế, thật sự cần thiết cho dân định cư. Nếu không quan trọng, tôi yêu cầu họ dẹp bỏ trang trại ấy. Do thế bây giờ, trong hai thập niên qua

không có khu định cư nào có trang trại lấy trứng. Vì thế, đó là một sự đóng góp nhỏ của chúng tôi đối với việc thúc đẩy vấn đề ăn chay. Như đối với cá nhân, tùy họ mà thôi.

Ở trình độ tinh thần, ảnh hưởng nào của việc ăn chay lên tâm thức thì khó để nói. Nhưng rồi thì, cũng có những vấn đề môi trường. Những nông trại nuôi bò hay thú khác để lấy thịt cũng rất xấu cho môi trường. Cách họ nuôi thúc thú vật – cố gắng để làm chúng lớn nhanh lên và không tự nhiên và trở thành mập béo – cũng rất tai hại cho sức khỏe chúng ta. Ngày nay, các nhà khoa học nói rằng những thứ gọi là sản xuất thực phẩm sạch (organic: hữu cơ) là tốt hơn cho sức khỏe. Mới đây, những loại bệnh tật nào đó đã lan truyền vì thịt bò, heo, và gà. Cũng có những báo cáo rằng một số cá trong một số vùng nào đó đã giảm thiểu vì đánh bắt quá nhiều. Tôi nghĩ chúng ta nên có một số giới hạn nào đó, thay vì sản xuất một cách tàn nhẫn hàng triệu con thú và rồi làm thịt chúng.

Và trong khi ấy, nếu toàn thể nhân loại đều ăn chay cả, điều đó cũng không thực tế và khó khăn. Nhưng tôi nghĩ thật quan trọng để giáo dục con người rằng thật tàn nhẫn để nuôi thú vật và rồi thật tàn nhẫn để bán thịt của chúng, mà không cảm giác gì đến nỗi đau đớn của chúng và không có sự tôn trọng sự sống của chúng; điều này chắc chắn là sai. Chúng ta không thể đưa ra luật lệ, nhưng quá giáo dục, thì chúng ta có thể cải thiện sự tinh thức.

**HỎI:** *Điều gì quan trọng nhất mà chúng ta nên dạy dỗ con cái chúng ta?*

**ĐÁP:** Sáng nay, chúng ta đã có một số thuyết giảng nghiêm túc về Phật giáo cũng như hành thiền, ở chỗ có nhiều trẻ em rất nhỏ. Tôi nghĩ chúng thường có tự do tối đa – chạy rong chỗ này chỗ nọ - và ở tuổi ấy, tôi nghĩ chúng không quan tâm về tầm quan trọng của những nền tảng xã hội, hay một người có được học vấn hay không. Chúng không quan tâm, miễn là chúng được nô đùa với nhau, chúng mỉm cười với nhau. Tôi nghĩ đó là một thể trạng rất trong trắng của tâm thức. Ở tuổi ấy, chúng ưa thích tình cảm và sự chăm sóc của người khác rất nhiều.

Dần dần, khi chúng lớn lên, những đứa trẻ này sẽ có nhiều độc lập hơn và nương tựa ngày càng ít vào sự chăm sóc của người khác. Sau đó, sự ưa thích vào tình cảm của người khác trở thành không liên can nhiều như vậy. Ở trình độ ấy, tôi nghĩ chúng ta cần, qua giáo dục, để nhắc nhở chúng rằng tình cảm là rất quan trọng cho đời sống của chúng ta. Và rằng quý vị nên là một người tình cảm hơn, bởi vì nó ở trong mỗi quan tâm bậc nhất của quý vị. Tôi nghĩ ở Hoa Kỳ, cũng như ở Canada, trong nhiều trường hợp, có một số thảo luận nhiệt tình về tầm quan trọng của những chủ đề từ ái và bi mẫn trong nền giáo dục ngày nay. Hay, nói cách khác, vai trò của đạo đức luân lý trong hệ thống giáo dục ngày nay. Tôi đã thấy

rất nhiều những buổi nói chuyện xảy ra ở Quebec và Montreal. Có những buổi tập huấn cho các giáo viên đặc biệt về vấn đề giới thiệu đạo đức luân lý trong một hệ thống giáo dục thể tục. Họ đã mời tôi và tôi cũng đã nói chuyện với họ. Do vậy, có những người nào đó thật sự làm việc, trong việc nghiên cứu, về vấn đề giới thiệu đạo đức luân lý trên căn bản thể tục trong hệ thống giáo dục hiện đại như thế nào.

Thế nên cuối cùng, tôi hy vọng có một số ý tưởng mới trong những cung cách giáo dục trẻ con về đạo đức luân lý qua những trường lớp công cộng và nền giáo dục thể tục, mà không cần đụng chạm đến tôn giáo. Trong lúc ấy, đối với cha mẹ, cũng quan trọng ngang bằng như vậy để đề nghị và khuyến khích họ không chỉ về những chủ đề như lịch sử, nhưng về từ bi yêu thương và tình cảm, qua chứng minh, chứ không chỉ bằng ngôn ngữ. Nếu cha mẹ hay giáo viên đang nói về từ bi yêu thương nhưng lại biểu hiện một khuôn mặt giận dữ, thì không thể đem đến sự thuyết phục cho tâm thức con trẻ. Vì vậy nên dạy dỗ qua hành động – lòng từ ái chân thành, tình cảm thật sự. Có những chương trình giảng dạy không bao gồm chủ đề đạo đức luân lý theo căn bản thể tục, nhưng quý vị, như một vị giáo viên, có thể dạy học trò của quý vị về những giá trị đạo đức và luân lý này.

Hiện tại, tôi nghĩ về nhiều vấn nạn mà chúng ta đang đối diện, một số là các tai họa nghiêm trọng, vượt khỏi sự kiểm soát của chúng ta, nhưng một số thật sự là các vấn nạn do con người tạo ra, như sự sợ hãi khủng bố và xung đột nhân danh các truyền thống tôn giáo khác nhau. Và cũng thế, trong một số trường hợp, rắc rối đã được tạo ra trên căn bản của sự đối xử phân biệt. Như tôi đã đề cập trước đây, một cách căn bản, chúng ta đều là những con người giống nhau. Mọi người cùng có quyền để hạnh phúc. Nhưng qua sự đối xử phân biệt, có những rắc rối không cần thiết.

Tôi cảm thấy thật sự hào trong truyền thống bất bạo động cổ truyền của Ấn Độ - ahimsa - có một ý nghĩa hòa hợp tôn giáo. Thật sự, tôi cảm thấy tự hào rằng những truyền thống này vẫn được duy trì tại Ấn Độ. Trong khi đó, cũng có hệ thống đẳng cấp và sự phân biệt đối xử trên căn bản của đẳng cấp. Những truyền thống này là lỗi thời, và chúng ta phải tuyên bố chúng một cách nghiêm túc. Những vấn đề này do con người tạo ra – những tạo tác của chính chúng ta – và bất cứ vấn nạn nào do chính chúng ta tạo ra thì chúng ta phải có khả năng hay có quyền thay đổi. Tôi mạnh mẽ cảm thấy như vậy. Tôi đã nghe rằng trong một đảo nào đó ở Thái Bình Dương, bà mẹ là người chủ trong cộng đồng, trong gia đình. Cho nên có ưu thế của phụ nữ và một số quyền lợi cho bà mẹ. Tôi nghĩ rằng chúng ta nên học hỏi thêm từ truyền thống ấy.

**HỎI:** *Thưa Đức Thánh Thiện, nếu chúng ta thật sự tin việc tái sanh, tại sao chúng ta lại*



sợ việc dân số quá đông, nếu lý do cho việc đó là tái sanh? Không phải việc đó là mâu thuẫn sao?

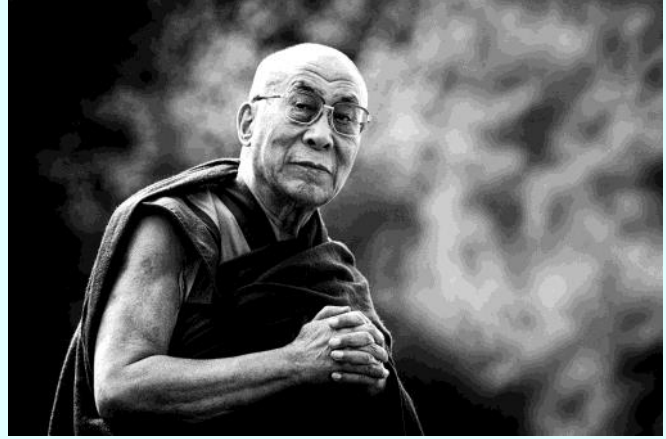
**ĐÁP:** Không. Theo quan điểm của Phật giáo, và cũng theo một số truyền thống Ấn Độ cổ đại, thế giới là vô hạn. Rõ ràng, quý vị sử dụng cảm nhận thông thường của quý vị. Bây giờ thế này, từ hàng tỉ thiên hà ở đây, chỉ có hành tinh này, chỉ trong thái dương hệ này – chỉ ở đây mà thôi – là có con người. Thật khó khăn để nói, nhưng phải có hàng tỉ hành tinh tương tự như thế có thể hỗ trợ sự sống. Cho nên phải có nhiều sự sống hơn trong chúng. Vậy thì chúng ta giống như những khách du lịch. Chúng ta đến từ những hành tinh khác, sống hàng trăm năm ở đó, và rồi lại đi đến nơi nào khác. Đó là vấn đề theo quan điểm của Phật giáo, cho nên không có mâu thuẫn.

**HỎI:** Đức Thánh Thiện có tin trong đời sống của ngài, trong hai mươi hay bốn mươi năm, những tôn giáo quan trọng của thế giới có thể hợp tác và làm việc với nhau đối với việc nhận ra mục tiêu chung của chúng ta không? Ngài khuyến nghị gì cho con người bình thường về những gì chúng ta có thể làm cho một sự đối thoại như vậy?

**ĐÁP:** Đức Giáo hoàng John Paul II đã đề xướng Hội nghị Assisi. Điều này liên hệ không chỉ những lãnh đạo của các giáo phái Ki tô khác nhau mà cũng có những tôn giáo Á châu – Phật giáo, Ấn giáo, và Hồi giáo. Tại Vatican, tôi nghĩ những tài liệu của họ bây giờ dùng chữ “đa nguyên”. Cho nên dường như rằng bây giờ khắp thế giới, khái niệm về vài tôn giáo đang lớn mạnh.

Một sự quán sát quan trọng là khái niệm về một tôn giáo, một chân lý, và khái niệm vài tôn giáo và vài chân lý – hai thứ này rõ ràng mâu thuẫn, nhưng cả hai là quan trọng. Bây giờ, vấn đề là chúng ta có thể vượt thắng sự mâu thuẫn này như thế nào? Khái niệm về một tôn giáo, một chân lý, trong mô thức của một cá nhân, là rất quan trọng nhằm để làm mạnh niềm tin của người ấy đối với tôn giáo của người ấy. Nhưng trong quan điểm của một cộng đồng, trong ngôn ngữ của vài người ... Thí dụ, ở trong thời khắc này, có những người khác nhau của những tôn giáo khác nhau ở đây. Do vậy, sự thật rằng vài chân lý, vài tôn giáo đã hiện hữu ở đây. Do vậy, trong hình thức cá nhân, có một chân lý và một tôn giáo, trong mô thức của cộng đồng, khái niệm của vài chân lý và vài tôn giáo là thích hợp. Không mâu có gì mâu thuẫn; chúng ta phải phân biệt giữa tín ngưỡng đối với tôn giáo của một người và tôn trọng tất cả các tôn giáo khác. Vì thế, không có mâu thuẫn – sự nhận thức này đang lớn mạnh tuy thế, tôi nghĩ rằng chúng ta cần nỗ lực hơn.

Thông thường, tôi có bốn ý kiến rằng tôi đang thực tập và triển khai thực hiện rong hơn năm mươi năm. Trước tiên nhất, tôi gặp gỡ với những học giả từ các truyền thống khác nhau



và những trình độ chuyên môn để thấy những gì tương tự và những gì khác nhau tồn tại. Khi chúng ta thấy những khác biệt, thí dụ, trong triết lý, rồi thì tôi đi đến bước thứ hai – một sự đối thoại giữa những hành giả về các kinh nghiệm thật sự sâu sắc của họ. Như vậy sẽ mang đến một sự thông hiểu sâu hơn về giá trị và năng lực về tôn giáo của người khác, và như vậy thì rất lợi lạc.

Và thứ ba là để nhìn vào khung cảnh lớn, như việc thăm viếng những thánh địa của những truyền thống khác nhau. Có một cảm nhận, tôi ở Lourdes, Pháp quốc; Fatima, Bồ Đào Nha; và rồi dĩ nhiên, ở Roma và Jerusalem. Một lần, sau diễn thuyết về giáo lý Ki tô đến một nhóm Ki tô hữu ở Anh quốc, một số anh chị em Ki tô hữu đã đến Bồ Đề Đạo Tràng ở Ấn Độ. Mỗi buổi sáng nhóm Ki tô hữu đã ngồi thiền im lặng nửa tiếng dưới cây Bồ Đề. Thật là lợi lạc. Chúng ta có thể trải nghiệm những lần sống nào đó từ những thánh địa. Một lần ở Lourdes, trước bức tượng của chúa Giê-su, tôi đã cảm thấy ngưỡng mộ vô vàn và cảm kích thánh địa này, vốn cung ứng lợi lạc và linh cảm lớn lao cho hàng triệu hàng triệu Ki tô hữu.

Và tại Fatima, một buổi sáng, chúng tôi đã viếng thăm một thánh địa ở đó, nơi có một bức tượng nhỏ của Maria. Chúng tôi dành một lúc ở trước tượng Maria để thiền im lặng. Rồi thì, khi chúng tôi rời khỏi, tôi quay lại nhìn bức tượng nhỏ ấy và tôi thật sự thấy bức tượng ấy mỉm cười. Vậy nên, tôi đã cảm thấy một sự phù hộ từ Maria. Dĩ nhiên, về mặt kỹ năng, tôi không phải là một tín hữu của Maria hay Giê-su, nhưng tôi chân thành tôn kính và ngưỡng mộ truyền thống ấy. Cho nên, tôi nghĩ là tôi đã tiếp nhận một sự phù hộ nào đó.

Và phương pháp thứ tư thì giống như cuộc gặp gỡ Assisi nơi mà những lãnh đạo của những truyền thống đến với nhau, và nói trong cùng âm thanh của hòa bình và tâm linh. Phương pháp thúc đẩy sự thấu hiểu gần gũi hơn của các truyền thống tôn giáo khác nhau, và quan trọng nhất, sự tiếp xúc một cách rộng rãi là rất cần thiết.

*(còn tiếp một kỳ)*

Ấn Tâm Lộ, Saturday, December 2, 2017  
(Trích từ quyển *The Big Book of Happiness*)

## MÙA XUÂN & CỎ HOA

### 1.- Xuân về

Phong trần say mây độ  
Bạc phếch áo vai đời  
Thu về xanh tiếng nhận  
Xuân về hoa cỏ tươi.

### 2.- Mặt đất

Trời mùa xuân chim gọi  
Mở đường sinh loại đi  
Chở chuyên đời muôn lối  
Thơm ý đạo Từ bi.

### 3.- Phải đâu

Giữa bộn bề cuộc sống  
Đời vui giấc ngủ xuân!  
Ta đi giữa thực-mộng  
Mắt nhìn không phân vân.

### 4.- Đời sửa soạn

Bao sắc màu diễm lệ  
Đoạn trường cuộc rong chơi  
Đất trời xuân như thế  
Tình nguyện sơ đất trời.

### 5.- Đời khuya

Ký ức bộn bề đã tắt  
Chợt ra, dừng cuộc chiêm bao  
Nẻo về từ trong tâm mắt  
Gặp ta từ buổi xuân nào.

### 6.- Trùng nước

Con trâu nằm trùng nước  
Quẩy đuôi hạnh phúc đời  
Thông thả mồm nhai cỏ  
Mùa xuân nào qua tôi!

### 7.- Con Ong mật

Ruồi rong tìm hương mật  
Xây tổ kết mùa hương  
Đi giữa đời bản chất  
Kết ngàn hoa xuân phương.

### 8.- Cuối trời hoàng hôn

Xuân về bờ hoa cỏ  
Sương qua bãi rêu còn  
Đời qua bao hỷ lạc  
Về cuối trời hoàng hôn.

### 9.- Như hoa cỏ

Nở bên trời cát bụi  
Sáng bên trời gió sương  
Tháng ngày xuân như thế  
Như hoa cỏ đưa hương.

thơ MẶC PHƯƠNG TỬ



# Ở ĐỜI VUI ĐẠO

*Nguyễn Thế Đăng*

Người Việt chúng ta ai cũng biết vua Trần Nhân Tông, người đã trực tiếp đánh thắng quân Nguyên Mông hai trong ba lần để quốc này xâm lược nước ta. Vua đã xuất gia giữa triều đình, sáng lập dòng Thiền Trúc Lâm còn ảnh hưởng đến tận ngày nay. Nhà vua là người đầu tiên viết văn bằng tiếng Việt thay vì tiếng Hán, và ra lệnh đọc những chiếu chỉ cả bằng tiếng Việt lẫn tiếng Hán. Hai bản văn bằng tiếng Việt do vua sáng tác - **Cư trần lạc đạo phú** và **Đắc thú lâm tuyền thành đạo ca** - là hai tác phẩm tiếng Việt xưa nhất còn lại đến bây giờ. Thế nên có thể nói, ngày nào tiếng Việt còn thì hai tác phẩm ấy vẫn còn.

Ở đây chúng ta nói về bốn câu kệ kết thúc Cư trần lạc đạo phú. Kệ rằng:

*Ở đời vui đạo hãy tùy duyên*

*Đói thì ăn, hề, mệt ngủ yên*

*Trong nhà có báu thôi tìm kiếm*

*Đối cảnh vô tâm chớ hỏi Thiền.*

## Ở đời vui đạo hãy tùy duyên

Tại sao lại "ở đời vui đạo"? Đạo là thực tại tối hậu, là chân lý tuyệt đối (so với chân lý tương đối), là Pháp thân, là Chân như, là tánh Không, là Như Lai tạng... Người đời thì ở đời vui đời, người giải thoát thì ở đạo vui đạo; ở sắc thì vui sắc, ở Không thì vui Không; tại sao lại ở đời vui đạo?. Đơn giản vì nhà vua là bậc chứng ngộ Đại thừa, thấy đời là đạo, không hai, bất nhị. Nhà vua thấy tướng là tánh, thấy "sắc tức là Không, Không tức là sắc," thấy các xuất hiện với giác quan là Pháp thân, nên nói ở đời vui đạo. Nói theo thuật ngữ, đây là "vô trụ xứ Niết-bàn" của Đại thừa, nơi nào cũng Niết-bàn, giờ phút nào cũng Niết-bàn, làm gì cũng Niết-bàn.

Sao lại "hãy tùy duyên"? Tùy duyên vì duyên gì cũng là đạo, sắc thanh hương vị xúc pháp nào cũng là Chân như. Cho nên tùy duyên mà chẳng tùy duyên nào cả, vô công

dụng đạo. Tùy duyên ở đây là đã đạt đến tánh vắng "bất biến" thì tất cả "tùy duyên" đều là vắng. Như Bát-nhã Tâm kinh nói "Không có vô minh cũng không có hết vô minh." Tùy duyên là du hý tam-muội," "tự thọ dụng tam-muội" vậy.

## Đói thì ăn, hề, mệt ngủ yên

Người nào không đói thì ăn, mệt thì ngủ? Nhưng đây chẳng phải là hành động bản năng sinh vật. Đói thì ăn, mệt thì ngủ nơi nhà vua là người không còn bốn tướng ngã, nhân, chúng sanh, thọ mạng, không qua trung gian ngăn ngại của bốn tướng; nên hành động đó là trực tiếp, tự nhiên (natural), tự phát (spontaneous), không có thời gian, không có không gian. Hành động đó chính là giải thoát.



Chữ thì (tức), được lặp lại hai lần trong cùng một câu này. Đói ăn, mệt ngủ, không vì lý do gì, không bởi cái gì, không để làm gì, không cho điều gì. Đây gọi là tự phát, tự nhiên, nhiệm vận, vô công dụng đạo, vô tâm, sanh mà chẳng sanh...

Đói thì ăn, mệt thì ngủ, chớ thì sửa, mèo thì kêu, gà thì gáy, cha ông là đàn ông, mẹ ông là đàn bà... đó là cái như vậy (như thị), không có thời gian, không có không gian, không có tốt xấu, không có đúng sai, không có cái gì (what), không có tại sao (why), không có khi nào (when), không có để cho (for)... Đây là hành động thuần túy, thanh tịnh, không từ một cái tôi đến đối tượng, không bị ngăn cách, đứt khúc bởi bốn cái ngã nhân chúng sanh thọ mạng. Hành động không

có giới hạn nên hành động ấy là giải thoát.

## Trong nhà có báu thôi tìm kiếm

Một người thấy và sống được bản tánh của tâm mình, từ trong ra ngoài đều là biểu hiện của Phật tánh trong sáng và thanh tịnh, thì đây là "trong nhà có báu." Trong nhà có báu, tự tâm là Phật, thì thế giới bên ngoài cũng là châu báu, cả hai bên trong và bên ngoài đều là ngọc báu, không cách ngăn, đứt hờ.

Toàn cả thân tâm, thế giới đều là ngọc báu. Mỗi một sự vật, mỗi một sự cố đều là ngọc báu. Với người hoàn toàn chứng ngộ thì không còn gì là phiền não, kể cả phiền não của chúng sanh, cho nên nói theo kinh Kim cương, độ mà không độ, làm mà không làm, hạnh mà không hạnh.

"Thôi tìm kiếm" vì tất cả đều là Nhất Tâm, vì tất cả khổ đau do phân biệt ta và người, ta và thế giới, phiền não và giác ngộ... đều tan

vào Nhất Tâm. Không có gì ngoài cái Nhất Tâm này, thế thì còn gì để tìm kiếm. Như kinh Viên giác nói, "Tất cả đều là Giác."

### **ĐỐI CẢNH VÔ TÂM CHỚ HỎI THIÊN**

Đối cảnh vô tâm nghĩa là không có tâm để đối với cảnh, không có cảnh để ngăn ngại tâm. Tâm và cảnh là "Một tướng Vô tướng" (kinh Đại Bát-nhã).

Vô tâm là không có tâm phiền não, tâm phân biệt. Vô tâm là bản tánh của tâm là tánh Không.

*Hỏi phép chân không hề chi lánh ngại thanh chấp sắc Biệt Chân như, tin Bát-nhã Chớ còn tìm Phật Tốtây đông. (Hội thứ tư)*

Nhưng vô tâm không phải là không có gì hết, nó là "tính sáng, Chân như, Bụt, kim cương, viên giác...", là những chữ được dùng trong Cữ trần lạc đạo phú. Với vô tâm thì cảnh không còn là cảnh, tướng không còn là tướng, mà là tánh Không, tính sáng, chân như, viên giác luôn luôn ở trước mắt: *Dứt trừ nhân ngã, thì ra thực tướng kim cương Dừng hết tham sân, mới lâu lòng mẫu viên giác. (Hội thứ hai)*

Thiên là thực tại tánh Không, tính sáng, chân như, bản tâm luôn luôn trực tiếp hiện tiền trước mắt. Chính vì thực tại luôn luôn trực tiếp, có sẵn trước mắt trong mỗi thời gian mỗi hoàn cảnh mà hỏi Thiên là chuyện thừa: "hỏi chi Thiên" Chín Bụt là lòng, xá ướm hỏi đòi cơ Mã Tổ. (Hội thứ ba)

Nhà vua nhấn mạnh đến tính chất trực tiếp hiện tiền trong đời sống hàng ngày này bằng hội thứ chín. Ở đây chúng ta chỉ trích ra vài thành ngữ: "Cây bách là lòng", "trà Triệu lão, bánh Thiều dương", "ruộng Tào Khê, vườn Thiều Thất," "gieo bó củi, nẩy bông đèn," "lộc đào hoa, nghe tiếng trúc"...

Thiên là tất cả những cái ấy, là thực tại trực tiếp hiện tiền trước mắt. Thiên là tất cả đời sống. Tất cả đời sống là sự biểu lộ của Đạo, của Thiên, của tánh Không, tính sáng, chân như, chín Bụt là lòng... cho nên khi thấy và sống được như vậy thì "chớ hỏi Thiên"; vì có cái gì chẳng phải là Thiên? Đó là "ở đời vui đạo."

Hơn nữa, "vô tâm" của vua không phải là một cuộc đời ở nơi cô tịch vắng vẻ, xa lánh trần thế. Sự "ở đời" của vua là một cuộc đời luôn luôn hoạt động vì người khác: *Phúc tuê gồm no, chín mối khá nên người thực biết Dụng cầu đồ, giồi chiến tháp, ngoại trang nghiệm sự tướng hãy tu Săn hỷ xả, nhuyển tử bi, nội tự tại kinh lòng hằng đọc. (Hội thứ tám)*

Đạo là nền tảng cho mọi hoạt động ở đời, và mọi hoạt động ở đời chính là Đạo. Đây là "Ở đời vui Đạo" của vua Trần Nhân Tông.

### **ĐÊM NGHE CHUÔNG VỌNG**

*Thơ từng nu, quỵện trong hoa  
Đêm xuân nở đóa thiên-ca về người  
Nửa vàng trăng khuyết bên trời  
Mờ trong dư ảnh, dấu hài vườn xưa  
Xuống thuyền,  
Bờ Giác qua chưa?  
Đêm nghe chuông vọng Đại Thừa Tâm Kinh.*

### **HẠNH PHÚC VÀ KHỔ ĐAU**

*Hạnh phúc và khổ đau  
Là đâu mỗi lẫn nhau  
Khi dính mắc hạnh phúc  
Ta ngỡ thoát khổ đau  
Nhưng thực chất là điếm  
Khổ đau sẽ theo sau  
Quán chiếu để thấy rõ  
Bản chất chúng như nhau  
Chúng luôn cùng có mặt  
Ẩn hiện trước hay sau  
Tĩnh giác và nhận diện  
Để an nhiên qua cầu.*

### **HÀNH THIÊN**

*Nhiệm vụ của hành thiên  
Là tập trung tâm ý  
Vào những gì quán niệm  
Không phải là bận tâm  
Đến những gì trải nghiệm  
Vì những gì trải nghiệm  
Chỉ là đến, rồi đi  
Ta không tự đồng hóa  
Sẽ không vướng bận gì  
Thiên sẽ tự gạn lọc  
Bụi nào bám lưu ly!*

### **ĐỜI NỀN**

*Giá trị của cây nền  
Là khi được thắp lên  
Ánh sáng càng rạng rỡ  
Thân nền càng mòn thêm  
Ngọn bấc cuối leo lét  
Nền tàn trong bóng đêm  
Đã làm tròn sứ mạng  
Xả gì lưu tuổi, tên  
Đời người nếu không kịp  
Thắp sáng tâm vị tha  
Thăng hoa và hiến tặng  
E luông uống ngày qua!*



*thơ*

**HUỆ TRÂN**

# MÙA XUÂN, THI CA VÀ THIỀN ĐẠO:

## *Trộm Được Phù Sinh Nửa Ngày Nhân* (1)

*Sakya Minh Quang*

Theo quy luật tuần hoàn của vũ trụ, bốn mùa: xuân, hạ, thu, đông xoay vần, đắp đổi, khiến người không khỏi liên tưởng đến bốn giai đoạn sinh, già, bệnh chết của đời người. Mùa xuân khí hậu mát mẻ, vạn vật đâm chồi nảy lộc, kết nụ đơm hoa, dự cho đời người từ khi sinh đến tuổi trưởng thành, giai đoạn mộng mơ và học tập của tuổi thơ, cũng như nỗ lực làm việc để xây dựng sự nghiệp của tuổi trẻ. Còn mùa hạ cây cối xum xuê rậm rạp, nắng nóng mưa nhiều, giống như giai đoạn từ tuổi trung niên đến bắt đầu lão niên của đời người. Giai đoạn này, con người có đủ kinh nghiệm và thành đạt nhất định để lo gia đình và gánh vác trách nhiệm xã hội. Khi thu về cây lá đổi màu, lá vàng đầu thu tuy đem lại cái đẹp sang trọng nhưng lại vô cùng ngắn ngủi, chẳng khác gì vẻ rực sáng trước khi bóng trời chiều lặn tắt: "Bóng chiều đẹp biết bao, chỉ là trời sắp tối!" (Tịch dương vô hạn hảo, chỉ tại cận hoàng hôn). Chẳng mấy chốc lá vàng thành lá úa, để cuối cùng khô rụng lúc cuối thu! Điều này có khác gì tuổi già, trông bề ngoài dường như đã đạt được đỉnh điểm của sự nghiệp, giờ về hưu vui hưởng an nhàn cùng con cháu. Nhưng đây cũng là lúc con người mắt mờ tai lảng, lưng còng gối mỏi, và bị đủ mọi tật bệnh dày vò! Còn mùa đông khí trời giá buốt, băng tuyết bao trùm, cây cối trơ trọi dự cho giai đoạn cuối của đời người. Con người ai cũng phải đối diện trước cái chết, cô độc với những cơn đau đớn giằng vò lúc lâm chung, rồi cuối cùng bỏ lại sau lưng tất cả công danh sự nghiệp, thân thuộc

bạn bè..., như cành cây trơ trọi, không một chiếc lá giữa buổi đông tàn!

Con người nhìn thiên nhiên tuần hoàn thay đổi, quán xét lại kiếp người, sẽ tự hỏi rằng: Xuân, hạ, thu, đông xoay vần, hết đông rồi lại xuân, vậy sao tuổi xuân của đời người một đi không trở lại? Từ đó ý thức về vô thường, về thân phận mong manh của kiếp người phát sinh. Lại nữa, đông hết rồi xuân lại về, còn con người chết rồi có sinh trở lại hay không? Nếu có, sao lại không thấy, không biết? Có lẽ từ đó mới có niềm tin về luân hồi hay tồn tại sau khi chết (after death) ở một thế giới nào đó để chống lại chủ thuyết đoạn kiến, cho rằng chết là hết. Tôn giáo ra đời chính là để trả lời câu hỏi "sinh từ đâu đến, chết đi về đâu" này. Phật giáo, nhìn ở một góc độ nào đó, cũng là một tôn giáo, nhằm giải đáp câu hỏi này với thuyết luân hồi nghiệp báo hay vắng sinh tịnh độ v.v....

Nhưng nếu chữ *giáo* trong Phật giáo được hiểu như lời dạy của đức Phật (the Buddha's teachings) hay sự thực của cuộc đời (dharma) qua tuệ giác của đức Phật (Buddha-dharma), thì Phật giáo là hệ thống huấn luyện bao gồm *tín, giải, hành, chứng*, giúp hành giả có được cái thấy đúng như sự thực của cuộc đời (yathabhutam darshanam hay như thị tri kiến) để có thể sống an lạc hạnh phúc ngay bây giờ và ở đây. Cho nên nói: "Pháp là thiết thực hiện tại, không có thời gian, đến để mà thấy, có khả năng hưởng thụ, được người có trí tự mình giác hiệu." (2) Ngôn ngữ của Đại Thừa Phật giáo diễn bày *pháp* (dharma) này qua các khái niệm triết lý như *chân như, thực tướng vô tướng, tự tánh niết-bàn, bất nhị pháp môn* v.v...; còn nhà thiền lại dùng hình ảnh của đời thường như *mặt mũi xưa nay, ngành mai đêm trước, mùa xuân bất diệt* v.v... đều chỉ cùng một thực tại này.

Nhưng muốn chứng nghiệm thực tại này, như trên đã nói, hành giả phải trải qua quá trình huấn luyện thân tâm theo Phật Pháp. Bắt đầu quá trình huấn luyện này là khiến hành giả phát khởi tín tâm. Cho nên, đối với người học Phật, tỉnh giác về vô thường giúp hành giả khởi tâm xuất ly, cất bước trên đường giải thoát. Ý thức tuổi trẻ qua mau, như xuân đã cuối mùa, giúp người trẻ tuổi không hèn lèn lèn, vì





cái chết không hèn trẻ hay già! Sau đây, xin mượn bài thơ nổi tiếng Đề Nơi Vách Chùa Hạc Lâm (Đề Hạc Lâm Tự Bích) của Lý Thiệp để nói đến quá trình ý thức tuổi xuân vô thường của Đời để hướng về mùa xuân bất diệt nơi Đạo, để cuối cùng từ một khách thơ: "trộm được phù sinh nửa ngày nhàn" trở thành một đạo nhân "nhàn":

*Tuyệt học vô vi nhàn đạo nhân*

絕學無為閒道人

*Bất trừ vọng tưởng bất cầu chân*

不除妄想不求真

*Vô minh thực tánh, tức Phật tánh*

無明實性即佛性

*Huyễn hóa không thân, tức pháp thân!*

幻化空身即法身 (3)

Lý Thiệp (李涉) một thi nhân đời Đường, sống ở đầu thế kỷ thứ chín Tây lịch, có bài thơ đề trên vách tường ở chùa Hạc Lâm, huyện Trấn Giang, tỉnh Giang Tô, Trung Quốc. Bài thơ này nói lên tâm cảnh của người chợt nhận biết vô thường, quay về nơi Đạo:

*Chung nhật hôn hôn醉夢間*

終日昏昏醉夢間

*Hốt văn xuân tận cưỡng đăng san*

忽聞春盡強登山 ;

*Nhân quá trúc viện phùng tăng thoại*

因過竹院逢僧話

*Thâu đắc phù sinh bán nhật nhàn*

偷得浮生半日閒。

Dịch:

*Sống say chết mộng mãi mê man*

*Chợt nghe xuân hết, gắng đăng san*

*Cùng tăng trò chuyện bên sân trúc*

*Trộm được phù sinh nửa ngày nhàn!*

Lý Thiệp làm bài thơ này trong lúc làm quan bị đày về miền nam, huyện Trấn Giang, tỉnh Giang Tô. Cho nên, bài thơ này chẳng những tả thực buổi lên núi thưởng xuân, mà quan trọng hơn, nó còn là tự tình, nói lên cảm ngộ vô thường, sự chuyển biến nhân sinh quan của Lý Thiệp hướng về Phật giáo. Thực ra, những nhà Nho như quan lại, văn nhân, thi sĩ lúc về già hay khi hoạn nạn bị lưu đày phần lớn đều hướng về Phật giáo như chỗ dựa của tâm

linh, từ đó có dòng thơ đạo hay thơ thiền ra đời dưới ngòi bút tài hoa của giới trí thức Phật tử tại gia. Đây đã trở thành trào lưu văn hóa và văn học có nét rất riêng của Phật giáo Đại Thừa Đông Á, nhất là vào thời Đường Tống. Ví dụ, đời Đường có Vương Duy, Liễu Tông Nguyên, Bạch Cư Dị..., đời Tống có Hoàng Đình Kiên, Tô Đông Pha v.v.... Sau đây, chúng ta thử khám phá ngụ ý của bài thơ để có thể chia sẻ phần nào tâm cảnh của tác giả.

