



CHÁNH PHÁP

PHÁT HÀNH MỖI ĐẦU THÁNG

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

SỐ 4 - THÁNG 8.2009



Chư tôn đức Tăng Ni trong mùa An Cư Kiết Hạ năm 2009 tổ chức tại Phật học viện Quốc Tế, North Hills, California

NGHĨ VỀ CÔNG CUỘC HOẰNG PHÁP TẠI HẢI NGOẠI

Khi một bệnh nhân trải qua cơn thập tử nhất sinh, nhưng nhờ gặp thầy và thuốc hay mà bình phục hay bệnh tình thuyên giảm, thì điều chắc chắn là người bệnh nhân đó nếu có dịp rất muốn giới thiệu, tiến cử thầy thuốc và phương thuốc đó cho những người khác. Tương tự như vậy, người Phật tử một khi đã cảm ứng được ân đức và diệu lực bất khả tư nghì của Chánh Pháp đức Phật thì không một ai mà không muốn đem Chánh Pháp đó đến cho mọi người. Đó là chí nguyện hoằng dương Chánh Pháp của tất cả người con Phật, xuất gia và tại gia. Việc đó được xem như là việc nhà:

“Hoằng pháp vi gia vụ.”

Hoằng pháp được thực hiện qua nhiều sắc thái và cấp độ đa dạng. Một người sống đúng lời Phật dạy, ứng dụng một cách hiệu quả Chánh Pháp, thì bản thân người đó đã đóng góp một cách thực sự cho công cuộc hoằng pháp. Tại sao? Bởi vì qua người đó, người khác thấy, hiểu và tin rằng giáo pháp của đức Phật quả tình mang lại lợi lạc cho con người. Do đó, những người chung quanh sẽ phát khởi tín tâm đối với Phật Pháp. Đó là cách hoằng pháp trong phạm vi nhỏ nhất, trong sắc thái thầm lặng nhất. Tuy nhiên, nó lại là cái nền tảng không thể thiếu ở

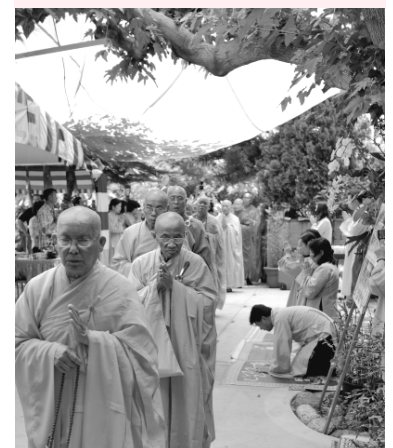
bất cứ người con Phật nào khi có ý nguyện đem giáo pháp đức Phật truyền bá cho tha nhân. Nó là cái vốn liếng ắt có và đủ để mọi công cuộc hoằng pháp được thực hiện trên mọi cấp độ, mọi bình diện.

Hoằng pháp trên bình diện rộng hơn là có chủ đích đem Phật Pháp truyền trao cho người khác, cho nhóm người nào đó, hay cho cộng đồng xã hội. Trên bình diện này, đòi hỏi người sắm vai trò hoằng pháp phải có một số kiến thức về Phật Pháp và thế học, một số kỹ năng, một số phương tiện và quan trọng hơn cả là nguyện lực bố thí Chánh Pháp vô giá.

(xem tiếp trang 2)

NỘI DUNG SỐ NÀY:

- **NGHĨ VỀ CÔNG CUỘC HOẰNG PHÁP TẠI HẢI NGOẠI** (Huỳnh Kim Quang), trang 1
- **ĐẠO PHẬT QUA CÁI NHÌN THẾ GIỚI ÂU TÂY** (Nguyễn Siêu), trang 4
- **CUỘC KHỦNG HOẰNG HIỆN ĐẠI** (HT. Thích Trí Chơn dịch), trang 5
- **TỔNG LUẬN VỀ YẾT-MA** (HT. Thích Trí Thủ), trang 6
- **XÂY DỰNG HẠNH PHÚC GIA ĐÌNH** (HT. Thích Thắng Hoan), trang 8
- **LY VÀ TÀN** (Chánh Trí), trang 10
- **TỪ ĐÊM NHÌN SAO MAI MỘC...** (Thích Phước An), trang 12
- **NHẬN THỨC VÀ TINH THẦN TU ĐẠO CỦA THANH THIẾU NIÊN PHẬT GIÁO** (Tâm Minh), trang 14
- **PHÓNG SINH** (Không Quán), trang 16
- **ĂN RAU HAY ĂN THỊT** (Mỹ Đức Phạm Kim Dzung), trang 18
- **CHÚNG TA LÀ THẾ GIỚI** (Nguyệt Nguyễn dịch), trang 21
- **NGƯỜI ĐI TÌM LỜI THƠ** (Cư sĩ Liên Hoa), trang 22
- **BÓNG MẸ** (Vinh Hữu), trang 24
- **TIN TỨC PHẬT GIÁO THẾ GIỚI** (Diệu Âm lược dịch), trang 26
- **THƠ:** HT. Thích Đức Nhuận, TK. Thiện Hữu, Hàn Long Ân, Mai Phước Lộc, Tâm Thường Định, Vinh Hào, Sương Lam...



NGHĨ VỀ CÔNG CUỘC HOẰG PHÁP TẠI HẢI NGOẠI

Tâm Huy — Huỳnh Kim Quang

Hơn ba thập niên có mặt tại hải ngoại, trên một địa bàn địa lý rộng lớn hầu như khắp các châu lục, từ Âu sang Á, từ Úc sang Mỹ, người phật tử Việt Nam đã làm được gì cho công cuộc hoằng pháp? Câu hỏi đặt ra không phải là vấn nạn mang tâm trạng ngỡ vực mà là tạo cơ hội cho một sự nhìn lại đối với sứ mệnh lớn lao này.

Câu trả lời chắc chắn nhanh và dứt khoát không cần suy nghĩ, rằng suốt ba thập niên qua người phật tử Việt Nam tại hải ngoại đã thật sự có nỗ lực và có thành tựu trong công cuộc hoằng dương Chánh pháp của Phật đà.

Quả thật vậy, nếu không có thành tựu trong công cuộc hoằng pháp thì ngày nay làm gì có hàng trăm ngôi chùa, Phật học viện, tu viện, cơ sở văn hóa Phật giáo Việt Nam có mặt khắp nơi trên thế giới. Tại các chùa, hàng tuần, hàng tháng đều có các buổi giảng Phật pháp, các khóa tu Bát Quan Trai, Niệm Phật, tụng Kinh, bái sám, hành trì, v.v... Hàng năm các cộng đồng, các giáo hội Phật Giáo Việt Nam tại hải ngoại đều tổ chức các buổi lễ đặc biệt vào các ngày lễ lớn như Tết, Phật Đản, Vu Lan, v.v... Tại Châu Âu, khóa tu học Phật Pháp hàng năm quy tụ đến năm, bảy trăm tăng, ni và phật tử tham dự. Đây là một thành tựu rất đáng khích lệ.

Đã biết vậy, tại sao còn nêu ra câu hỏi làm gì? Vì có thành tựu nhưng chưa đúng mức, chưa đáp ứng đủ nhu cầu thực tế, chưa mở rộng địa bàn khả thi và quan trọng hơn nữa còn để nhiều chỗ trống cho tương lai. Xin trình bày một số sự kiện như sau.

1. Công cuộc hoằng pháp lâu nay mới chỉ chú trọng đến đối tượng là những người lớn mà chưa thật sự nhắm đến đối tượng là tuổi trẻ trong cộng

đồng người Việt tại hải ngoại.

Có thể có người nghĩ rằng, tại Việt Nam từ trước tới nay vẫn vậy, nhưng số lượng phật tử cũng đâu có thuyên giảm từ thế hệ này sang thế hệ khác, tuổi trẻ rồi mai một lớn lên cũng sẽ giống như thế hệ cha ông là về chùa, theo Phật.