"Sống say chết mộng mãi mê man" là chỉ tình trạng mãi mê danh lợi, chạy theo dục vọng, cho đến lúc chết vẫn không biết thức tỉnh vô thường, nhận chân ý nghĩa và giá trị của cuộc sống. Kinh Pháp cú đức Phật nói:

*Người nhặt các loại họa,*

*Y đắm say, tham nhiễm,*

*Bị thần chết mang đi,*

*Như lạt trôi làng ngủ. (4)*

Với một người tu giỏi, như con ngựa hay thấy bóng roi liền chạy, không đợi xuân sắp hết mới biết lên núi thưởng thức vẻ đẹp của thiên nhiên lúc xuân về: non xanh, nước biếc, chim hát, suối ca..., lại còn có sơn môn Phật tử nơi sinh hoạt của tăng thân, những người bước ra ngoài vòng danh lợi của thế gian. Đây thực sự là thế giới an lành của tịnh độ nhân gian! Còn những con ngựa bình thường, phải đợi roi chạm đến da thịt biết đau, thậm chí đau thấu xương mới chịu chạy! Đây là chỉ lúc công danh thất bại, nếm mùi cay đắng của tình đời, hay tuổi xuân đã hết, già bệnh vây quanh mới biết thức tỉnh hướng về nẻo đạo (5). Đó chính là ý câu:

*"Chợt nghe xuân hết gắng đăng san!"*

Nhưng biển khổ mênh mông, quay đầu là bờ, chỉ cần tỉnh thức không bao giờ trễ! Đức Phật dạy có bốn thứ lớp tu hành: (a) Thân cận thiện tri thức, (b) lắng nghe giáo pháp (văn), (c) như lý tư duy (tự) và (d) y pháp tu hành (tu)(6). Trong đó, gần gũi thiện tri thức hay Tăng bảo là bước đầu vô cùng quan trọng. Người xưa bảo:

*Trò chuyện cùng anh một buổi*

*Còn hơn đọc sách mười năm!*

(Dữ quân nhất tịch thoại, thẳng độc thập niên thư)

Một buổi lên núi ngắm cảnh thưởng xuân, lại được viếng chùa, trò chuyện cùng cao tăng, đối với người bấy lâu nay "sống say chết mộng" như đề hồ quán đảnh, buông xuống gánh nặng của phiền não công danh, "trộm được nửa ngày nhàn" của kiếp phù sinh đa đoan, phức tạp! Đó là thâm ý câu:

*Cùng tăng trò chuyện bên sân trúc*

*Trộm được phù sinh nửa ngày nhàn!*

Có người bảo: "Thị tại môn tiền náo市+門=鬧, nguyệt lai môn hạ nhàn 月+門=閒!" Tức "chợt trước cửa ồn náo, trăng đến cửa là nhàn." Đây là cách chiết tự của người xưa, ý nói nhàn nhã ngắm ánh trăng soi trước cửa là nhàn! Đây dường như chỉ thân nhàn trước rồi tâm nhàn sau. Người xưa sau khi treo ấn từ quan, trở về

quê vui thú điền viên mới có thời giờ nhàn nhả để ngắm trăng thưởng cảnh và chiêm nghiệm lẽ sống của cuộc đời! Như Phạm Thiên Thư nói:

*Răng xưa có gã từ quan  
Lên non tìm động hoa vàng ngủ say  
Thôi thì thôi để mặc mây trôi  
Ôm trăng đánh giấc bên đồi dạ lan  
Thôi thì thôi chỉ là phù vân  
Thôi thì thôi nhé... có ngần ấy thôi.*

(Đưa Em Tìm Động Hoa Vàng)

Khi còn quan chức vì đấu tranh trong chốn quan trường, nhiều khi phải uốn gối khom lưng để giữ bóng lộc cho vợ con gia đình, hay phải bịt tai nhắm mắt, giả mù sa mưa trước sự bất công để tồn tại, hoặc nằng bễ nào che bễ nấy, đánh đổi khí tiết của mình vì chút lợi lộc công danh. Cho nên Đào Tiềm, một danh sĩ đời Đông Tấn, vài lần ra làm quan, rồi cuối cùng từ quan sống đời đạm bạc, trong bài Từ "Quy Khứ Lai Hề" (Về Đi Thôi Chừ) bảo:

*Về đi thôi chừ!  
Về đi thôi  
Ruộng vườn sấp hoang vu chừ,  
sao chưa về?  
Mình đã để tâm cho hình hài sai bảo  
Sao còn riêng buồn bã, đau thương? (7)*

"Mình đã để tâm cho hình hài sai bảo", tức là vì nhu cầu cơm ăn áo mặc của cái thân này đã khiến cho tâm phải lo nghĩ bất an, tham sân dấy khởi! Cho nên, thiếu đức tri túc là bước đầu trở về với Đạo.

Thực ra, chốn quan trường vất vả vì lao tâm khổ trí việc giúp nước an dân, lại bất an vì tranh đấu phe phái, còn điền viên lại vất vả vì cày sâu cuốc bẫm, lo lắng sâu rầy, mưa nắng thất thường. Vậy cuộc sống điền viên thân đâu có nhàn? Cho nên, "nhàn" ở đây là tâm nhàn mà không phải thân nhàn, tức tâm đã nhẹ nhàng vì buông xuống lợi danh, phiền não, thì dù ở đâu, làm việc gì đều vì lợi ích chúng sinh mà không phải vì mình!

Lại nữa, "nhàn" có nhiều mức độ cạn sâu khác nhau. Đối với người Phật tử tại gia như Lý Thiệp, nếu có dịp về chùa, gần gũi thiện tri thức để nghe Pháp, tọa thiền, tụng kinh, niệm Phật..., là "trộm được phù sinh nửa ngày nhàn." Tâm cảnh này cũng giống thi sĩ Chu Mạnh Trinh (1862-1905) Việt Nam lúc viếng cảnh chùa Hương:

*Giữa dòng đá nước lồng gương,  
Mượn chèo ngư phủ đưa đường Đào Nguyên.*

*Lạ cho vừa bén màu thiền,  
Mà trăm nỗi với ngàn phiền sạch không!*

Còn nếu được sống trong cảnh thiền môn thanh tịnh, thọ trì Bát quan trai giới là giới xuất gia tập sự cho người cư sĩ một ngày một đêm, đó chính là:

"Trộm được phù sinh một ngày nhàn!"

Những ai có thể phát Bồ-đề tâm, trở thành Bồ-tát tại gia, thân tại gia mà tâm xuất gia để phục vụ chúng sinh, cúng dường chư Phật, như Điều Thứ Bảy của Kinh Tám Điều Giác Ngộ nói:

*Thân tuy ở tục qua ngày  
Tâm không đắm nhiễm trần ai thói đời!*

...  
*Lập nguyện lớn cầu vô thượng đạo  
Hạnh kiên trì hoài bảo lợi sanh  
Dù bao chướng ngại tu hành  
Vẫn không lay chuyển hạnh lành từ bi!*

thì mức độ "nhàn" của vị này còn sâu hơn nữa, đó gọi là:

"Sống giữa phù sinh một kiếp nhàn!"

Họ cũng giống như những ai có thể cắt ái từ thân, trọn đời xuất gia học Phật như đức Phật đã làm thuở xưa, đã bước lên con đường thênh thang, hưởng đến cái "nhàn" của giải thoát, giác ngộ.

Tương truyền, Hoàng Đế Thuận Trị nhà Thanh lên ngôi lúc sáu tuổi, làm vua mười tám năm, hai mươi bốn tuổi nhường ngôi để đi xuất gia. Đang tuổi thanh xuân, sống trong tốt đỉnh quyền uy và danh vọng, vua đã thấu đáo vô thường, buông bỏ tất cả để sống đời xuất gia, nhằm buông xuống những tình chấp, phiền não trong tâm. Trước khi ra đi, Thuận Trị đã nói lên chí nguyện của mình:

*Cơm chùa như núi, chẳng phải lo  
Xuất gia một bát vẫn đủ no  
Vàng ròng, ngọc trắng không phải quý  
Đắp được cà-sa phước mới to!*

*Trẫm là ngôi báu của giang san  
Lo nước, lo dân chuyện bộn bần  
Ba vạn sáu ngàn ngày là mấy  
Chẳng bằng thầy tu một buổi nhàn!*

.....  
*Mười tám năm qua chẳng tự do  
Giang san ngôi mãi chỉ thêm lo  
Hôm nay bỏ hết về với núi  
Mặc đời lợi lớn với danh to!  
Như vậy, Thuận Trị đã không chỉ:  
Cùng tăng trò chuyên bên sân trúc  
Trộm được phù sinh nửa ngày nhàn*

như Lý Thiệp, mà còn trở thành tăng, đi tìm cái "nhàn" của cứu cánh giải thoát, tận dụng tuổi xuân vô thường để chiêm nghiệm mùa xuân uyên nguyên bất diệt, suối nguồn tươi trẻ của vô lượng thọ, vô lượng an lạc!

Tóm lại, "trộm được phù sinh nửa ngày nhàn" (thầu đắc phù sinh bán nhật nhàn) đã trở thành danh cú trong văn học phương Đông, và triết lý "nhàn" đã trở thành tâm điểm nhân sinh quan của Nho, Lão, Thích, dù góc độ nhìn nhận có sâu cạn khác nhau. Theo Phật giáo, muốn "nhàn" trước hết phải biết buông. Buông từ danh lợi bên ngoài, cho đến thân tâm, tình chấp bên trong. Buông từ nhẹ đến nặng, từ thô đến tế thì trình độ "nhàn" càng lúc càng sâu, sâu đến mức *thân tâm thoát lạc*, như



thùng sơn thùng đáy, thì sẽ là cảnh giới đại địa phong quang, thông tay vào chợ của đạo nhân “nhàn”! Thực ra, khi tâm đã “nhàn” rồi, tức đã buông xuống danh lợi, tình chấp, thì dù sống chung đụng với nhân gian, thân bạn mà lòng không bạn, vẫn tự tại giữa dòng đời! Đây chính là cốt tủy của Bồ-tát đạo: “Đem tinh thần xuất thế để làm việc nhập thế,” “phục vụ chúng sinh tức là cúng dường chư Phật.”

Nói khác đi, có một phen chết đi sống lại (tuyệt hậu tái tử) mới có thể nhận ra sinh mệnh uyên nguyên, chưa từng sinh diệt. Đó chính là mùa xuân bất diệt với cảnh mai đêm trước (tạc dạ chi mai) luôn hiện tiền, mà hương thơm tinh tế của nó mang tin xuân miên viễn cho khách thợ đang đi tìm cõi vĩnh hằng trong vô thường, miền tịnh độ an vui giữa ta-bà đau khổ. Nhưng khách thợ “nếu chẳng một phen xượng lạnh thấu/ Hoa mai đâu dễ thưởng mùi hương!” (Thiền Sư Hoàng Bích)

Cuối cùng, quả thực không có “Thích-ca trời sinh, Di-lặc tự nhiên”!

Trân trọng.

Sakya Minh-Quang kính ghi,  
TV. Thiện Tường, Champaign, IL,  
ngày 18/01/2018

(1) Những phần dịch thơ văn trong bài viết này đều của bút giả, trừ trường hợp có ghi chú khác.

(2) Kinh Tăng Chi Bộ, chương V, kinh 47. Thích Minh Châu dịch.

(3) Dịch: “Tuyệt học vô vi: Đạo nhân nhàn/ Chẳng trừ vọng tưởng, chẳng cầu chân/ vô minh tánh thực: là Phật tánh/ Già không thân huyễn: chính Pháp thân!” Thiền sư Huyền Giác, Chứng Đạo Ca 《永嘉證道歌》「絕學無為閒道人，不除妄想不求真。無明實性即佛性，幻化空身即法身。」( Đại Chánh Tạng, q. 48, kinh 2014, tr. 395, c9-10)

(4) Kinh Pháp Cú, kệ số 47.

(5) Về bốn loại ngựa dụ cho bốn hạng người tu hành thấy trong Kinh Tập A-hàm, xin tham khảo sách Vô Thường và Giải Thoát Đạo, tr. 105-106 của bút giả.

(6) Đây còn gọi là bốn chi Dự Lưu, vì tu tập bốn chi phần này sẽ chứng quả Tu-đà-hoàn, tức thánh quả ban đầu, dự vào dòng thánh (dự lưu). 《阿毘達磨法蘊足論》「謂親近善士，聽聞正法，如理作意，法隨法行。」 Đại Chánh Tạng, q. 26, kinh 1537, tr. 458, b28-26)

(7) 歸去來兮辭：「歸去來兮，田園將蕪，胡不歸！既自以心為形役，奚惆悵而獨悲？」



(Một bài thơ ít được nhắc đến của cố thi sĩ Quách Thoại)

## TA ÚP MẶT

*Ta úp mặt mình ta khóc nức nở  
Xuân đời lên một mùa hoa mới nở  
Thiên liêng cười trên môi nụ còn tươi  
Vũ trụ xanh bùng đỏ giữa tim người  
Lòng hứa hẹn ước mơ thương đời vô hạn  
Tối trần gian khát vô cùng ánh sáng  
Trăng đã về màu nhiệm chiếu không gian  
Chuông vừa ngân thôn thức nhạc Niết Bàn...*

... ..

*Ta úp mặt mình ta khóc nức nở  
Cả loài người đang gục đầu than thở  
Mộng cũ tình xuân còn đâu ước mơ  
Đèn vẫn mình đốt cháy rụi bàn thờ  
Tàu hiện tại bánh xoay về hoang dại  
Đò sông ơi! đã gãy rồi bánh lái  
Cuồng phong! cuồng phong! sóng dậy buồm chìm.  
Lạc loài kêu xơ xác một đàn chim  
Ai hoi hóp đang vừng vàng giữa bể  
Hát ca chi lạc lâm rồi thế hệ  
Ta kêu lên: thiên hạ hãy đi về  
Trời xanh kia còn say đắm si mê  
Yêu tất cả một tình yêu bất diệt  
Thương tất cả một tình thương tha thiết  
Sáng soi thay là ánh sáng mặt trời  
Rõ ràng thay là tiếng nói không lời  
Trong đau khổ người nghe chẳng diệu lý  
Trong tiền bộ người thầy chưa vô lý  
Trăng sao cười chân lý sáng hư vô  
Ta cúi xin thế giới thoát mơ hồ*

.....

*Ta úp mặt, mình ta khóc nức nở  
Vị thương yêu ta xót xa than thở  
Tình thi nhân, lòng thủ thi... lệ mờ...  
Cảm hôn đau ta viết vội thành thơ:  
“Ta úp mặt mình ta khóc nức nở”...*

thơ QUÁCH THOẠI



# NHỮNG ĐÓNG GÓP TO LỚN CỦA CÁC HỌC GIẢ ANH QUỐC CHO NỀN PHẬT GIÁO ÂU MỸ

*H.T. Thích Trí Chơn*

## FRANCIS STORY (1910-1971)

Francis Story, có pháp hiệu là Anagarika

Sugatananda, sinh ngày 3 tháng 8 năm 1910 tại Croyden, Surrey, Anh Quốc. Lúc nhỏ, ông học tại Manor House School ở Clapham và sau tại Đại Học Luân Đôn (London University). Ban đầu, ông ghi danh học trường thuốc, nhưng rồi lại bỏ đổi qua học nhãn khoa. Sau này, nhờ học môn tôn giáo đối chiếu (Comparative Religions), ông hiểu biết Phật Pháp, và chính thức trở thành Phật tử năm ông 16 tuổi. Năm 1933, ông lập gia đình.



Khi thế chiến thứ hai (1939-1945) bùng nổ, ông gia nhập ngành quân y trong quân đội hoàng gia Anh Quốc và phục vụ tại Ấn Độ.

Trong thời gian này, ông được dịp viếng thăm vườn Lộc Uyển (Sarnath), nơi đức Phật thuyết pháp đầu tiên, và tại đây ông đã liên lạc, trở thành hội viên, tham gia hoạt động với Hội Ma Ha Bồ Đề (Maha Bodhi Society).

Do tiếp xúc, chứng kiến hằng ngày nỗi khổ đau của con người trong thời kỳ chiến tranh, ông muốn tự mình tìm ra con đường giải thoát cho chính bản thân cũng như góp phần làm vơi bớt nỗi đau khổ của kiếp nhân sinh. Do đó, ông bắt đầu chú tâm học hỏi, nghiên cứu, thực hành giáo lý đức Phật, và phát nguyện tương lai sẽ nỗ lực đi hoằng truyền chánh pháp của đức Thế Tôn.

Thời gian đang còn phục vụ trong quân đội tại Ấn Độ, ông gặp phải biến cố rất đau buồn khi được tin vợ ông qua đời tại Anh Quốc. Ông

trở về nước thu xếp việc gia đình, và dự tính dành hết cuộc đời mình sau khi vợ mất, cho công việc phụng sự Phật Giáo. Trong thời gian lưu lại Anh Quốc một năm, ông thường đến thuyết giảng giáo lý tại Hội Phật Giáo (The Buddhist Society) Luân Đôn.

Năm 1958, ông trở qua Ấn Độ tham gia hoạt động với Hội Ma Ha Bồ Đề ở Sarnath (Lộc Uyển). Ông phát tâm thọ giới, tập sống hạnh người xuất gia (không nhà cửa) với Thượng Tọa M. Sangharatana tại chùa Đại Giác (Maha Bodhi) ở Bồ Đề Đạo Tràng (Buddha Gaya), nơi đức Phật thành Đạo; và được đặt pháp hiệu là Anagarika Sugatananda. Thọ giới xong, ông tiếp tục lưu lại sống tại Lộc Uyển hơn một năm nữa để nghiên cứu Phật Pháp, tu thiền và dạy Anh văn cho chư Tăng, giảng sư của hội Ma Ha Bồ Đề.

Sau đó, vì khí hậu Ấn Độ khắc nghiệt, và ăn uống quá kham khổ, sức khỏe của ông bắt đầu suy yếu. Năm 1950, ông nhận lời mời qua Miến Điện để giúp thành lập "Hội Truyền Bá Phật Giáo Thế Giới tại Miến Điện" (*The Burma Buddhist World Mission*) có trụ sở chính với nhà phát hành kinh sách Phật Giáo thiết lập tại địa điểm số 7, East Block, Sule Pagoda, Rangoon.

Năm 1951, Sugatananda cùng với các thành viên trong Hội Truyền Bá Phật Giáo Thế Giới, và Đại Đức Lokanatha, một nhà sư danh tiếng người Ý Đại Lợi, thành lập một phái đoàn hoằng pháp đi từ Mandalay đến Rangoon (Miến Điện). Phái đoàn đã ngừng lại thuyết giảng giáo lý tại các thị trấn lớn có đông dân chúng cư ngụ. Chuyển đi hoằng pháp này của phái đoàn Sugatananda đã giúp củng cố, duy trì nền tảng đạo đức của dân tộc Miến.

Năm 1954, Sugatananda được đề cử giữ chức vụ Giám Đốc Hội Truyền Bá Phật Giáo Thế Giới nói trên. Nhiều tài liệu và kinh sách Phật Giáo do ông biên soạn được ấn hành gửi đi khắp nơi trên thế giới. Nhờ vậy mà Hội Truyền Bá Phật Giáo được các tổ chức Phật Giáo ngoài Miến Điện biết đến, và nhiều chi nhánh của Hội này cũng được thiết lập khắp nơi trong nước. Cũng trong năm 1954,

Sugatananda được mời tham gia Ban Biên Tập tạp chí "The Light of Dhamma" (Ánh Sáng Phật Giáo). Đây là tạp chí do Viện Hoằng Đạo (Union of the Buddha Sasana Council) xuất bản định kỳ, ba tháng một lần, liên tục ấn hành trong những năm 1952-1963. Nội dung gồm nhiều bài nghiên cứu giáo lý giá trị, phần lớn do Sugatananda đóng góp.

Sau này, vì nhận thấy miền Điện không mấy thuận lợi cho công việc hoằng pháp, năm 1957 Sugatananda đi Tích Lan (Sri Lanka). Tại đây, thời gian đầu ông tổ chức thuyết giảng Phật Pháp trên đài phát thanh và nhiều nơi trong nước. Những năm sau, ông dành phần lớn thì giờ cho công việc biên soạn các sách Phật Giáo Anh ngữ, nhất là nghiên cứu về thuyết Luân Hồi. Ngoài ra, ông tích cực tham gia giúp Hội Xuất Bản Kinh Sách Phật Giáo (Buddhist Publication Society) tại Kandy (Tích Lan) về mọi mặt cũng như viết bài đóng góp thường xuyên để Hội cho ấn hành định kỳ các loại sách nhỏ (booklets) như "Pháp Luân" (The Wheel) và "Lá Bồ Đề" (Bodhi Leaves).

Về thuyết Luân Hồi, thời gian còn ở Miền Điện, Sugatananda đã bắt đầu tìm hiểu và nghiên cứu các trường hợp của một số người có thể nhớ, thuật lại tiền kiếp của họ. Ông tiếp tục sưu tầm, viết nhiều bài về Luân Hồi và cùng với Dr. Ian Stevenson, giáo sư bệnh học tâm thần trường Đại Học Virginia (Hoa Kỳ) để nghiên cứu về các trường hợp của những người có thể nhớ lại đời trước của họ đã sinh sống tại Ấn Độ, Thái Lan và Tích Lan.

Năm 1968, do lời mời của Dr. Stevenson và sự tài trợ của Trung Tâm Nghiên Cứu Hoa Kỳ (American Research Foundation), Sugatananda đã thực hiện thành công chuyến đi du thuyết tại nhiều nơi khắp nước Mỹ về các đề tài liên quan đến Phật giáo và thuyết Luân Hồi.

Mặc dù hết sức bận rộn, làm việc tinh thần quá nhiều cho công việc hoằng pháp lợi sanh, Sugatananda cảm thấy sức khỏe của mình vẫn tốt cho tới đầu năm 1970, khi lần đầu tiên triệu chứng bệnh ung thư xương được phát hiện và ông phải vào điều trị tại các bệnh viện ở Kandy, Ratnapura và Colombo (Tích Lan). Sau đó, nhờ sự giúp đỡ của một người bạn Hoa Kỳ, vào giữa tháng giêng năm 1971, ông sang Anh Quốc điều trị. Sau một thời gian ngắn ở chùa Hampstead Vihara, ông đã thuyết bài pháp cuối cùng tại đây trước khi nhập bệnh viện Luân Đôn (London).

Được ít lâu, bệnh ông ngày càng phát triển nhanh chóng. Tháng 3 năm 1971, một bác sĩ danh tiếng ở Luân Đôn cho biết rằng bệnh ung thư xương của ông hết phượng chạy chữa. Chỉ trong vòng mười hai tuần lễ, Sugatananda thấy rõ sức khỏe nơi thân mình sa sút hẳn.

Mặc dù bị cơn đau hành hạ khốc liệt, tâm ông vẫn sáng suốt, định tĩnh và an lạc như bạn ông đã viết: *"Sugatananda đã trực diện với cái chết theo đúng tinh thần của một Phật tử chân*

*chính với tâm hồn bình thản, sáng suốt, không chút sợ hãi, âu lo hay phiền muộn. Ngày 23 tháng 4 năm 1971, bệnh ông trở nên trầm trọng, rất nguy kịch và ông phải dùng ốc-xy (oxygen) để thở. Chiều ngày 24 tháng 4, người bạn giúp Sugatananda dùng bữa ăn cuối cùng và đọc cho ông nghe những đoạn trong kinh Pháp Cú (Dhammapada). Mặc dù phải thở qua bình ốc-xy Sugatananda vẫn cố gắng thuyết giảng giáo lý cho những bạn bè đến viếng thăm ông. Ít lâu sau khi Sugatananda dùng thuốc làm giảm bớt cơn đau, ông ta thiếp ngủ cho đến vào lúc 1 giờ sáng thứ hai, ngày 26 tháng 4 năm 1971, ông qua đời, hưởng thọ 61 tuổi".*

Một học giả Phật tử khác thường có mặt cạnh giường bệnh của Sugatananda cũng đã bày tỏ: *"Những tuần cuối cùng trước khi vĩnh viễn từ giã trần thế, sự tinh thức và an lạc của Sugatananda thực là một nguồn khích lệ, nêu cao tấm gương sáng cho mọi người Phật tử chúng ta".*

Tin Sugatananda từ trần được các báo lớn địa phương như "The Times" và Daily Telegraph" đăng tải. Chư Tăng và Phật tử khắp nơi trên thế giới hay tin đều hết sức bàng hoàng, xúc động. Các tổ chức Phật Giáo ở Luân Đôn ngưỡng mộ Sugatananda đã sắp xếp, tổ chức lễ hỏa táng nhục thân của ông tại lò thiêu The Golders Green Crematorium, Luân Đôn. Nhiều vòng hoa phúng điếu của các chùa, Hội Phật Giáo và Phật tử xa gần được gửi tới đặt xung quanh quan tài của Sugatananda tại lò thiêu Golders. Vòng hoa trang trọng, nổi bật nhất là một bánh xe Pháp, có tám cánh, kết toàn hoa màu vàng nghệ trên nền trắng, có ghi dòng chữ phân ưu: *"With affectionate memory of the noble life and work of the Anagarika Sugatananda. May he attain Nibbana"* (Vô cùng tiếc thương, tưởng nhớ cuộc đời và đạo nghiệp hoằng pháp cao cả của Anagarika Sugatananda. Nguyện cầu ngài vãng sanh miền Cực Lạc).

Một bàn thờ Phật nhỏ được thiết lập giữa những vòng hoa. Sau khi Thượng Tọa Saddhatissa hướng dẫn chư Tăng kết thúc khóa lễ Cầu Siêu, linh cửu của Sugatananda, với vòng hoa hình "Pháp Luân" đặt ở trên, được di chuyển đưa tới lò đốt vào ngày 30 tháng 4 năm 1971.

Hiện diện tại buổi lễ hỏa thiêu, có đạo hữu Christmas Humphreys (1901-1983) và một số quý vị đại diện Hội Phật Giáo (The Buddhist Society) Luân Đôn; chư Phật tử chùa Phật Giáo Luân Đôn (London Buddhist Vihara), bà I.B. Horner (1896-1981), nguyên Hội Trưởng Hội Phiên Dịch Kinh Tạng Phật Giáo Pali (the Pali Text Society) và chư Tăng chùa Thái Lan tại East Shen, cùng rất đông thân hữu và nhiều Phật tử khác. Tro cốt của ngài Sugatananda được bỏ vào trong một chiếc hộp (casket) và các Phật tử đã gửi hộp tro này qua Tích Lan để lưu giữ, thờ tại tu viện Island Hermitage ở thành phố Dodanduwa là nơi mà hơn nửa thế kỷ qua nhiều Phật tử Tây Phương đã tới lưu trú,

tu thiện và học hỏi Phật Pháp.

Về phương diện đóng góp cho văn hóa Phật Giáo, Sugatananda là bút giả của nhiều bài viết và sách Phật giáo giá trị. Dưới đây là những tập sách nhỏ (Booklets) của ông do Hội Xuất Bản Kinh Sách Phật Giáo (Buddhist Publication Society) tại Kandy (Tích Lan) ấn hành trong loại "Pháp Luân" (The Wheel):

1. The Case for Rebirth (*Những trường hợp Luân Hồi*), 1959.

2. Buddhist Mental Therapy (*Phương Pháp Trị Liệu Tâm Thần của Phật Giáo*), 1960.

3. The Four Noble Truths (*Tứ Diệu Đế*), 1961.

4. Early Western Buddhists (*Những Phật tử Tây Phương đầu tiên*), 1962.

5. Dialogues on the Dhamma (*Đối Thoại về Phật Pháp*), 1965.

6. Prayer and Workship (*Cầu Nguyện và Lễ Bái*), 1969.

Và trong ấn bản "Lá Bồ Đề" (*Bodhi Leaves*):

1. Of Gods and men (*Thần Linh và Con Người*), 1960.

2. Buddhist Meditaion (*Thiền Định Phật Giáo*), 1963.

3. The Places of Animals in Buddhism (*Vị thế của loài vật trong Phật Giáo*), 1964.

4. The Supreme Conqueror (*Kẻ Chiến Thắng Vĩ Đại*), 1968.

5. The Scientific Approach to Buddhism (*Sự đến gần Phật Giáo của Khoa Học*), 1971.

Ngoài ra, Sugatananda còn viết nhiều bài khảo cứu giúp cho Phật tử hiểu biết rõ hơn về giáo lý đức Phật đã đăng tải ở các tạp chí Phật Giáo Anh ngữ giá trị như *The Maha Bodhi* (Calcutta, Ấn Độ); *The Light of Dhamma* (Rangoon, Miến Điện); *The Middle Way* (London, Anh quốc); *The Buddhist* (Colombo, Tích Lan); *The World Buddhism* (Colombo, Tích Lan) và *The Guardian* (Rangoon, Miến Điện) v.. v..:

1. Buddhism as World Religion (*Phật Giáo là Tôn Giáo của Thế Giới*).

2. Elementary Principles of Buddhism (*Những nguyên lý sơ đẳng của Phật Giáo*).

3. The Twenty-Fifth Century - Buddhism and the New Age (*Thế kỷ thứ Hai Mươi Lăm - Phật Giáo và Thời Đại Mới*).

4. Buddhism Answers the Marxist Challenge (*Những giải đáp của Phật Giáo trước sự chống đối của chủ nghĩa Mác-Xít*).

Thêm nữa, để tri ân và tưởng niệm Sugatananda, con người suốt đời hiến thân cho sự nghiệp hoằng truyền chánh pháp của đức Thế Tôn, phần lớn những bài viết của ông đã được Hội Xuất Bản Kinh Sách Phật Giáo (Buddhist Publication Society) tại Kandy (Tích Lan) sưu tầm in thành ba tuyển tập (Collected Writings) dưới đây:

Vol. I - The Buddhist Outlook (*Nhãn Quan*



## KÍNH LẠY NGƯỜI

(Kính thương gọi người dân làng Yên Trường , Hà Nội , VN)

*Mùng bốn Tết dân làng mở tiệc  
Tiệc gì đây nghĩ đến mà đau  
Cùng chung giết chó đái nhau  
Suốt đời mang nghiệp máu đào người ơi!*

*Kính lạy người hãy buông dao xuống  
Đừng theo như truyền thông mà gây  
Tang thương loài vật quanh đây  
Sát sanh là nghiệp đọa đầy phải mang .*

*Lời Phật dạy bình an sự sống  
Vật và người cũng muốn sống thôi  
Dùng dao giết hại mãi rồi  
Đời đời chịu cảnh luân hồi khổ đau.*

thơ TÁNH THIÊN  
Dallas , USA 14-2-2018

*Phật Giáo*), 1973.

Vol. II - Rebirth as Doctrine and Experience (*Luân Hồi qua Lý thuyết và Kinh Nghiệm*), 1974.

Vol. III - Dimensions of Buddhist Thought (*Tư Tưởng Phật Giáo*) 1976.

## THÍCH TRÍ CHƠN

*(Chánh Pháp sẽ lần lượt đăng trọn tác phẩm NHỮNG ĐÓNG GÓP TO LỚN CỦA CÁC HỌC GIÁ ANH QUỐC CHO NỀN PHẬT GIÁO ÂU MỸ trong những số kế tiếp. Thành kính tri ân Cố Hòa Thượng Thích Trí Chơn, và xin kính mời độc giả đón đọc)*

# BA ĐIỀU KHÔNG LÀM ĐƯỢC

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



Đức Thế Tôn không giống các vị giáo chủ khác ở chỗ giáo lý của ngài khai mở cho chúng sanh con đường đi đến chân lý. Ta đã bỏ con đường ấy mà lạc vào lối mê như thế nào thì phải dò theo lối ấy mà trở về. Phật không thể tu thế cho ta. Phật không thể ăn thế cho ta. Phật không thể uống thế cho ta, và ngài tuyên bố, có ba điều ngài làm không được (tam bất năng) ấy là:

**1. Bất năng độ tận hữu tình:** Loài hữu tình mê lấy vọng làm chân. Lấy hư làm thực. Phật chỉ trao phước thiện còn tu chứng thì mỗi cá nhân phải tự thực hiện lấy. Không thể đồng loạt Phật độ hết thầy loài hữu tình.

**2. Bất năng độ định nghiệp:** Chúng sanh mê muội, tạo nghiệp phải trả. Phật thuyết nhân duyên luân hồi nhân quả, nghiệp báo khai mở cho chúng sanh có được sự nhận thức đúng đắn để hành động sáng suốt, dứt trừ khổ cảnh gây nhân hạnh xuất thế cứu cánh giải thoát. Không ai

có thể hứng chịu kết quả các hành động do ta tạo ra, dù là chồng vợ, cha mẹ, anh em bằng hữu. Đó là nghĩa oán thân bình đẳng.

**3. Bất năng độ người vô duyên:** Phật là bậc y vương có thuốc thật hay. Chữa được vô lượng chứng bệnh từ thâm tâm của thập loại chúng sanh, nhưng kẻ bệnh không uống, bệnh không thể hết được.

Bởi vậy muốn được tự tại viễn ly khổ ách, tiêu trừ nghiệp chướng giải thoát tự tại phải:

1. Uống thuốc Phật bằng cách chí thành, quy y giữ giới y theo pháp Phật phụng hành.

2. Sám hối nghiệp chướng, phát triển hạnh lành,

giữ gìn thân tâm thanh tịnh.

3. Tinh Tấn tu học tâm phát nguyện lập thì đạo quả mới viên thành.

Mọi sự cát hung, buồn vui, sướng khổ đều do ta tạo không có đấng thần linh nào áp đặt.

Ta tự hành động mê si trôi buộc thế nào thì phải y pháp Phật tương ứng đối trị mà giải bỏ.

Ta mê, thì chính ta phải xa lìa bến mê mới có thể đến được bờ giác.

Phải gieo nhân tốt mới có quả lành. Do vậy phải y chỉ phụng hành lời Phật.

(Trích 52 Câu Chuyện Dưới Cờ—  
Thị Nguyên Nguyên Đình Khôi)





# VUA TRẦN NHÂN TÔNG VÀ TRÚC LÂM YÊN TỬ

(*Phật Pháp Thứ Năm* — tài liệu tu học của GDPTVN)

Năm 1299, vua Nhân Tông xuất gia tại chùa Hoa Yên núi Yên tử, lấy hiệu là Hương Vân Đầu Đà (sau này vua đổi hiệu là Trúc Lâm Đầu Đà). Vua được nhận là người truyền thừa chính thức của phái Yên Tử, thế hệ thứ sáu, tiếp nối vị tổ sư thứ năm là thiền sư Huệ Tuệ. Từ đó trở đi, phái Yên Tử trở thành nổi tiếng, thế lực lan rộng trong triều đình và giữa nhân gian. Một ông vua đã từng đánh bại cuộc xâm lăng của nhà Nguyên, một ông vua đã đem hòa bình và thịnh trị cho dân, một ông vua như thế khi đi xuất gia chắc chắn đã gây nên một tiếng vang lớn và khiến tất cả mọi người trong nước hướng nhìn về ngọn núi Yên Tử. Đạo Phật trở thành yếu tố tâm lý liên kết toàn dân lại trong một mục đích xây dựng và bảo vệ quốc gia. Nhân Tông và Anh Tông là những nhà chính trị giỏi, nhưng đồng thời cũng là những Phật tử thật sự. Nhà phê bình lịch sử có thể nói họ lợi dụng đạo Phật cho chính trị nhưng nhà phê bình văn hóa cũng có thể nói họ là những người Phật tử sùng đạo.

Phong trào Phật giáo nhập thế gọi là Trúc Lâm Yên Tử chỉ hưng thịnh cho đến khoảng giữa thế kỷ thứ mười bốn. Sau đó, phong trào yếu dần. Từ đây cho đến cuối thế kỷ thứ mười sáu, thiếu sự nâng đỡ của những ông vua Phật tử, đạo Phật rút lui về căn cứ của mình ở chùa trên núi và nơi thôn quê. Các chùa ở thủ đô Thăng Long thôi đóng vai trò quan trọng về chính trị.

Một thời gian sau ngày xuất gia, vua Nhân Tông đã đổi pháp hiệu là Trúc Lâm. Ta biết rằng vị tổ thứ hai của thiền phái Yên Tử, thiền sư Đạo Viên (hay Viên Chứng) ngày xưa đã được ban hiệu là Trúc Lâm quốc sư. Nhân Tông đã xuất gia và đã trở nên một vị cao tăng, tổ sư thứ sáu của phái Yên Tử và là tổ sư thứ nhất của phái Trúc Lâm: ta gọi vua bằng pháp hiệu Trúc Lâm của vua, trong khi không quên rằng Trúc Lâm quốc sư Đạo Viên là một vị tiền

bối của vua.

Trúc Lâm Đầu Đà tên tục là Trần Khâm, con của vua Trần Thánh Tông, sinh năm 1258, lên ngôi vua năm 20 tuổi, xuất gia năm 41 tuổi và tịch năm 1308 vào lúc 51 tuổi. Tác giả Đại Việt Sử Ký Toàn Thư viết:

"Vua được tinh anh của thánh nhân, đạo mạo thuần túy, nhan sắc như vàng, thể chất hoàn toàn, thần khí tươi sáng, hai cung đều cho là lạ, gọi là Kim Tiên Đông Tử; ở vai bên tả có nốt ruồi đen, cho nên có thể cang đáng được việc lớn: ở ngôi 14 năm, nhường ngôi 5 năm, xuất gia 8 năm, thọ 51 tuổi, băng ở am Ngọa Vân núi Yên Tử. Hòa nhã, cổ kết lòng dân, sự nghiệp phục hưng làm vẻ vang đời trước, thực là vua hiền của nhà Trần. Song vui lòng ở kinh Phật, tuy bảo là đến siêu thoát, nhưng không phải là đạo trung dung của thánh nhân." Sử thần Ngô Sĩ Liên còn nói: "Nhân Tông trên thờ Từ Cung tỏ rõ hiếu đạo, dưới dùng người hiền lập nên võ công, nếu không phải bậc nhân minh anh vũ thì sao được như thế? Duy có việc xuất gia là không hợp với đạo trung dung." Đó là những lời



phê bình về vua Nhân Tông của các sử thần theo Nho Giáo.

Hồi còn nhỏ tuổi, Trúc Lâm đã có ý không muốn làm vua, và muốn nhường địa vị đồng cung thái tử cho em. Sách Tam Tổ Thực Lục nói: "Một đêm vào giờ Tý, vua vượt thành mà đi, muốn đến núi Yên Tử. Đến chùa ở núi Đông Cứu thì trời sáng, liền vào ẩn nấp trong tháp. Vị tăng trụ trì thấy tướng mạo dị thường liền đem thức ăn khoản đãi. Hôm ấy thái hậu và vua Thánh Tông sai quần thần đi tìm tứ tán, bắt đấng vua phải về. Khi lên ngôi, tuy ngồi trên chín bệ vinh quang nhưng sinh hoạt rất thanh tịnh. Một hôm ngủ trưa tại chùa Tu Phúc trong đại nội, vua mộng thấy trên rốn mình nở ra một hoa sen lớn như bánh xe, trên đó có đức Phật vàng. Bên cạnh, có người chỉ vào vua mà hỏi: biết đức Phật này không? Đó là đức

Biển Chiêu Tôn đấy! Vua tinh thức, đem giấc mộng nói lại cho Thánh Tông nghe, ai cũng lấy làm lạ. Từ đó thường ăn chay tránh thịt cá, long nhan gãy mòn. Thánh Tông thấy thế lấy làm lạ, hỏi. Điều Ngự (tức Nhân Tông) cứ thực trình bày. Thánh Tông khóc nói: Ta đã già, trông cậy vào một mình ngươi, nếu ngươi như thế thì làm sao nổi được thịnh nghiệp của tổ tông? Điều Ngự cũng khóc. Điều Ngự thánh tính thông minh, hiểu học, nhiều tài, đọc khắp các loại sách, thông suốt cả nội điển (Phật học) lẫn ngoại điển, thường mời các vị thiền khách tới cùng giảng cứu Thiền học. Điều Ngự cũng tìm tới tham khảo với Tuệ Trung thượng sĩ, và do đó thâm nhập được cốt tủy của Thiền học, cho nên thường lấy tư cách đệ tử để đối đãi với Tuệ Trung."

Đã đành Trúc Lâm thờ Tuệ Trung làm thầy, nhưng khi xuất gia thọ 250 giới của một vị tỷ kheo thì Tuệ Trung vốn là cư sĩ, không thể truyền giới cho vua được. Ai là hòa thượng trao truyền giới pháp cho Trúc Lâm, và vua thọ giới ở đâu? Hẳn người làm Hòa thượng đầu đàn truyền giới là thiền sư Huệ Tuệ, lúc ấy đang lãnh đạo sơn môn Yên Tử, tổ sư thứ năm của thiền phái. Và lễ thọ giới xuất gia của Trúc Lâm chắc chắn được tổ chức trên núi Yên Tử.

Trúc Lâm tuy học với Tuệ Trung nhưng khác với Tuệ Trung ở chỗ vua rất chú trọng về mặt hình tướng của sự việc. Trúc Lâm xứng đáng là vị sáng tổ của một môn phái, người lãnh đạo của một giáo hội. Vua có ý định xuất gia rất sớm nhưng ý định này chỉ được thực hiện vào năm 1299.

*(Tài liệu học tập của GDPTVN, Bậc Trung Thiện)*



## NIỆM NIỆM TÂM TA

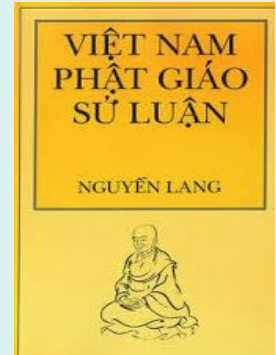
*Mưu sinh ở tận chân trời  
 Ruội rong ngày tháng xứ người mái mè  
 Nhớ thương cô quận chưa về  
 Biết rằng cha đã phát phơ mái đầu  
 Mắt đà nhuộm sắc bẻ dâu  
 Chứa chan tâm sự buồn đau kiếp người  
 Trăm năm một cuộc khóc cười  
 Tuổi già bóng xế nói lời thiết tha  
 Mẹ như nắng ngã chiều tà  
 Xác thân từ đại cũng đà suy hao  
 Mẹ ơi một giọt máu đào  
 Công ơn này biết kiếp nào trả xong  
 Nhớ thương canh cánh bên lòng  
 Chỉ e bất chợt của dòng tử sanh  
 Đây ơn dưỡng dục sinh thành  
 Đây duyên hội ngộ đã đành mẹ cha  
 Mình sum họp lại một nhà  
 Rồi ra cách biệt, rồi xa nghìn trùng  
 Lòng thương cha mẹ vô cùng  
 Nhơn duyên trắc trở chẳng chung một bề  
 Xa xôi cách trở đi về  
 Mà tâm son sắt chưa hề nhạt phai  
 Dâng hương lễ trước Phật đài  
 Từ bi gia hộ gồm hai thâm tình  
 Sắc-không lời thật Tâm Kinh  
 Độ qua bên giác chúng sinh sa-bà  
 Phật Đà niệm niệm tâm ta  
 Vượt qua kiếp số hàng sa vi trần  
 Mỗi chiều lại nhớ song thân  
 Nghìn trùng xa cách vẫn gần trong tim.*

*thơ* ĐỒNG THIÊN  
 Georgia, 2017

# THIỀN SƯ HƯƠNG HẢI

(Chương XXI, VIỆT NAM PHẬT GIÁO SỬ LUẬN, TẬP II)

Nguyễn Lang



(Tiếp theo số trước)

## TƯ TƯỞNG THIỀN CỦA HƯƠNG HẢI

Những thi kệ và thiền ngữ được ghi chép trong sách *Kiến Văn Tiểu Lục* chứng tỏ vào giai đoạn từ 56 tuổi trở về sau, kiến thức và sự tu chứng của thiền sư Hương Hải đã đi tới một trình độ khá sâu sắc. Tuy nhiên ta phải cẩn thận khi xem xét những thi kệ và thiền ngữ này. Ít nhất là hai bài thơ đã chép trong *Kiến Văn Tiểu Lục* không phải là của Hương Hải. Tác giả bài:

*Khô mộc nham tiền sai lộ đa  
Hành niên đẩu thử tận sa đà  
Lộ yên lập tuyết phi đồng sắc  
Minh nguyệt lộ hoa bất tự tha  
Liều liễu liễu thời vô sở liễu  
Huyền huyền huyền xứ diệc tu đa  
Ân căn vị xứng huyền trung khúc  
Không lý thêm quan yết đặc ma?*

không phải là Hương Hải mà là thiền sư Trung Hoa Thanh Nguyên Hành Tự (660-740). Đó là một trong mười bài Thập Huyền Luận, gọi là *Chính vị Tiên*. Còn bài

*Cô viên khiếu lạc thiên nham nguyệt  
Đã khách ngâm tàn ngũ dạ đăng  
Thử cảnh thử thời thủy hội đặc?  
Bạch vân thâm xứ tọa thiền tăng!*

là của thiền sư Vĩnh Minh Diên Thọ (904-975) cũng người Trung Hoa, làm trong thời gian ở núi Tuyết Đậu. Lại còn hai bài thơ khác cũng thấy chép trong sách *Kế Đăng Lục* vốn được trước tác trước *Kiến Văn Tiểu Lục* mấy chục năm. Bài thứ nhất được Như Sơn đưa vào, cho là bài kệ truyền pháp của Minh Lương trao cho Chân Nguyên:

*Mỹ ngọc tàng ngoan thạch  
Liên hoa xuất ư nê  
Tu tri sinh tử xứ  
Ngộ thị tức Bồ đề*

Bài thứ hai cũng nước Như Sơn đưa vào *Kế Đăng Lục*, cho là bài kệ truyền pháp của Chuyết Chuyết trao cho Minh Lương:

*Sầu trúc trường tùng trích thủy hương  
Lưu phong sơ nguyệt độ vi lương  
Bật tri thủy trụ hư danh tự  
Mỗi nhật chung thanh tổng tịch dương (69)*

Tuy *Kế Đăng Lục* ra đời trước *Kiến Văn Tiểu Lục*, ta cũng nên nêu nghi vấn ở đây, bởi vì giá trị sử học của *Kế Đăng Lục*, như ta đã biết, không được bảo đảm cho lắm.

Thiền sư Hương Hải ít ưa lý luận về triết học. Ông chuyên hết tâm ý vào việc thiền quán và vào những phương pháp điều tâm ý vào việc thiền quán và vào những phương pháp điều tâm, quán tâm, giải thoát cho tâm. Căn bản của những phương pháp của ông là những nhận thức về liên hệ giữa Phật và chúng sinh, giữa tâm và cảnh, mê và ngộ, thiện và ác.

Liên hệ giữa Phật và chúng sinh

Phật và chúng sinh cùng có chung một thể tính, giác ngộ thì chứng nhập được thể tính ấy. Nếu Phật để bỏ chúng sinh thì không bao giờ có thể đạt đạo. Ông nói: "Khi mặt trời lên chiếu sáng thiên hạ, thì hư không không vì đó mà sáng; khi mặt trời lặn, bóng tối bao trùm khắp thiên hạ thì hư không không vì đó mà tối. Sự sáng và sự tối tranh cướp lẫn nhau, còn hư không thì vẫn lặng lẽ tự nó là nó. Tâm Phật và chúng sinh cũng vậy. Nếu quan niệm Phật là thanh tịnh quang minh, quan niệm chúng sinh là dơ bẩn mờ tối, thì có tu qua nhiều kiếp như cát sông Hằng cũng không đạt được giác ngộ".

## Liên hệ giữa mê và ngộ

Nhận thức về Phật và chúng sinh đưa đến nhận thức sau đây về mê và ngộ cùng có chung thể tính. Ông nói: "Mê và ngộ dựa vào nhau. Chân và vọng vì đối đãi với nhau mà có. Nếu tìm chân mà bỏ vọng thì không khác gì người sợ bóng theo hình mà cứ chạy ở ngoài nắng. Nếu biết rõ vọng là chân thì cũng như đi vào nơi rợp, tự khắc bóng biến mất".

## Liên hệ giữa tâm và cảnh

Tâm và cảnh cũng cùng chung một thể tính. Đối tượng của nhận thức và chủ thể của nhận thức nương nhau mà hiện hữu. Khi ta đang thấy một cái hoa chẳng hạn, thì nhờ đối tượng là cái hoa mà ta biết rằng chủ thể (cái thấy) cũng đang hiện hữu:

*Thấy vật liền thấy tâm  
Không vật tâm không hiện.  
(Kiến vật tiện kiến tâm  
Vô vật tâm bất hiện)*

Bởi thế cho nên thượng sách là trở về chân tâm, vốn là cơ bản của cả tâm lẫn cảnh:

**Thấy** theo sắc mà hết  
**Nghe** theo tiếng mà bay

Trở về là thượng sách  
Hôm qua và sáng nay  
(Nhân quang tùy sắc tận

Nhĩ thức trực thanh tiêu  
Hoàn nguyên đương biệt chỉ  
Tạc nhật dữ kim triêu)

Liên hệ giữa thiện và ác:

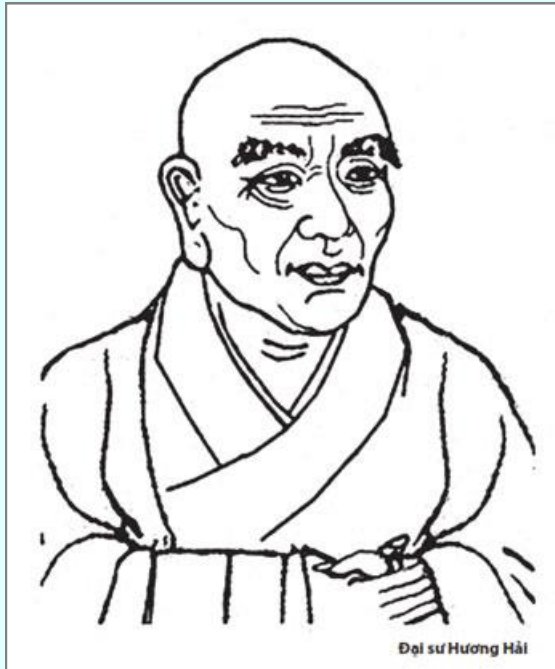
Thiện tử tâm sinh ra  
Ác cũng từ tâm khởi  
Thiện ác vốn không thực

Chỉ có nơi tâm ta  
Bỏ ác, đem vứt đâu?  
Chứa thiện cất nơi nào?  
(Thiện ký tông tâm sinh  
Ác khởi ly tâm hữu?  
Thiện ác thị ngã duyên  
Ư tâm thực bất hữu  
Xả ác tông hà khứ?  
Thủ thiện, kim thù thủ)

Trên căn bản những nhận thức trên, Hương Hải đề nghị phương pháp sau đây:

**1. Không chạy trốn sự vật.** Đối tượng của giác quan như âm thanh, hình sắc, hương vị v.v... sở dĩ áp đảo được tâm ta vì tâm ta chưa quán sát và thấu đạt được bản chất của tâm cũng như của những đối tượng ấy, Cầu sự an tâm bằng cách chạy trốn sự vật tức là thú nhận sự bất lực của mình. Bản chất của tâm cũng như của sự vật là chân tâm – nghĩa là thực tại không sinh diệt, mà vẫn học Bát nhã gọi là *không*. Nếu tâm đã trở về chân tâm thì cảnh cũng trở về chân cảnh: không cần có sự chạy trốn mà giải thoát trở thành hiện thực. Hương Hải viết: “Phàm người ta phần nhiều vì *sự* cho nên làm ngăn chặn *lý*, vì *cảnh* mà ngăn chặn *tâm*, muốn trốn chạy cảnh để tìm sự an tâm, quên sự giữ lý, mà không biết rằng chính tâm của họ ngăn chặn cảnh, lý của họ ngăn cản sự. Nếu họ biết làm cho tâm không thì tự nhiên cảnh cũng không, làm cho lý lặng thì tự nhiên sự cũng lặng, cảnh không còn khống chế được tự tâm nữa”. Để nêu rõ nguyên tắc *không chạy sự vật* và không bỏ phạm theo thánh, không bỏ mê theo ngộ, thiền sư Hương Hải đã viết bài thơ sau đây:

Thân vọng tới gương soi bóng  
Bóng với thân vọng giống nhau  
Chỉ muốn giữ thân bỏ bóng  
Vọng thân vốn có thực đâu  
Thân kia với bóng đồng nhất  
Một không một có được nào?



Đại sư Hương Hải

Kẻ muốn giữ một bỏ một  
Cách xa sự thật biết bao!  
Người nào ưa thánh ghét phạm

Sẽ mãi sinh tử phiền não  
Phiền não vì tâm mà có  
Vô tâm phiền não ở đâu?  
Hề đừng phân biệt chấp tướng  
Đương nhiên chứng được đạo màu

(Vọng thân lâm kính chiếu ảnh

Ảnh dữ vọng thân bất thù  
Đãn dục khứ ảnh lưu vọng  
Bất tri thân tự bổn hư  
Thân bổn dữ ảnh bất dị  
Bất đắc nhất hữu nhất vô  
Nhược dục tôn nhất xả nhất  
Vĩnh dữ chân lý tương sơ  
Cánh nhược ái thánh tăng phạm

Sinh tử hải lý trầm phù  
Phiền não nhân tâm cố hữu

Vô tâm phiền não hà cư?  
Bất lao phân biệt thủ tướng  
Tự nhiên đắc đạo tu du).

“Vô tâm phiền não hà cư”! Nếu giữ được trạng thái “vô tâm” thì phiền não không còn chỗ để nương tựa. “Vô tâm”, theo Hương Hải là bí quyết của sự giác ngộ.

**2. Giới luật cao nhất là sự vô tâm.** Giới luật không phải là sự cấm đoán không cho con người tiếp xúc với sự vật. Nếu giới luật chỉ là sự cấm đoán ấy thì đó chưa phải là phương thuốc căn bản mà có là một sự trốn chạy. Giới luật cao nhất là sự quan sát thường trực để có thể ở trong thanh sắc mà thanh sắc vẫn phải phục tùng theo mình: “Biết rằng khi mê thì người theo cảnh, cảnh thiên sai vạn biệt và người thì không phải là đồng nhất với mình; khi ngộ thì cảnh đi theo người, người đã nhất trí dung hóa được vạn cảnh”. Ông lại nói:

“Giới luật của tự tính là giữ thái độ vô tâm đối với vạn pháp

Trí tuệ của tự tính là giữ thái độ vô ngại đối với vạn pháp,

{Tâm ta vững chãi} không thêm không bớt, như kim cương,

{Tâm ta tuy có} đi tới đi lui, cũng vẫn an trú trong định”.

(Nhất thiết vô tâm tự tính giới

Nhất thiết vô ngại tự tính tuệ

Bất tăng bất giảm tự kim cương

Thân khứ thân lai bản tam muội)

**3. Thành Phật ngay trong giờ phút này.**

“Vô tâm” không phải là sự hồ hững thiếu chú ý. Vô tâm là cái thấy sáng suốt, không mắc kẹt bởi tư kiến và tư dục, không kỳ thị phân biệt; cái thấy không còn bị khuynh hướng nhị nguyên điều khiển. Đối với cái thấy ấy thì không còn có sự phân biệt chủ thể và đối tượng, tâm và cảnh, mê và ngộ, có và không.



Mở mắt mà nhìn thực tại với cái tâm “vô tâm” ấy thì giây phút nào cũng là giây phút giác ngộ nơi nào cũng là Phật. Khi sự phân biệt chủ thể đối tượng đã chấm dứt, và chính ý niệm chấm dứt ấy cũng chấm dứt nữa, thì trí tuệ có mặt; tâm niệm nào cũng là Phật, không có tâm niệm nào không phải là Phật, ở đâu cũng thành đạo, không có cõi nào mà không là cõi Phật” Muốn thực hiện được trí tuệ Bất nhị kia, phương pháp hữu hiệu nhất là sống cuộc sống hàng ngày với sự thức tỉnh:

“Trong đời sống hàng ngày không có gì không phải là đạo, hễ tâm an thì đó là thiền”

**(Nhật dụng vô phi đạo  
Tâm an tức thị thiền)**

Thì ra phương pháp của Hương Hải đề nghị không có gì là rắc rối khó hiểu. Hồi ông được vua Lê Dụ Tông mời vào cung, vua hỏi ông: “Trẫm nghe lão sư học rộng nhớ nhiều, xin thuyết cho trẫm được giác ngộ rành rõ”. Ông không thuyết pháp dài dòng, chỉ xin vua nhớ cho một bài kệ. Bài kệ này có thể tóm tắt được phương pháp của Hương Hải:

**Mỗi giây phút trở về nghe ngóng tâm ta  
Quan sát và tư duy cho cận kề  
Không cần đi tìm tri thức trong mộng  
Sau này sẽ thấy mặt Phật trên mặt mình**

**(Phản văn tự kỳ mỗi thường quan  
Thẩm sát tư duy tử tế khan  
Mạc giáo mộng trung tâm trí thức  
Tương lai diện thượng đồ sư nhan)**

Mục đích của sự tu học là giải thoát. Đức Quan Thế Âm nhờ quan sát ngoại giới, soi thấu bản chất của ngũ uẩn mà đạt được tự do, cho nên được gọi là Quán Tự tại.

Hương Hải hướng khích lệ các đệ tử thực hành theo bài kệ sau đây mà ông rất ưa nhắc lại:

*Hãy tự do trong sự thấy, nghe, hay, biết;  
Trong khi tiếp xúc với sắc, thanh, hương,  
vị, xúc,*

*Hãy an trú nơi chính niệm  
Như chim trên trời chỉ tự bay  
Không lấy, không bỏ, không ưa, không  
ghét,*

*Nên giữ thái độ vô tâm trong mọi trường  
hợp*

*Thì mới có thể gọi là Quán Tự Tại.*

“Vô tâm” là danh từ và phương châm rất đặc ý của Hương Hải. Hình ảnh đẹp nhất về vô tâm là hình ảnh mà ông đã trình bày cho vua Dụ Tông nghe, khi nhà vua hỏi về thâm ý của đạo Phật:

*Nhạn bay ngang trời  
Bóng chim đẫm lạnh  
Nhạn không có ý để lại dấu tích  
Nước không có ý lưu bóng hình  
(Nhạn quá trường không  
Ảnh trầm hàn thủy  
Nhạn vô di tích chi ý  
Thủy vô lưu ảnh chi tâm)*

## THƠ NÔM CỦA HƯƠNG HẢI

Để có ý niệm về thơ Nôm của Hương Hải, ta hãy đọc một đoạn trong *Sự Lý Dung Thông*:

*Những thánh hiền nguồn nhân biển quả  
Xưa tu hành trí đã rộng cao  
Trong nơi ba cõi ra vào  
Mười phương tri thức ai vào khá nghi  
Nguyện in thanh hải tịnh trì  
Thêm lan bóng trúc hề tri viên ngàn  
Phên dày nước chảy khôn ngăn  
Mây ruổi ngoài trần há động non cao  
Sự nài bao hang sâu tiếng dội  
Đèn hãy dùng chớ nổi chớ trắng  
Đường lên diệu lộ cao thẳng  
Giải, Hành hai chữ há rằng làm sai.  
Tạng Như Lai (70) lầu lầu thanh tịnh  
Năm hương lòng(71) hăng kính hăng tin  
Đòi phen giải thoát tự nhiên  
Dung như chân trí, gương thiền rắng châu  
Lộc dương theo dấu hay đầu.  
Nê ngư vào biển rộng sâu khôn tìm (72)  
Bao nhiêu chim bay về lạc tổ  
May che ngoài ngõ ở hang xưa...(73)  
{...}  
Đạo viên minh ngại chi chân tục  
Miễn lòng rồi(74) tri túc thời nên  
Năm mươi lăm phẩm dưới trên  
Luyện Tam Muội hỏa chí bền Kim Cương  
Nhân thiên mấy đấng phóng quang  
Tam hiền thập thánh một đàng cao siêu  
Cày mây, cuộc nguyệt đã nhiều  
Chứng vô thượng sĩ (75) danh tiêu mới  
nồng....*

Học sinh Hương Hải thường được gọi là *Tổ Cầu*. Đạo tràng của ông sáng lập và chủ trì cuối thế kỷ thứ mười bảy và đầu thế kỷ thứ mười tám đã trở thành một tùng lâm lớn, một thiền phái lớn mà pháp đăng còn truyền lại mãi cho tới ngày nay.

(65) Theo *Kiến Văn Tiểu Lục*. Theo Thích Trí Hiểu, thì số tác phẩm của Hương Hải là hai mươi cuốn (*Đức Tuệ*, số 7, ra ngày 21.1.1936, Hà Nội).

(66) Bài thơ do Thiền sư Thích Trí Hiểu, trú trì chùa Xích Đăng Nguyệt Đường cho đăng trong *Đức Tuệ* số 7, ra ngày 21.1.1936, Hà Nội).

(67) *Chá Cô Khúc* là một điệu hát vui giọng Nam ở Cổ Nhạc Phủ, khiến người miền Nam ở đất khách mỗi khi nghĩ lòng nhớ nhà. Thơ Hoàng Dĩnh Kiên có câu:

Trong nhà có khách Giang Nam viếng  
Đừng hát Chá Cô theo gió xuân.

(Tọa thượng nhược hữu Giang Nam Khách  
Mạc hưởng xuân phong xứng Chá cô)

(68) Thích Trí Hiểu có cho in trong tập san *Đức Tuệ* số 7, ra ngày 21.1.1936, hai bài thơ của Hương Hải, một bài ngâm vịnh cảnh xuân, một bài đề tặng quan trấn thủ Sơn Tây.

Sau đây là hai bài ấy, không thấy chép trong *Kiến Văn Tiểu Lục*:

1. Tam dương khai thái chuyển hồng quân  
Cửu thập thiểu quang sắc sắc tân  
Đạ tính thanh phong chiêu ngọc lộ  
Nhật tình thụ khí ái tử vân  
Sơn cao lâm thụ hy kỳ mỹ  
Bình địa viên hoa phúc úc huân  
Xứ xứ nghênh trường ca vạn thọ  
Nhân nhân hòa mục vĩnh thiên xuân.

2. Hướng minh quy mệnh sự quân vương  
Yết kiến tôn công khánh thọ đường  
Tài dụng kinh luân kim đức hạnh  
Ân thi lễ nghĩa quý văn chương  
Ngoại trừ đạo tặc bình dân ái  
Nội dưỡng chính liêm sĩ tốt cường.  
Quyền trấn Nam giao danh tứ hải.  
Khuông phủ quốc chính lạc quần phương.

(69) Trong *Kể Đăng Lục* câu đầu là: "Sầu trúc trường tùng trích thúy hương", câu ba là: "Bất tri thùy trú Nguyễn Tây tự".

(70) *Như Lai Tạng* là nền tảng mầu nhiệm của mọi hiện hữu.

(71) Năm thứ tâm hương để cúng đường Phật: giới, định, tuệ, giải thoát, giải thoát tri kiến.

(72) *Nê ngư*: Trâu làm bằng đất bùn. Trâu đất bùn đi vào biển không để lại dấu vết.

(73) Nhắc câu "niêm" dau dây của Trần Thái Tông:

Một đám bạch vân qua trước động  
Bao nhiêu chim chóc lẫn đường về  
(Nhất phiến bạch vân hoành cốc khẩu  
Ký đa quy điều tận mê sào)

(74) Lòng rồi tức là lòng rồi, sự thành thời không bị bó buộc của tâm hồn.

(75) Danh hiệu của Phật

(còn tiếp)



BÀI XUỐNG:

### CẢNH MAI TRONG HOÀI TƯỢNG

Một khối sầu tư môi dậm dài  
Xuân về hoài cảm những ai ai  
Cảnh Mai mùa cũ trong hoài tưởng  
Hương Cúc thu nào thoảng gió mai  
Mây trắng băng khuâng... lòng khách lữ  
Bóng chiều bóng láng... bóng chiều phai  
Về đâu! Ai hỏi trắng đầu núi!  
Lắng khúc ca dao, Đạp dấu hài.

TUỆ NGÀ

(Thành phố Hoa Hồng  
Mùa Xuân Mậu Tuất 2018)

BÀI HOA:

### TIẾNG CHUÔNG THƯƠNG NHỚ

Văng vẳng hồng chung tiếng vọng dài  
Hương Xuân khơi kỷ niệm lòng ai  
Niềm thương chùa cũ wòm nhang khói  
Nỗi nhớ vườn xưa rợp sắc mai  
Tiếng kệ tu Tâm còn mãi vọng  
Giòng kinh dưỡng Tánh cũng chưa phai  
Cúi đầu đánh lễ tôn thờ Phật  
Mong bụi trần gian sạch gót hài.

TÂM MINH NGÔ TẶNG GIAO

(Họa nguyên vận  
Virginia, Mậu Tuất 2018)

# LIỄU NGỘ KIẾP NHÂN SINH

*Thích Viên Thành*

*(Năm trong loạt bài chào mừng năm mới 2018 - Mậu Tuất,  
Viết về Đời Người và Định Hướng cho Tương Lai)*

*Cuộc đời như một dòng sông  
Người như ghe nước xuôi dòng mà trôi  
Bơi lội tuy nhọc ại ơi!  
Lên bờ thoát khổ thành thơ an lành.*

Khi ta sinh ra, cùng cộng nghiệp để có mặt trên cõi đời, là một "thành viên" trên hành tinh này, từ đó Liên Hiệp Quốc, chính phủ sở tại và cha mẹ, có bốn phận lo nuôi dưỡng, bảo vệ ta, không những từ thuở lọt lòng, mà từ lúc nằm trong thai mẹ, cho đến khi trưởng thành, nghĩa là ta đang thọ nhận, cũng là đang "vay, mướn" mấy chục năm trời."

Buồng trôi theo dòng đời thì quá dễ, nhưng sẽ chìm vào biển khổ. Bơi lội vào bờ tuy nhọc, nhưng sẽ không bị lụy đắm và hy vọng có khả năng lên bờ, trả được nợ. Vậy chúng ta phải cố gắng bơi lội và có trách nhiệm lo "trả nợ" bằng cách: học tập, luyện rèn cho giỏi, để phụng sự cho đời, đem an vui lợi ích đến cho mọi người. Đó là điều nhớ ơn và đền ơn một cách cao đẹp. Nếu không, sẽ "vay nợ" rất nhiều, rồi phải làm 'đầy tớ' hoặc nặng kiếp 'mang lông đội sừng' để gian lao cực khổ trả nợ đời.

Ai ai sinh ra, cũng lớn lên, rồi già, bệnh và phải chết, đó là định luật từ ngàn xưa, không ai tránh khỏi. Nếu không giác ngộ, để lo thoát khỏi, thì sẽ mãi mãi bị sanh tử, lộn tới lộn lui trong sáu cõi (trời, người, atula, địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh), chứ không mất đi đâu cả.

Cũng giống như một cái cây ta trồng, khi lớn lên sẽ cho lá, lá già rụng xuống làm phân, nuôi cây lớn lên, rồi ra hoa, kết trái, rụng xuống ươm mầm cho một cây khác

sinh ra và lớn lên, rồi cứ như vậy, tiếp diễn mãi. Nước cũng giống như vậy, sẽ bốc hơi gặp lạnh thành mưa, rơi xuống, nơi ao, hồ, sông, suối, chảy ra biển cả, rồi bốc hơi, tiếp tục vòng tròn luân chuyển, chứ không mất đi đâu.

Kiếp người cũng như cây và nước vậy, thân xác này vay mượn của "tứ đại" rồi cũng trả về với "đất, nước, gió, lửa", phần tinh thần, tùy theo nghiệp mà thọ sanh, trong sáu nẻo luân hồi. Có những người được sinh ở những nơi cao đẹp, thanh thoát, hữu ích cho đời, để mọi người tôn kính, mến thương. Trong khi đó cũng có những người sinh ra ở những nơi tối tăm, ô uế, khổ đau, để mọi người sợ sệt, xa lánh, ghét, khinh, hay phải đọa đày vào chốn đói, khổ, u mê.