Thực tế ở hải ngoại khác xa hơn ở Việt Nam. Tại Việt Nam, trong bối cảnh đất nước và xã hội với truyền thống văn hóa và đạo Phật ăn sâu vào lòng người, cho nên chuyện theo Phật gia truyền là điều dễ xảy ra. Tuy nhiên, ngay cả tại Việt Nam hiện nay cũng không hoàn toàn như vậy, huống gì ở hải ngoại. Tại hải ngoại, tuổi trẻ lớn lên trong môi trường học đường và văn hóa Âu Mỹ, một nền văn hóa trong đó đạo Phật mới chỉ ở vị thế rất nhỏ, rất yếu, rất mờ nhạt, nên việc không theo đạo Phật của ông bà, cha mẹ là điều rất dễ xảy ra. Muốn cảm hóa tuổi trẻ thì phải có phương thức thực tế và thích hợp. Chẳng hạn:

- Trước hết phải nâng tuổi trẻ lên thành đối tượng truyền bá thực sự quan trọng như đối với thế hệ người lớn. Không xem tuổi trẻ như là đối tượng chính thức và quan trọng để cảm hóa thì có nghĩa là bỏ quên một thế hệ. Việc này sẽ dẫn đến khoảng trống tương lai. Kinh nghiệm của Phật Giáo Nhật Bản tại tiểu bang Hawaii cho thấy rõ điều này. Thế hệ đầu tiên của người Nhật đến định cư tại Hawaii chỉ nhắm vào việc duy trì và phát triển văn hóa Nhật Bản và Phật Giáo Nhật trong thế hệ những người lớn tuổi. Chùa chiền mọc lên khắp nơi, phật tử lớn tuổi đi chùa rất đông. Nhưng rồi sau đó, đến thế hệ thứ 2, tình trạng hoàn toàn khác hẳn, nghĩa là tệt hại đến thảm thương, vì chùa chiền không ai đến, thế hệ thứ hai của người Nhật không biết Phật Pháp là gì. Ngày nay, tại Hawaii nhiều chùa Nhật đã phải

bán đi, hay cố gắng hiến cho các tổ chức công ích sử dụng làm nơi sinh hoạt xã hội.

- Phải truyền bá Chánh pháp bằng ngôn ngữ mà tuổi trẻ sử dụng thường ngày, đó là Anh ngữ.

- Do đó, từ kinh điển, giáo lý và thuyết giảng đều phải dùng tiếng Anh, tiếng Mỹ.

- Phải lắng nghe và tìm hiểu tuổi trẻ muốn gì, bằng cách nào để cảm thông, cảm hóa họ.

- Và do đó, cần phải có đội ngũ nhân sự đáp ứng đầy đủ các điều kiện kể trên để thi hành công tác truyền bá Phật Pháp cho tuổi trẻ.

2. Công cuộc hoằng pháp lâu nay mới chỉ nhắm đến cộng đồng người Việt tại hải ngoại mà chưa thật sự nhắm đến đối tượng là những người dân bản xứ tại các quốc gia mà người phật tử Việt Nam đang có mặt. Nói như vậy, không có nghĩa là cho rằng việc lấy đối tượng là cộng đồng người Việt tại hải ngoại là sai. Tuyệt đối không phải vậy. Cộng đồng người Việt tại hải ngoại là đối tượng rất quan trọng cho công tác hoằng pháp, đặc biệt trong giai đoạn đầu phát triển của Phật Giáo Việt Nam tại xứ người thì đây là lực lượng nòng cốt để hỗ trợ cho mọi Phật sự. Tuy nhiên, điều muốn nói ở đây là không thể chỉ xem có cộng đồng người Việt là đối tượng duy nhất cho công cuộc hoằng pháp mà cần quan tâm đến những đối tượng khác, không kém phần quan trọng trong giai đoạn lâu dài về sau.

Tại sao phải nhắm vào người dân bản xứ? Vì nơi nào người phật tử Việt Nam có mặt để thi hành công tác hoằng pháp người dân ở đó đều phải được xem là đối tượng để giới thiệu Phật Pháp đến cho họ. Giống như chư Tổ ngày xưa từ Ấn Độ đến Việt Nam, đến Trung Quốc đều nhắm vào đối tượng là người dân bản xứ để cảm hóa. Về lâu về dài đây mới là mục tiêu quan trọng mà người

phật tử Việt Nam tại hải ngoại cần phải nhắm đến. Bởi vì, ngay cả với con em người Việt hải ngoại chỉ trong một hai thế hệ tới đây họ sẽ đương nhiên trở thành là dân bản xứ chính tông. Không chuẩn bị công cuộc truyền bá Phật pháp cho dân bản xứ thì sẽ truyền bá cho ai? Kinh nghiệm của cộng đồng Phật Giáo Trung Hoa tại miền bắc California là một bài học không thể quên. Vì khi người Trung Hoa sang định cư tại San Francisco vào giữa thế kỷ 19, họ đem theo Phật Giáo vào đó và phát triển rất mạnh. Nhưng vì chỉ chú trọng đến việc truyền bá cho người Trung Hoa ở thế hệ lớn tuổi, cho nên càng về sau các thế hệ con em đã không còn giữ được tín tâm đối với Phật pháp, họ bỏ chùa, bỏ đạo Phật.

Để truyền bá cho dân bản xứ một tôn giáo mới như đạo Phật thì người Việt hải ngoại phải có chuẩn bị. Chuẩn bị điều gì?

3. Giới thiệu nền Phật Giáo Việt Nam một cách rộng rãi và làm sao tạo được sự chú ý của quần chúng bản xứ, của thế giới Tây phương về Phật Giáo Việt Nam.

Kinh nghiệm bài học hoằng pháp của đức Đạt Lai Lạt Ma, của các thiền sư Nhật Bản và gần đây của Thiền sư Nhất Hạnh, cho thấy rằng, bước đầu tiên trong công cuộc hoằng pháp tại các nước phương Tây là phải mở cuộc vận động quảng bá sâu rộng nền Phật Giáo Việt Nam, làm cho người dân tại các nước này nghe đến, biết đến, và chú ý đến Phật Giáo Việt Nam. Con đường hữu hiệu nhất là



bằng sách vở, báo chí và truyền thông đại chúng, dĩ nhiên bằng Anh ngữ. Tức là Phật Giáo Việt Nam phải có một lực lượng hoằng pháp chuyên trách sáng tác hoặc phiên dịch các tác phẩm nổi tiếng của Phật Giáo Việt Nam để phổ biến trong các thị trường văn hóa Âu Mỹ. Một khi người dân bản xứ chưa biết Phật Giáo Việt Nam là gì thì khó mà cảm hóa được họ. Khi họ đã biết đến rồi thì đội ngũ hoằng pháp tinh nhuệ mới có thể thực hiện thành công sứ mệnh hoằng pháp.

4. Cả ba điều vừa nói ở trên đều có thể thực hiện được nếu Phật Giáo Việt Nam thành công một điều kiện tối quan trọng này, đó là đào luyện nhân sự hoằng pháp cho Phật Giáo Việt Nam tại hải ngoại.

Điều kiện này cho đến nay hình như Phật Giáo Việt Nam vẫn chưa có chuẩn bị được gì, ngoài một số tăng, ni tại một ít ngôi chùa tự nguyện và âm thầm thực hiện công tác hoằng pháp diễn giảng và hướng dẫn cho trẻ em và người dân bản xứ bằng tiếng Mỹ. Ngay cả những trường hợp quý giá như vậy vẫn chưa được phổ cập sâu rộng để khích lệ những vị khác cùng thực hiện theo.

Để thực hiện điều này, Phật Giáo Việt Nam tại hải ngoại cần có kế hoạch đào tạo nhân sự hoằng pháp đủ sức đáp ứng với nhu cầu hoằng pháp cho tuổi trẻ và người dân bản xứ.

Trước mắt, chư tôn đức Tăng, Ni trưởng thượng trong cộng đồng Phật Giáo Việt Nam tại hải ngoại cần để tâm đến các tăng ni trẻ nào đã học xong, hay còn đang đi học, chọn lọc một số vị có học, có hạnh, có khả năng và khuyến khích, hỗ trợ, tạo điều kiện cho các vị tăng, ni trẻ này hoạt động trong lãnh vực hoằng pháp. Chẳng hạn:

- tổ chức các buổi sinh hoạt tuổi trẻ để các vị này hướng dẫn, giảng dạy,
- khuyến khích các vị này sáng tác bằng tiếng Anh,
- ấn hành tạp chí Phật Giáo Anh Ngữ để tạo môi trường cho thể hệ tăng, ni trẻ phát huy khả năng,

- dần dần hỗ trợ việc phiên dịch kinh sách Phật Giáo Việt Nam sang tiếng Anh để phổ biến trong giới trẻ và trong cộng đồng người bản xứ.

Chỉ cần thực hiện được ở bước đầu năm, ba vị là sẽ tạo khích lệ rất lớn cho kế hoạch dài hạn về sau. Số lượng tăng, ni trẻ đã học xong các chương trình tiến sĩ, cao học, cử nhân tại hải ngoại không phải ít. Đây là vốn liếng căn bản và thực tế nhất để thực hiện công cuộc hoằng pháp đối với tuổi trẻ và người bản xứ.

Kế đến, kế hoạch lâu dài là các chùa, các tổ chức Phật Giáo Việt Nam tại hải ngoại cần khuyến khích và hỗ trợ tinh thần lẫn tài chánh để cho các tăng, ni trẻ phát tâm theo đuổi con đường phục vụ hoằng pháp bằng bước đi đầu tiên là theo học cho đến nơi đến chốn các trường đại học, vừa thu thập kiến thức Phật học và thế học, văn hóa, vừa có vốn liếng Anh ngữ -- nói, đọc, viết -- thông thạo. Mỗi chùa có thể bảo trợ cho một vị tăng, ni trẻ, hoặc là đệ tử hoặc là chúng tăng, ni từ một chùa khác, một nơi khác gửi tới.

Tất nhiên, điều chúng ta cần ý thức rằng, không phải ai cũng có thể trở thành một đức Đạt Lai Lạt Ma, một Thiền sư Nhất Hạnh cả. Số vị có uy tín lớn trên trường quốc tế như vậy xưa nay không thể có nhiều. Nhưng điều mà chúng ta có thể nhắm đến là chư vị tăng, ni có khả năng và thích hợp để làm công tác hoằng pháp đủ sức hướng dẫn, diễn giảng Phật pháp cho các trẻ em trong cộng đồng người Việt cũng như cho người dân bản xứ. Mỗi vị tùy theo khả năng có thể hướng dẫn năm mười hay vài chục người sao cho có hiệu quả, đã là thành tựu đáng trân quý.

Nếu Phật Giáo Việt Nam tại hải ngoại có thể thực hiện thành công một đội ngũ vài chục vị tăng, ni trẻ cho công cuộc hoằng pháp như vậy là điều mà người Phật tử Việt Nam đang mong chờ. Đó là thành tựu của bước đầu đầy khó khăn. Nhưng khi bước đầu đã qua được thì tương lai sẽ có nhiều thuận duyên và tươi sáng hơn.

Cộng đồng Phật Giáo Việt Nam tại hải ngoại đã sẵn sàng chưa cho sứ mệnh hoằng pháp lâu dài như vậy? Nếu chưa thì chờ đến bao giờ?



Photo: Thiện Long

MỠI BƯỚC ĐI HÒA MỠI NẮNG VÀ MƯA

*Đêm nay, ánh trăng vàng in đáy nước
Gió từ xa vang vọng tiếng tơ sầu
Cả hoàn vũ chìm ngập nỗi thương đau
Động trắc ẩn tâm hồn người xuất thế.
Lấy sự nghiệp "độ sinh" làm bản thể
Đấu phong sương nhưng dạ vẫn định ninh
Vén màn mây cho loại chí bình sinh
Đạo Giải Thoát quyết tìm ra manh mối.
Dong đuốc tuệ phá ngục tù đêm tối
Toả Tình Thương cho khắp cả mọi loài
Niềm an vui bừng sáng ở tương lai...
Đem hạnh phúc đắp xây đời nhân ái.
Đạo mẫu nhiệm, tinh anh và vĩ đại
Sáng vô biên và toả ngát thiên hương
Bãi vinh hoa... ngăn ngại chí quật cường
Đời đau khổ - ta nguyện xin cứu khổ...
Và... vững bước trên con đường giác ngộ
Nguyện thân này dù nát với cỏ cây
Chí hiên ngang ta đạp gió tung mây
Dù tay gãy cũng rời non phá thạch
Mộng thương đời ập ủ tự ngàn xưa
Mỗi bước đi hòa mỗi nắng và mưa...
Sưởi hồn lạnh... ta "mở đường khai lối".*

BÀI CA LỤC ĐỘ

*"Chỉ biết vì đời vun mộng đẹp
Cho vườn lý tưởng chóng khai hoa"*

1. Bồ thí cứu độ chúng sinh
Gieo nhân tốt để... cây lành trổ hoa.
2. Thương người như thể thương ta
Ai ai Trì giới... nhà nhà an vui.
3. Nhẫn nhục, đức hạnh cao vời!
Nhẫn như "đại địa" độ người trầm luân.
4. Tinh tiến, giới đức nghiêm thân
Đường về chính đạo muôn dân thái hòa.
5. Pháp tu Thiền định bao la
Tinh thần tự chủ nhìn xa... cuộc đời.
6. Trí tuệ bát nhã sáng ngời
Hùng lên như ánh mặt trời rạng đông.

HT. THÍCH ĐỨC NHUẬN



ĐẠO PHẬT QUA CÁI NHÌN CỦA THẾ GIỚI ÂU TÂY

Nguyễn Siêu

Từ thời Đức Thế Tôn còn tại thế, đạo Phật được truyền bá một cách sâu rộng khắp trên lưu vực sông Hằng cũng như qua các thị trấn và những quốc gia thời bấy giờ của xã hội Ấn Độ, quê hương của Phật. Phật pháp được truyền thuyết bởi Đức Phật, cũng như các hàng Thánh chúng đến từng nhà, từng người, từng cộng đồng trong xã hội. Phật pháp đã tạo sự bình an cho con người, đã xây dựng một nếp sống đạo đức, lễ nghi hướng thượng cho tất cả. Phật pháp là của chung tất cả, không phân biệt chủng tộc, màu da, phái tính hay giai cấp vua chúa, nông nô. Đạo Phật thời Đức Phật còn tại thế đã truyền bá đến bốn giai cấp - Bà La Môn, Sát Đế Lợi, Phệ Xá và Thủ Đà La - một cách tự nhiên và bình đẳng, dấu rằng xã hội Ấn Độ thời đó rất nặng về tinh thần giai cấp và nô lệ. Phật pháp đã vượt lên trên tất cả mọi phạm trù của thế gian để xây dựng cho thế gian một đời sống thanh bình thái hòa.

Hôm nay, đạo Phật đã có mặt hầu hết ở các quốc gia phương Đông. Sự hiện hữu của đạo Phật hơn hai nghìn năm qua để có những quốc gia đạo Phật đã trở thành quốc giáo của dân tộc đó.

Đạo Phật đã thấm sâu, đâm chồi, mọc rễ và lớn mạnh qua các lãnh vực văn hóa, gia đình, xã hội, nghệ thuật, kiến trúc... để hòa quyện thành nếp sống tâm linh tối thượng. Cũng như bằng tinh thần gìn giữ quê hương, bảo vệ tổ quốc, thương yêu giống nòi... đạo Phật đã

hòa tan vào mọi môi trường, hoàn cảnh để cứu nước, an dân mà suốt một dòng lịch sử của dân tộc Việt Nam đã chứng minh một cách hùng hồn qua dòng lịch sử đó. Vì tinh thần của đạo Phật là tự giác, tự sinh, tự chủ, để tự tu và tự chứng mà hoàn toàn không tùy thuộc, lệ thuộc nơi ai, bị trị bởi ai. Đạo Phật tôn trọng sự tu tập và chứng đắc của mọi người, mọi loài. Đạo Phật để con người làm chủ chính con người. Do vậy, Đức Phật đã dạy:

"Các con hãy tự thắp đuốc lên mà đi."

Hay:

"Các con hãy tự mình là hải đảo của riêng mình."

Đây là sự tôn trọng tuyệt đối từ nơi Đức Phật đến với con người. Sự tôn trọng này để đưa đến thành quả mà Đức Phật đã tuyên bố:

"Ta là Phật đã thành và chúng sinh là Phật sẽ thành."

Đây là một ý thức dẫn khởi và chủ đạo trong nếp sống tâm linh cao thượng. Từ đây, đạo Phật được tôn xưng là đạo của tự giác trong mỗi tâm thức, là đạo hòa bình trong mỗi ý nghĩ, lời nói, hành động; là đạo thể đạt được sự bình an qua hai phạm trù tục đế và chơn đế, thế gian và xuất thế gian.

Mấy nghìn năm qua, ở thế giới phương Đông, tiếp nhận đạo Phật như món ăn tinh thần thanh khiết, và đã hòa nhập biến thành nền văn hóa giác ngộ của các quốc gia phương Đông ấy. Trong khi đó các nhà khoa học, bác học cũng đã nghiên cứu tìm tòi về đạo Phật để đi đến kết luận đạo Phật là đạo của con người, cho con người và vì con người.

"Trên thế giới này có nhiều tôn giáo, nhưng tôn giáo có khả năng xây dựng đời sống tâm linh, giải quyết đời sống tâm linh, thăng hoa đời sống tâm linh, thể chứng đời sống tâm linh, thì tôn giáo đó phải là Phật Giáo."

Đó là lời nói của nhà bác học Albert Einstein. Và cũng nhà bác học Albert Einstein đã tuyên bố:

"Sau thế kỷ 21, còn lại những thế kỷ sau là những thế kỷ của đạo Phật được phát triển lớn mạnh."