Khi ta sinh ra được ở những nơi cao sang quyền quý, hay nơi thanh cao đẹp đẽ, gặp được

nhiều may mắn, biết rằng chúng ta "có phước", đã tạo phước đức trong nhiều đời nhiều kiếp, bền nếu sanh ra trong cảnh nghèo hèn, khổ khổ, ốm đau bệnh hoạn, gặp toàn những chuyện xui xẻo, khổ đau... biết rằng chúng ta "vô phước", đã tạo nghiệp ác quá nhiều. Chỉ có tu hành, mới có khả năng bảo toàn được phước báu và chuyển hóa được nghiệp dĩ đã gieo tạo của mình.

Đã sinh ra làm kiếp người, cũng giống như chiếc thuyền trôi theo dòng, nếu 'có phước' cập được vào 'bến trong' hưởng được sự an lành, tốt đẹp, còn 'vô phước' thì phải bị đưa đẩy vào bến 'đục', để chịu nhiều lận đận, gian truân, khổ lụy, nhưng cuối cùng rồi cũng đổ ra biển khổ mênh mông. Nếu ta biết tu, tức là biết nỗ lực lợi



bơi vào bờ, thì sẽ có ngày vào đến bến, lên được bờ, khỏi bị chìm đắm trong khổ đau, vừa ý nghĩa có được an vui và giải thoát cuộc đời.

Nên đã có thơ rằng:

*"Một kiếp không tu muôn kiếp khổ,  
Một đời không ngộ vạn đời sầu,  
Tất bật hơn thua rồi cũng bỏ,  
Thong dong tự tại sống vì nhau."*

Trải nghiệm qua cuộc sống của một kiếp người, ta sẽ thấy rõ, không có gì trường tồn, vĩnh cửu với thời gian. Tất cả đều do duyên sinh, chúng ta sống được, cũng nhờ ở sự vay mượn không khí của đất trời và sự tương giao, hỗ trợ của nhiều người trong xã hội, chứ một mình ta cũng khó mà sống nổi. Khi chết rồi cũng đều trả về cho cát bụi, không có gì là thật và còn mãi cả! Như vậy thân này cũng là giả tạm mà thôi. Khi ta biết là vàng giả, tin tưởng rằng ta sẽ không bao giờ ham muốn cả.

Khi thấy cuộc đời là đau khổ, là vô thường, thân này là vay mượn, nếu là "người có trí" thì chắc chắn chúng ta ai ai cũng sẽ không bao giờ ưa thích, cũng như muốn sống ở trần gian và luyến tiếc thân này làm chi, mà luôn mong muốn tìm đường giải thoát, để tránh khỏi những đau thương lụy phiền của nhân thế.

Nếu không biết tu tập, tạo phước, tìm đường thoát khổ, thì sẽ lặn hụp mãi trong biển trần, gây tạo nghiệp, sở hữu những thứ vô thường, biến đổi, chết rồi bỏ lại cho đời, hoặc thành chớ giữ của, lại phải mang theo những tội lỗi, để chịu khổ nơi ba đường ác (địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh). Cho nên chúng ta phải lọ nường theo ánh sáng của Phật Pháp nỗ lực tu hành, để tìm đường thoát ra khỏi chốn bụi trần, là người liễu ngộ và cao đẹp nhất.

*Kiếp nhân sinh còn luân hồi sanh tử  
Thực tu hành mới khỏi lấm bụi trần  
Hy vọng rằng đền đáp được tứ ân  
Cùng giác ngộ tiến lên đường giải thoát.*

Chùa Pháp Hoa – Nam Úc, những ngày đầu năm 2018

**Thích Viên Thành**



## THÁNG HAI HỘI GIỮA MÙA XUÂN

*Hoa trắng điểm tuyết ngoài đồng  
Giữa mùa xuân  
Em tung tăng má đỏ môi hồng  
Rộn ràng bướm ong  
Người say trong cuộc lữ  
Gỗ bôn ca Trang Tử  
Thế thái nhân tình một cuộc tử sinh  
Mộng hồ điệp hoá hiện vẫn định ninh  
Ừ, thì mình mê mãi  
Lên theo vết hài  
Bất tận mùa xuân ơi!  
Trời tháng hai hoa lá xanh tươi  
Lòng thiết tha hoan hỷ tạ ơn đời  
Mình đến nơi này rồi mình sẽ sớm đi thôi  
Và mùa xuân thì mãi mãi  
Tháng hai về khai hội  
Tiếng hò reo trong cuộc cờ người  
Em vẫn là em tâm thanh tịnh tuyệt vời  
Dù thắng thua giữa cuộc chơi năm tháng  
Em nghe chẳng lời thì thâm đông vọng  
Một mùa xuân cố quận tự phương đông  
Và sáng hôm nay mặc chiếc áo dài hồng  
Tha thướt cùng ai trẩy hội  
Hồn dân tộc bừng lên trong mùa xuân nắng ấm  
Miếu đền thiêng âm hưởng tổ tiên  
Mình hôm nay vẫn giữ môi giềng  
Mạch huyết thống lưu truyền hậu thế  
Hội giữa mùa xuân  
Mình băng khuâng  
Thương nhớ nước non mình.*

*thơ* **DU TÂM LĂNG TỬ**  
Át lăng thành, đầu xuân mới 2018

# AN NHIÊN GIỮA BUỒN VUI

Quảng Tánh

Ai cũng mong trong cuộc sống có rất nhiều niềm vui và thật ít nỗi buồn. Đây là mong ước chính đáng đồng thời cũng là hạnh phúc trong cõi trần vốn dĩ có nhiều điều không được như ý. Nên khi chúc tụng nhau người ta mong gặt hái được nhiều niềm vui.

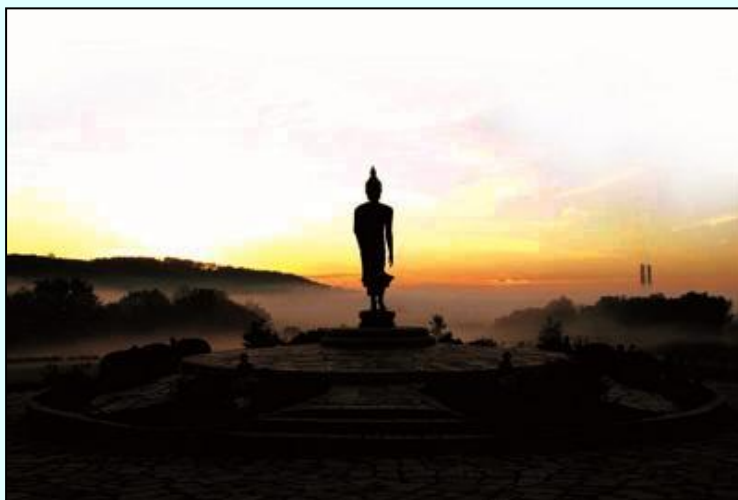
Dĩ nhiên không ai muốn buồn cả, còn vui thì quá tốt, phước báo nhiều mới có các cuộc vui. Những ai đang thiết lập và đang tận hưởng niềm vui trong đời sống của mình, nếu tinh ý một chút sẽ nhận ra rằng cái vui kia cũng có năm bảy đường.

Có cái vui nhờ được mà có, được lợi danh và thỏa mãn năm dục, được mà đúng như ý thì càng vui hơn. Có cái vui nhờ đoàn tụ tiệc tùng, họp mặt đông đủ người thân mà có. Đây là những cái vui đến từ bên ngoài, có thật đấy nhưng mong manh, dễ vỡ. Được thì vui nhưng rồi liền lo, lo gìn giữ, lo mất mát. Đoàn tụ thì vui nhưng rồi chợt hụt hẫng khi tiệc tàn, bơ vơ trống vắng khi chia tay nhau ai về nhà nấy.

Hiếm hoi lắm mới có và cảm nhận được những niềm vui đến từ bên trong. Lòng vui mà không do được lợi hay danh, cũng không do hội tụ ồn ào. Vui nhờ thân khỏe, tâm an; vui trong an lành, nội tâm tịch tịnh vắng lặng của chính mình. Niềm vui này người ngoài khó biết, gọi là an nhiên, vượt lên buồn vui của thế thường.

Buồn thì thân đau tâm khổ, còn vui mà phần chấn quá thì thân tâm cũng vọng động không an. Thành ra, khi buồn nhiều vui ít chúng ta hãy cố kiến tạo niềm vui. Khi đã có kha khá niềm vui rồi thì cần nâng tâm an vui thêm nữa là thiết lập an nhiên.

"Một thời, Phật ở tại tháp Ưu-la-đề-na của họ Thích. Bấy giờ Thế Tôn mới cạo râu tóc. Vào cuối đêm, Ngài ngồi kiết-già, thân ngay, ý



chánh, cột niệ  
ở trước mặt, lấy y  
trùm lên đầu. Bấy  
giờ bên tháp Ưu-la-  
đề-na có Thiên  
thần cư ngụ, phóng  
ánh sáng từ thân,  
chiếu khắp tinh  
xá, bạch Phật rằng:

- Sa-môn lo buồn  
phải không?

Phật bảo Thiên  
thần:

- Ta mất gì đâu?

Thiên thần lại hỏi:

- Sa-môn hoan  
hỷ phải không?

Phật bảo Thiên  
thần:

- Ta được gì đâu?

Thiên thần lại hỏi:

- Sa-môn không lo buồn, không hoan  
hỷ phải không?

Phật bảo Thiên thần:

- Đúng vậy! Đúng vậy!

Bấy giờ Thiên thần nói kệ:

- Vì lìa các phiền não

Vì chẳng có vui mừng

Làm sao sống một mình

Không bị buồn phá hoại?

Thế Tôn nói kệ đáp:

- Giải thoát không ưu não

Cũng không có hoan hỷ

Buồn không thể phá hoại

Nên Ta sống một mình.

Thiên thần này lại nói kệ:

- Làm sao không ưu não

Làm sao không hoan hỷ

Làm sao ngồi một mình

Không bị buồn phá hoại?

Thế Tôn nói kệ đáp:

- Phiền não sanh hoan hỷ

Hoan hỷ sanh phiền não

Không nào cũng không hỷ

Thiên thần nên gìn giữ.

Thiên thần lại nói kệ:

- Lành thay! Không phiền não

Lành thay! Không hoan hỷ

Lành thay! Sống một mình

Không bị buồn phá hoại?

Lâu thầy Bà-la-môn  
Chóng đắc Bát-niết-bàn  
Mọi sợ hãi đều qua  
Trọn vượt thoát ân ái.

Thiên thần kia nghe Phật nói xong, tùy  
hỷ hoan hỷ, cúi đầu dâng lễ dưới chân Phật rồi  
biến mất.

(Kinh Tạp A-hàm, kinh số 585)

Có nhiều người không hình dung được  
sự an nhiên. Đời sống thì buồn hoặc vui, hay  
buồn vui lẫn lộn, làm gì có cái trạng thái vượt  
lên trên cả buồn và vui. Ngay cả Thế Tôn khi  
sống tĩnh lặng, an hưởng tịnh lạc của thiên  
định cũng bị hiểu lầm "Sa-môn lờ buồn phải  
không?". Thường thì mất mới buồn lo, Ngài có  
mất gì đâu mà buồn. Không buồn thì vui, vậy  
"Sa-môn hoan hỷ phải không?". Ngài có được  
gì đâu mà vui. Đây là quan niệm vui buồn theo  
được và mất, cái buồn vui theo duyên đến từ  
bên ngoài.

Nếu cứ sống theo duyên (được mất buồn  
vui) thì đến bao giờ ta mới trưởng thành, có  
thể tự chủ với mọi biến động trong cuộc sống.  
Vị Thiên thần trong pháp thoại cũng nhận  
ra tâm thái an nhiên mới là phẩm chất quan  
trọng để thăng hoa đời sống. Người biết  
sống một mình, làm chủ tâm trước buồn vui  
được mất mới thực sự sống có chất lượng. Thế  
Tôn đã chỉ cho vị Thiên thần cần phải luyện  
tâm mất không buồn, được cũng không vui thì  
sẽ an nhiên.

Tâm an nhiên, ai cũng muốn và có thể  
hiểu điều này nhưng thực tiễn đời sống thì mấy  
ai làm được? Thế Tôn dạy rằng, an  
nhiên không phải là lý thuyết, không phải nói  
vẽ mà chính là sống với. An nhiên được thiết  
lập thông qua thực hành Giới Định Tuệ. Nhất  
là tuệ quán về sự thật duyên khởi, về  
tính tương tức của các pháp. Nên câu  
kinh "*Phiền não sanh hoan hỷ/ Hoan hỷ sanh  
phiền não/ Không nào cũng không hỷ/ Thiên  
thần nên gìn giữ*" rất quan trọng, cần suy  
ngẫm để tìm ra mấu chốt của vấn đề thiết  
lập tâm an nhiên.

Phiền não là buồn, hoan hỷ là vui. Có khi  
nào chúng ta chiêm nghiệm về vấn đề có vẻ  
như nghịch lý: "Buồn sinh vui, vui sinh buồn."  
Thì ra buồn và vui không tự có, không tồn  
tại độc lập mà nó nương vào nhau, có mặt  
trong nhau để biểu hiện. Khi được thì ta vui,  
nếu chỉ thấy và trụ ngay đây thì cạn lắm vì sự  
thật thì trong cái được kia đã bao hàm cái sự  
mất. Không có cái được nào mà chẳng  
mất! Vậy thì được nào có gì vui! Mất cũng vậy,  
cái cũ mất đi để cái mới hình thành. Thử tưởng  
tượng nếu thế giới và con người không có gì  
mất - diệt đi thì làm gì có cái được - sinh ra.  
Thành ra, mất nào có đáng buồn! Ai thấy cuộc  
đời với tuệ quán chói sáng như vậy, Thế  
Tôn gọi là "*Không nào cũng không hỷ*," là an  
nhiên.

Tùy duyên là một tuệ giác lớn. Tùy duyên  
được mới an nhiên và tự tại. Thấy rõ được



**Nhớ...**

**LÊ BÍCH SƠN**

Đêm qua cơn mưa nhỏ đi qua  
thành phố này. Đây là lần đầu tiên sau  
nhiều năm ở Mỹ mình đếm từng giọt  
mưa. Nhắm mắt nhắm đó bên căn phòng  
nhỏ của Mẹ, nhớ những cơn mưa què  
nhà, nhớ cái se lạnh của những ngày  
giáp Tết, nhớ những con đường nhỏ  
binh yên khi xe cộ chưa nhiều như bây  
giờ, và nhớ căn nhà tuổi thơ...

Mẹ về rồi để lại làm gì những cơn  
mưa buồn không biết nữa!

*Atlanta - Hoa Kỳ 2018*

mất, vui buồn chỉ là hai mặt của một vấn đề,  
chúng vốn bất nhị (không phải một mà cũng  
chẳng phải hai) và tương tức (cái này chính là  
cái kia và ngược lại). Đời sống của chúng  
ta đầy biến động và đổi thay, thấy rõ bản  
chất vô thường, vô ngã của vạn pháp rồi thì  
được cũng không quá vui, mất cũng không quá  
buồn. Tuệ giác là thấy đúng vạn pháp như đó  
đang là. Nhờ thấy đúng (chánh kiến) mà vượt  
thoát buồn vui, sống tự tại, an nhiên. Như xuân  
đến chúng ta vui, xuân đi chúng ta vẫn cứ vui  
như thường. Người biết tùy duyên đã thấy mùa  
xuân ấm áp và tươi mới trong lạnh lẽo và héo  
úa của mùa đông. Chính ngay trong thời  
khắc hiện tại mà ta vẫn cảm nhận được  
tiếng thời gian theo bốn mùa gõ nhịp. Vậy  
thì mùa nào cũng đẹp, thời nào cũng vui, lúc  
nào cũng an nhiên, giải thoát.

**Quảng Tánh**

(source: Thư Viện Hoa Sen)

# THIÊN SƯ TIẾP KHÁCH

*Thích Nữ Như Thủy*

Thiền sư Đức Sơn thượng đường bảo:

- Hôm nay không ai được thưa hỏi hết, ai thưa hỏi sẽ ăn 30 hèo.

Một vị tăng bước ra lễ bái, liền bị ăn gậy. Vị tăng thưa:

- Con chưa thốt tiếng nào, vì sao hòa thượng đánh con?

- Ông là người xứ nào?

- Con người Tân La (Triều Tiên).

- Ông khi chưa xuống thuyền đã đáng ăn 30 gậy rồi.

Em thân mến!

Đây là một đoạn tiếp khách rất ư là mất lịch sự, thất nhân tâm, thất lễ nghi... mà các thiền sư thường dùng... khác hẳn với lối tiếp đãi ngọt ngào của chúng ta ngày nay. Vậy mà điều lạ lùng là lối xử sự của các ngài lại chuyển mê khai ngộ cho thiền khách, còn cách đối xử rất ư từ ái của chúng ta chỉ làm cho người ta vừa đeo công lại mang gông mà thôi.

Thiền sư Pimo, người Nhật bản, cũng có một lối tiếp khách quý tương tự. Khi thấy có thiền khách nào đến tham vấn, sư liền cặp cổ, kẹp chia ba vào đương sự, hùng hổ hỏi:

- Ma quý nào xúi mi bỏ nhà đi làm thầy chùa trọc đầu, hử?

Em thân mến!

"Mới hôm nào ngủ vùi trong nệm ấm

Gót son hồng chưa dấy bụi phiêu linh."

Cái gì đã khiến chúng ta bỏ nhà, bỏ cửa, bỏ quê hương, cha mẹ, quyến thuộc cùng những tiện nghi của đời sống thế tục để dẫn thân trên đường tìm đạo? Phải tự mình tìm cho ra câu trả lời chứ đừng

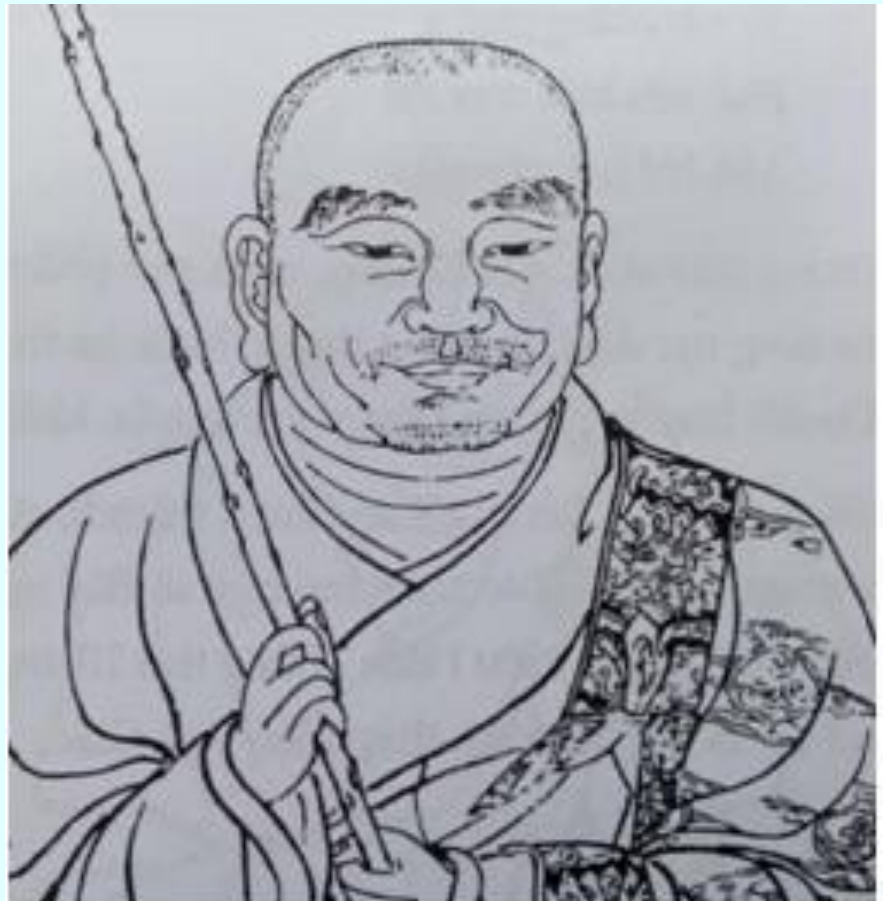
lập lại đáp số của người khác, là điều mà các thiền sư đòi hỏi nơi chúng ta.

Thuở nhỏ chúng ta ham ăn, ham chơi thường bị đòn, lớn lên ham tài, ham sắc liền bị chửi... Vậy mà khi chúng ta ham tu liền được khen tụng, ca ngợi ầm ĩ... Đối tượng của lòng ưa thích, ham muốn tuy có thay đổi, nhưng con người, động cơ ưa thích, ham muốn vẫn chỉ là con người năm xưa. Nhà thiền không bằng lòng để chúng ta buông cái này, bắt cái kia, lo chơi thay đổi đối tượng... mà bắt buộc đương nhân phải quay lại, nhìn thẳng vào mình. Kéo mà

"bụt nhà không thiêng," cứ "đi cầu Thích Ca ngoài đường." Của báu nhà mình không đem xía lại đi rong ruổi ăn mày khắp hang cùng ngõ hẻm... nên vừa bước chân rời bỏ quê hương, đơm xuống thuyền để "tha phương cầu thực"... đã đáng ăn 30 gậy rồi. Có phải thế không nào?

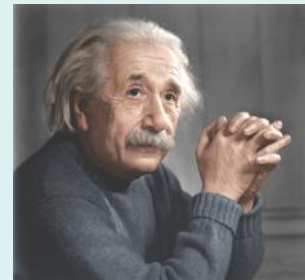
*(trích Hư Hư Lục của Ni Sư Thích Nữ Như Thủy)*

THIÊN SƯ ĐỨC SƠN  
(782-865)



# KHI EINSTEIN CHIA BUỒN

Nguyễn Giác



Chúng ta biết rằng nhà khoa học Albert Einstein có những quan điểm rất gần với nhà Phật. Nhưng rồi cũng sẽ bất ngờ, khi thấy có lúc Einstein nói y hệt, gần như 100% y hệt như giáo lý nhà Phật. Đặc biệt là khi Einstein viết thư chia buồn một người bạn thân năm 1950...

Thí dụ, các pháp là Không. Thí dụ, vạn pháp là thức. Einstein đều nói lên cả hai quan điểm này.

Trong Kinh Tiểu Không MN 121, và Kinh Đại Không MN 122, Đức Phật hướng dẫn cách chú tâm từ một nội dung có nhiều dẫn tới nội dung có ít, và từ có ít sẽ bước vào Không để an trú.

Kinh MN 121 có câu: "Này A-nan! Bởi an trú tánh không nên nay ta được an trú rất nhiều."

Về thức, nhà Phật có phái Duy Thức chủ trương rằng vạn pháp duy thức, nói đơn giản là tất cả các pháp là biến hiện của thức.

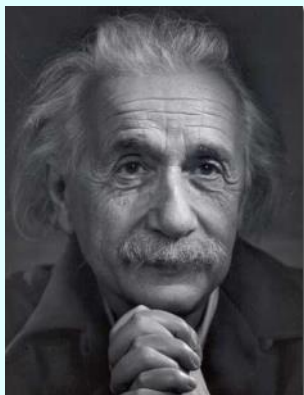
Nghĩa vạn pháp duy thức có phải do phân tích từ Kinh Pháp Cú Kệ 1 khi Đức Phật dạy, "Y dẫn đầu các pháp, Ý làm chủ, ý tạo..."?

Hay nghĩa vạn pháp duy thức có phải là từ Kinh SN 35.23 khi Đức Phật dạy rằng thế giới chính là sáu nội xứ và sáu ngoại xứ, tức là mắt tai mũi lưỡi thân ý và sắc thanh hương vị xúc pháp, và ngoài ra không thể có thế giới khác?

Khoa học nói gì về hai quan điểm trên?

Trước tiên, để kể một chuyện về Albert Einstein, một nhà khoa học lớn.

Một người bạn thân của Einstein là Robert S. Marcus, lúc đó đang giữ chức Giám đốc tổ chức Nghị hội Người Do Thái Thế giới. Sau khi con trai của Marcus chết vì bệnh polio (bệnh bại liệt trẻ em), Einstein viết một lá thư đề ngày 12 tháng 2/1950 để an ủi bạn.



Our task must be to free ourselves... by widening our circle of compassion to embrace all living creatures and the whole of nature and its beauty.

~Albert Einstein

Thư Einstein viết, dịch như sau:

"Bạn Marcus thân:

Một người là một phần của cái toàn thể, mà chúng ta gọi là "Vũ Trụ," một phần bị hạn chế trong thời gian và không gian. Người đó kinh nghiệm chính anh ta, kinh nghiệm thấy các suy nghĩ và cảm thọ của anh như cái gì tách biệt với phần còn lại – một kiểu như là ảo giác quang học của ý thức anh ta. Nỗ lực tự giải thoát ra khỏi ảo giác này là một vấn đề của tôn giáo chân chính..." (*A human being is a part of the whole, called by us "Universe", a part limited in time and space. He experiences himself, his thoughts and feelings as something separated from the rest — a kind of optical delusion of his consciousness. The striving to free oneself from this delusion is the one issue of true religion.*) (link: <http://www.lettersofnote.com/2011/11/delusion.html>)

Nghĩa là, theo Einstein, khi có ai thấy họ tách biệt với phần còn lại của thế giới, đó chính là "ảo giác quang học của ý thức"... Nghĩa là, chính ý thức tạo ra ảo giác. Như thế, thoát ra khỏi ảo giác chính là yêu cầu của tôn giáo chân thực. Nghe như âm vang của Kinh Kim Cương rằng các pháp như mộng, huyễn, bào, ảnh...

Đoạn văn của Einstein cho thấy có thể hiểu như các pháp là Không, vì ảo giác quang học của ý thức có vẻ như nói về một gương tâm rộng rang mà người nhìn dễ bị khúc xạ? Và cũng là biến hiện của thức?

Tới đây, chúng ta có thể khảo sát về ý thức...

Trên báo Geekwire ngày 3 tháng 11/2017, có bài viết nhan đề "Where does consciousness come from? Brain scientist closes in on the claustrum" (Ý thức tới từ đâu? Nhà khoa học não bộ ngó gần tới claustrum).

(<https://www.geekwire.com/2017/consciousness-come-brain-scientist-closes-claustrum/>)

Chữ claustrum là danh từ y khoa, tiếng Việt là "nhân trước tưởng"... là một mảnh dây thần kinh mỏng, nằm giữa não bộ.

Bản tin phức tạp này nói về nhà khoa học thần kinh Christof Koch, người nhiều thập niên khảo sát về trú xứ của ý thức, và rồi dò tìm não bộ loài chuột, và rồi tới gặp Đức Đạt Lai Lạt Ma.

Tiến sĩ Koch là Viện trưởng và là Trưởng nhóm nghiên cứu chính ở viện Allen Institute



for Brain Science, bản doanh ở Seattle. Koch và nhà khoa học quá cố Francis Crick, một người đã cùng khám phá ra cấu trúc vòng xoắn (helix) của DNA, chú ý về claustrum từ hơn một thập niên trước.

Koch nói hôm 27/10/2017 tại hội nghị World Conference of Science Journalists ở San Francisco rằng chính mảnh claustrum nối kết vỏ ngoài chất xám để tạo ra ý thức, và claustrum giữ chức năng như người nhạc trưởng trong dàn hòa tấu ý thức.

Christof Koch nói rằng trong các nghiên cứu của viện AIBS, gắn các máy camera và kính hiển vi rất nhỏ trực tiếp vào não bộ các con chuột đã đổi nhiễm sắc thể, theo dõi xem cách nào mà khu vực claustrum và mạng lưới não bộ bật sáng lên trong khi chuột hoạt động. Koch chiếu một băng hình video cho thấy não bộ chuột bật sáng theo các hoạt động.

Koch nói rằng dây thần kinh não bộ chuột bật sáng theo các chuyển động khác nhau.

Có nghĩa là, chuột có ý thức? Koch đáp là có. Và rồi, Koch tự gọi ông là một người "panpsychist," có thể dịch là chủ-nghĩa-tâm-thức-phổ-quát, ngờ vực rằng ý thức trải rộng theo nhiều mức độ, chứ không có cách biệt minh bạch giữa người và các loài vật khác.

Theo Koch, dị biệt giữa chuột và người y hệt như sự dị biệt giữa máy video hiệu Atari 2600 thời thập niên 1970s, và một điện thoại iPhone bây giờ. Cả hai máy đều có chức năng tính toán, nhưng máy Atari 2600 không thể nói gì với bạn. Trong khi nhu liệu Siri của iPhone có thể làm như thế.

Koch nói, các nhà thí nghiệm đang tìm cách bật mở và tắt claustrum nơi loài chuột để xem những gì xảy ra.

Koch ghi nhận một trường hợp khi vô ý kích hoạt nơi claustrum của một bệnh nhân bệnh epilepsy (hôn loạn não bộ) làm bệnh nhân này rơi vào hết như tê liệt. Khi điện cực tắt, bệnh nhân không nhớ gì thời gian vừa xảy ra.

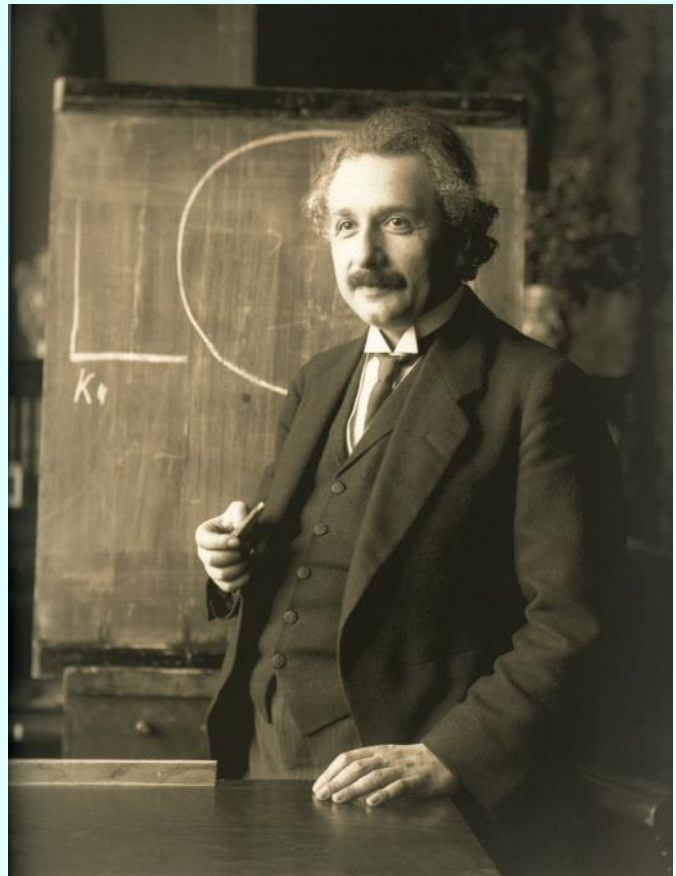
Nếu ý thức có thể bật nút tắt và mở, nghĩa là y hệt như một máy điện toán?

Koch trong nhiều năm qua đã tìm tới Đức Đạt Lai Lạt Ma để xin hỗ trợ cho cuộc nghiên cứu.

Koch nói, "*Nếu bạn làm được cái mà Phật tử gọi là kinh nghiệm thuần túy, tức là cái biết trần trụi (pure experience or naked awareness), tức là cái kinh nghiệm mà không có nội dung (content-less experience), bạn chỉ ý thức thôi. Người ngồi thiền ý thức mà không có nội dung cụ thể nào trong ý thức.*"

Chỗ này nên ghi chú rằng, không phải Thiền phái nào của nhà Phật cũng "giữ cái biết trần trụi" hay "cái biết không nội dung," vì trên nguyên tắc, biết phải là "biết gì." Thí dụ, phổ biến trong niệm thân là pháp niệm hơi thở, có nội dung trong đối tượng của ý thức, tức là biết hơi thở dài hay ngắn, và vân vân.

Trong nhà Phật, các pháp Thiền Tây Tạng và Thiền Tông là tập trung đi dần tới chỗ nhận



ra bản tâm, được gọi là Tánh Không của ý thức, tức là "cái biết trần trụi," nơi tất cả các đối tượng ý thức hiện lên. Đối với nhà Phật, bản tâm ví như gương sáng rỗng lặng, không hề có nghĩa gì tương tự như cái claustrum mà Koch nghiên cứu.

Đức Phật cũng dạy trong Kinh Trung Bộ về cách hướng ý thức từ nội dung nhiều (như ngôi làng, rừng...) tới nội dung ít hơn, và rồi tới không nội dung, tức là *an trú Không*.

Koch kể về một dị biệt với Đức Đạt Lai Lạt Ma, rằng tại một buổi họp trong đó lãnh đạo Phật Giáo Tây Tạng hỏi nhà khoa học này rằng ngành khoa học não bộ có thể củng cố khái niệm tái sinh hay không (*whether neuroscience could lend support to the concept of reincarnation*). Koch đáp, "*Hề không có não bộ, là không có tâm.*" ("No brain, never mind.")

Koch nói, phải có phần vật lý rồi ý thức mới vận hành được, nó có thể là cái gì kỳ lạ, thí dụ như vi hạt (*quarks*: vi hạt lượng tử), nó có thể tự nó chuyển động vi hạt trong không gian hay gì đó, nhưng phải có một cơ chế vận chuyển.

Phóng viên hỏi Koch, vậy rồi ngài Đạt Lai Lạt Ma phản ứng ra sao?

Koch nói, Ngài chỉ mỉm cười thôi.

Trong một bài báo trên Lion's Roar ngày 8 tháng 1/2017, có nhan đề rất đáng chú ý: "*Leading neuroscientists and Buddhists agree: 'Consciousness is everywhere'...*" Nghĩa là, "*Các nhà khoa học thần kinh và các Phật tử đồng ý: Ý thức có mặt khắp nơi.*" (<https://www.lionsroar.com/christof-koch-unites-buddhist-neuroscience-universal-nature-mind/>)

Có nghĩa là, nói gần như y hệt với câu, "vạn

pháp duy thức," tất cả các pháp là thức biến hiện.

Các lý thuyết mới trong ngành khoa học não bộ nói rằng **ý thức là phẩm tính ẩn tàng trong tất cả, y hệt như trọng lực** (New theories in neuroscience suggest consciousness is an intrinsic property of everything, just like gravity).

GS Koch nói, trọng tâm của ý thức là cảm thọ cái gì đây, vậy thì "làm sao một mảnh vật chất, như não bộ của tôi, có thể cảm thọ bất kỳ thứ gì?"