Chúng ta hãy cùng lắng tâm chiêm nghiệm những lời nói trên có đúng như vậy không? Sự chiêm nghiệm của tự thân, của tha nhân, của một dòng lịch sử nhân loại trên hành tinh này. Quả thật, đạo Phật có khả năng thoắt đạt, siêu thoát để đáp ứng đời sống tâm linh cho những ai mong cầu. Đạo Phật có đủ giáo pháp - tám vạn bốn ngàn pháp môn tu - Đạo Phật có đủ phương tiện để cho con người chuyển mê khai ngộ, chuyển phàm thành thánh. Đạo Phật có giáo pháp Tam Vô Lậu Học: Giới, Định, Tuệ. Đạo Phật có giáo pháp: Văn, Tư, Tu; có Tứ Diệu Đế; có Bát Chánh Đạo; có Thất Giác Chi... vậy đạo Phật có phải là một tôn giáo có khả năng đáp ứng đời sống tâm linh như nhà bác học Albert Einstein đã nói? Trí Tuệ và Từ Bi là đôi chân của đạo Phật bước đi trên mọi nẻo đường sinh tử để độ sanh - Bi Trí song vận. Và đôi chân Phước Huệ là nhân tố tác thành một Đức Phật - Phước Huệ lưỡng toàn phương tác Phật. Con người tu phước, tu huệ để thành Phật. Tu trí, tu bi là phương tiện tuyệt hảo để độ sanh. Vậy đạo Phật có phải là đạo của con người, cho con người và vì con người để thăng hoa đời sống thánh thiện? Và "Sau thế kỷ 21, là những thế kỷ của đạo Phật.", nhà bác học Albert Einstein đã thấy một cách tường tận về đạo Phật là đạo của hòa bình. Đức Phật không gây hấn chiến tranh, không bạo động, không khủng bố. Đức Phật gieo rắc tình thương, ban vui cứu khổ. Đạo Phật tôn trọng sự sống của con người và loài vật, nên đạo Phật sống mãi với con người đến ngàn vạn kiếp sau. Điều gì tạo nên sự sống và bảo vệ sự sống thì điều ấy sẽ sống mãi với sự sống. Cái gì tạo nên sự chết, chém giết cho chết thì cái ấy sẽ bị chết và không tồn tại lâu dài. Theo định luật nhân quả tất nhiên! Theo lý công bằng và lẽ phải!

Thế giới Âu Tây ngày hôm nay, con người tiếp xúc với đạo Phật, đã nghiên cứu và tu chứng. Họ chấp nhận đạo Phật là tôn giáo của chính họ. Vì họ thấy rõ bản chất của đạo Phật là đạo của hòa bình. Đạo thắp sáng ngọn đuốc thương yêu cho sự sống. Thấy được điều này, nên vào năm 1999 Liên Hiệp Quốc đã lấy ngày Phật Đản làm ngày Hòa Bình cho Thế Giới, và bao nhiêu bài diễn văn khai mạc cho những Đại Lễ Phật Đản ấy được xem như những Bức Thông Điệp ca tụng hòa bình, xưng dương cho đạo Phật như hiện thân của hòa bình



ở khắp mọi thời, mọi chốn. Bằng tâm tư trân quý hòa bình mà cả hai phương trời Đông cũng như Tây, đã tích cực xây thành đắp lũy để xiển dương hòa bình, mà tượng Phật Ngọc hòa bình cho thế giới - Jade Buddha for Universal Peace - ngày hôm nay được cung thỉnh triển lãm các quốc gia trên thế giới là một biểu tượng tích cực cho hòa bình. Tượng Phật Ngọc hòa bình cho thế giới có phải là minh triết trong đời sống tâm linh, là niềm an lạc vô biên của loài người trên hoàn vũ.

Ngày hôm nay, thế giới Âu Tây đã thấy được nguồn năng lượng siêu thoát của đạo Phật qua hương vị giải thoát của giáo pháp, qua sự hiện thân của chư vị Thánh Tăng. Sau khi viên tịch đã để lại nhục thân không tan rã, để lại lưỡi, tim, xá lợi... và ngang qua công cuộc hoằng dương chánh pháp của chư vị Tăng già là hình ảnh, là dấu ấn in sâu vào tâm khảm của người dân Âu Tây để họ biết về đạo Phật nhiều hơn. Cho nên "Sau thế kỷ 21, là những thế kỷ của đạo Phật được phát triển lớn mạnh." như nhà bác học Albert Einstein đã nói, con người phải nghĩ gì?

Tượng Phật Ngọc hòa bình cho thế giới - Jade Buddha for Universal Peace - là một kỳ quan của thế giới, là một bảo vật vô giá của thiên niên kỷ này mà cả hai xã hội con người, phương Đông và phương Tây đã gặp nhau để sinh thành nếp sống tâm linh siêu thoát.

Tháng 5 năm 2009

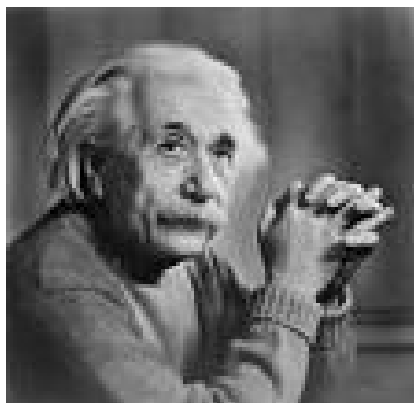




Photo: Jkrishnamurti.org

CUỘC KHỦNG HOẢNG HIỆN ĐẠI

(SUR LA CRISE CONTEMPORAINE)

Nguyên tác Anh Văn: **Krishnamurti**

Dịch ra Pháp: **Carlo Suarès**

Chuyển ngữ: **H.T. Thích Trí Chơn**

Thế giới hiện nay đang lâm vào cảnh khủng hoảng thật trầm trọng chưa từng có. Qua nhiều thế kỷ, nhân loại đã từng trải qua biết bao cơn khủng hoảng, nào khủng hoảng xã hội, khoảng hoảng quốc gia, khủng hoảng chính trị. Mỗi lần có cuộc khủng hoảng xảy ra như thế là nền kinh tế không tránh khỏi sự sụp đổ, xã hội bị xáo trộn, và còn gây nên nhiều biến cố khác. Mọi điều ai cũng biết rõ.

Nhưng cuộc khủng hoảng ngày nay, không như các cuộc khủng hoảng trên. Nó khác hẳn, trước tiên vì nó không phải là cuộc khủng hoảng tiền tệ hay vật phẩm mà là cuộc khủng hoảng về ý tưởng. Nó nằm trong phạm vi đào tạo những tư tưởng. Thật vậy, chúng ta đang chiến đấu cho những học thuyết chủ nghĩa. Khắp nơi trên thế giới đều phơi bày cho chúng ta thấy sự giết người như một phương tiện để đạt đến những mục tiêu luân lý; đó là điều mà ngàn xưa chưa từng có.

Quan niệm xưa cho tội ác là một điều xấu, giết người là vi phạm quyền sống của kẻ khác, nhưng ngày nay người ta cho sự sát hại một cá nhân hay một số người là hành động hợp lý, vì kẻ mưu sát cũng như nhóm người chủ trương giết chóc ấy, quan niệm rằng chính đó là phương tiện để đạt tới cứu cánh lợi ích cho nhân loại.

Chúng ta hy sinh hiện tại cho tương lai, và xem các phương tiện dù tàn ác đến đâu cũng không mấy cần thiết, miễn chúng ta tin rằng cứu cánh của chúng ta là toàn thiện. Tóm lại, chúng ta tin chắc rằng cần phải dùng những phương tiện tàn bạo nhất mới có thể thu được những thành quả tốt đẹp, và chúng ta dùng danh nghĩa và lý tưởng để biện minh cho những phương tiện đó là chính đáng.

Trước kia các cuộc khủng hoảng phát minh bởi sự khai thác những tài nguyên và bóc lột khả năng con người. Hiện tại khủng hoảng vì sự lạm dụng các học thuyết chủ nghĩa, nên càng khốc hại, nguy hiểm và

phá hoại hơn. Ngày nay, chúng ta ai cũng đều thấy rõ lợi khí của tuyên truyền. Sự dùng chủ nghĩa học thuyết để lôi cuốn, cải đổi tư tưởng quần chúng này là một trong những tai họa lớn nhất cho nhân loại. Chúng ta thấy điều đó đã xảy ra khắp nơi. Con người không quan trọng, đảng phái chủ nghĩa mới đáng kể. Cá nhân không có một chút giá trị gì. Chúng ta có thể tàn sát hàng triệu người để mong đạt đến mục đích của chúng ta, rồi chúng ta lại đưa ra chiêu bài chủ nghĩa để bênh vực cho những hành động dã man đó là chính đáng.

Chúng ta đề ra những lý thuyết chủ trương hay ho để biện minh cho mọi hành động bạo tàn phi luân của chúng ta, thật là điều chưa từng thấy. Điều ác luôn luôn là điều ác, không bao giờ nó đem lại kết quả thiện. Chiến tranh không phải là con đường dẫn đến hòa bình. Nó có thể dâng hiến cho chúng ta những lợi ích tầm thường, chẳng hạn những chiếc phi cơ tối tân hơn, nhưng chiến tranh sẽ không bao giờ mang lại hòa bình cho chúng ta. Tuy nhiên, chiến tranh vẫn được tinh thần con người ngày nay cổ vũ xem như phương tiện thích đáng để kiến tạo hòa bình. Và khi nào chúng ta có ý niệm dùng chiến tranh để giải quyết các vấn đề nhân sinh, tưởng lúc ấy chúng ta khó tránh khỏi gây nên những cuộc khủng hoảng trầm trọng.

Cũng còn nhiều nguyên nhân khác đã tạo nên các cuộc khủng hoảng chưa từng có trên. Một trong những nguyên nhân đó là bởi chúng ta quá chú trọng đến những thú vui cảm giác, của cải riêng tư, danh vị đẳng cấp và các phù hiệu chúng ta mang bên ngoài: chúng ta tự xưng nào là tính đồ Hồi giáo, Ấn độ giáo, nào là đồ đệ của Các Mác (Cộng Sản), hoặc nhiều danh từ khác nữa. Chúng ta đã để ý nhiều đến những điều đó. Nói khác đi là con người chúng ta ngày nay hoàn toàn bị chi phối bởi lòng ham muốn những dục lạc, những tư sản tạo nên do sức cần lao trí óc hoặc chân tay của chúng ta.

Chúng ta tham đắm vào

những của cải vật chất đó đến nỗi chúng ta có thể bắn giết, đâm chém tiêu diệt lẫn nhau vì chúng nó. Bởi thế, hiện tại chúng ta như đang nằm ở trên bờ vực thẳm. Tất cả những hành động xấu của chúng ta đã đưa chúng ta đến đó. Mọi chủ trương (hoạt động) chính trị và kinh tế nhằm lẫn của chúng ta chắc không tránh khỏi xô chúng ta rơi vào hố sâu hỗn loạn và khổ đau.

Vậy thì, với cuộc khủng hoảng chưa từng có này, chúng ta buộc phải có những hành động thật hy hữu mới mong cứu vãn được mọi tình thế. Chúng ta phải can đảm làm một cuộc cải cách nội tâm mạnh mẽ như hành động của người ráng sức nhảy vượt qua một miệng hố. Và phải tự sửa đổi tức thì. Vì cuộc khủng hoảng chưa từng có, nên chúng ta cần phải có những hành động thật đại dũng. Trong vấn đề cải thiện cá nhân, chúng ta nên thực hành tức khắc, không thể hẹn chờ thời gian được. Nó phải thực hiện ngay bây giờ, không nên để đến ngày mai, vì ngày mai là vô thường thay đổi.

Nếu chúng ta có ý nghĩ đợi đến ngày mai mới cải thiện, tức chúng ta không tránh khỏi rước

lấy sự hỗn loạn và mãi mãi rơi vào tình trạng suy sụp. Nhưng có thể sửa đổi bây giờ không? Chúng ta có thể tự mình hoá cải hoàn toàn tức khắc ngay giờ phút hiện tại không? Tôi chắc rằng có thể được lắm.

Cuộc khủng hoảng thật trầm trọng, và chúng ta chỉ có thể đạt đến kết quả trên bằng cách phải cải thiện những ý niệm của chúng ta. Sự cải thiện này, chúng ta phải tự mình thực hành lấy, chứ không thể nhờ thiên hạ, sách vở hay các tổ chức nào ngoài chúng ta làm giúp được. Mỗi chúng ta phải tự thực hiện sự sửa đổi ấy. Chỉ có như vậy, chúng ta mới mong xây dựng được một tổ chức mới, một xã hội mới, trong đó con người sống không còn khiếp sợ trước viễn tượng của những cuộc khủng hoảng suy sụp đang diễn tiến khắp nơi như hiện nay. Và sự cải thiện này chỉ có thể thực hiện khi mỗi cá nhân chúng ta bắt đầu biết tự giác lấy mình trong mỗi tình cảm, lời nói, việc làm và ý nghĩ.

*Trích tác phẩm Pháp ngữ "La Première et Dernière Liberté"
(Sự Giải Thoát Đầu Tiên và Cuối Cùng)*

GIÓ VẪN LÊN ĐƯỜNG

*Từ vô thể nghe thấy đời tươi thắm
Hoa trên cành nở nụ tâm không
Trong thăm thẳm sao thấy gần gũi lắm
Rực sắc vàng trực chỉ cõi Thiên tông
Lòng dù vẫn rạt rào bao triều mến
Gió thắm sương, gió vẫn phải lên đường!*

TK THIÊN HỮU



TỔNG LUẬN VỀ YẾT-MA

(trích YẾT-MA YẾU CHỈ)

Hòa thượng THÍCH TRÍ THỦ Giảng thuật

TK THÍCH ĐỒNG MINH & THÍCH NGUYÊN CHỨNG biên tập

TIẾT MỘT

YẾT MA TRONG SINH HOẠT CỦA CỘNG ĐỒNG TĂNG LỬ

I- KHÁI NIỆM TỔNG QUÁT VỀ CỘNG ĐỒNG TĂNG LỬ

Tăng hay nói đủ là tăng già, là phiên âm từ SAMGHA của tiếng Phạn (1). Nó có nghĩa là một chúng hội, một cộng đồng mà các thành viên của nó được ràng buộc lẫn nhau trong một mục đích duy nhất. Trong đời sống tập quần xã hội, bất cứ một cộng đồng nào mà các thành viên của nó cùng sống và cùng sinh hoạt dưới sự chỉ phối của một số nguyên tắc của nội qui và kỷ luật tập thể, cùng có những quan hệ bình đẳng hợp lý về các nghĩa vụ và quyền lợi, cùng hướng đến một mục đích chung, đều có thể được gọi là Tăng cả. Tuy nhiên khi từ này được áp dụng cho cộng đồng đệ tử xuất gia của Phật thì tiếng Tăng già có nội dung vượt ngoài các ý nghĩa quán lệ như thế. Nó không đơn giản là một cộng đồng hòa hiệp, mặc dù tinh thần hòa hiệp là sinh mạng của bất cứ cộng đồng nào trong xã hội loài người. Nó cũng không đơn giản là một cộng đồng gồm những người có cùng chung một mục đích, một lý tưởng, mặc dù đó là động lực cơ bản cho bất cứ sự đoàn kết và hòa hiệp Tăng già, cộng đồng đệ tử xuất gia của Phật, trong ý nghĩa mà đức Phật thiết lập, phải là mảnh đất tốt cho sự tăng trưởng của thiện pháp, là nền tảng cho tất cả mọi tiến bộ tâm linh, tức là những phát triển của nhận thức chân chính về sự thật của đời sống, vì chỉ có nhận thức ấy trí tuệ vô lậu mới có thể giải thoát những đau khổ của con người. Chính vì thế mà Tăng già được đặt vào trong hàng Tam bảo, làm nơi nương tựa an ổn cho thế gian. Do vậy, sự tồn tại của Tăng già có nghĩa là sự tồn tại của Phật Pháp, tất nhiên phải tồn tại trong ý nghĩa chân chính mà đức Phật thiết lập.

Như thế, tinh thần hòa hiệp của Tăng già không phải là sự

ngẫu hợp của những người cùng sống cho một mục đích và lại càng không phải là sự ngẫu hợp của những người có những quyền lợi chung, cần phải đoàn kết thành một khối để đấu tranh cho các quyền lợi được đòi hỏi ấy. Cho nên, dù tất cả mọi công dân trong một nước cùng đoàn kết thành một khối thuần nhất, cùng chia sẻ bình đẳng hợp lý các nghĩa vụ và quyền lợi, cùng hướng đến một mục đích lý tưởng chung, nhưng không phải vì thế mà đủ để gọi là Tăng già.