Năm 2013, Koch đã tới một tu viện ở Ấn Độ, dự hội nghị, thảo luận câu hỏi đó với một nhóm nhà sư: Koch và Đức Đạt Lai Lạt Ma tranh luận về khoa học não bộ và tâm trong suốt một ngày.

Họ có những cách tiếp cận khác nhau. Koch đưa ra các thuyết khoa học đương đại về đề tài, Đức Đạt Lai Lạt Ma đưa ra các giáo lý Phật giáo. Nhưng tới tận cùng cuộc thảo luận, hai người đồng ý trên tất cả các điểm.

Koch nói rằng trong nghiên cứu về ý thức, Koch hợp tác với nhà nghiên cứu có tên Giulio Tononi. Chính Tononi là cha đẻ lý thuyết phổ biến nhất về ý thức, gọi là *Integrated Information Theory* (IIT), có thể dịch là Thuyết Thông Tin Tích Hợp, viết tắt IIT.

Thuyết này đo lường ý thức theo số đo gọi là *phi*. Số đo này hiểu là "số lượng ý thức."

Tononi đã đo số lượng *phi* trong một não bộ người. Y hệt như rung chuông, khoa học gia gửi một tín hiệu từ trường vào một não người, quan sát độ rung xuyên qua các dây thần kinh neurons, tới và lui, bên này và bên kia, Hệ độ rung chuyển dài hơn và rõ hơn, nghĩa là lượng ý thức nhiều hơn. Dùng thí nghiệm này, Koch và Tononi có thể nhận ra một bệnh nhân đang tỉnh, hay buồn ngủ, hay đã ngấm thuốc mê.

Nhu cầu thực dụng của thí nghiệm ý thức là, các bác sĩ có thể đo *phi* để biết là một người trong trạng thái thực vật thực sự đã chết hay chưa, và biết mức độ ý thức một người bệnh lãng trí có, cũng như biết khi nào một bào thai khởi sự có ý thức, biết mức độ loài thú nhận biết, thậm chí biết một máy điện toán có thể cảm thọ hay không.

Thuyết này nói rằng, bất kỳ một vật gì có lượng *phi* lớn hơn zero là đều có ý thức. Như thế, nghĩa là thú vật, cây cỏ, tế bào, vi trùng và có thể cả các vi hạt protons cũng là một hữu thể ý thức.

Trong một bài đúc kết nghiên cứu hàn lâm, Koch và Tononi viết rằng lý thuyết của họ "xem ý thức như phẩm tính căn bản, nội tại của thực tại." (make the profound statement that their theory "treats consciousness as an intrinsic, fundamental property of reality.")

Câu này, có nghĩa là "vạn pháp duy thức."

Bài báo nhắc rằng ngài Dogen (Thiền sư sáng tổ Tào Động Tông Nhật Bản) viết trong cuốn Shobogenzo rằng, "Tất cả đều là chúng sinh." Cỏ, cây, mặt trời, mặt trăng, các ngôi



## PHẬT

*Phật thật ở tại lòng ta  
Chứ đâu cần phải bên ba kiếm tìm  
Phật nơi thực tại hiện tiền  
Khi tâm trong sáng Phật liền chiếu soi*

## PHÁP

*Đọc kinh suốt cả muôn đời  
Không bằng thấy Pháp ngay nơi hiện tiền  
Thoát vòng ảo tưởng đảo điên  
Từ vô lượng kiếp, con đường là đây*

thơ

PHAN VĂN QUÂN

sao đều là tâm. (Dogen, the founder of Soto Zen Buddhism, went so far as to say, "All is sentient being." Grass, trees, land, sun, moon and stars are all mind, wrote Dogen.)

Koch nói rằng các nghiên cứu của ông đã đồng ý với các giáo lý Phật giáo về vô ngã, vô thường, về không có một thượng đế sáng tạo nào.

Tại tu viện Drepung Monastery, Đức Đạt Lai Lạt Ma nói với Koch rằng Đức Phật dạy rằng chúng sinh ở khắp nơi, tùy mức độ khác nhau, và chúng ta ở cõi người nên từ bi với tất cả hữu tình bất kỳ cõi nào. Koch nói rằng từ lúc đó ông mới thấy sức mạnh nghiêm túc của các nghiên cứu khoa học về ý thức, "Và rồi khi tôi thấy côn trùng sâu kiến trong nhà, tôi không giết chúng nữa."

Thực sự, ngành học về ý thức vẫn chỉ mới đi những bước đầu, tuy đã có ứng dụng nhiều cho y khoa.

Tới đây, chúng ta có thể nhớ lại lời của Einstein về ảo giác quang học của ý thức ghi trong lá thư nêu trên. Phải chăng Einstein cũng đồng ý rằng thế giới này hiện ra như ảnh hiện ảo giác quang học của ý thức, và thực sự tất cả là vô ngã?

Lá thư chia buồn của Einstein hiển nhiên đã chỉ vào các giáo lý cốt tủy của nhà Phật vậy. Có thể đoán rằng đã có (hoặc sẽ có) nhiều Phật tử hoan hỷ mượn thư này để chia buồn khi thấy bạn bè gặp tang sự.

# CÀ PHÊ

*Bác sĩ Nguyễn Ý-Đức*



Cà phê đã được ca tụng là tốt cho cơ thể. Thực vậy, cà phê được nhập cảng vào Âu châu từ Arabia vào năm 1600 như một loại dược phẩm chứ không phải là thứ giải khát. Vào thế kỷ thứ bảy, cà phê ở Pháp được các bác sĩ kiểm soát; hạt cà phê được bán như một dược phẩm chứ không như một loại nước uống và những người bán ca tụng là một loại thuốc trị hàng trăm thứ bệnh. Tính cách kích thích tinh thần của cà phê đã được ca tụng. Các thi sĩ người Pháp, trong đó có văn hào Voltaire, đã ca ngợi cà phê là "một chất rượu hết sức có ích cho não bộ." Cà phê đã được coi như một loại thuốc chữa bệnh hô hấp rất tốt. Chẳng hạn: bác sĩ Hyde Salter đã viết trên Edinburgh Medical Journal năm 1859 rằng "cà phê là một trong những thứ thuốc để trị suyễn." Trong nhiều năm, cà phê đen mocha được coi như thuốc được lựa chọn để chữa bệnh suyễn vì dị ứng.

## Những sự kiện cần biết

Cà phê là một trong những loại dược phẩm được ưa thích nhất trên thế giới cho não bộ và bắp thịt vì có một lượng caffeine rất cao và là chất kích thích có ở trong lá chè và hạt cà phê. Cà phê cũng làm thư giãn các thớ thịt của cuống phổi, tăng cường sự vận động cơ thể nhưng cũng có một số rủi ro tuy nhiên không phải là tất cả những điều mà người ta gán cho nó.

## Tăng cường tinh thần

"Caffeine là chất làm cho tinh thần cảm thấy phấn khởi hơn. Đây không phải là quảng

cáo của kỹ nghệ cà phê mà là điều mà khoa học đã cung cấp", đó là lời tuyên bố của ông Judith Wurman, một khoa học gia về thực phẩm cho trí óc tại Massachusetts Institute of Technologie. Còn số lượng thì caffeine tăng cường tinh thần làm việc đã được tiến sĩ tâm lý Harris Lieberman ở viện MIT cung cấp.

Thay vì vẫn uống hàng ngày một ly cà phê vào mỗi buổi sáng, ông ta mời một nhóm tình nguyện một số viên caffeine với liều lượng là 32,64,128 và 256 mg. Vào mỗi buổi sáng lúc 8 giờ, sau khi không ăn uống gì trong 12 giờ, các tình nguyện viên chiêu những viên caffeine. Một lúc sau họ làm một thử nghiệm về tinh táo để đo xem phản ứng với thời gian, sự chú ý, tập trung, tính sắc bén và chính xác với con số. Vào một ngày khác họ nhận được những viên giả dược không chứa caffeine.

Một sự ngạc nhiên xảy ra: Chất caffeine tăng cường hành động của họ trong các thử nghiệm tâm thần. Dù chỉ dùng một lượng nhỏ - 32 mg- cũng đủ để óc nâng cao khả năng tâm thần, phản ứng, tập trung và sự chính xác. Tiến sĩ Wurtman giải thích như sau: "Chất caffeine đã kích thích lên não bộ và hệ thần kinh khiến ta nghĩ và phản ứng mau hơn, nhiều tinh táo và chính xác, kéo dài sự chú ý hơn là những người tình nguyện sau khi họ đã dùng một lượng hóa chất tương tự vào buổi sáng.

Hơn nữa, chất caffeine cũng hoạt động như vậy để tăng cường não bộ của những người tình nguyện thường thường uống một chút cà phê, rất nhiều cà phê hoặc không uống cà phê. Đó là do chất caffeine nguyên chất đã tăng cường chức năng của óc. Một nghiên cứu khác của tiến sĩ Lieberman thấy rằng 200 mg caffeine tăng cường đáng kể việc lái xe.

## Yêu đời hơn

Chất caffeine cũng tăng cường đáng kể trạng thái tinh thần của một số người. Và loài người cũng dùng nước có caffeine như một loại giải khát trong hàng trăm thế kỷ để loại bỏ không những sự buồn mà còn những cơn trầm cảm trung bình kinh niên.

Chất caffeine có tác dụng rất mau. Nó được hấp thụ nhanh và thấy ở tế bào khoảng năm phút sau khi dùng. Nó vào não rất nhanh, dễ dàng và đạt mức độ cao nhất khoảng hai mươi tới ba mươi phút. Sau khi lên đến tột độ, caffeine trong máu giảm đi độ một nửa trong vòng



ba tới sáu giờ và một phần tư trong từ ba đến sáu giờ. Hầu như tất cả caffeine được cơ thể dùng và chỉ có một phần trăm được loại ra ngoài mà không bị chuyển hóa.

### **Tăng sức mạnh của cơ thể**

Caffeine được giới thể thao ưa chuộng như để làm tăng tài nghệ biểu diễn mà một số các nhà chỉ trích coi như là lạm dụng chẳng khác như dùng chất ma túy. Như vậy thì caffeine làm cho con người cố gắng biểu diễn tới khi mệt mỏi. Một tay đua xe đạp khi dùng 300 mg caffeine có thể đạp bảy lần khó khăn hơn mà không cảm thấy phải tăng sự cố gắng và sự chịu đựng được khoảng hai mươi lần lâu hơn. Cà phê đã lấy caffeine ra thường thường làm giảm tài nghệ diễn xuất của các lực sỹ vào những cuộc tranh đua ngắn hạn. Có thể là chất caffeine ngăn ngừa bấp thính mệt mỏi và tăng cường khả năng của cơ thể đốt chất béo thành năng lượng thay vì đường được dự trữ trong các mô bào. Ngoài ra, caffeine có thể gây ra tổn hại cho các hành động cần sự phối hợp của ngón tay như là luồn kim chỉ, đánh một mục tiêu nhỏ hoặc lao một ngọn mác.

### **Tăng khả năng thở**

Huyền thoại cho rằng các thí nghiệm bên Gia Nã Đại cho hay cà phê thật đặc có thể chữa được bệnh suyễn. Chất caffeine trong cà phê làm dẫn các ống phổi khiến cho hô hấp dễ dàng hơn. Mặc dù vào năm 1800 caffeine là một loại dược phẩm rất tốt cho bệnh suyễn nhưng từ năm 1921 nó không được dùng cho bệnh này vì có dược phẩm theophylline.

Theo bác sĩ Philip Shapiro, caffeine có thể rất tốt cho nạn nhân bị nghẹt mũi. Để điều trị các bệnh nhân bị bệnh viêm đường mũi, ông ta cho bệnh nhân dùng caffeine hoặc giả dược trong vòng mười sáu ngày. Các viên thuốc đều được mã hóa và bệnh nhân không biết là chất gì. Trong những ngày mà họ uống caffeine-tương đương với hai ly cà phê - ông ta thấy chỉ có vài nháy mũi và một chút khó chịu so sánh với hai mươi bảy lần sổ mũi khi họ uống giả dược.

### **Một điểm lợi cho người cao tuổi**

Một số người cao tuổi thường hay bị chóng mặt hoặc bị ngất xỉu sau khi ăn nhất là điểm tâm vì hệ thống thần kinh chưa hoạt động để điều hành huyết áp như những ngày còn trẻ. Để điều chỉnh tình trạng đó, một bác sĩ ở Vanderbilt University School of Medicine cho bệnh nhân dùng hai ly cà phê có 250 mg caffeine vào bữa điểm tâm. Với các bệnh nhân cao tuổi hay bị những trường hợp này, chất caffeine giữ huyết áp đủ cao để điều hòa lượng máu lưu thông, ngăn chặn được chóng mặt và giữ được trạng thái bình thường. Tuy nhiên, các vị đó cho hay, nếu ta uống cà phê để chữa bệnh này thì nên uống cà phê trước khi ăn thì hơn.

### **Chống lại sâu răng**

Tại trung tâm nổi tiếng Forsyth Dental Research Center, bác sĩ Shelgy Kashket và các đồng nghiệp thấy rằng trong cà phê có chất tannins có thể đưa tới sâu răng. Uống cà phê, ngay cả cà phê đã lấy caffeine đi, chất tannins ngăn các mảng bựa đóng lại và đào hố trong răng. Như vậy thì cà phê giống như nước trà và cocoa là những nước súc miệng chống lại sự sâu răng.

### **Cà phê và bệnh ung thư**

Sợ rằng uống cà phê có thể gây ra ung thư nhất là ung thư bàng đái, và tuy tạng nhưng những nghiên cứu mới đây cho hay các hóa chất trong cà phê có thể ngăn chặn ung thư. Nhiều nghiên cứu ở Nhật, Na Uy và Hoa kỳ đều phủ nhận việc này nhất là ung thư tụy tạng. Trong khi đó, các nghiên cứu tại Na Uy lại gợi ý rằng uống cà phê có thể ngăn được ung thư ruột già, đặc biệt là những người ăn chế độ nhiều chất béo. Bác sĩ Lee Wattenberg và các đồng nghiệp tại University of Michigan thấy rằng cà phê xanh lại chặn ung thư cho xúc vật ở trong phòng thí nghiệm. Bác sĩ người Gia Nã Đại Hans Stich cũng coi cà phê trong đó có chất polyphenol là một loại chống ung thư rất mạnh.

### **Uống cà phê với sữa**

Trong y học, sự trái ngược nhau về ích lợi của cà phê cũng không mới lạ. Vào những năm 1600, các tiệm cà phê bên Pháp là một đề tài cho mọi người thảo luận. Thoạt tiên thì các bác sĩ đều hỗ trợ nó rồi sau đó lại tẩy chay. Khi mà cà phê được uống tại nhà vào những năm 1670 các trường đại học y khoa phản ứng lại; một số bác sĩ phản đối tác dụng kích thích của cà phê và cấm bệnh nhân uống. Về sau, họ lại viết làm sao cà phê được dùng để "tránh và chữa bệnh." Nhưng đến năm 1688, một nhân vật trong hoàng tộc lại viết "cà phê đã bị hoàn toàn bỏ rơi." Dân chúng trong thành phố Paris, nhất là hoàng tộc, không biết gì về việc này.

### **Cà phê chữa chệch múi giờ**

Một nhà sinh lý học ở Argonne National Laboratory gần Chicago, ông Charles F. Ehret, tin tưởng rằng chệch múi giờ có thể giảm nhờ một lượng rất nhỏ caffeine. Theo Ehret, một nhà chuyên môn về nhịp giờ trong ngày, caffeine hoạt động như những cái đồng hồ của cơ thể. Sau đây là lời khuyên của ông ta: Vào ngày khởi hành, nếu bạn đi về hướng Tây, hãy uống ba ly cà phê đen vào buổi sáng. Nếu bạn đi về hướng Đông, hãy nhịn uống cà phê cho tới buổi chiều. Nếu bạn ngưng uống cà phê trong ba ngày trước khi bay, thì ích lợi còn tăng lên rất nhiều, ông ta nói.

**Bác sĩ Nguyễn Ý Đức**  
[www.bsnguyenyduc.com](http://www.bsnguyenyduc.com)

## MIẾU ĐỀN VẤN THIÊNG

Em về cố quận xanh xao  
Nước non đường đã hư hao máy phân  
Mây thổi trắng đỉnh non tân  
Minh đây mà ngỡ nửa gần nửa xa

Rầy rà rách cả thịt da  
Núi rừng loang lở sạch đà bóng cây  
Lũ càn quét sạch đất này  
Màn trời chiếu đất thắm thay dân lành

Em về muôn lợi biển xanh  
Ai ngờ biển chết nên đành ngân ngơ  
Ngư ông gác mái nằm bờ  
Gọi hồn thủy tộc bây giờ ở đâu

Ngày xưa biển biếc xanh dâu  
Bây giờ độc chất một màu tang thương  
Cớ sao lạnh ngắt miếu đường  
Một bầy nghịch tử, một phường vong ân

Áu Cơ với Lạc Long Quân  
Hồn thiêng quốc tổ hộ dân tộc này  
Trời Nam vất vả tháng ngày  
Dân oan đất mất đắng cay đã nhiều

Bất an cũng đã đến điều  
Chi e có lúc cũng liêu mới xong  
Ngày xưa hoa nở trắng đồng  
Bây giờ ô nhiễm ngập trong đất trời

Thở than cũng chẳng nên lời  
Em về cố quận thấy đời xót xa  
Tiếc thay một giải giang hà  
Biết bao công sức ông cha thuở nào

Uống công gìn giữ truyền trao  
Tôn bao xương trắng máu đào dựng nên  
Này dòng sử Việt chưa quên  
Thăng trầm có lúc miếu đền vẫn thiêng

May còn dòng máu rồng tiên  
Một ngày non nước lại liền như xưa  
Bây giờ mình lại đón đưa  
Một trời cố quận cho vừa nhớ thương

thơ

TIÊU LỤC THẦN PHONG



# Vũ điệu thời gian và bước nhảy tâm thức

HUỖNH KIM QUANG

Nếu Trái Đất mỗi ngày không múa điệu nghệ thường là lướt quanh Vầng Thái Dương rớt thì có lẽ con người cũng chẳng chiêm ngưỡng được vẻ đẹp kỳ diệu của xuân hạ thu đông.

Và nếu tâm thức con người không hòa điệu bước nhảy theo vũ khúc thiên thu của trời đất thì làm gì có cảnh rộn ràng vui tươi của ngày Tết theo truyền thống văn hóa Việt.

Xuân, vì vậy, là hương sắc tuyệt trần của sự phối ngẫu nhiệm mầu giữa tâm, cảnh và thời gian. Chẳng thế mà danh thần Nguyễn Trãi, trong bài thơ "Hải Khẩu Dạ Bạc Hữu Cảm," đã từng có lần nhìn sắc xuân đến say đắm:

*Nhãn biên xuân sắc huân nhân túy*

(Sắc mùa xuân xông vào mắt khiến cho lòng say đắm)

Xưa nay, tao nhân mặc khách đều mê say hương sắc của nàng xuân. Cho nên người ta mới phong tước cho nàng xuân là chúa xuân, biểu tượng cho cái đẹp mê hồn của thiên nhiên. Trong bốn mùa, xuân hạ thu đông, thì xuân không chỉ là vũ điệu khởi đầu của thời gian, mà còn là bước nhảy êm ả, đẹp đẽ, và tươi tắn nhất, với muôn ngàn thảo mộc nảy mầm đơm hoa và trái đất như khoác lên chiếc xiêm y muôn sắc sặc sỡ.

Nhưng, tùy tâm và cảnh của mỗi người mà xuân mang dáng dấp khác nhau. Vị hoàng đế anh minh của Nhà Trần đã 2 lần đánh bại quân xâm lược Nguyên Mông, là Trần Nhân Tông, có lần diễn tả cảm trạng về một chiều xuân trong bài Xuân Vãn:

*Niên thiếu hà tăng liễu sắc không,  
Nhất xuân tâm sự bách hoa trung.  
Như kim khám phá đông hoàng điện,  
Thiên bản bồ đoàn khán trụ hồng.*

## Chiều Xuân

*Thử nhỏ chưa thấu lẽ Sắc Không,  
Xuân phối trăm đóa gửi chuyện lòng.  
Gương mặt chúa Xuân nay đã tỏ,  
Nệm cỏ ngồi xem rụng cánh hồng.*

(Bản dịch của nhà thơ Nguyễn Lương Vỵ)

Tâm sự của vị tị tổ dòng Thiền Trúc Lâm Yên Tử có khác với cảm nhận của thế nhân khi

thường xuân. Nhà tu liễu ngộ được lẽ sắc không của vạn pháp thì an nhiên tự tại mà ngắm xuân chứ không rộn ràng, động tâm như người đời.

Trong khi đó, thi hào Nguyễn Du dù đọc Kinh Kim Cang cả ngàn lần mà có lúc cũng rơi lệ trong đêm xuân khi cảm thân phận liễu khách tha hương ngàn dặm trong bài thơ Xuân Dạ của ông:

*Hắc dạ thiêu quang hà xứ tầm?  
Tiểu song khai xứ liễu âm âm.  
Giang hồ bệnh đáo kinh thì cứu,  
Phong vũ xuân tùy nhất dạ thâm.  
Kỳ liễu đa niên đặng hạ lệ,  
Gia hương thiên lý nguyệt trung tâm.  
Nam Đài thôn ngoại Long Giang thủy,  
Nhất phiến hàn thanh tổng cổ cầm (kim).*

## Đêm Xuân

*Đêm đẹp Xuân đến biết tìm đâu  
Bóng liễu bên song chạnh nỗi sầu  
Dừng bước giang hồ, thân ủ bệnh  
Xót đời mưa gió, mệnh chìm sâu  
Đèn khêu năm tháng bao nhiêu lệ  
Mắt nuôi quê hương mấy nỗi đau  
Nam Đài tiếng sóng Long Giang gọi  
Kim cổ lạnh tràn đưa tiễn nhau.*

(Nhà thơ Nguyễn Lương Vỵ dịch Việt)

Tâm trạng ngày xuân của thi hào Nguyễn Du lúc làm liễu khách tha hương ngày xưa sao nghe giống tâm trạng của người Việt tị nạn ly hương ngày nay quá! Nhưng biết làm sao, khi quê hương còn xa vời vợi. Quê xa không phải vì đường xa, mà vì lòng người hai bờ chính kiến xa cách nhau điệu vợi.

Mấy ngày cận Tết, mỗi đêm đi làm về khuya ngang qua những con đường đèn mờ vắng vẻ, lòng người tha hương bỗng nghe cô quạnh lạ thường. Nhớ những cái Tết năm xưa ở quê nhà rộn rịp và gia đình bà con sum vầy ấm áp.

*Đèn khêu năm tháng bao nhiêu lệ  
Mắt nuôi quê hương mấy nỗi đau*

Xuân về trên đất Mỹ lại nhắm vào mùa đông giá rét lạnh lùng. Cái giá rét của ngày xuân ở xứ người càng thấm thía hơn khi màn đêm phủ xuống thân phận cô liêu của kẻ tha

hương. Thi sĩ Pierre Emmanuel của Pháp đã diễn tả triết lý cao siêu vi diệu đến khó hiểu của những đêm tối cô liêu qua bài thơ "Seuls Comprennent Les Fous" (Chỉ Những Người Điên Mới Hiểu) mà nhà thơ Phạm Công Thiện đã dịch xuất thần như sau:

*Một chút tình thương trong máu  
Một hạt chân lý trong hồn  
Cũng như một chút hạt kê cho chim sẻ  
Để sống trườn qua một ngày đông lạnh  
Người có nghĩ rằng  
Những bậc thánh cao siêu nhất lại cần nặng  
hơn?  
Tại sao vĩnh cửu lại màu xanh lá cây?  
Ôi đau đớn không lời  
Cành dương xỉ còn khép lại...  
Kẻ nào chưa cảm thấy trong lòng mình ru khẽ  
lên những chiếc lá đầu mùa  
Thì không bao giờ biết được vĩnh cửu.  
Ôi đêm tối  
Mi là hương vị bánh mì trên lưỡi ta  
Mi là cơn mát rượi hồn của quên lãng trên hình  
hài ta  
Mi là dòng suối không hề cạn chảy về niềm im  
lặng của ta  
Vào mỗi buổi chiều là rặng đông của nỗi chết  
trong ta.  
Ca hát mi làm gì  
Câu nguyện mi làm gì  
Bởi vì chỉ một giọt nước mắt cô liêu  
Cũng chứa đựng mi trọn vẹn  
Ôi đêm tối*

Phải chăng "Những chiếc lá đầu mùa" của thi sĩ Emmanuel là những chiếc lá mùa xuân, biểu tượng của hy vọng và vĩnh cửu? Thì ra, trong cái u tối rợn người của đêm đen cũng còn "một chút tình thương trong máu," hay "một hạt chân lý trong hồn."

Đó cũng chính là hình ảnh đóa mai mùa xuân vừa nở sau đêm đông bão bùng giá rét của Thiền sư Mãn Giác đời Nhà Lý:

*Mạc vị xuân tàn hoa lạc tận  
Đình tiền tạc dạ nhất chi mai.*

*Chớ bảo xuân tàn hoa rụng hết  
Đêm qua sân trước một cành mai.  
(Hòa Thượng Thích Thanh Từ dịch)*

Bởi thế, không có bước nhảy của tâm thức con người hòa cùng vũ điệu thời gian thì xuân chỉ là xuân của bốn mùa, xuân hạ thu đông, trơ cùng tuế nguyệt. Dù có lá xanh mơn mớn khoe sắc hay hoa vàng rực rỡ thắm tươi thì nào ai hay biết ẩn hiện trong đó là hương sắc gì, là nụ cười chưa tắt trên môi, hay ngấn lệ còn nóng hổi mới vừa rơi từ khóe mắt.

Vũ điệu mùa xuân đang tung tăng trên khắp nẻo đường của người Việt lưu cư. Xin mời mọi người mở ngò tâm thức để cùng nhảy với vũ điệu của mùa xuân Mậu Tuất đang về.



## MỘT CHÚT QUÀ CHO EM

- 1.  
người ta đã vất kiệt đất đai  
để có được  
những bông hoa  
những lộc lá non mang chợ bán  
tất cả được bứng tận gốc  
và mang vào trong nhà  
như cường hôn cô gái đẹp  
khi mà mùa xuân vẫn ở lại ven đồi*
- 2.  
bao nhiêu thứ thức ăn mang về  
để rồi đầu năm vứt vào sọt rác  
ký ức của cơn đói năm xưa  
quẩn quanh kẻ chợ  
nỗi buồn thật vẫn còn ở lại  
trong bữa cơm của người nghèo  
và Tết của kẻ gian*
- 3.  
ta đưa em ra đồng  
lúa sạ hôm nào đã lên xanh  
mùa xuân đã đến đây hôm qua  
và ở lại đến sáng mai này  
sương đã đắp lên sương  
và mùa xuân đang ngủ  
ta đắp lên nhau chờ mãi những nụ mầm*
- 4.  
ta còn đây một món quà  
gởi cho em một trời mây trắng  
và thời gian không có phút cuối cùng  
ở cuối biển cỏ xanh  
không còn người mua kẻ bán  
mọi thứ của riêng sẽ trở thành hư thối  
ta tặng nhau món quà có tên gọi  
mùa xuân*

*thơ* TRẦN THIÊN THỊ

## CON CHÓ ĐÓI

Phật khi còn tại thế gian  
Có vua hung ác, bạo tàn, hại dân  
Nghe ngài thuyết pháp ở gần  
Vua theo dân chúng ân cần tới lui  
Xin ngài kể một chuyện vui  
Lại vừa hữu ích cho đời dài lâu.  
Phật bèn kể lại chuyện sau  
Chuyện "Con Chó Đói" xiết bao lạ  
thường.

\*

Thuở xưa có vị quốc vương  
Hung tàn, bạo ngược chẳng thương dân  
mình  
Mọi người khốn đốn, điêu linh,  
Khiến ông Đế Thích hiện hình trần gian  
Dắt theo quý dữ vô vàn,  
Ông thành một bác thợ săn hiền lành  
Quý thành ra chó khôn lanh  
Xác thân to lớn, tinh tình dữ hung  
Thợ săn dắt chó vào cung  
Để xin được yết kiến cùng quốc vương.  
Chó kia tỏ vẻ khác thường  
Tru lên dữ dội như đương bất bình  
Lâu đài cung điện rung rinh  
Quốc vương nghe tiếng thất kinh, rụng rời  
Đòi ông thợ tới trước ngài  
Tâu trình cho rõ để ngài được hay.  
Thợ săn cung kính tỏ bày:  
"Muôn tâu bệ hạ chó này đói ăn  
Là tru lên tiếng dữ dần!"  
Ngài truyền cho chó thức ăn thật nhiều.  
Mang bao nhiêu, hết bấy nhiêu!  
Chó còn vẫn đói! Còn kêu! Còn đòi!  
Đến khi ăn sạch kho rồi  
Chó tru âm ỉ, đèn đài rung rinh  
Tường chùng như xập cung đình  
Quốc vương nhón nháo sợ mình lâm nguy

Hỏi ông thợ có cách gì  
Làm cho chó đói im đi tức thời?  
Thợ sẵn nghiêm nghị đáp lời:  
"Thịt người nó ghét nó thời thích ăn!"  
Quốc vương: "Chó ghét ai chẳng?"  
"Hôn quân, bạo chúa!" thợ sẵn trả lời,  
"Khi dân no ấm nơi nơi  
Chó này lặng tiếng, im hơi, ngoan hiền".  
Quốc vương chợt tỉnh ngộ liền  
Ăn năn hối cải lòng riêng dâng tràn  
Hối về việc ác từng làm  
Khiến dân điêu đứng gian nan, khốn  
cùng.

\*

Phật vừa kể dứt chuyện xong  
Mặt vua tái ngắt, trong lòng xoắn xang.  
Phật bèn khuyên nhủ nhẹ nhàng:  
"Ngày nào nghe chó tru vang trong triều  
Nhà vua hãy nhớ những điều  
Trong câu chuyện kể buổi chiều hôm nay  
Cách làm cho chó im ngay  
Ta tin bệ hạ đã hay biết rồi!"

(thi hóa phỏng theo  
TRUYỆN CỔ PHẬT GIÁO)



thi

TÂM MINH NGÔ TẶNG GIAO



# TÀU HỦ CUỐN RONG BIỂN CHIÊN

## Công thức cho 100 phần ăn:

- 2 thùng tàu hủ khoảng 70 miếng (có thể dùng mướt Mỹ cắt miếng)
- 140 miếng rong biển thứ để cuốn sushi (loại cắt làm hai)
- Bột mì căn, bột gạo
- Gia vị gồm đường, muối, nước tương, bột nêm chay, tiêu.

## Cách làm:

1. Ngâm tàu hủ với hỗn hợp gia vị trên qua đêm
2. Sàng vớt ra rồi, để dành nước gia vị nhúng rong biển gói sau
3. Cắt tàu hủ mỏng làm hai, sau đó cắt làm hai. Vậy là một miếng tàu hủ cắt làm tư
4. Trộn bột mì căn với bột gạo theo tỷ lệ 1-1
5. Lăn tàu hủ qua bột
6. Một miếng rong biển cắt làm hai, nhúng nước gia vị đã để dành ở trên, gói tàu hủ như gói chả giò, xong lăn qua bột cho dính
7. Đem đi chiên
8. Làm nước chấm gừng với gừng xay, muối, đường, soda nước dừa, ớt, cho chút xíu nước tương cho có màu.
9. Ăn với cơm ngon lắm nha.

Món này ăn với nước chấm gừng rất ngon.  
Chúc các bạn làm món chay ngon.

(Nguồn: [amthucchay.org](http://amthucchay.org))



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

## KINH TỪ BI (METTA SUTTA)

### Nguyên nhân giảng kinh

Lúc bấy giờ Thế Tôn đang an trú tại Savatthi. Một nhóm tỳ kheo sau khi được Đức Phật ban dạy những đề mục hành thiền, các tỳ kheo ra đi, tìm nơi thích hợp để thực hành. Các tỳ kheo cùng nhau đi đến một khu rừng vắng để an cư và hành thiền trong suốt mùa mưa (vassana).

Các tỳ kheo thường hành thiền dưới các cội cây to lớn. Các vị thọ thần sống trên cây đã phải tạm dời xuống mặt đất. Nhưng sau một thời gian, cuộc sống dưới mặt đất rất bất tiện nên họ đàm ra bực bội. Biết không thể nào chịu đựng được như vậy trong 3 tháng nên các vị thọ thần sống trên cây đã tìm đủ mọi cách để xua đuổi các thầy tỳ kheo ra khỏi khu rừng. Đêm đêm các vị thọ thần làm đủ cách để phá khuấy không cho chư tăng ở yên hành thiền.

Chư vị tỳ kheo thấy khó mà an trú tâm trong tình trạng như vậy nên trở về bạch lại tự sự với Đức Thế Tôn.

Đức Phật dạy chư Tăng bài *Kinh Metta Sutta* (KINH TỪ BI) và khuyên các vị này trở lại ngay địa điểm trước rồi cùng đọc lên bài Kinh này khi vào rừng, các ngài sẽ được bảo vệ khỏi sự quấy rối.

Chư Tăng trở lại khu rừng và làm theo lời dạy của Thế Tôn. Những tư tưởng Từ ái an lành được ban rải ra, thấm nhuần bầu không khí trong toàn khu rừng. Các vị thọ thần ở khắp nơi trong rừng nghe Kinh cảm thấy thanh bình an lạc, phát tâm kính mộ chư Tăng, và kể từ đó thay vì khuấy nhiễu làm trở ngại, tận tình hộ trì nâng đỡ chư Tăng. Trong ba tháng an cư kiết hạ, Vassana.

Bài Kinh Metta Sutta này được chia làm 2 phần vừa có tánh cách bảo hộ, vừa là một đề mục hành thiền. Phần đầu bài Kinh mô tả những phẩm hạnh mà người mong tìm tình trạng an lành cho mình cần nên trau dồi, và phần sau là phương pháp thực hành tâm Từ, được giải thích cặn kẽ.

(Nguyệt Nguyễn dịch)

### KINH TỪ BI (Thầy Viên Minh dịch)

*Người hằng mong an tịnh,  
Nên thể hiện pháp lành,  
Có khả năng, chất phác,  
Ngay thẳng và nhu thuận,  
Hiên hòa không kiêu mạn.*

*Sống dễ dàng, tri túc  
Thanh đạm, không rộn ràng  
Lục căn luôn trong sáng  
Trí tuệ càng hiển minh  
Chuyên cần, không quuyến niệm*

*Không làm việc ác nhỏ  
Mà bậc trí hiền chê  
Nguyên thái bình an lạc  
Nguyên tất cả sinh linh  
Tràn đầy muôn hạnh phúc.*

*Chúng sanh dù yếu, mạnh  
Lớn, nhỏ hoặc trung bình  
Thấp, cao không đồng đẳng  
Hết thầy chúng hữu tình  
Lòng từ không phân biệt.*

*Hữu hình hoặc vô hình  
Hữu sinh hoặc chưa sinh  
Gần xa không kể xiết  
Nguyên tất cả sinh linh  
Tràn đầy muôn hạnh phúc.*

*Đừng lừa đảo lẫn nhau  
Chớ BÁT MẠN điều gì  
Đừng mong ai đau khổ  
Vì tâm niệm sân si  
Hoặc vì nuôi oán tướng.*

*Như mẹ giàu tình thương  
Suốt đời luôn che chở  
Đứa con một của mình  
Hãy phát tâm vô lượng  
Cùng tất cả sinh linh.*

*Từ bi gieo cùng khắp  
Cả thế giới khổ hải  
Trên dưới và quanh mình  
Không hẹp hòi, oan trái  
Không hờn giận, oán thù.*

*Khi đi, đứng, ngồi, nằm  
Bao giờ còn thức tỉnh  
Giữ niệm từ bi này  
Thân tâm thường an lạc  
Phạm hạnh chính là đây.*

*Ai xả ly kiến thủ  
Giới hạnh được tự thành  
Chánh tri đều viên mãn  
Không ái nhiễm dục trần  
Thoát ly đường sanh tử.*

## KARANIYA METTA SUTTA

### Introduction by Piyadassi Thera

While the Buddha was staying at Savatthi, a band of monks, having received subjects of meditation from the master, proceeded to a forest to spend the rainy season (vassana). The tree deities inhabiting this forest were worried by their arrival, as they had to descend from tree abodes and dwell on the ground. They hoped, however, the monks would leave soon; but finding that the monks would stay the vassana period of three months, harassed them in diverse ways, during the night with the intention of scaring them away.

Living under such conditions being impossible, the monks went to the Master and informed him of their difficulties. Thereon the Buddha instructed them in the Metta sutta and advised their return equipped with this sutta for their protection.

The monks went back to the forest, and practicing the instruction conveyed, permeated the whole atmosphere with their radiant thoughts of metta or loving-kindness. The deities so affected by this power of love, henceforth allowed them to meditate in peace.

The discourse gets divided into two parts. The first detailing the standard of moral conduct required by one who wishes to attain Purity and Peace, and the second the method of practice of metta.

### KARANIYA METTA SUTTA

The Hymn of Universal Love  
Translated from the Pali  
by Acharya Buddharakkhita

*Who seeks to promote his welfare,  
Having glimpsed the state of perfect peace,  
Should be able, honest and upright,  
Gentle in speech, meek and not proud.*

*Contented, he ought to be easy to support,  
Not over-busy, and simple in living.  
Tranquil his senses, let him be prudent,  
And not brazen, nor fawning on families.*

*Also, he must refrain from any action  
That gives the wise reason to reprove him.  
(Then let him cultivate the thought:)  
May all be well and secure,  
May all beings be happy!*

*Whatever living creatures there be,  
Without exception, weak or strong,  
Long, huge or middle-sized,  
Or short, minute or bulky,*

*Whether visible or invisible,  
And those living far or near,  
The born and those seeking birth,  
May all beings be happy!*

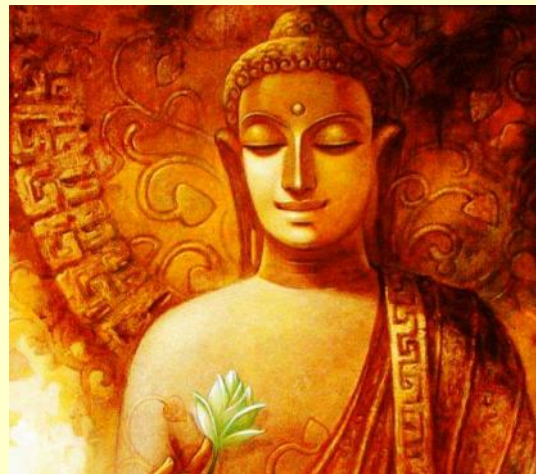
*Let none deceive or decry  
His fellow anywhere;  
Let none wish others harm  
In resentment or in hate.*

*Just as with her own life  
A mother shields from hurt  
Her own son, her only child,  
Let all-embracing thoughts  
For all beings be yours.*

*Cultivate an all-embracing mind of love  
For all throughout the universe,  
In all its height, depth and breadth —  
Love that is untroubled  
And beyond hatred or enmity.*

*As you stand, walk, sit or lie,  
So long as you are awake,  
Pursue this awareness with your might:  
It is deemed the Divine State here.*

*Holding no more to wrong beliefs,  
With virtue and vision of the ultimate,  
And having overcome all sensual desire,  
Never in a womb is one born again.*



# Sông vô xa bờ

THÍCH NỮ HẠNH TÂM

Mùa xuân tôi trở về. Khu vườn chùa vàng rực một màu mai. Sư phụ bảo mai ra hoa nhiều và rạng rỡ hơn mọi năm là để bày tỏ chút tình với người phương xa. Mùa xuân quê hương với tôi đâu chỉ có mai vàng nắng ấm mà còn có cả một bầu trời bình yên trải rộng.

Ngày ấy... sau mấy mùa trồng khoai đậu chẳng thu hoạch là bao, sư phụ quyết định biến khoảnh đất quanh chùa thành vườn mai. Cả tháng trời, mấy thầy trò cặm cuoi làm cỏ cuốc đất, đào thành những hố nhỏ, ủ phân lá rồi trồng lên đó những cây mai còn bé xíu. Đợt mai đầu tiên lá vừa xum xuê thì huynh đệ chúng tôi cũng rời xa mái chùa đi du phương cầu học.

- Các con đi học dăm ba năm sau... khu vườn mai khi ấy cũng rợp bóng rồi. Khi mùa xuân đến, mai sẽ ra hoa chào đón mấy sư huynh trở về.

Tôi thuộc lớp đệ tử đầu tiên được sư phụ cho đi học. Năm năm. Mười năm. Và hơn thế nữa. Thời gian như dòng sông trôi và mỗi người ra đi là một con thuyền độc mộc cứ mãi miết xuôi theo chiều gió nên chưa thể quay đầu.

\*\*\*

... Tôi trở về khi mấy ngày Tết cổ truyền vừa đi qua, xác mai rụng đầy ngoài sân trước ngõ, chỉ có hương vị xuân là còn phảng phất bên ngôi chùa cổ kính yên bình. Không mất nhiều thời gian, tôi thích ứng ngay với giờ giấc cùng nếp sinh hoạt vốn dĩ đã thân quen từ thời còn để chòm. Trở về để mỗi sáng thức dậy, vừa bước ra sân đã nghe hơi ấm nồng

nàn từ ấm chè xanh đặt trên chiếc bàn đá. Dưới gốc mai già, Sư phụ vẫn ngồi trên chiếc ghế nhỏ, vừa uống trà vừa ngắm những bông mai vàng nở muộm. Cũng đã hơn mười năm trôi dạt tha phương, cảnh vật đã nhiều thay đổi, chỉ có người trở lại vẫn thấy mình là một chú đạo nhỏ ngày nào. Chú đạo thích hầu trà thầy mỗi sáng, thích được nghe những lời dạy bảo đạo tình. Sư phụ thường nói mình chỉ là người làm vườn trồng hoa cho đời thường ngoạn. Người làm vườn nay đã là bực trưởng lão đạo cao đức trọng, hằng ngày vẫn chống gậy đi lại ngắm hoa nhật lá và chờ đợi những cánh chim xa quy hồi Bồ Đề.

Ngày đầu tiên trở về, Sư phụ dẫn tôi đi dạo khắp khu vườn rồi dừng lại bên cội mai già:

- Gốc mai to lớn này đã cho hết một đợt hoa sung

mãn rồi đấy. Nhưng con để ý xem... từ trong những nách lá vẫn còn lưu lại vài nụ xanh đang chờ hé nở. Thân cây càng già cỗi thì hương sắc càng nhẹ nhàng đậm thắm. Mai già có sức sống thanh cao mà cũng mạnh mẽ là vậy.

Lúc tôi vào chùa đã nhìn thấy cây mai to lớn này rồi. Khi tạo dựng lại khu vườn, mấy huynh đệ thường nói cội mai già là sư phụ, là điểm tựa cho những cây mai vừa ươm mầm hé nụ. Thầy thường sách tấn chúng đệ tử qua những lời dạy dỗ ân cần mà ẩn dụ sâu xa như thế.

- Thầy đã gieo nơi mảnh đất này những hạt giống đầu tiên để hôm nay những mầm non ấy đã vươn lên thành những cây to cao lớn, cùng đơm hoa kết quả và lan rộng khắp nơi. Hành trình tu học của các con cũng được gieo trồng và nuôi dưỡng trong khu vườn đạo tâm thánh thiện. Mai này khi đạo lực đã vững vàng, mỗi huynh đệ tùy cơ duyên tìm đến một trụ xứ nào đó để hành đạo. Hoảng pháp lợi sanh là trách nhiệm nhưng cũng là tâm nguyện mà hàng xuất gia chúng ta luôn hướng đến trong suốt cuộc hành trình tu tập giải thoát.

\*\*\*



Ngày từ giã sư phụ lên thành phố nhập học, tôi đã nói một câu đầy khí khái:

- Học xong con nhất định sẽ quay về chùa...

Sư phụ cười:

- Đệ tử nào được thầy cho đi học đều nói vậy cả. Nhưng vài năm khi đã quen với môi trường mới, thì suy tư và định hướng cũng thay đổi. Để rồi coi... lúc ấy dù có đem lọng rước, chắc gì mấy chú chịu trở về với ngôi chùa quê vắng vẻ này.

Tôi vẫn tự tin:

- Con sẽ trở về. Sư phụ nói vậy... thì con không muốn đi học nữa.

Sư phụ nghiêm nghị lắc đầu:

- Người tu phải lấy trí tuệ làm sự nghiệp. Tu mà không học là tu mù. Học không tu chẳng khác gì cái đũa đựng sách. Có tu có học, các con mới đủ năng lực làm thầy chúng sanh, đủ nguyện lực đem lại lợi ích cho muôn loài những nơi mình đến. Thầy là người lái đò, đưa đệ tử qua dòng sông tâm thức buổi đầu, khi đã được truyền trao đầy đủ giới luật thì các con phải tự lèo lái con thuyền đạo nghiệp của mình. Sư phụ không mong gì hơn là thấy các chú biết lo tu học, giữ trọn oai nghi phẩm hạnh. Được như thế thì sau này thuận duyên hành đạo ở đâu cũng tốt.

Sư phụ chỉ vào hàng cây xanh hằng ngày Người vẫn chăm sóc rồi nói tiếp:

- Thầy không làm ra những hạt giống mà chỉ là người gieo trên mảnh đất này những mầm cây xanh tốt. Dù gió có đưa những cây xanh đó về đâu thì khi gặp đất lành duyên thuận, nó sẽ phát triển thành những thân cây cao lớn để ra hoa kết trái ngọt cho đời.

Những lời dạy chí tình chí lý của sư phụ ít nhiều đã ứng nghiệm vào cuộc đời tu học của tôi sau này. Lên thành phố, vào trường Phật học, bồi dưỡng thêm các chương trình ngoại khóa... tôi thấy mình vẫn là con suối nhỏ cố vươn ra dòng đại dương tri thức trải dài đến vô tận. Theo xu hướng



xuất ngoại của Tăng sĩ lúc bấy giờ, tôi cũng chuẩn bị cho mình bộ hồ sơ để dự thi vào một trường Phật học ngay tại đất Phật.

Dự định vậy nhưng cơ duyên lại đưa đẩy đến một nơi xa xôi tận bên kia bán cầu. Những tưởng ra đi rồi sẽ trở về. Ấy vậy mà... nhịp sống nơi xứ người như thổi nam châm cứ cuốn hút mọi bước chân lạ tìm đến. Hàng tu sĩ tha phương cầu đạo thời nào cũng có, khoảng cách thời gian có khác nhưng tâm nguyện sở cầu thì hẳn là vẫn tương đồng. Hành trạng du phương của chư Tổ đức chính là kim chỉ nam dẫn lối, là ngọn hải đăng soi đường cho hậu thế bao đời noi dấu chân xưa, tiếp nối con đường hoằng pháp độ sanh. Đem lại sự lợi ích an vui cho người cũng chính là đang vun bồi đạo nghiệp, tu tập giải thoát cho mình cho đời.

\*\*\*

Qua mấy ngày vui xuân đón tết, tôi theo Sư phụ đi hành hương về thăm ngôi chùa của sư đệ ở một tỉnh duyên hải miền Trung, nơi vừa trải qua cơn bão lũ tàn phá khốc liệt. Huynh đệ lâu ngày gặp nhau, niềm vui chuyện vãn suốt đêm vẫn chưa hết. Sáng sớm sư đệ lại đưa tôi ra trước sân chùa

ngắm biển:

- Mặt tiền chùa hướng ra biển thể là hứng trọn cả trận bão đầu tiên ập đến. Ngôi chùa mới xây khá kiên cố nên đứng vững được, chỉ có gian nhà bếp nhà ăn phía sau bị bão đánh sập hoàn toàn. Đêm ấy có mấy em Phật tử về dự khóa tu rồi lưu lại ngủ bên chái hiên nhưng rất may là không ai bị thương.

Khu vườn chùa vẫn còn nguyên dấu tích tan hoang khi bão đổ bộ. Cây cối ngã rạp, gạch ngói ngổn ngang nhưng sắc hoa xuân vẫn tươi tắn rạng rỡ.

- Suốt mấy tháng liền... đệ bận việc cứu trợ nên đến tận cuối năm mới rảnh tay dọn dẹp cho sân chùa có được chút hương xuân ngày Tết. Hàng cây kiểng trước sân đã bị gió bão quật trốc hết cả gốc. Ấy vậy mà, cây mai đệ mang từ chùa sư phụ về trồng lại không hề hấn gì. Mấy ngày Tết vừa qua... mai ra hoa vàng rực cả cây. Khách thập phương đến chùa ai cũng phải trầm trồ chiêm ngưỡng.

Chú Tiểu bưng ra một khay trà đặt trên bàn, sư đệ vừa tự tay châm trà vừa tiếp tục câu chuyện về bão biển:

- Mời Sư huynh dùng chung trà nóng cho ấm bụng.

Tôi cầm lấy chung trà nhưng mắt vẫn hướng ra biển:

- Huynh đang đợi Sư phụ...

- Sư phụ cũng sắp lên rồi.

Dù tuổi cao nhưng mỗi lần ra đây, Sư phụ vẫn thích xuống ngâm nước biển vào lúc sáng sớm như thế. Người bảo nhờ vậy mà thân thể kháng kiện, tinh thần cũng nhẹ nhàng minh mẫn.

Tôi vẫn trầm ngâm tư lự theo dòng suy nghĩ của mình:

- Này giờ huynh đếm cả mấy chục chiếc tàu đánh cá trở về. Cuộc sống của ngư dân một ngày như mọi ngày. Chiều đi sáng về. Nếu biển mãi yên lặng thế này thì với họ cũng là mãn nguyện lắm rồi. Nhưng biển làm gì không có những lúc dậy sóng ba đào...

Sư đệ tiếp lời:

- Đời biển cả là vậy đó sư huynh à. Có sóng gió có bình

yên thì mới là cuộc đời. Nếu cuộc sống mãi bình yên thì con người ta lại cứ đắm chìm vào những đam mê hưởng thụ. Hồi đệ mới ra ra đây hành đạo... mọi người chỉ đến chùa thắp hương cầu bình an cho những chuyến tàu ra khơi. Khi những tàu thuyền trở về đây ắp cá tôm, có tiền họ lại mặc sức ăn chơi tiêu xài hoang phí. Người ta hối hả sống cho hiện tại chứ không hề lo nghĩ đến ngày mai, cũng không biết cúng dường làm từ thiện. Đệ có mời quý thầy về giảng pháp và tổ chức khoá tu niệm Phật tại chùa để khuyến hóa bà con nhưng chỉ có Phật tử ở trên xóm chợ là về dự tu thôi.

Giọng sư đệ chợt chùng xuống:

- Vùng biển này xưa nay nổi tiếng là sóng yên gió lặng.. Vậy mà, vài tháng trước... một cơn bão mạnh đã ập vào. Thế là cả làng chài tan hoang chỉ sau một đêm. Tàu thuyền bị nhấn chìm, người chết giữa biển, người may mắn sống sót trở về thì lâm cảnh màn trời chiếu đất khi nhà cửa tài sản chỉ còn là đồng đồ nát. Mất mát tang thương nhưng rồi mọi người cũng phải gượng dậy để làm lại những gì có thể. Những ngày sau bão, nhiều đoàn từ thiện đổ về cứu trợ lương thực, tiền bạc cùng các vật dụng cần thiết. Nhờ vậy mà Tết đến dù không sung túc như mọi năm nhưng họ cũng có cơm ăn áo mặc, lợp được mái nhà để che mưa nắng. Chính quyền cũng hỗ trợ cho bà con vay vốn để sửa chữa đóng lại tàu bè. Vừa qua mấy ngày xuân, sóng yên biển lặng, những đoàn tàu lại ra khơi. Nhịp sống xóm chài lại nhộn nhịp. Bến cá tập nập người mua kẻ bán...

Cũng rất lâu rồi hai huynh đệ mới có dịp ngồi đối ẩm cùng nhau, câu chuyện đạo tình cứ thế mặc sức tuôn ra:

- Ngôi chùa bị hư hại... đệ cũng nhận được nhiều sự hỗ trợ của Phật tử, của các nhà mạnh thường quân và của sư huynh quyền góp ở hải ngoại gửi về. Tất cả số tiền đó đệ dành hết hỗ trợ cho bà con,



giúp họ sửa chữa lại nhà cửa để ổn định cuộc sống. Điều đáng mừng là bây giờ mọi nhà đều biết hướng tâm về Phật pháp. Họ đến chùa không chỉ để lễ Phật cầu may mắn bình yên mà còn ở lại tụng kinh mỗi đêm cùng tham dự các khóa tu để tâm tư nhẹ bớt nỗi ưu phiền lo lắng.

Tôi gật đầu chia sẻ:

- Hành đạo ở những vùng xa xôi này thường phải đối mặt với nhiều gian nan thử thách là vậy đó. Con người ta khi lâm vào hoàn cảnh bế tắc đau khổ mới bắt đầu hướng cầu tìm kiếm những giá trị tâm linh thiết thực.

Sư phụ vừa tầm biển lên, Người bước tới đón nhận ánh nắng đầu tiên vừa chiếu qua sân chùa:

- Buổi sáng được ngâm mình trong nước biển vừa khỏe khoắn thân thể mà tinh thần cũng nhẹ nhàng thư thái...

Tôi cười:

- Vậy sư phụ phải thường xuyên ra thăm sư đệ để được hòa mình cùng biển nước.

Sư phụ xoa xoa tay sười ẩm rồi mỉm cười thật tươi:

- Vậy thì sư huynh cũng phải thường xuyên về thăm để đưa sư phụ ra đây chứ. À! Hai huynh đệ nói chuyện tiếp đi. Đã bao năm rồi mới gặp nhau, có biết bao chuyện để

hàn huyên tâm sự.

- Chúng con nói chuyện cũng nhiều rồi, thưa sư phụ. Sư huynh đang kể về việc hoằng pháp chuyên tu nơi xứ người. Con thì đang lắng nghe và học hỏi...

Sư phụ gật đầu, tiếp nối cuộc đàm đạo của mấy thầy trò từ đêm hôm trước:

- Việc hành đạo dẫn thân của các con cũng như một dũng sĩ trên đường hành hiệp, phải có nội lực thâm hậu thì mới vượt qua bao được giông bão giữa đời thường. Mỗi bước đi, những nơi ta tìm đến... phải sử dụng thanh gươm trí tuệ mình luôn sẵn có để chặt đứt hết những vòng vây tham ái lợi danh. Thuyền to thì không còn sợ sóng lớn. Tay chèo vững thì ngại gì chốn phong ba. Vượt qua chính mình thì mỗi nơi đến cũng là bến đỗ an lành...

\*\*\*

Mùa xuân đi qua, tôi lại trở về với nơi mình từng đến. Hành trang mang theo chỉ là chút hương xuân còn vương vấn chốn quê nhà. Ngày ra đi, sư phụ trao cho tôi một nhánh mai nhỏ để mang đến trồng trên miền đất lạ. Nơi góc trời tha phương viễn xứ... rồi đây cũng sẽ rực rỡ muôn sắc hoa vàng khi nắng ấm xuân về./.

# Thương điều khó thương

THÍCH NỮ DIỆU PHÚC

Tôi và bạn đi ngược chiều suýt đâm sầm vào nhau. Nhờ câu nói một mình có vẻ bức dọc của bạn: "Cái bản mặt nhìn thấy ghét", tôi thẳng lại kịp và mỉm cười hỏi bạn: "Cái bản mặt có tội gì mà ghét nó dữ vậy?" Bạn hơi ngẩn người: "Không biết, chưa nói gì với nhau mới gặp là thấy không ưa nổi".

Tôi chêm vào: "Bởi vậy đức Phật mới bảo: Yêu không gặp cũng khổ, ghét phải gặp cũng sầu."

Đời có muôn vàn nỗi khổ. Có cái khổ nói được, có cái khổ không thể diễn đạt thành lời. Bạn thấy KHỔ luôn đi kèm với ĐAU không? Dường như giảm được sự bức dọc, bạn vui vẻ tiếp lời: "Và ĐAU luôn dính liền với KHỔ."

Trong vườn, tiếng chim cu gáy đều đều nghe như có cái gì mạn mác đều hiu nhưng dễ chịu. Bông đầu bên xóm nổi lên tiếng chửi rủa, tiếng la hét phá tan không gian êm đềm tĩnh mịch, có lẽ bạn hơi nhú mày khó chịu. Hàng ngày chúng ta sống với những hiện tượng SANH - DIỆT đan xen, biết bao điều dễ chịu và khó chịu kéo đến kèm theo tâm lý buồn vui, chấp nhận hay không chấp nhận. Chúng ta cứ lằng xằng theo vô số dữ kiện bên ngoài tác động khiến tâm mình như những con sóng xô nhau đập vào bờ cát. Và chúng ta cũng bị cuốn trôi theo dòng lên xuống bất tận của cuộc đời. Chúng ta cùng khóc cùng cười, chúng ta thương hay giận, chúng ta mong được giữ lại điều mình ưa thích và muốn tống khứ những điều bất như ý mang đến sự khó chịu trong chúng ta. Chúng ta có được toại nguyện không nhỉ? - Chắc chắn là không. Đức Phật đã dạy: "Tất cả do tâm tạo" (Nhất thiết duy tâm tạo).

Bạn kể: Hôm qua có người gọi điện hỏi đùa bạn: Là đệ tử Phật mà sao không có tâm thương người ấy?

Bạn trả lời: Tôi có dư đã tâm từ không những cho một người mà còn rải khắp đến mọi người. Người ấy chặn ngại: Nhưng bạn chưa lại một ít người. Đúng không?

- Ừ. Mình biết như vậy là không đúng nhưng mà thương hồng nổi. Biết làm sao được!

Tôi đồng cảm với bạn: Thời trung học tôi được nghe bài thơ "Phụng hiến" của thi sĩ Bùi Giáng do thầy dạy toán lớp tôi (anh ruột của thi sĩ) đọc. Trong bài thơ có đoạn:

*"... Xin yêu mãi và yêu nhau mãi mãi*

*Trần gian ôi! Cánh bướm cánh chuồn chuồn*

*Con kiến bé cùng hoa hoang cỏ dại*

*Con vi trùng sâu bọ cũng yêu luôn*

*Còn ở lại một ngày còn yêu mãi*

*Còn một đêm còn thở dưới trăng sao*

*Thì cánh mộng còn tung lên không ngại*

*Như trời xanh tung với kiếng chân cao..."*

Lúc ấy tôi nghĩ đó là tâm từ của Bồ tát, là tâm không phân biệt mà mình không sao với tới. Bởi vì tuổi học trò tôi cũng yêu chuồn chuồn, châu chấu nhưng tôi làm sao có thể yêu được cả sâu bọ, vi trùng.

"Chuyện nhỏ" như vậy mà mình không thể hiện được tâm bình đẳng như lời Phật dạy, huống chi với những sự kiện lớn lao thì sao ta? Tôi tự bản khoăn và chế giễu chính mình.

Tâm từ vốn dĩ bao la cao

quý, là tâm đứng đầu trong Tứ vô lượng tâm (từ, bi, hỷ, xả) mà đức Phật đã dạy. Ở đây tôi chỉ dám nói với bạn về tình thương đơn thuần nhưng đó là chất liệu cần thiết trong cuộc sống đời thường, nó cần thiết như chúng ta cần thực phẩm, cần không khí... Tình thương làm cho con người đẹp ra hay dễ thương hơn. Có lẽ chúng ta phải TẬP thương yêu bắt đầu từ con người... và thương yêu tất cả. Tình thương vốn giản dị nhưng rất khó tìm nếu nơi ấy còn sự đố kỵ, hận thù, ganh ghét... Một tâm địa ác sẽ thể hiện ra hành động ác như nọc độc của thú dữ có thể phát tán làm ảnh hưởng xấu đến môi trường xung quanh nó.

Bạn thấy không? Chúng ta luôn cầu nguyện, mong ước cho mình được an lạc hạnh phúc. Vậy sao chúng ta không mang an lạc hạnh phúc đến cho mọi người quanh ta trước? Những điều tôi chia sẻ với bạn không phải là ý tưởng mới mẻ của tôi mà nhờ tôi được học hỏi chút ít từ giáo pháp Phật, từ những bậc Thầy và từ sự trải nghiệm tự thân. Một khi chúng ta biết "THƯƠNG ĐIỀU KHÓ THƯƠNG" (\*) và sống với mọi người bằng tấm lòng khoan dung rất đối thật thà thì dường như mọi điều chúng ta gặp gỡ trong đời đều sẽ nhẹ nhàng, nhẹ nhàng như những chiếc lá vàng rơi cuối đông giá lạnh, để thay vào đó những chồi non xanh mới trong nắng ấm mùa xuân. Lúc đó, chúng ta sẽ cảm ơn cuộc đời chứ không phải chạy trốn cuộc đời. Tôi lý sự với bạn như vậy.

Cuối cùng tôi kể bạn nghe rằng thiền sư Ajahn Chah khuyên đệ tử Ngài phải là những thùng rác có đáy bị thủng. Các con tiếp nhận mọi rác rến nhưng không giữ lại. Tôi và bạn muốn tiến trên đường giải thoát giác ngộ, trước hết bây giờ hãy tập làm THÙNG RÁC đã.

Thân chúc bạn cùng tất cả... một mùa xuân tràn đầy ANH SÁNG TỰ BI.

(\*) Dipa Ma

# NHÀ HÀNG CHAY BRODARD VEGETARIAN KHAİ TRƯỞNG



Hình ảnh trong Lễ Khai Trương Nhà Hàng Chay Brodard Vegetarian. (Photo VB)

GARDEN GROVE (VB) – Nhà Hàng Chay Brodard Vegetarian, tọa lạc tại 9892 Westminister Ave., Unit R, Garden Grove, CA 92844 đã tưng bừng khai trương vào sáng Chủ Nhật, ngày 28 tháng 1 năm 2018, với sự quang lâm chứng minh của chư tôn đức Tăng, Ni, và sự tham dự của quý vị dân cử, đại diện dân cử liên bang, tiểu bang và địa phương, các cơ quan truyền thanh, truyền hình và báo chí Việt ngữ, cùng đồng hương tại Little Saigon.

Được biết Nhà Hàng Chay Brodard Vegetarian trước đây là Nhà Hàng Brodard Restaurant, mà nay đã dời về địa điểm mới trong khu thương mại nằm tại góc đường Brookhurst và Edinger, thành phố Fountain Valley.

Quang lâm chứng minh Lễ Khai Trương Nhà Hàng Chay Brodard Vegetarian gồm có Hòa Thượng Thích Nguyên Trí, Đệ Nhất Phó



Chủ Tịch Nội Vụ Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNHNK; HT Thích Thiên Long, Tổng Vụ Trưởng Tổng Vụ Từ Thiện Xã Hội GHPGVNTNHNK; HT Thích Nguyên Siêu, Tổng Thư Ký Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNHNK; Ni Sư Thích Nữ Diệu Tánh, Tổng Thủ Quỹ Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNHNK; cùng sự tham dự của quý vị dân cử gồm, Thị Trưởng Westminster Tạ Đức Trí và phu nhân; Nghị Viên Thành Phố Garden Grove Phát Bùi ông cũng là Chủ Tịch Cộng Đồng Người Việt Quốc Gia Nam California; Nghị Viên Garden Grove Thu Hà Nguyễn; Ủy Viên Giáo Dục Khu Westminster Frances Nguyen Thế Thủy; Đại Diện Dân Biểu Hoa Kỳ Alan Lowenthal là anh Lý Vinh Phong; Đại Diện Dân Biểu Hoa Kỳ Lou Correa là cô Christy Le; Giám Đốc Sở Vệ Sinh Thành Phố Midway City Kỹ Sư Nguyễn Mạnh Chí. Đặc biệt là sự có mặt của Đạo Hữu Quảng Nguyễn, Chủ Nhà Hàng Brodard Restaurant và các người con trong gia đình.

Chư tôn đức Tăng, Ni cùng với Ban Quản Trị và Ban Điều Hành đã thực hiện nghi thức niệm hương bạch Phật cầu nguyện.

Hòa Thượng Thích Nguyên Trí, trong lời Đạo Từ Khai Trương Nhà Hàng nói rằng Hòa Thượng đại diện cho Hòa Thượng Thích Thắng Hoan, Chánh Văn Phòng Hội Đồng Giáo Phẩm và Hòa Thượng Thích Tín Nghĩa, Chủ Tịch Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNHNK vô cùng vui mừng trước việc Nhà Hàng Chay Brodard Vegetarian khai trương. Hòa Thượng cho biết từ khi thành lập Giáo Hội đến nay Giáo Hội chưa có cơ sở nào làm tài chánh để có phương tiện làm Phật sự. Nay, nhờ sự phát tâm vô cùng quý giá của Đạo Hữu Quảng Nguyễn đã cúng cho Giáo Hội Nhà Hàng Chay này để có thể thực hiện được phần nào các Phật sự mà Giáo Hội mong muốn. Hòa Thượng thay mặt chư tôn Giáo Phẩm của Giáo Hội tán thán công đức của Đạo Hữu Quảng Nguyễn và những người con trong gia đình đã hoan hỷ thực hiện trợ duyên rất lớn trên con đường phục vụ Đạo Pháp và cộng đồng.

Hòa Thượng cho biết từ nhiều năm qua, Đạo Hữu Quảng Nguyễn đã phát tâm hỗ trợ tài chánh để chư Tăng, Ni làm rất nhiều Phật sự khắp nơi, mà điển hình nhất là hỗ trợ chợ Nguyệt San Chánh Pháp có mặt đều đặn mỗi tháng để phổ biến tin tức, bài vở góp phần hoằng dương Phật Pháp tại Hoa Kỳ.

Hòa Thượng cũng nhân dịp này tán thán





"Hộ Pháp là công đức thù thắng trong việc truyền bá Chánh Pháp làm lợi mình, lợi người.  
Đạo hữu QUẢNG NGUYỄN đã thể hiện tinh thần phụng sự:  
"LÀM LỜI NGƯỜI PHƯỚC DUYÊN CAO CẢ CHO ĐÀO ĐỜI ĐÔI NGÀ VẠN TOÀN"  
Xin hồi hướng công đức khắp pháp giới chúng sanh đều trọn thành Phật Đạo."

Các vị dân cử gốc Việt đã lần lượt phát biểu chúc mừng Nhà Hàng Brodard Vegetarian khai trương.

Hòa Thượng Thích Nguyên Siêu thay mặt chư Tôn Đức và Nhà Hàng bày tỏ lòng đền ơn chư Tôn Đức đã quang lâm trong Lễ Khai Trương. Hòa Thượng cảm ơn Đạo Hữu Quảng Nguyễn và những người con trong gia đình đã đồng mãnh phát tâm làm một Phật sự rất quan trọng góp phần công đức trong công cuộc phát triển Phật Giáo Việt Nam tại Hoa Kỳ. Hòa Thượng cũng cảm ơn quý vị dân cử, quý vị truyền thông báo chí, quý đồng hương Phật tử đã đến ủng hộ trong ngày khai trương.

Sau phần nghi thức khai trương, Nhà Hàng Brodard Vegetarian đã mời chư Tôn Đức và quý vị dân cử, quý vị truyền thông dùng cơm chay của nhà hàng để tỏ lòng cảm ơn đã đến tham dự Lễ Khai Trương.

Nhà Hàng Brodard Vegetarian cũng đã khoản đãi cơm chay miễn phí cho tất cả quý đồng hương đến ăn chay từ 11 giờ sáng tới 3 giờ cùng ngày khai trương. Sau đó Nhà Hàng tiếp đón quý thực khách bình thường trở lại, nghĩa là tính tiền theo thực đơn.

Nhiều người tham dự Lễ Khai Trương, sau khi dùng cơm chay của Nhà Hàng Brodard Vegetarian đã cho phóng viên Việt Báo biết rằng các món ăn rất hợp khẩu vị, đặc biệt là không có nhiều dầu, như món chả giò của Nhà Hàng vừa ngon miệng vừa không có dầu rất hợp với tiêu chuẩn dinh dưỡng khỏe mạnh.

Nhà Hàng Chay Brodard Vegetarian nằm trong khu thương mại ở góc đường Brookhurst và Westminister, Thành Phố Garden Grove, mở cửa từ 9 giờ sáng tới 9 giờ tối để phục vụ quý khách. Điện thoại của Brodard Vegetarian: (714) 643-9271.

công đức của Ni Sư Thích Nữ Diệu Tánh đã không ngại cực nhọc đứng ra lo việc điều hành Nhà Hàng Chay Brodard Vegetarian thay cho chư Tôn Đức.

Hòa Thượng kêu gọi đồng hương Phật tử khắp nơi về ăn chay để nuôi dưỡng tâm từ bi theo lời dạy của Đức Phật và cũng để giữ gìn sức khỏe cho cuộc sống an lạc.