Đương nhiên tiếng SAMGHA hay Tăng già, không phải là từ ngữ do đức Phật đặt ra để gọi riêng cộng đồng các đệ tử xuất gia của Ngài. Nó là tiếng có sẵn trong ngôn ngữ đương thời. Các nhóm cộng đồng xuất gia khác cũng tự gọi họ là một SAMGHA. Thế thì sự khác biệt không phải do ở nội dung quán lệ của danh từ, mà do chính sinh hoạt thực tiễn mang đến. Nếu các đệ tử xuất gia của Phật mặc dù sống đoàn kết và hòa hiệp, nhưng tinh thần hòa hiệp ấy không phản ảnh sinh động những giáo pháp cơ bản của Phật, thì cộng đồng xuất gia như thế cũng chưa thể gọi là Tăng được. Nó có thể nghĩa là gì? Nói một cách nghiêm xác theo tinh thần của Luật tạng, nếu sinh hoạt của các đệ tử khéo không đúng theo các lý tắc cơ bản của pháp yết ma thì dù có hòa hiệp, vẫn được gọi là hòa hiệp trong phi pháp, và như vậy không đủ khả năng làm nền tảng cho sự phát sinh của các pháp vô lậu. Nghĩa là bản thể của Tăng già không thành tựu.

II- THÀNH PHẦN CỦA TĂNG

Trên đây là nói về Tăng già trong ý nghĩa tuyệt đối của nó tức thẳng nghĩa tăng. Tăng già mà nói theo ý nghĩa tuyệt đối như vậy thì thành phần của Tăng tất nhiên phải gồm các đệ tử khéo đã chứng đắc đạo quả Niết bàn (2). Nhưng trong ý nghĩa ước lệ thì từ bốn vị đệ tử khéo trở lên cùng sống trong một trú xứ, cùng thanh tịnh và

hòa hiệp thì chỉ chừng mức ấy cũng đủ để gọi là Tăng. Dù trong hiện tại các vị ấy chưa chứng đắc đạo quả Niết bàn gì cả nhưng đời sống của các vị ấy có một hướng đi duy nhất là phải đạt thành mục đích ấy. Như vậy, căn cứ trên nhân mà được gọi là Tăng. Chính trong ý nghĩa ước lệ này mà các pháp yết ma có hiệu lực để tạo thành bản thể sinh động của Tăng.

Thành phần nguyên thủy và căn bản của tăng là các đệ tử khéo đã thọ giới cụ túc. Thế nào là một đệ tử khéo đặc giới cụ túc? Đó là người mà bản thể đệ tử khéo được thành tựu hoặc do sự chứng đắc quả vị cứu cánh của Niết bàn, tức các Thánh giả vô học. hoặc do sự thọ giới hợp pháp. Các trường hợp đặc giới này sẽ được nói rõ trong chương thọ giới (chương III sau).

Về sau, có vấn đề nữ giới được phép gia nhập đoàn với nền tảng là 8 kinh pháp, thì ngoài số đệ tử khéo tăng, còn có đệ tử khéo ni tăng nữa.

Như vậy, thành phần của Tăng gồm các đệ tử khéo và đệ tử khéo ni đã đặc giới cụ túc. Tuy nhiên, trong quá trình hành đạo, học tập các bốn phần căn bản một đệ tử khéo hay đệ tử khéo ni, chúng đệ tử xuất gia của Phật còn có những thành phần dự bị sa di, sa di ni và thức xoa ma na. Những vị này do chưa hội đủ điều kiện để đặc giới cụ túc, cần phải trải qua một thời gian học tập. Mặc dù cũng là thành phần xuất gia, nhưng không được dự vào hàng tăng chúng, do đó các vị này không có liên hệ hay ràng buộc gì với các pháp yết ma cả.

III.- PHÂN LOẠI TĂNG

Tổng quát, có ba phân loại chính yếu về Tăng: 1. Phân loại theo túc số; 2. Phân loại theo tính phái, và 3. Phân loại theo trú xứ.

1. Phân loại theo túc số

Mặc dù mỗi đệ tử khéo hay đệ tử khéo ni là một thành phần của Tăng, nhưng trong các sinh hoạt thuộc phạm vi tập thể, tùy theo tăng sự, phải hội đủ túc số tối thiểu thì bản thể của Tăng mới thành tựu. Trong phân loại này, có bốn

trường hợp để túc số Tăng. (3)

Tăng gồm bốn người: Đây là túc số tối thiểu, dưới con số này không thể gọi là Tăng. Với túc số này, tăng có thể tác pháp yết ma cho những sinh hoạt thông thường như thuyết giới v.v... Nghĩa là trừ tự tứ, thọ cụ túc, xuất tội tăng tàn còn lại các yết ma khác đều có thể được tác pháp với túc số 4 người này.

Tăng gồm năm người: Đây là túc số Tăng tác pháp yết ma truyền giới cụ túc tại những địa phương mà số đệ tử khéo ở đó quá ít. Ngoài ra, như việc yết ma tự tứ cũng cần hội túc số này. Nghĩa là trừ việc truyền thọ cụ túc tại các đô thị, và xuất tội tăng tàn, còn lại các yết ma khác đều có thể được tác pháp với túc số năm người này.

Tăng gồm mười người: Trừ xuất tội tăng tàn, còn lại các yết ma khác có thể làm với túc số 10 người này.

Tăng gồm hai mươi người: Túc số cần thiết để xuất tội tăng tàn, và tất cả cho pháp yết ma khác.

Từ túc số hai mươi người này, có thể thực hiện bất cứ tăng sự nào.

2. Phân loại theo tính phái

Do sự khác biệt tính phái, trên đại thể, Tăng già được chia làm hai bộ: đệ tử khéo tăng và đệ tử khéo ni tăng. Tuy vậy, để phân biệt rõ ràng hơn, tại Trung quốc người ta thường gọi cộng đồng các đệ tử khéo ni là á tăng, cách gọi này thiết ra không chính xác. Cả hai bộ đệ tử khéo và đệ tử khéo ni đều được gọi chung là Tăng cả. Cho nên, trong các văn tác pháp yết ma, danh từ á tăng không bao giờ được áp dụng.

3. Phân loại theo trú xứ

Phân loại chung về trú xứ thì có hai hạng tăng: chiêu đề tăng và thường trú tăng. Trong lịch sử phát triển của tăng đoàn, ở giai đoạn nguyên thủy, các đệ tử khéo không thường trú tại bất cứ trú xứ nào. Tăng đoàn đầu tiên xuất hiện trong lịch sử gồm năm vị A la hán, tức nhóm A nhĩ kiêu trần như. Tiếp theo đó, Ngài lại hóa độ nhóm Da xá và thân hữu cộng tất cả 55 người. Sau khi họ chứng đắc địa vị Thánh giả vô học, đức Phật khiến họ lên đường đi hoằng hóa, và Ngài nói: Mỗi người đi mỗi hướng, không nên đi chung (4). Và đây là hình thức cộng đồng chiêu đề tăng đầu tiên. Về sau các tinh xá được dựng lên do sự phát tâm của các đệ tử tại gia, các đệ tử khéo thường ở lâu tại một trú xứ, và từ đó, sự phân biệt giữa chiêu đề tăng và thường trú tăng được thành hình. Do sự phát triển của cộng đồng thường trú tăng này mà tăng đoàn về sau càng được chia nhỏ theo từng địa phương, và cũng chính do sự thành hình các tăng đoàn địa phương này mà các bộ phái khác nhau xuất hiện và các luật tạng khác nhau giữa các bộ



phái cũng được thành lập dần dần.

IV. CÁC NGUYÊN TẮC CHI PHỐI ĐỜI SỐNG CỦA TĂNG

Vào khoảng thời gian cuối cùng trong cuộc đời hoằng hóa của đức Phật, xu hướng định cư của tỳ kheo càng lúc càng phát triển mạnh, và sự sống chung trong một trú xứ như vậy sẽ phát sinh nhiều sự kiện phức tạp, cho nên đức Phật đã thiết lập một số nguyên tắc chi phối đời sống của cộng đồng tăng lữ.

Trên con đường từ Ma kiệt đà để đi về Câu thi na, nơi Ngài sẽ nhập Đại Niết bàn, nhân vị đại thần của vua A Xà Thế đến tham vấn ý kiến Phật về việc vua nước Ma kiệt đà này muốn chinh phục dân chúng Bạt kỳ, đức Phật đã giảng cho các tỳ kheo bày nguyên tắc bất thối để duy trì sự hòa hiệp của Tăng. Bày nguyên tắc ấy như sau: (5)

1. Các tỳ kheo cần phải thường xuyên tập họp, và tập họp đồng đạo, để giảng luận chính pháp, khiến cho có sự hòa thuận trên dưới của các tỳ kheo.

2. Các tỳ kheo phải tụ họp trong tinh thần hòa hiệp, giải tán trong tinh thần hòa hiệp, và chấp hành tăng sự trong tinh thần đoàn kết.

3. Chúng tỳ kheo không ban hành những luật lệ không thích hợp, những luật lệ không đáng được ban hành, và cũng không bãi bỏ những luật lệ đã được ban hành từ trước; sống đúng những gì đã được quy định bởi cộng đồng tăng lữ.