Hòa Thượng Thích Nguyên Siêu thay mặt Giáo Hội trân trọng trao tấm plaque tán thán công đức của Đạo Hữu Quảng Nguyễn và gia đình đã phát tâm cúng dường Nhà Hàng Chay Brodard Vegetarian cho Giáo Hội.

Ni Sư Diệu Tánh đọc nội dung tấm plaque với chữ ký của HT Thích Tín Nghĩa, Chủ tịch Hội Đồng Đồng Điều Hành GHPGVNTN HK, ghi rằng:



# Truyện ngắn trăm linh tám chữ

STEVEN N.



## SẮC TỨC LÀ KHÔNG

Học hành cũng khá, khổ nổi mắc bệnh chấp trước lần đoạn diệt. Sáu Thức hay tìm thầy tranh luận, cật vấn. Có lần y bảo:

- Sắc, không bất nhị sao còn chấp giới luật, hình thức?

Thầy nói:

- Trên phố có đèn đỏ, có luật giao thông để ngăn ngừa tai nạn, để khách khỏi đi sai đường!

Y vẫn cứng cổ:

- Thế thì đâu còn bảo sắc là không được?

Thầy nhần nại:

- Sắc-không nào khác! Mọi vật giả có thì luật thật có sao? Trong tục để không thể lấy chơn để để luận! Anh cần thận, họa-phước cũng không mà có đây!

## SƯ TỬ GIÀ

Thuở còn sung mãn sư tử ta từng thống trị một phần thế gian, bá chủ các đại dương, cai trị một vương quốc rất giàu có, uy quyền tuyệt đối. Muôn loài khiếp sợ, tiếng gầm kêu hãnh vang dội:

- Mặt trời không lặn trên lãnh thổ của ta!

Thời gian qua mau, vô thường thay đổi. Các loài liên kết nhau để thoát móng vuốt của nó. Bờ kia đại dương xuất hiện con đại bàng lớn, khổng

chế bầu trời lẫn các đại dương. Nó nghiêm nhiên thành bá chủ. Sư tử già yếu nằm trên gai tiếc nuối:

- Than ôi, thời oanh liệt nay còn đâu?

## CHÚA XUÂN

Đến hẹn lại lên, Chúa Xuân về trời đất thanh tân, vườn xuân hoa lá tươi thắm, bướm ong rộn ràng, muôn loài hoan hỷ. Có nhóm người đến yết kiến:

- Chúa xuân, xin ở mãi mãi với chúng tôi!

Chúa xuân cười rạng rỡ:

- Ta ở mãi nơi này thì nơi khác sẽ ra sao? Và lại ở mãi một chỗ thì ta có còn là Chúa Xuân?

Bọn họ lại nài nỉ:

- Vây xin Chúa Xuân ban cho chúng tôi một đặc ân.

Chúa Xuân thì thăm:

- Hạ biếc, thu vàng, đông trắng, xuân xanh, bốn mùa sanh diệt nổi nhau ấy chính là đặc ân!

## CHÈ ĐÀN

Có người học Phật, tụng Tâm Kinh lâu lâu nhưng chưa thâm nhập nghĩa lý, dính mắc văn tự. Một hôm nghe đàn, anh ta bảo:

- Cây đàn là có sao bảo không? tiếng đàn làm nhộn nhạo tâm tư nó chắc là phải có!

Anh tìm thầy tranh luận nhưng thầy chỉ cười không nói. Anh về suy tư mãi, đem chữ nghĩa ra chia chẻ, luận tìm vẫn không xong. Anh đem cây đàn ra chẻ trăm mảnh để tìm tiếng đàn là có hay không! Tìm hoài không thấy cái có bèn lẩm bẫm một mình:

- Rõ ràng là có nhưng sao lại là không?

## QUẢNG CÁO

Tiếng đồn đại gia nọ giàu lắm: đất đai bao la, cơ xưởng khắp nơi, cửa chim của nổi vô số... nhưng y trùm sò nức tiếng, bóc lột công nhân tàn tệ! Một hôm truyền thông đưa tin y bỏ một mớ tiền làm từ thiện. Người ta ngạc nhiên quá đổi:

- Chuyện lạ à ghen, chắc tuyệt rơi giữa hè!

Có người thì bảo:

- Thực tâm làm từ thiện thì hãy tử tế với công nhân của mình trước! Sự giàu có này là từ mồ hôi công sức của công nhân!

Kẻ khác thì huých toẹt:

- Mua danh và quảng cáo thương hiệu ấy mà!

## ÍT LY

Xuân về mọi người hoan hỷ lắm, nâng ly chúc mừng sức khoẻ, phát tài và chúc đủ thứ trên đời. Ngày thường vốn đã nhậu nhiều, giờ nhậu thả giàn luôn; nhà cửa bê bối, khách khứa lu bu. Nửa đêm chông về say lảo đảo, vợ cản nhần:

- Ông uống quá coi chừng xơ gan, tai nạn đó!

Anh ta làu bàu thanh minh:

- Nhậu chút xíu, anh em mời quá vô có ít ly mà!

Bà vợ chì chiết:

- Phải đó, mấy ông mà ai hồng biết! ít ly là y lít?

Anh ta cảm rằm:

- Ít ly là lít y, bà nói lộn rồi!

STEVEN N

Ất Lăng thành, 1/2018



## VẤN CHƠI

một ngày kia gặp lại người  
ngồi cùng nhau gặm sự đời năm xưa  
tôi và ông vẫn làm thơ  
vẫn chơi trên suốt bốn mùa nhân gian.

## TÔI ĐI TRONG CÔI

tôi đi trong côi người ta  
mà như đi giữa tha ma côi mình  
tôi đi trong côi vô tình  
hồn gieo tuyết lộ mà hình như không  
tôi đi trong côi mơ màng  
em và em nữa cũng lòng anh đau  
tôi đi trong côi lao đao  
sầu mau tác dạ vui mau tác tình  
tôi đi trong côi hư sinh  
vào ra nẻo chợ xuống lên nẻo đời  
tôi đi trong côi con người  
thâm sâu cố tích là lời dụ ngôn  
tôi đi trong côi phiêu bồng  
mây về ủ núi chút đồng đồng sương  
nên tôi vẫn cứ hoang đường  
yêu em một độ vô thường nở hoa  
tôi đi trong côi như là  
là tôi vẫn một tôi và tôi nay  
là đêm trợn lẫn với ngày  
là tôi đen trắng tình dây cùng tình  
là đời mây gió lênh đênh  
giòng trôi phù hoạt xây tim xuống rìa  
nên về trong nỗi u mê  
tưởng mình là gió mà đi phiêu bồng  
tưởng là có hoá là không  
tưởng là không bỗng thấy sông hiện tiền  
tôi là rằm rộ oan khiên.

## NÁN

cánh cửa rung bản bật  
gió cuồng  
ghế bàn xô lệch  
âm u trời mùa đông  
ly rượu cạn  
thơ ứ giữa lòng.

## QUA CHỖN XƯA

chiều đi qua nhà em  
chân bước, lòng say mèm  
em đang ngồi tư lự  
tình cũ, nhớ hay quên?  
chiều qua nhà người xưa  
đường mở rộng hai bờ  
hàng me già mắt tích  
cảnh cũ chóng phai nhòa  
chiều âm thầm đi rong  
trên quá khứ mơ màng  
thời gian tàn giấc mộng  
không gian xa tác lòng.

## UỐNG RƯỢU CHIỀU MƯA

mưa rào chiều ven sông  
hớp rượu chợt ám lòng  
người ngồi trong quán vắng  
hôi ức về mệnh mông.

## THUA

ván cờ sắp sẵn  
con ruồi bay  
sắc tướng đỏ nhào  
thần hồn lạng quạng  
chai rượu đầy  
pháo qua sông khai cuộc  
khói thuốc lênh đênh  
tàn thuốc rớt  
con ruồi lại bay  
không thời giá hợp  
tệ hại đời.

## BẮT CHỢT

ly bia sóng sánh  
tiếng cười óng ánh  
ven sông chiều mở gió rộn ràng  
lạnh.

thơ PHÙ DU

# Những pho tượng lặng thinh, chờ đợi...

HẠNH CHI

Tôi có đọc một bản tin trên mạng, tác giả là Julia O'Malley, viết về một pho tượng Thích Ca, đá trắng.

Theo bài viết, pho tượng được người cựu chiến binh, tên Suel Jones tìm thấy giữa cảnh hoang tàn đổ nát tại Ngũ Hành Sơn. Ngay khi thoát nhìn thấy pho tượng, Suel đã cảm nhận có điều gì đó gần gũi, gắn bó giữa pho tượng với ông. Và Suel đã không thể quay lưng bỏ đi. Nụ cười từ bi, dáng ngồi an nhiên tĩnh lặng là thông điệp tuyệt vời của tình thương trước bao tàn phá khôn cùng của chiến tranh và lòng thù hận.

Suel đã bỏ ra 500 đô-la để mua pho tượng, và còn phải bỏ gấp đôi số tiền này để gửi tượng về Alaska bằng tàu thủy. Ông dự định dùng pho tượng để trang trí khu vườn nơi ông có căn nhà nhỏ tại thành phố Glacier View, cách Anchorage khoảng một trăm dặm. Ông đã lái chiếc xe tải nhỏ ra bến cảng, khi tượng về tới. Pho tượng được ông nài nỉ cẩn thận sau xe, và trên đường về Anchorage, khi dừng ở đèn đỏ, hoặc trạm xăng, ai thấy cũng đến gần để xem cho rõ, và ai cũng muốn sờ tay vào pho tượng. Ông cũng dừng lại trước tiệm cà phê Side Street, nơi chủ nhân đã trở thành bạn từ hơn hai mươi năm qua. Có lẽ vì thấy tượng quá đẹp nên bạn ông đã đề nghị nên để tượng ở góc quán, nhiều người thấy, sẽ có thể bán được, rồi Suel dùng tiền đó, về Việt Nam làm từ thiện, như ông đã từng, từ bao năm nay. Như thế đúng với ý nghĩa và tấm lòng của Suel hơn là để tượng ở góc vườn nhà mà mỗi năm

Suel đều vắng mặt sáu tháng, khi về Việt Nam làm từ thiện.

Thế là pho tượng Thích Ca đá trắng được an vị ở một góc, tiệm cà phê. Ngày qua ngày, không ai hỏi mua nhưng chủ quán cũng như bao nhiêu khách dừng chân đều thấy như tượng Phật là một thành phần trong đời sống mình. Họ chia sẻ với nhau như thế.

Rồi một ngày, có người lên tiếng hỏi mua tượng. Chưa biết cuộc mua bán ra sao, nhưng đám khách quen đã bùi ngùi truyền tai nhau là sẽ không còn được thấy Ông Phật đẹp dễ này khi đến uống cà phê nữa!

Niềm xôn xao của họ không lâu thì một hôm, có ông khách đến uống cà phê, xong khi ra trả tiền thì không như bình thường, mà ông ta rút ra ba ngàn đô-la, nói với

bà chủ tiệm là ông muốn mua pho tượng với điều kiện là "Ông Phật" sẽ ở lại trong quán, đúng vị trí này!

Và như thế, pho tượng Thích Ca bằng đá trắng vẫn lặng thinh ngồi nơi quán cà phê, một tình nhỏ, nơi có những tấm lòng, chưa từng là Phật tử, chưa từng biết đọc một câu kinh, một tiếng kệ, mà đã được an ủi biết bao khi chiêm ngưỡng Phật.

Phải chăng, Phật thấu rõ lòng người nên đã tạo nhân duyên để có thể đáp ứng bao tấm lòng kính quý này? Vậy thì, đâu có cần thiết là tượng Phật phải ở nơi đài cao điện sáng, nơi đô thị phồn hoa đông đảo người lễ lạy. Phật tới những nơi có người chờ đợi và sẽ độ cho những ai mong được độ.

Hôm nay, vừa đúng một tháng tôi lên ngôi chùa hoang vắng. Thời khóa tự đặt ra, hai



mười bốn giờ mỗi ngày chia đều: ¼ tọa thiền, ¼ tụng kinh, niệm Phật, lay Phật, kinh hành; ¼ nấu nướng, dọn dẹp, ngủ nghỉ, ¼ học nội điển, đọc sách hoặc viết lách.

Thời khóa tự đặt nên cũng tự uyển chuyển theo mưa nắng, nhúc nhích thể nào, Phật không nói mà biết hết!

Trong phần tụng kinh, tôi cứ tuần tự mà tụng. Kinh ngắn thì hoàn kinh trong ngày, kinh dài thì qua tới hôm sau, hoặc hôm sau nữa. Phật lắng thính nghe, tôi có chi mà vội vã!

Hôm nay, sau khi hoàn kinh Địa Tạng Bồ Nguyện Kinh, tôi ngồi yên trên bồ đoàn, quán chiếu những trang kinh vừa tụng và đoạn kinh ở phẩm thứ hai đã trở lại ngay trong trí, trong đó có lời Đức Như Lai an ủi, ủy thác ngài Địa Tạng: " ...*Ta phân ra nhiều thân độ thoát những hạng chúng sanh mỗi mỗi sai khác. Hoặc hiện ra thân trai, hoặc hiện ra thân gái, hoặc hiện ra thân trời, rồng, hoặc hiện ra rừng, núi, sông, ngòi, ao, rạch, suối, làm lợi ích cho mọi người, để rồi độ họ được giải thoát ... hẳn đến hiện ra những thân Thanh Văn, La Hán, Bích Chi Phật và Bồ Tát để hóa độ chúng sanh, chứ chẳng phải chỉ có thân Phật hiện ra trước chúng thôi đâu!*"

Quán chiếu đoạn kinh này đã khiến tôi chợt nhớ tới câu chuyện pho tượng Thích Ca bằng đá trắng và người cứu chiến binh từng tham chiến tại Việt Nam. Tôi bàng hoàng khi nghĩ rằng pho tượng Thích Ca đó chính là "Phật đã hiện ra thân Phật."

Các bạn tôi ơi! Các bạn hãy ngắm xem, điều chi khiến người cứu chiến binh tự phát nguyện dành nửa thời gian mỗi năm của đời mình để quay về nơi chốn ông đã từng tham chiến mà làm công tác từ thiện? Điều chi khiến ông nhìn thấy dung nhan tôn tượng là lập tức bị thu hút tới mức phải bỏ tiền bạc, công sức để thỉnh về? Điều chi khiến những khách hàng của một quán cà phê tỉnh nhỏ đã quyến luyến kính yêu tượng Phật, dù đó chỉ



là tượng đá? Điều chi khiến một người bình thường đã lặng lẽ có một thái độ phi thường là bỏ tiền mua tượng với điều kiện tượng không dời đi đâu, hầu còn mãi là niềm an ủi cho bao người đang lo buồn sẽ không còn được thấy "Ông Phật" nữa?!

Có phải, ở nơi đó, Phật đã hiện ra thân Phật để hóa độ chúng sanh? Ban cho người một nụ cười, ban cho người một niềm tin, ban cho người sự bình an hỷ lạc chẳng là đang Bồ Thí Ba La Mật ư? Và người nhận Bồ Thí Ba La Mật chẳng là đã từng gieo hạt giống Như Lai để rồi sẽ nhận ra Pháp Thí ư?

Trên khắp đại địa này, còn bao nơi chốn đơn sơ hẻo lánh, Phật đã hóa thân mà chúng sanh chưa đủ duyên nhận ra để được hóa độ? Trong hang sâu núi thẳm, chốn rừng rậm sông dài, có chẳng những pho tượng vẫn lặng thính, chờ đợi, để độ những kẻ đáng độ, để dắt xuống thuyền, những kẻ muốn qua sông ...

Chiều nay, trên đường thiền hạnh, tôi đã bước chậm hơn, mỗi khi đi ngang qua tôn tượng. Tượng Quán Thế Âm giữa hồ sen, tượng Địa Tạng Bồ Tát đối diện gác chuông, tượng Đức Thế Tôn chuyển pháp luân lần đầu cho ngũ huynh đệ Kiều Trần Như, tượng Đức Phật Đản sanh bước bảy bước hoa sen,

Tượng Ngài Di Lạc đưa vui cùng trẻ nhỏ, tượng Đức Phật Thích Ca ngồi thính lặng trước rừng thông...

Những tôn tượng uy nghi đẹp đẽ này đã lặng thính ngồi đây hơn mười năm.

Hơn mười năm, bao người đã đến, rồi đi, mà không mang lại cho nơi này một không khí thiền môn đích thực! Tại sao vậy? Có lẽ chỉ Chư Phật thấu biết, nên Chư Phật vẫn ngồi yên, vẫn lặng thính chờ đợi ....

Tim tôi bỗng đập loạn nhịp! Tôi cực kỳ rung động khi như nghe đâu đây vang lên tiếng gọi thầm sâu tận đáy lòng. Tiếng gọi đó âm vang, lập đi lập lại như dội từ lòng núi:

"Tặng thân! Tặng thân! Tặng thân!"

Trời ơi! Phải chăng hơn mười năm, "Phật hóa hiện thân Phật" nơi này để chờ đợi một tặng thân, vì nơi này đang có bao người đáng được độ?

Sức mỗi cá nhân e chưa đủ! Phải là năng lượng của tặng thân mới có thể chuyển hóa nơi vắng vẻ này thành chốn thiền môn tu học, mang lợi ích lại cho người, cho đời.

Và những pho tượng vẫn lặng thính, chờ đợi ...

(*Thiên Di Am, Bedford, Kentucky*)

# Lời nguyện cầu mùa xuân

LAM KHÊ

Mỗi sáng khi cầm chổi quét sạch những chiếc lá rụng trước sân chùa, tôi thường tự hỏi: Người ta nếu không vì mục đích nào đó mà phấn đấu, để tin yêu thì cuộc đời này ắt sẽ nhàm chán lắm. Cũng như công việc tôi đang làm đây vậy. Mỗi sáng chiều ngoài giờ tụng niệm, tôi chỉ lo quét dọn gom lá đem vào cho nhà trú đơn nấu. Những chiếc lá vàng cứ vô tư rơi rụng từ hạ sang đông, chắc cũng thấy mình có ích đôi chút khi được góp phần tu tạo phước điền trong cảnh già-lam yên tịnh.

Lâu dần tôi cũng quen và cảm thấy thích thú với công việc chấp tác thường ngày. Chẳng là khi mới vô chùa, quý sư cô luôn bảo với tôi rằng: "Khi cầm chổi quét sạch rác chính là con đang quét sạch tâm mình. Hằng ngày tâm người ta phải chịu sự tác động của cuộc sống nên bụi trần dễ bám vào. Chỉ có người biết nhìn lại mình qua mỗi công việc, mỗi động tác, thì mới có thể giữ tâm cho thật trong sạch, thanh tịnh..."

Tôi chẳng biết mình có quét sạch hết những bụi bám trong tâm hay không. Nhưng sáng sớm được hít thở bầu không khí trong lành mát dịu, được ngắm nhìn vài cụm mây trắng bay lơ lửng trên không, lòng cảm thấy thật khoan khoái dễ chịu. Cũng lắm khi nhìn lướt qua khuôn viên của mình, tôi lại ngẫm nghĩ đến những chiếc lá vàng tội nghiệp quanh năm chỉ biết rơi rụng theo chiều gió, mà thương cho những phận đời trôi nổi. Những lúc ấy, vừa cầm chổi quét tôi vừa tâm niệm nguyện cầu cho cuộc sống quanh mình luôn được chở che dưới ánh đạo từ

bi an lạc.

Trời cuối đông nên thời tiết càng trở lạnh. Vậy mà suốt tuần lễ nay, khi vừa bước ra sân tôi đã thấy có người đang quỳ lạy trước đài Quan Âm. Chùa vùng quê yên tĩnh, ban đêm ít khi đóng cổng rào, trước sân chùa có một ao sen nhỏ, nơi ấy ngự tọa một đài Quan Âm lộ thiên uy nghi trầm mặc, nên dân trong vùng buổi sáng đi bộ vẫn hay ghé vào lạy Phật ngắm sen. Mỗi ngày sau khi quét dọn xong, tôi thường đến trước Bồ Tát khẩn nguyện. Ngài là vị hóa thân chắc chắn sẽ có mặt khắp nơi để nghe hết những lời nguyện cầu tha thiết của chúng sanh. Chúng sanh có vô biên chướng nghiệp, Bồ Tát cũng nguyện đem vô lượng từ tâm ra để cứu độ, cứu nạn.

Bồ Tát cứu độ chúng sanh thì đâu còn phân biệt màu da quốc tịch. Vì thế mà trước mặt tôi lúc này lại xuất hiện một cô gái ngoại quốc. Cô bé có khuôn mặt bầu bĩnh với làn da trắng trẻo, đôi mắt xanh to cùng mái tóc màu vàng hoe được thắt bím gọn gàng. Cô vận áo thun trắng quần tây xanh - kiểu đồ thể thao, chân mang giày bata. Đây là lần đầu tiên tôi gặp một người nước ngoài đến lễ Phật hết sức chân thành kính cẩn như vậy. Sự thành kính của cô lại biểu lộ một vẻ bi hoài thương cảm. Cô gái hầu như không thấy nghe những gì đang xảy ra quanh mình, ngay cả tiếng chổi quét xào xạc vang trên nền đất sỏi cũng không làm cho con người đang quỳ kia chú ý ngẩng đầu nhìn lên.

Mấy ngày liền tôi vẫn không thể trò chuyện với cô gái lạ, bởi một lẽ... e ngại ngôn ngữ bất đồng. Hơn nữa, tôi sợ khuấy động sự thành tâm của cô, sợ làm cho đôi mắt xanh ngơ ngác như chú nai tơ phải ngẩn ngại mà không thể bày tỏ hết nguyện ước của mình giữa chốn tôn nghiêm. Khi trời sáng hẳn, cô đứng dậy khẽ cúi đầu chào tôi, nói lí nhí vài câu cảm ơn bằng tiếng Việt rồi lặng lẽ ra về. Mọi việc rồi cũng trở lại bình thường khi cô không còn đến chùa mỗi sáng nữa. Tôi lại chú tâm vào công việc của mình. Thỉnh thoảng nghĩ đến cô như một bông hoa lạ bỗng lạc loài vào tận thôn trang vắng lặng mà vẫn giữ được dáng vẻ vững vàng tự tin. Một cô gái đến từ phương xa, khác hẳn về phương ngôn sắc tộc. Nhưng tôi vẫn thấy ở cô toát lên một phong cách của người Á đông qua sự thành kính lễ lạy, qua ánh nhìn của đôi mắt có chiều sâu thăm thẳm.

Sáng nay khi tôi đang chuyên chú vào việc quét sân thì cô gái hôm nọ lại đến. Cô đi cùng một phụ nữ, chắc là người ở vùng này. Người đàn bà khẽ chào tôi và nói:

- Thưa cô! Đây là cháu gái của con từ Pháp về. Tên cháu là Rosa. Sáng nay Rosa bảo tôi dẫn đến đây để cảm ơn cô trong mấy ngày nó đến chùa cầu nguyện. Rosa nói tiếng Việt chưa rành lắm. Bà ngoại cháu là người ở đây nên thỉnh thoảng cháu cũng theo mẹ về thăm quê ngoại.

Rosa - cái tên nghe thật hay và ý nghĩa, một đóa hồng hung nở rộ giữa ngày đông lạnh lẽo. Vừa suy nghĩ thoáng qua, tôi vừa nhìn cổ bé. Rosa

trước mặt tôi lúc này không còn sự ngại ngùng xớt nét, mà sao trong đôi mắt trong xanh ấy cứ dọi với những nỗi niềm xa vắng mênh mông. Cô nói chuyện với âm giọng nhẹ nhàng mà trầm buồn da diết.

- Hôm nay Rosa đến để từ giã cô. Đáng lẽ Rosa và mẹ ở lại ăn Tết cổ truyền với ngoại, nhưng vì lý do đột xuất, phải theo mẹ trở về vào ngày mai.

- Dường như Rosa có điều gì buồn lắm thì phải. Chắc tại cảnh vật ở miền quê này chẳng có gì thú vị...

- Dạ không. Rosa thích ăn Tết với ngoại lắm. Rosa muốn được đến chùa cầu nguyện. Ở đây Rosa cảm thấy yên ổn thoải mái vô cùng. Rosa buồn vì....

Cô bé nghẹn lời rồi quay nhìn về đài Quan Âm. Như tôi đã đoán ra ngay từ lúc mới gặp, đôi mắt buồn của cô ẩn chứa biết bao tâm sự. Và tâm sự ấy đã được người dì kể lại một cách tường tận. Bồ Rosa làm việc cho một hội từ thiện quốc tế. Ông đi nhiều nơi. Đến các vùng bị thiên tai động đất hoành hành, đến cả những nơi chiến sự đang nóng bỏng để cứu trợ giúp đỡ mọi người. Thế rồi trong chuyến đi định mệnh đầu mùa xuân năm ngoái, ông bị bọn khủng bố sát hại cùng nhiều người khác. Rosa suy sụp sau cái chết của người cha mà cô rất yêu thương gần gũi. Từ đó cô bé gần như mất hết phương hướng, mất cả niềm tin vào cuộc sống. Cô bỏ luôn kỳ thi đại học. Người mẹ phải đưa con về quê ngoại cho khuây khỏa.

- Rosa rất thích nghe ngoại tụng kinh. Dù không hiểu gì nhưng Rosa thấy tâm hồn mình được nhẹ nhàng yên tĩnh, phần nào với bớt nỗi thương tâm. Ngoại bảo Rosa đến chùa cầu nguyện với Quan Âm Bồ Tát. Vậy mà mai này... Rosa phải theo mẹ trở về...

Nghe chuyện buồn của cô, tôi phải cố lựa lời an ủi:

- Cuộc đời này luôn chứa đựng nhiều nỗi bất an đau khổ Rosa à. Phật khi vừa chứng



đạo quả Bồ đề cũng đã nói "Đời là biển khổ." Khổ vì sanh lão bệnh tử, khổ vì thương yêu chia lìa, khổ vì gặp điều bất như ý. Từ trong biển khổ ấy... Rosa cũng biết hướng lòng về nguồn cội tâm linh để tìm một nơi an ổn thuần thiện chơn chánh. Chính điều này sẽ giúp cô lấy lại lòng tin vào cuộc sống, cũng như giúp cô can đảm chấp nhận với thực tại, can đảm vượt qua nỗi đau thương mất mát này...

Tôi nói một hơi mà quên là Rosa có thể chẳng hiểu hết bao nhiêu lời đó. Nhưng cô bé vẫn chăm chú lắng nghe. Vầng trán thông minh khẽ nhíu lại như cố ghi lại vài câu triết lý mà tôi vừa thốt ra. Một lúc lâu sau cô mới lên tiếng đáp lời, vẫn là những âm thanh nhỏ nhẹ đều đều qua mấy lời bộc bạch chân thành:

- Rosa luôn tự hào về người cha của mình. Sự mất mát về một người thân yêu thật không có gì bù đắp được. Nhưng rồi ngày tháng trở về sống nơi quê ngoại, nhất là được nghe kinh, đọc sách mà ngoại và quý thầy đưa cho, đã giúp Rosa cảm nhận ra nhiều điều. Như lời sư cô vừa nói, cuộc đời quả đầy dẫy nỗi bất an đau khổ. Hạnh phúc thì mong manh, sự bất hạnh luôn dày vò chờ chực. Chỉ khi lòng người ta biết hướng

thượng, biết nghĩ đến những điều tốt đẹp thì đời sống mới có ý nghĩa. Một tâm hồn biết chia sẻ luôn đón nhận niềm an vui hạnh phúc thực sự.

Đến lúc này tôi lại lắng tâm để nghe cho hết lời Rosa nói. Cô nói rõ ràng mạch lạc. Tuy đôi lúc cũng ngập ngừng dừng lại và người dì phải bổ sung vài từ để cho cô diễn đạt tiếp. Trò chuyện với hai dì cháu, tôi được biết Rosa dù tinh thần đang chao động sau cái chết của bố, song cô cũng có nhiều dự tính cho tương lai. Rồi đây cô sẽ chọn ngành Đông phương hay Xã hội học. Rosa muốn đi theo con đường của bố. Muốn làm một nhà từ thiện xã hội chơn chánh. Cô sẽ tìm đến những nơi cần đến để xoa dịu bao vết thương đời tang tóc.

- Rosa không sợ nguy hiểm à?

- Nếu Rosa có đủ niềm tin và nghị lực thì không có gì đáng sợ. Chẳng phải Bồ Tát Quan Âm thường hóa thân đi khắp nơi để cứu giúp muôn loài đang kêu cứu đó sao? Rosa không dám ví mình như vậy. Nhưng Rosa sẽ học theo hạnh nguyện đó. Hằng ngày Rosa vẫn cầu nguyện Bồ Tát và điều đó giúp Rosa thêm vững vàng nội lực. Dù ở đâu Rosa vẫn không quên cầu nguyện. Mùa Xuân đang trở về. Mùa xuân ở đây thật yên lành vui vẻ. Điều mà Rosa luôn cầu nguyện là làm sao cho mọi người đều được giác ngộ trong ánh sáng từ bi của Bồ Tát, cùng chung sống chan hòa, cùng biết yêu thương san sẻ đến muôn người...

Tiến khách ra khỏi hàng rào dâm bụi, tôi trở vào lo công việc của mình. Tiếng chổi quét sân nhẹ lướt trên thêm lá đổ. Mặt trời cũng vừa lên. Lá vàng tung bay trong gió. Lòng tôi lúc này đang phẫn chấn nên thấy cảnh vật như có muôn ngàn bài thơ xuân sắc. Trong vườn... những cây mai vàng trút lá vừa kết vài nụ hoa đầu tiên giữa tiết trời đông giá lạnh./.

# Vua A Dục trở về với Phật giáo

Soạn giả: THÍCH MINH CHIẾU  
(Truyện Cổ Phật Giáo)

Lúc Đức Phật còn tại thế, Ngài đã đem Chánh pháp phú chúc cho các vị quốc vương và đại thần, để sự truyền bá Phật pháp mau phổ biến.

Từ ngày Đức Phật diệt độ, nếu quan sát trong lịch sử Phật giáo, thì thấy có hai vị quốc vương thật hết lòng lo hộ trì Phật pháp. Tại xứ Ấn Độ, thì có vua A Dục. Ở Trung Hoa thì có đến mười ông vua có nhiệt tâm với đạo, nhưng chỉ có ông Lương Võ Đế hết lòng vì đạo hơn cả.

Nay xin thuật sơ lịch sử của vua A Dục:

Nguyên vua A Dục là dòng dõi của A Xà Thế vương, thân phụ của Ngài tên là Tần Đầu Sa, thân mẫu thuộc phái Bà La Môn.

Khi Ngài còn nhỏ thì thân thể rất thô kệch xấu xa, nên vua cha chẳng thương yêu. Đến lúc Ngài thành nhân, thì oai võng hơn người và võ nghệ xuất chúng.

Sau nhân có việc nội loạn tại thành Hư Thị La, vua cha mới sai Ngài đi chinh phục. Khi đầu đó được bình yên, vua cha thấy Ngài có công lao nên phong làm Thái tử.

Cách ít lâu, vua Tần Đầu Sa thăng hà, thì Ngài kế vị, song tánh rất bạo tàn vô đạo, đến nỗi giết hết mất trăm người tôi đại thần và kẻ thân thuộc.

Mùa xuân năm ấy... trăm hoa đua nở, cảnh vật vui tươi, Ngài mới dẫn bọn cung nữ đi dạo khắp vườn hoa mà thưởng ngoạn. Khi ra ngắm cảnh vườn xuân, bọn cung nữ chỉ lo chơi giỡn và trầm trồ khen ngợi vẻ đẹp thiên nhiên, chớ chẳng quảy quần bên Ngài như lúc ở tại nội điện. Vua nổi



giận, truyền bắt giết tất cả, rồi tức thì trở về cung, chớ không đi thưởng ngoạn nữa. Lúc ấy, toàn dân trong nước đều ta thần cho Ngài là một ông vua đại gian ác.

Đã vậy mà Ngài còn lập ra một chỗ gọi là: "Địa ngục ở trần gian," đặt tên là vườn "Ái lạc" ngoài thì sắp đặt cực kỳ tốt đẹp, nào là ao sen non bộ, cỏ quý hoa thơm, cũng như công viên, để cho nhân dân mặc tình đến đó mà thưởng thức giải trí...

Nhưng trong thì có non đảo rừng kiểng, lò lửa vạc dầu, và đủ các món khí cụ để hành hình người một cách ghê gớm.

Hễ người nào vào trong vườn Ái lạc đó, thì ngục tốt bắt giam, rồi cứ hành hình. Còn những thể nữ ở trong cung mà cãi cộ xung đột với nhau, thì bắt đem vào cho chủ ngục phân xử. Thiệt là một cái thảm trạng thống khổ của nhân gian không kể xiết.

Khi ấy có một vị Tỳ kheo, nhân đi khất thực nơi thành Hoa Thị, vì chẳng thông đường xá nên lạc vào vườn "Ái lạc," nhìn thấy cảnh tượng bên ngoài thì tốt đẹp lạ lùng, còn phía trong quả là một chốn địa ngục. Thầy Tỳ kheo hoảng kinh, toan kiếm đường trở ra, ai ngờ bị ngục tốt đón bắt lại. Thầy hết sức yêu cầu mà bọn ấy không dung thứ, nên thầy ben khóc òa.

Chủ ngục thấy vậy liền hỏi:

- Thầy là người tu hành, sao mà sợ chết đến nỗi khóc như con nít vậy?

Thầy Tỳ kheo đáp:

- Tôi chẳng phải sợ chết mà khóc, vì sợ mất sự lợi ích cả một đời người của tôi, nên mới ai bi như thế?

- Sự lợi ích làm sao, Thầy bày tỏ cho tôi nghe thử?

- Số là tôi mới xuất gia, chưa chứng đạo quả. Tôi nghĩ lại thân người khó đặng, Phật pháp khó gặp, nay rủi sa vào chỗ ác địa này, thế nào cũng phải hủy mạng, thì còn đâu mà tu học nữa nên tôi mới khóc, chứ tôi đâu có sợ chết.

Thầy Tỳ kheo nói rồi, mới khẩn cầu với chủ ngục xin dung thứ cho Thầy sống sót trong bảy ngày, rồi sẽ hành hình chẳng muộn.

Chủ ngục thấy người tu, thì cũng động tâm, nên y theo lời của Thầy xin mà đình lại bảy ngày mới toan hạ thủ.