4. Các tỳ kheo luôn luôn phải kính trọng, phục vụ các tỳ kheo trưởng lão, những vị có nhiều kinh nghiệm tu tập trong chính pháp luật, sẵn sàng nghe theo những lời khuyên dạy của các bậc trưởng thượng như thế.

5. Các tỳ kheo sống không bị lôi cuốn bởi những tham ái.

6. Trú xứ cộng đồng các tỳ kheo luôn luôn là những trú xứ nhân tịnh.

7. Các tỳ kheo sống an trú trên chính niệm tạo thành một cộng đồng sinh động, khiến cho các bạn đồng tu từ những phương khác nếu chưa đến thì muốn đến, và đã đến thì muốn cùng sống và cùng tu tập trong sự an lạc.

Bày nguyên tắc được đức Phật nêu lên đó bao gồm những điều khoản đời sống cộng đồng, và một số điều khoản cần thiết cho sự tiến bộ đời sống tinh thần, vốn là nội dung phong phú của sự hòa hiệp. Các nguyên tắc chi phối cộng đồng

là các nguyên tắc dân chủ và bình đẳng; chính trên nền tảng này mà hệ thống luật tạng của tất cả các bộ phái được xây dựng. Chúng cũng là những nguyên tắc chỉ đạo cho tất cả mọi thủ tục tác pháp yết ma.

Rồi tiếp tục hành trình đi về Câu thi na, hướng đến sa la song thọ, đức Phật dừng chân tại sinh địa của bộ tộc Ma La. Tại đây, tin tức về việc Ni Kiền Thân Tử tạ thế, và các đệ tử của Ni Kiền Tử đã bắt đầu tranh chấp nhau kịch liệt khiến một số các Trưởng lão lo ngại sự kiện như thế có thể xảy ra giữa các đệ tử Phật. Do thế, ngài Xá Lợi Phất tập họp các tỳ kheo để nhắc lại tất cả những điểm chính yếu trong giáo pháp của đức Phật để về sau khi đức Thế Tôn không còn tại thế gian các tỳ kheo sẽ không khởi lên dị kiến để đi đến chỗ tranh chấp nhau về các vấn đề giáo lý. (6)

Mặt khác, khi ngài A Nan được vị Sa di Chu Na báo tin cho biết việc tranh chấp dữ dội của các đệ tử Ni Kiền Tử, Ngài cảm thấy "lo sợ đến rụng tóc gáy", và cùng Chu na đến trình bày với Phật, thỉnh cầu ngài quy định cụ thể các nguyên tắc đưa đến sự hòa hiệp giữa các tỳ kheo. Nhân dịp này, đức Phật giảng rộng các nguyên nhân đưa đến sự tranh chấp giữa Tăng, và tiếp theo đó, ngài nêu lên bảy pháp diệt tránh, là các biện pháp để chấm dứt sự tranh chấp giữa Tăng, và với sáu pháp khả ý, cũng gọi là sáu pháp hòa kính, để cho các tỳ kheo cùng sống chung trong tinh thần hòa hiệp, nếu các nguyên tắc này được tuân thủ nghiêm chỉnh. (7)

Nói một cách tổng quát theo như những gì vừa được khái quát trên, thì nền tảng cho sự tồn tại của tăng là thanh tịnh và hòa hiệp. Chủ đích của các pháp yết ma là tạo sự thanh tịnh cho các tỳ kheo. Người nào phạm tội, cần phải sám hối và sám hối như thế nào là như pháp để không có sự cơ hiểm cho các tỳ kheo khác. Nói liên hệ giữa các tỳ kheo, trong sự hỗ tương quan hệ về các bốn phạm và quyền lợi cần được xử lý như thế nào để cho không có sự tranh chấp giữa các tỳ kheo ấy là công dụng của pháp yết ma.

Vậy, yết ma là gì?

(xin đọc tiếp kỳ sau: **Phân tích nội dung của Yết Ma**)

Chú thích:

- [1] Skt. = Pali: Saṅgha, phiên âm là Tăng-già và phổ thông dịch là chúng, chúng hội, hòa hiệp chúng.
- [2] Thí dụ, khi nói về Tông chủ của một học phái thời Phật, văn Pali nói: *ayaṃ... saṅghī c'eva gaṇī ca gaṇācariyo...*, «Vị ấy là chủ của một Tăng đoàn, chủ của một chúng hội, là bậc Thầy của chúng hội.» Cf. D.i. tr. 48.
- [3] Tăng theo nghĩa chân chính, định cú Pali thường nói: *Supaṭipanno Bhagavato sāvaka-Saṃgho, uju-paṭipanno Bhagavato sāvaka-Saṃgho, ñāya-paṭipanno Bhagavato sāvaka-Saṃgho, sāmīci-paṭipanno Bhagavato sāvaka-Saṃgho yadidam cattāri purisa-yugāni aṭṭha purisa-puggalā, eso Bhagavato sāvaka-saṃgho āhuneyyo pāhuneyyo dakkhiṇeyyo añjali-kāraṇiyo anuttaram puñña-kkhetam lokassāti*, (D.33. Saṅgīti, tr. 227). Đối chiếu Hán dịch của Huyền Trang, Cf. Tập dị môn 7 (Đại 26, tr.393b): Phật đệ tử cụ túc điều hành, chất trực hành, như lý hành pháp tùy pháp hành, hoà kính hành tùy pháp hành. Trong Tăng ấy, có Dự lưu hướng, có Dự lưu quả, có Nhất lai hướng, có Nhất lai quả, có Bất hoàn hướng, có Bất hoàn quả, có A-la-hán hướng, có A-la-hán quả. Như thế

tổng thể có bốn đôi tám là bổ-đặc-già-la. Chúng đệ tử của Phật có giới cụ túc, định cụ túc, tuệ cụ túc, giải thoát cụ túc, giải thoát tri kiến cụ túc; là những vị xứng đáng được thỉnh mời (ưng thỉnh), xứng đáng được cúi chào (ưng khuất), xứng đáng được cung kính (ưng cung kính), là phước điền vô thượng.»

- [4] Thập tụng luật 1 (Đại 23, tr.2a): có bốn hạng tỳ-kheo: 1. Danh tự tỳ-kheo, 2. Tự xưng tỳ-kheo, 3. Hành khát tỳ-kheo, 4. Phá phiền não tỳ-kheo. Căn bản thuyết nhất thiết hữu bộ tỳ nại da (Đại 23, tr.629c-630a) có năm hạng tỳ-kheo: 1. Danh tự tỳ-kheo, 2. Tự ngôn tỳ-kheo, 3. Hành khát tỳ-kheo, 4. Phá phiền não tỳ-kheo, 5. Bạch tứ yết-ma cụ túc tỳ-kheo. Tứ phần luật 1 (Đại 22, tr 571a) có 8 hạng tỳ-kheo: 1. Danh tự tỳ-kheo, 2. Tương tự tỳ-kheo, 3. Tự xưng tỳ-kheo, 4. Thiện lai tỳ-kheo, 5. Hành khát tỳ-kheo, 6. Trước cát triết y tỳ-kheo, 7. Phá kết sử tỳ-kheo. 8. Thọ Đại giới bạch tứ yết-ma như pháp thành tựu đắc xứ sở tỳ-kheo.
- [5] Xem chương 4.
- [6] Xem Tứ phần luật 44, «Chiêm ba kiền độ» (Đại 22, tr. 886a).
- [7] Chiêu-đề, hay chiêu-đề-xá, Skt. *catur-dīśa* (Pl. *catu-dīśa*); Hán: tứ phương. Chiêu-đề-tăng, chỉ cộng đồng tỳ-kheo không định cư lâu dài tại bất cứ trú xứ nào.

Ru khúc ca dao

“Chiều chiều ra đứng ngõ sau
Ngó về quê mẹ ruột đau chín chiều.”