Ngày đầu, thầy Tỳ kheo nhìn thấy cách hành phạt rất độc ác, nào là người phụ nữ thân hình tốt đẹp mà bị bỏ vào cối quết người thì xương tan thịt nát, xem rất ghê sợ; nào là bọn ca nhi nhan sắc tuyệt vời mà cũng bị quăng vào lò



lửa, đưa thì rút tay co cổ, đưa thì há miệng nhả răng.

Thầy Tỳ kheo thấy cảnh tượng ấy thì sanh lòng nhàm chán, mới nhớ lời Phật dạy rằng: "Sắc lịch dụn dàng dường như bọt nhóm, dung y đẹp để mà đầu còn hoài." Nhờ chỗ dẫn chứng lời của Phật dạy đó mà Thầy tỏ ngộ, dứt hết các đều tạp nhiễm, liền chứng đặng quả A La Hán.

Đến ngày thứ tám, ngục tốt bèn bắt Thầy đem bỏ vào chảo dầu, rồi chắt củi mà đốt. Song khi lửa hạ và củi thành tro mà dầu trong chảo vẫn tự nhiên không nóng.

Chủ ngục thấy vậy nổi giận, đánh đập bọn ngục tốt, rồi hối đem củi cho nhiều và chụm thêm vào mãi mãi, nhưng đến khi xem lại trong chảo dầu thì thấy Thần Tỳ kheo ngồi kiết già trên hoa sen, xem bộ tự nhiên chẳng hề lay động chút nào cả. Chủ ngục hoảng kinh, lật đật đến tâu tự sự cho vua A Dục rõ.

Vua tách nóng như lửa, khi nghe tin ấy liền tức tốc đi thẳng đến vườn Ai lạc.

Vua vào đến nơi, thì thấy Thầy Tỳ kheo hiện thân lên hư không, biến đủ 18 phép thần thông, trên mình thì nước tràn lênh láng, phía dưới thì lửa cháy rần rần, thí như một hòn núi lớn ở giữa không gian vậy.

Vua A Dục đứng nhìn sững sốt một hồi, rồi tự nghĩ: "Minh với Thầy Tỳ kheo này cũng đồng là loài người, cơ sao Thầy lại đặng phép thần thông tự tại như thế, còn mình thì lo việc sát hại nhân dân, làm việc đại ác!"

Vua nghĩ như thế nên vội vàng quỳ xuống bạch với vị Tỳ kheo ấy rằng:

- Ngựa mong Thánh giả chiếu cố đến tôi, xin hạ xuống nơi đây, tôi nguyện từ rày về sau bỏ dữ làm lành mà quy với Ngài.

Thầy Tỳ kheo đáp:

- Hay thay! Hay thay! Nay đại vương đã tự hối mà quy đầu Tam bảo, thì sẽ đặng phước đức vô cùng và hân hạnh cho dân chúng biết bao.

Thầy Tỳ kheo nói xong, liền dùng thần lực của mình mà trở về tịnh xá.

Khi vua A Dục đã quy y theo Phật rồi, thì trong lòng hân hoan vô cùng, định sửa soạn trở về cung. Bỗng người chủ ngục đến tâu:

- Khi Đại vương lập ra cảnh 'Nhân gian địa ngục' này, có ra lệnh hễ ai vào đây thì không cho ra. Tôi đã thọ mạng rồi, nên không dám cãi. Còn Đại vương là bậc thiên tử cũng phải nhất ngôn mới được."

Nghe chủ ngục nói như



thế, vua A Dục mới hỏi:

- Cứ theo lời của nhà người nói đó, thì bây giờ nhà người muốn giết ta hay sao?"

Chủ ngục đáp:

- Quả như lời của Đại Vương đó, thì mới đúng với quân lệnh.

Vua A Dục liền hỏi lại chủ ngục:

- Vậy khi ban sơ tạo vườn Ai lạc này, nhà người với quả nhân ai vào đây trước?

Chủ ngục thưa:

- Tâu Đại vương, tôi vào đây trước.

Vua nghe đáp như vậy, tức thì truyền cho ngục tốt áp lại bắt chủ ngục bỏ vào chảo dầu, đồng thời ra lệnh phóng hỏa đốt hết cả vườn Ai lạc.

Từ đây về sau, vua bỏ hẳn các điều dữ mà làm những việc lành, và tâm tách hết sức từ bi nên kể thời nhưn đồng ca tụng là Đạ-Ma A Dục Vương (ông vua hiền lành).

Sau lại nhờ đức Ưu Ba Cúc Đa (Tổ thứ tư) giáo hóa thêm, nên vua càng tin ngưỡng Phật pháp hơn nữa, chính vua đã phái 256 vị Cao tăng đi khắp trong xứ để truyền bá Phật giáo...

**Thiện Dụng**



# Mùa Xuân cổ quận

TIỂU LỤC THẦN PHONG

Những ngày mùa đông phương ngoại đang chìm trong giá lạnh. Miền Đông Bắc có nơi lạnh hơn cả sao Hỏa. Miền Tây lửa cháy hơn cả Hỏa Diệm Sơn. Cổ quận cũng đang tơi tả trong mưa bão, xả hồ liên miên; chưa kể bao nhiêu bất ổn, nhiễu nhương khác nhưng trời đất và lòng người đang hướng về mùa xuân.

Cao trào mua sắm, ăn chơi của Tết Tây đã lắng xuống. Cuộc sống đang trở lại nếp cũ thường ngày, guồng máy xã hội tiếp tục quay trong sự cần mẫn, hối hả. Người Việt thì lại bắt đầu cho một cuộc chơi mới. Người người rộn ràng chuẩn bị về quê để hưởng một cái Tết khác. Tết cổ quận, Tết của dân tộc, tổ tiên! Có không ít người bảo rằng: "Tây chỉ có một cái Tết. Ta thì hai cái Tết và còn bao cái lễ khác nữa, hưởng tới bến luôn!"

Người Việt dù tha phương với bất cứ lý do gì, tâm hồn họ vẫn luôn đau đáu hướng về quê hương, nơi chôn nhau cắt rốn của mình. Khi mùa xuân cổ quận đã ngấp nghé bên thềm thì mọi người lũ lượt quay về. Nơi ấy có cả một khung trời kỷ niệm tuổi thơ, có mộ mã tổ tiên ông cha. Nơi ấy vẫn còn bao thân thuộc, bạn bè, làng xóm. Nơi ấy còn là cái văn hoá, cái gốc gác của mình! Sống ở hải ngoại dù có đầy đủ vật chất, cuộc sống phong lưu, tự do... nhưng trong tâm hồn ai ai cũng có một nỗi hoài niệm về Tết cổ quận!

Không biết tự bao giờ Tết đã trở nên quan trọng như thế đối với người Việt. Dù đi đâu cũng cố về nhà trong ba ngày Tết để mà tế tổ tiên, mừng tuổi ông bà, tào mộ, lễ chùa... Ngày Tết em xúng xính áo lụa,

hài râu chải gội. Anh mắt nhìn không rời, làm bao chàng trai khác phải hò lơ. Con trẻ rộn ràng với pháo chuột, với những trò chơi dân gian: lô tô, bầu cua cá cọp... Ngày Tết thăm viếng họ hàng, gặp gỡ bạn bè... Mọi người ai ai cũng vui vẻ hoan hỷ. Ai cũng chúc nhau những lời tốt đẹp. Ai cũng sẵn lòng bỏ qua hay gác lại những khuất tất, xích mích trong năm. Ngày Tết như kết nối mọi người, như cởi mở lòng ra với nhau, với trời đất, vạn vật muôn loài. Ngày Tết cổ quận gắn liền với lịch sử dựng nước giữ nước của cha ông. Ngày Tết bắt đầu với bánh tét-bánh chưng vào đời vua Hùng. Mùa xuân năm bốn mươi Hai bà Trưng đánh đuổi Tô Định, lập quốc đóng đô ở Mê Linh. Mùa xuân cổ quận lập quốc với nhà nước Vạn Xuân của nhà Tiền Lý. Mùa xuân mở ra thời đại Lý-Trần với hào khí Đông-A vô cùng rực rỡ. Giặc tan, nước yên, chính sự vững. Vua

Trần lên Yên Tử. Từ đây mùa xuân Yên Tử hồng hoá Phật Pháp, xiển dương dòng thiền Trúc Lâm. Cho đến mùa xuân Kỷ Dậu là đỉnh cao của chủ nghĩa anh hùng ca dựng nước và giữ nước. Người anh hùng dân tộc áo vải cờ đào cỡi voi vào Thăng Long! Lễ đời vốn có thịnh-suy, có sanh-diệt... bên cạnh những mùa xuân huy hoàng, những ngày Tết hỷ hoan. Nước Việt cũng trải qua những mùa xuân mất mát, tang thương đầy máu và nước mắt!

Mùa xuân cổ quận với những tập tục đẹp, đầy ý nghĩa nhân văn cao cả như: "mừng một Tết cha, mừng ba Tết thầy"... Mọi người hy vọng một năm mới nhiều mắn mẫn và tốt đẹp hơn. Không biết tự bao giờ mọi người vẫn gọi mùa xuân trời đất, mùa xuân dân tộc là xuân Di Lạc! Ngoài ý nghĩa huyền ký trong kinh ra thì hình tượng ngài Di Lạc quá hoan hỷ nên gắn liền với mùa xuân để khởi đầu cho năm mới, khởi đầu một thời gian mới, một vận hội mới! Bạn là Phật tử hay không thì mỗi khi xuân về mà gặp hình tượng ngài ngồi ung ung, tự t ại và cười hoan hỷ như thế thì lòng bạn cũng cảm thấy an lạc, vui vẻ và thư thái biết bao! Mùa xuân cổ quận, mùa xuân dân tộc, xuân Di Lạc hay gọi với bất cứ danh tự nào cũng đều gợi nhớ đến quá khứ cha ông và hy vọng đến tương lai con



cháu thế hệ mai sau. Mùa xuân kết nối cũ và mới, truyền trao giữa đời trước và đời sau, duy trì mạng mạch lịch sử, văn hiến của quốc gia, dân tộc.

Những ngày mùa đông trời phương ngoại lạnh lắm, nhớ nắng ấm năm nào của cố quận xa xăm. Đã quá nửa đời người rồi giờ như chợt "ngộ." Ngày xưa khi mới ra đi, hội nhập với xứ người háo hức lắm, tuổi trẻ xốc nổi nên không có ý niệm gì mấy về khái niệm Tết hay xuân cố quận. Giờ thì lại thấy thiết tha biết bao, có phải chẳng mình đã già? hay là mình đã chín chắn hơn? Con cáo chết quay đầu về núi, con chim bay về nam, con cá hồi dù sống ngoài đại dương nhưng vẫn quay về thượng nguồn sông suối để sanh con và chết! Hành trình vạn dặm trở về của nó có không biết bao nhiêu là tai họa, chướng ngại nhưng từng đàn cá hồi vẫn cố vượt qua để quay về! Thượng nguồn sông, suối; cội nguồn xuân là lẽ tự nhiên của đất trời, của vũ trụ càn khôn. Nó không phụ thuộc vào cái ý chủ quan, đoàn tri, thiểu trí của bất kỳ ai hay nhóm nào. Có nhiều người nhầm lẫn hay cố tình mập mờ giữa quốc gia và triều đình và cũng có nhiều người cố tình đánh lộn nhập nhằng triều đình và quốc gia! Kể cũng đáng tiếc thay. Cho dù có thể nào đi nữa thì mùa xuân cố quận vẫn lung linh trong ta như câu chuyện "Ngày xưa ngày xưa..."

Cuộc sống hiện đại hôm nay với những thay đổi chóng mặt, với những thành tựu khoa học, kỹ nghệ quá tân kỳ đã làm cho những nét truyền thống văn hoá, những cái đẹp cổ truyền đang phai nhạt đi rất nhiều. Những thế hệ trẻ sanh sau càng ngày càng ít biết hay tha thiết gì mấy với khái niệm "Mùa xuân cố quận." Mặc dù có những cố gắng tổ chức hội chợ xuân dân tộc... Âu đó cũng là cái giá phải trả của cuộc sống hôm nay!

Ất Lăng thành, 8/1/18

## The Story of Ekuddāna the Arahat

*Dhammapada, Verse 259*

While residing at the Jetavana monastery, the Buddha uttered Verse (259) of this book, with reference to a Bhikkhu, who was an Arahat.

This Bhikkhu lived in a grove near Savatthi. He was known as Ekuddāna, because he knew only one stanza of exultation (Udana) by heart. But the thera fully understood the meaning of the Dhamma as conveyed by the stanza. On each observance day day, he would exhort others to listen to the Dhamma, and he himself would recite the one stanza he knew. Every time he had finished his recitation, the guardian spirits (devas) of the forests praised him and applauded him resoundingly. On one observance day day, two learned theras, who were well-versed in the Tipitaka, accompanied by five hundred Bhikkhus came to his place. Ekuddāna asked the two theras to preach the Dhamma. They enquired if there were many, who wished to listen to the Dhamma in this out of the way place. Ekuddāna answered in the affirmative and also told them that even the guardian spirits of the forests usually came, and that they usually praised and applauded at the end of discourses.

So, the two learned theras took turns to preach the Dhamma, but when their discourses ended, there was no applause from the guardian spirits of the forests. The two learned theras were puzzled; they even doubted the words of Ekuddāna. But Ekuddāna insisted that the guardian spirits used to come and always applauded at the end of each discourse. The two theras then pressed Ekuddāna to do the preaching himself. Ekuddāna held the fan in front of him and recited the usual stanza. At the end of the recitation, the guardian spirits applauded as usual. The Bhikkhus who had accompanied the two learned theras complained that the devas inhabiting the forests were very partial.

They reported the matter to the Buddha on arrival at the Jetavana monastery. To them the Buddha said. "Bhikkhus! I do not say that a Bhikkhu, who has learnt much and talks much of the Dhamma is one who is versed in the Dhamma, (Dhammadhāra)." One who has learnt very little and knows only one stanza of the Dhamma, but fully comprehends the Four Noble Truths, and is ever mindful, is the one who is truly versed in the Dhamma."

Then the Buddha spoke in verse as follows:

**Verse 259:** He is not "one versed in the Dhamma (Dhammadhāra)" just because he talks much. He who hears only a little but comprehends the Dhamma, and is not unmindful is, indeed, "one versed in the Dhamma."

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

# Bụi đường

(tức Phương Trời Cao Rộng 2)

Truyện dài của **VĨNH HẢO**

## Chương Năm

Ngôi tháp của Hòa thượng Trí Hữu chỉ mới được hoàn tất ở phần móng và thân tháp, chưa tô nước xi-măng láng, phết vôi, viết câu đối... Phần việc còn lại ấy sẽ do thầy đương kim trụ trì, cũng là một đệ tử của Hòa thượng, đảm nhận. Vậy là chúng tôi lên đường, không nản nả thêm ngày nào dù rằng mấy ngày ở Non Nước kể cũng thú vị. Ngoài ra, vì cũng đã cuối năm âm lịch, thầy Thông Chánh cần phải có mặt tại Nha Trang trước Tết để phụ lo dọn dẹp, làm vệ sinh quanh núi cùng quý thầy khác ở chùa Hải Đức như mọi năm.

Qua cửa sổ của xe đò, tôi sung sướng nhìn ngắm cảnh đẹp quê hương. Dãy Trường Sơn hùng vĩ ẩn hiện ở trời tây sau những lớp sương dày buổi sáng. Sát ven quốc lộ, thỉnh thoảng lại mọc lên một túp lều tranh hay một dãy nhà san sát tùm lại với nhau tạo thành một khu phố chợ nhỏ cho vùng thôn dã. Còn lại là những cánh đồng bát ngát, trùng điệp nối nhau, dọc suốt con đường xuôi nam. Đất trời quê hương khi nghĩ đến, tôi thường có ngày trong đầu hình ảnh của những đám ruộng bao la ấy. Tôi đã từng ngắm cảnh ruộng đồng

như vậy trong những chuyến đi xa, từ Nha Trang vào Thành (Diên Khánh), Cam Ranh, Phan Rang, hay từ Nha Trang ra Hội An, Đà Nẵng, Huế... Vậy mà lần nào nhìn lại, ngắm lại, cũng thấy đẹp, thấy rộng rãi một nỗi yêu thương thể nào đó rất sâu, rất thấm. Đường như chỉ có màu xanh lá mạ và màu xanh da trời khi cùng được trải dài theo chiều ngang của tầm mắt mới phản hiện được sự kết hợp hài hòa nhất giữa đất trời mênh mông. Ư thì cũng là đồng lúa xanh dưới vòm trời biếc mà tôi thường cùng chú Tửu đi "coi nước" từ lúc mới cấy-tức là trông coi nước trong ruộng có đầy đủ không—; cũng là những ngọn mạ xanh tươi mà tôi từng học cấy, học gặt, học đập, học suốt, học phơi, học cào, học đãi, học sàng... vào mùa gặt. Đồng ruộng nơi đâu cũng một vẻ như nhau thôi. Nhưng bây giờ, những khoảnh ruộng xanh ngát hai bên đường hiện hiện trước mắt tôi một vẻ đẹp khác hơn. Quyện theo sắc màu mềm mại óng mượt của những ngọn lúa, tôi còn thấy được rõ ràng cả tình yêu và sức sống của người dân nước tôi.

Bao nhiêu bom đạn chiến tranh đã rơi xuống đất này. Bao nhiêu người dân vô

tội đã ngã xuống ruộng này. Mồ hôi và máu của họ đổ ra cho niềm hi vọng một ngày mai tươi sáng của quê hương. Họ không có những ước mơ to lớn như nhà lầu, xe hơi, danh vọng, tiền tài, chức tước... Họ chỉ mong mỗi bom đạn đừng rơi nữa và dân một nước hãy chung sống hòa bình với nhau, bám lấy đất này, vun bồi đất này mà sống. Bây giờ, chiến tranh đã kết thúc-vắng, nói như thầy Thiện Phước: *chiến tranh đã chấm dứt*—nhưng đất nước hai miền bây giờ đồng lúc, phải bị dẫn dắt vào một cuộc phiêu lưu hoang tưởng khác. Cuộc phiêu lưu ấy vốn đã chẳng mang lại gì tốt đẹp, an vui cho một nửa phần đất phía trên, nay lại bức hiếp luôn cả nửa phần còn lại phải dẫn vào. Nó còn khiến người dân bất an, sợ hãi hơn cả tiếng bom rơi, đạn nổ của thời chiến tranh. Nhìn đất ruộng, nhìn những bác nông phu thay trâu kéo cày, những người đàn bà lom khom cấy mạ... tự dưng tôi thấy ấm ức trong lòng một điều gì đó. Điều này tôi sẽ không nói được với ai, ngay cả với thầy Thông Chánh, người anh tinh thần rất thân quý của tôi. Tôi chỉ biết nghen và thực sự muốn khóc. Tôi không ngờ lúc này tôi lại miễn cảm như vậy. Mấy tháng trước tâm tôi như gỗ đá

đến độ tôi có thể tưởng được rằng tám gió có thổi cũng chẳng lay động gì (*bát phong xuy bất động*: tám ngọn gió thổi cũng không bị động tâm. Tám ngọn gió ấy là được và mất, phi báng và ca tụng, khen và chê, vui và buồn)! Có lẽ sau cơn bệnh, sau một cơn dẫn xóc cả tinh thần lẫn thể xác, tôi đã mất đi phần nào sự tự chủ. Cũng có thể là, theo cách nói của thể gian, tôi đã bắt đầu bước vào giai đoạn đẹp đẽ nhất của đời người, qua đó, bao yêu thương và khát vọng tuổi trẻ đâm chồi nảy lộc mạnh mẽ, sung mãn, tự do, không sức nào ngăn trở nổi...

\*\*\*

Chúng tôi về đến Nha Trang vào lúc nắng chiều đã tím cả chân trời phía tây. Leo đến bậc cấp chót của chùa Hải Đức thì đèn điện trong chùa đã thắp cả rồi. Chúng tôi cùng đến bái kiến thầy Hải Tuệ, vị bốn sư của tôi.

"Mới về tới hả?"

"Đạ."

"Thôi, xuống dưới tắm rửa, cơm nước gì đi cho khỏe, ngày mai ngày một hãy nói chuyện."

Tôi lui được vài bước thì thầy Hải Tuệ gọi giật lại, hỏi:

"Đã ăn uống bình thường lại được chưa?"

"Đạ, bình thường rồi ạ."

Thầy im một lúc rồi nói:

"Không có gì phải vội vã. Cái thường hằng thì không có mất đâu mà sợ, mà lo tìm gặp."

Tôi theo thầy Thông Chánh bước xuống nhà ăn, vừa bước đi vừa tự hỏi tại sao thầy tôi có thể đoán được những nỗ lực tinh thần của tôi trong việc tu tập. Phải chăng người xuất gia nào cũng trải qua giai đoạn đó trong tuổi thanh niên của mình? Và phải chăng vị thầy nào trước đây cũng đã từng đổ bệnh, từng sống chết với sự định tâm, nỗ lực truy tìm chân lý... rồi trở thành một con người mới, như tôi hôm nay? Con người mới sẽ là một con người rất bình

thường, sống ở chùa như cây cỏ mọc trên rừng, không cần bày biện những lý tưởng cao xa hay những mục tiêu to lớn nào hết. Cứ hít thở không khí lành mạnh, cứ làm tất cả những công việc chay tịnh ở chùa là tự đứng sẽ đến mục tiêu, sẽ đạt lý tưởng, có thể hôm nay, có thể ngày mai ngày một, hay một ngày không tên nào đó, không cần phải nỗ lực tìm kiếm, không cần phải hăm hở ngày một ngày hai lo đào bới công án, thoạt đầu để thành Phật thành Thánh lập tức.



HT. TRÙNG SAN THÍCH HẢI TUỆ  
(1922 — 1991)

\*\*\*

Nhân sự của nhà bếp hồi trước năm 1975 hùng hậu lắm, nay chỉ còn cô Bảy và chú Đông. Cô Bảy nấu ăn, chú Đông rửa chén. Ngoài ra, có một công việc rất nặng nhọc là bõ củi do thầy Huệ An đảm trách. Như vậy, kể luôn thầy ấy vào nhóm nhân sự nhà bếp, vị chi ba người.

Cái lò nấu của viện là loại lò đặc biệt do viện thuê một kiến trúc sư vẽ kiểu, vì viện cần một loại bếp qui mô để nấu ăn cho tập thể đông người. Lò nấu trông như một cái bệ, đúc bằng gạch, tô xi-măng, chia làm hai phía bởi một ống khói vuông lớn cao vút khỏi mái nhà; mỗi phía có

ba lò, vị chi là sáu lò, mỗi lò có diện tích gần một mét vuông; mỗi lò lại có tám vị sắt nặng chông, lắp lên nhau theo thứ tự từ lớn đến nhỏ như các vòng của hồng tâm, khi nấu nổi lớn thì lấy bớt các vị sắt nhỏ ở khoảng giữa ra, khi nấu nổi nhỏ thì lắp các vị lớn vào cho vừa với kích thước của đáy nồi đang sử dụng. Tám vị sắt với tám kích thước khác nhau như thế cho phép người ta nấu bất cứ loại nồi hay chảo nào. Phía dưới hai cái lò nằm ở giữa có một khung hổng để đun củi, và củi này thường là loại củi lớn mới đủ sức nung nóng cho cả ba lò. Nếu muốn lửa tập trung nơi lò giữa thì ngăn hai lỗ thông hai bên bằng hai tấm vị sắt. Chính vì cái kiến trúc đồ sộ đó mà việc bõ củi đòi hỏi nhiều công sức. Trước năm 1975, có trên hai trăm thầy học tăng trẻ ở đây, chuyện bõ củi cung ứng cho nhà bếp được chia phiên cho những thầy mạnh khỏe và quen việc. Nay viện chỉ còn trên dưới hai mươi người phải chia nhau nhiều công tác khác nên không đủ người để cáng đáng công việc này nữa. May mà có thầy Huệ An tự nguyện nhận lấy, làm một mình, suốt ngày, từ tháng này sang tháng nọ.

Thầy Huệ An gốc người Nam, chẳng rõ tỉnh nào. Người thấp, lưng hơi khòm. Hai vai, một xệ xuống, một kéo lên, lúc đi thì chỉ có một tay trái đánh đàng xa, còn tay phải thả lỏng xuống, bất động xuôi theo thân hình. Chẳng phải bị tật nguyền gì, chỉ tại thầy quen như vậy. Thầy có đôi mắt lộ, sáng quắc. Thường cười nổi vui vẻ với mọi người. Khi cười thì cười sang sảng với từng chuỗi dài, bất kể giờ giấc nào, nhưng cũng có khi thầy im lặng suốt ngày, chẳng nói năng gì, trông như là đang hờn giận ai. Có người hỏi tới thì trợn mắt, lầm lì bỏ đi. Nhưng thực ra thì thầy chẳng bao giờ hờn giận ai cả. Tánh tình bất nhất, khó hiểu như vậy nên có người cứ tưởng là thầy bị "mát giầy" hay bệnh tâm thần chi đó. Hôm nay, sau mấy năm đi

xa gặp lại thầy dưới bếp, tôi hơi ngạc nhiên vì cách ăn bận của thầy. Cứ tưởng là một anh lính nào đến chùa làm công quả. Đầu thầy đội mũ cát-két, loại của địa phương quân. Chân mang giầy lính. Áo may-ô ngắn tay nhộp nhúa đậm mồ hôi. Quần ka-ki rằn ri, lại là của quân đội. Tôi nghĩ, có lẽ vì công việc bổ củi đòi hỏi như vậy, chứ cứ mặc những quần áo vạt hở mỏng manh của nhà tu thì làm sao chịu nổi, rách nát hết thì lấy tiền đâu mà may. Trước năm 1975, dù học tăng có xăn tay làm công tác gì cũng phải giữ quần áo tươm tất, không vì công việc mà mất oai nghi thể diện của tập thể. Nếu có mặc may-ô để bổ củi thì cũng ở chỗ khuất chứ không phải đi nghinh ngang dưới bếp-nơi thường có phật-tử qua lại hay tụ tập đông nhất. Từ sau năm 1975, hình như những luật tắc oai nghi của nhà chùa cũng theo hoàn cảnh lao động tay chân của nhân dân cả nước mà nới lỏng ra. Chẳng ai chấp nhất chuyện một tăng sĩ mặc đồ nửa tăng nửa tục hay hoàn toàn thể tục như cách ăn bận của thầy Huệ An. Hơn nữa, thầy ấy đã là người bắt chấp dư luận, đã là người mà ai cũng cho là "mát giầy" thì chuyện chấp nhất có còn ý nghĩa gì nữa đâu!

Cô Bảy người Bình Định, là một bà mẹ hiền của một quân nhân tử trận. Mất con, cô vào chùa làm công quả, cầu nguyện và làm mẹ hiền của nhiều chú tiểu hay nhiều học tăng trẻ từng sống ở Phật học viện Hải Đức này. Đêm ngày cô lo nấu nướng phục vụ chư tăng không biết mệt mỏi và cũng không biết đòi hỏi phần thưởng nào khác cho mình ngoài sự cầu nguyện cho đứa con chết trận. Cô là người làm công quả tín tâm, thuần thành và "dễ thương" nhất trong số những người làm công quả ở chùa mà tôi biết. Các thầy ở tứ xứ từng ghé qua hay tu học một thời gian ở chùa Hải Đức cũng đều công nhận như vậy. Cô không những là một đệ tử cung tận tụy lo làm việc chùa mà có



khi còn thể hiện được cái tình của một bà mẹ đối với quý thầy, quý chú trẻ tuổi. Không biết có phải người con chết trận của cô xưa kia là một chú tiểu nên bây giờ cô thương quý và chăm sóc quý thầy quý chú như con ruột? Cô không phải chỉ biết lo chuyện nấu nướng. Cô còn thăm hỏi, giúp đỡ quý thầy quý chú từng món quà hay món tiền để mua sách vở học, mua thuốc uống khi bệnh. Tiền bạc ở đâu cô có thì chẳng ai biết. Chỉ thấy cô mua món này món nọ để biếu quý thầy quý chú khi cần thiết. Thầy Thông Chánh nói mấy tháng sau tháng tư 1975, có một đạo viện Hải Đức bị thiếu hụt tiền chợ, cô Bảy đã đem tiền túi của cô để lo thực phẩm cho viện một thời gian.

Còn chú Đông thì quê ở Đại Điền, Diên Khánh, là một gã đàn ông lực lưỡng, có bộ mặt thô kệch với cái trán thấp đầy vết nhăn, nhú lại như một miếng vải nhàu nằm trên đôi mắt lộ với đôi người đồ ngầu của một người say sưa. Sống mũi không có, dẹt như muốn hõm vào trong tạo thành một cái rãnh bằng ngang giữa hai mắt. Hai cánh mũi to mà lại bẹt ra, chừa hai cái lỗ toang hoác tưởng chừng có thể nhét vào được cả hai viên bi thủy tinh. Miệng chú thì rộng nhưng đôi môi quá

mỏng khiến cái môi trên cứ vênh lên như một ụ đất, hay như hình dạng của một cái mái nhà. Răng chú thì vàng khè, đóng từng bợn nâu ở giữa các kẽ. Có lẽ vì chú hút thuốc rê quá nhiều. Chú thường mặc chiếc áo cộc tay, màu nâu, loại vải nhà chùa. Không bao giờ thấy chú mặc quần dài. Bao giờ cũng cái quần xà-lõn, khi màu trắng, khi màu nâu. Tượng đi chú nặng nề, đôi chân trần không bao giờ mang giép nên thỉnh thoảng trên nền đất, có thể nghe được từ xa. Hình tượng dị hợm như vậy đó, nhưng tánh tình chú rất dễ thương, ai nói gì cũng cười. Có khi cũng biết giận dỗi nhưng chỉ chút xíu là lại cười, bỏ qua ngay. Nghe nói trước kia chú Đông cũng là một nhà sư, cùng thời hoặc sau thầy bốn sư của tôi vài năm. Chú tu sao đó mà không thành, phải bỏ ngang, rồi cuối cùng lại trở vào chùa xin một phòng nhỏ để làm một cư sĩ quanh năm công quả, tự nguyện gánh những công việc cực nhọc nhất trong chùa. Có lần tôi nài chú kể chuyện đời cho nghe mà chú kể gì đâu dài dòng với cái giọng khàn khàn khó hiểu, cuối cùng là cười sằng sặc, khiến tôi cũng chẳng biết nãy giờ chú nói gì. Ai hỏi tới chuyện đời tư của chú cũng đều được chú kể theo cung

cách như vậy, cho nên, con người thô kệch mà chất phác đồ dù có mặt hàng ngày ở chùa mà hãy còn là một nhân vật huyền sử, còn ẩn giấu đâu đó trong đôi mắt đục là cả một thời quá khứ oanh liệt hay đầy đau khổ... chẳng ai biết nổi.

Nhà bếp của viện nằm ở một vị trí khá đặc biệt: nơi hội tụ của hai con đường Bình Minh và Hoàng Hôn. Từ chùa Long Sơn (Tỉnh Hội) qua viện Hải Đức, người ta bằng hết con đường Hoàng Hôn bọc theo lưng núi thì đến ngay nhà bếp của viện. Phía dưới xóm Xưởng đi lên cũng vậy, từ con đường đá lờm chờm của đường Bình Minh tẻ lên tam cấp cao, vừa dứt bậc cấp cuối cùng thì đến ngay hông nhà bếp với dãy phòng ăn nhỏ của các chú tiểu và khách thập phương. Như vậy, từ cái băng ghế gỗ ở góc nhà bếp, nơi mà chú Đông hay nằm tréo giò trên đó để ngủ trưa, người ta có thể quan sát được kẻ đến người đi qua hai con đường nói trên. Mà thiên hạ đến viện, sau khi vượt qua một trong hai con đường ấy, tự dưng ai cũng muốn ghé vào nhà bếp để nghỉ ngơi, xin nước uống, trước khi đi thăm viếng quý thầy quý chú hoặc lễ Phật. Cho nên, nói đến viện Hải Đức mà không nói đến cái nhà bếp này thì coi như chỉ thấy được vẻ tĩnh chứ chưa thấy được chỗ động của nó. Nhà bếp ở đây là địa điểm quan trọng lắm. Nó là điểm gặp gỡ, là nơi tụ về, là tụ giao thông của những con đường lớn nhỏ trên viện. Quý thầy từ hai dãy tầng phòng muốn đi xuống trai đường, chánh điện hay nhà khách, cũng phải đi ngang hoặc xéo qua góc nhà bếp. Bao nhiêu thể hệ tăng sĩ, bao nhiêu tao nhân mặc khách của chốn bụi hồng lạc bước hoặc hăm hở đến đây cũng đều ghé ngang hoặc ngồi nghỉ trên chiếc băng gỗ dựa vào cây cột chính của nhà bếp. Và hôm nay, mới từ phương xa trở về, tự dưng tôi lại tìm thấy từ nhà bếp của viện một hoạt cảnh, hay đúng hơn, một bức tranh

## TÂM KHÔNG

*Từ em bỏ phở lên rừng  
Cồi trăm năm mộng lung chừng cuộc thôi  
Vẽ mù sương một phương trời  
Viết trang bôi điệp thom lời mẹ ru.*

*Từ em bỏ lại phù hư  
Đạo chừ hôm sớm kinh thư bạn cùng  
Lời từ cõi lặng thanh không  
Nghĩa từ câu chữ góp cùng nguyện ca.*

*Từ em bỏ lại người – ta  
Đạo tình thanh nhẹ có ta có người  
Chừ em hiểu vẹn nụ cười  
Trên môi Phật nở rạng người tâm không.*

thơ MẶC KHÔNG TỬ



sống động và thơ mộng nhất mà chỉ từ cái nhà bếp với lịch sử nhiều năm hội tụ mới có thể vẽ nên được. Đó là sự tập trung một cách hài hòa và tự nhiên của ba nhân vật dị thường: thầy Huệ An, cô Bảy và chú Đông. Một tăng, một nữ cư sĩ và một nam cư sĩ. Họ là những người ít nói nhất, chỉ biết lặng lẽ làm việc, làm những việc nặng nhọc nhất, tầm thường nhất, từ sáng đến tối. Từ điểm hội tụ, họ xuất hiện như những cánh hoa rừng. Những cánh hoa ấy

không tượng trưng cho trí tuệ cao vời của tầng môn hay kiến thức quảng bác của tục khách. Chúng chỉ mọc lên một cách hoang dại, sơ khai, không cần tự tổ điểm mà cũng không phải để tô điểm một cái gì. Chúng chỉ có mặt và trong im lặng, tự thể hiện bản thể của chúng.

(còn tiếp)

Vĩnh Hào