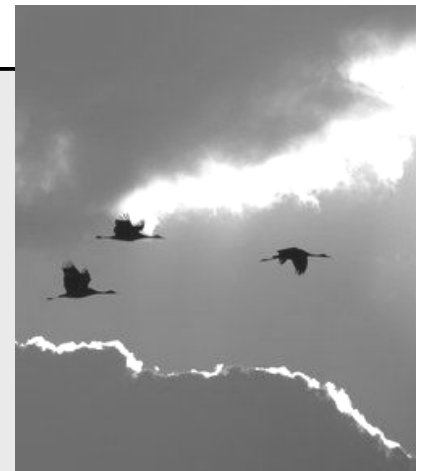
*Mơ màng khói lẩn trong sương
Ca dao ai hát còn vương trong chiều
Vẳng từ thăm thẳm cô liêu
Mẹ ơi có biết những điều con mong.*

*Một mình con khóc đêm trăng
Nhớ thương mẹ vẫn lòng đong quê nhà
Liếp rau đắng mảnh vườn cà
Lấm lem tấm áo ngày qua tháng ngày.*

*Đường đời con mãi mê say
Thèm có mẹ để cầm tay dặn dò:
"Qua sông thì phải lụy đò"
Vẳng trăng khuyết nửa còn vò võ đưa.*

*Cánh cò công nắng công mưa
Mẹ tôi công cả bốn mùa gió sương.*

Hàn Long Ẩn





YẾM TRỢ BÁO CHÁNH PHÁP

Nam mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật

Kính bạch chư tôn đức,

Kính thưa quý Phật tử và bạn đọc gần xa,

Nhằm phổ biến giáo lý Giác ngộ của Đức Từ Phụ Thích Ca Mâu Ni và tạo mối dây liên hệ tinh thần giữa Phật giáo đồ khắp nơi, báo Chánh Pháp ra đời, đến nay đã được 4 tháng. Tuy mới có mặt trong một thời gian ngắn, báo Chánh Pháp đã nhanh chóng tạo được niềm tin cậy và yêu thích của bạn đọc, xuất gia hay tại gia.

Tuy vậy, để báo Chánh Pháp được duy trì và phát triển trên đường dài, Ban Chủ Trương chúng tôi mong mỗi được sự yểm trợ sâu rộng của chư tôn đức và quý Phật-tử qua các phương thức sau:

- Chư tôn đức Tăng Ni và quý văn thi hữu xin đóng góp bài vở, gửi về tòa soạn (nội dung liên quan Phật giáo, Văn Hóa, Xã Hội, Từ Thiện...)
- Quý Phật-tử có thương vụ xin đăng quảng cáo để ủng hộ
- Quý Phật-tử đồng hương xin phát tâm ủng hộ mỗi vị \$3 một tháng (để trang trải cước phí gửi báo đi khắp nơi)
- Giới thiệu báo Chánh Pháp đến thân nhân, bằng hữu, bạn đạo khác.

Sự yểm trợ của chư tôn đức, văn thi hữu và bạn đọc sẽ giúp cho nội dung báo Chánh Pháp ngày càng phong phú, đặc sắc hơn, giúp chúng tôi vượt qua những trở ngại tài chánh để nuôi dưỡng tờ báo dài lâu, góp phần hoằng dương Phật đạo.

Thành thật tri ân chư liệt vị.

Tỳ kheo Thích Nguyên Trí

Tịnh tài xin gửi:

CHÁNH PHÁP

803 S. Sullivan St., Santa Ana, CA 92704

hoặc

P.O. Box 1059

Garden Grove, CA 92842

Bài vở xin gửi: baivochanhphap@gmail.com

XÂY DỰNG HẠNH PHÚC GIA ĐÌNH

HT. Thích Thắng Hoan

(tiếp theo kỳ trước)

3. GIÁ TRỊ CHỨC NĂNG:

a) Định Nghĩa:

Chức năng là bổn phận, ý niệm chức năng nghĩa là ý niệm bổn phận. Chức năng của con người là sống phải có tình nghĩa. Tình nghĩa chính là tình cảm và ân nghĩa.

1)- Tình Cảm: nghĩa là tình thương yêu, biết chia sẻ buồn vui cho nhau. Tình cảm không phải là tình ái. Tình ái chính là tình yêu xác thịt, chỉ làm thỏa mãn cho thể xác đòi hỏi mà không có chút tình cảm ở trong. Tình yêu xác thịt thì dễ bị chán chê, bị quên lãng, nguyên vì theo Tâm Lý Học ăn mãi một món ăn thì dễ bị ngán ngẩm và thích muốn thay đổi món ăn mới cho ngon miệng hơn. Tình cảm đặt trên nền tảng nội tâm chỉ đạo thì tạo cho nhau sự cảm thông và đưa đến tình yêu lý tưởng. Đôi chồng vợ biết sống trên tình yêu lý tưởng là đôi chồng vợ đạt được hạnh phúc trọn vẹn đến đâu bạc răng long.

2)- Ân Nghĩa: là bổn phận tri ân và báo ân. Con người có ân nghĩa là con người biết sống chung và có trách nhiệm với nhau trong mọi hoàn cảnh, biết gánh vác nghĩa vụ của mình trong gia đình, biết cùng nhau chia sẻ mọi sự thăng trầm vinh nhục của cuộc đời và biết ân đền nghĩa trả xứng đáng với những người đồng lao cộng khổ đang góp phần không nhỏ tạo dựng cho mình có một địa vị xứng đáng của một con người trong xã hội tiến bộ.

b) Ý Niệm:

Tình Nghĩa chỉ cho chức năng của con người đối với con người trong đó bao gồm cả tình cảm và ân nghĩa. Tình nghĩa của một con người chia làm ba lãnh vực: lãnh vực cha mẹ con cháu, lãnh vực chồng vợ, lãnh vực thầy trò.

1)- Lãnh Vực Cha Mẹ Con Cháu:

Tình nghĩa cha mẹ con cháu, nghĩa là giữa cha mẹ và con cháu phải sống có tình có nghĩa với nhau. Con người phải ý niệm được rằng: cây phải có cội nước phải có nguồn, làm con người ai cũng phải có cha mẹ. Chúng ta đã có cha mẹ thì phải ý niệm được giá trị sự quan hệ tình nghĩa giữa cha mẹ và con cháu, đồng thời nên dạy dỗ con cháu của mình cũng phải ghi tâm khắc cốt giá trị tinh thần tình nghĩa đối với cha mẹ nói trên.

2)- Lãnh Vực Chồng Vợ:

Chồng và vợ mỗi người là một đơn vị trọng yếu không thể thiếu trong một gia đình và nếu như mất đi

một người thì gia đình đó mất đi ý nghĩa trong cuộc sống lứa đôi trên con đường xây dựng hạnh phúc bền lâu. Sự quan hệ gắn bó chặt chẽ trong cuộc sống lứa đôi nơi một gia đình, giữa chồng và vợ, mỗi người phải xem mình như một phần thân thể về đời sống của người kia và mất họ mình cảm thấy dường như mất đi định hướng trên hành trình xây dựng hạnh phúc chung, cũng như mất đi trách nhiệm nối dõi tông đường trên con đường tiến bộ mà đôi chồng vợ đã tuyên thệ trước bàn thờ tổ tiên khi mới lập gia đình. Sự tương quan sanh tồn của một gia đình sẽ được trình bày ở sau. Trong tinh thần duyên sanh, con người ý niệm được giá trị tương quan sanh tồn giữa chồng và vợ của một gia đình thì mới có thể xây dựng được hạnh phúc chân thật.

3)- Lãnh Vực Thầy Trò:

Chúng ta đã ý niệm được giá trị sự quan hệ giữa thầy trò như đã trình bày ở trước với nhan đề Nương tựa Thầy Tổ thì phải sống có tình nghĩa với nhau. Chúng ta làm tròn nghĩa vụ này đối với thầy tổ chúng ta về phương diện tâm linh đã bồi dưỡng được một phần nào đạo đức của con người để làm hành trang cho sự xây dựng nếp sống an lạc.

Những dữ kiện đã trình bày tổng quát ở trên cũng đủ nói lên được tánh chất, giá trị và ý nghĩa sự quan hệ tinh thần duyên sanh của một con người. Một con người sống trong trời đất nhất định không thể thoát ly khỏi sự ràng buộc của quan hệ này. Một con người sống chẳng những quan hệ với gia đình, mà còn quan hệ với gia tộc, với cộng đồng, với xã hội, chẳng những quan hệ với chồng vợ, mà còn quan hệ với cha mẹ con cháu, quan hệ với thầy trò. Chúng ta đã ý niệm được sự quan hệ giữa con người với gia đình, với gia tộc, với cộng đồng, với xã hội là trọng đại thì mỗi người trong gia đình muốn đem lại lợi ích cho nhau cần phải có chức năng, nghĩa là phải biết sống có tình nghĩa với nhau.

IV.- XÂY DỰNG HẠNH PHÚC GIA ĐÌNH TRÊN TINH THẦN LỤC HÒA:

Sự quan hệ của tinh thần duyên sanh đối với sự sống còn của một con người đã được giới thiệu qua, giờ đây chúng ta bước sang lãnh vực xây dựng hạnh phúc gia đình



trên tinh thần Lục Hòa của Phật Giáo. Lục Hòa là sáu pháp hòa kính, nghĩa là sáu nguyên tắc sống của một tập thể để được thanh tịnh và an lạc. Theo Phật Giáo, chữ Hòa nghĩa là hòa hợp như keo sơn và hòa không có ranh giới giống như sữa hòa trong nước. Đây là chỉ cho sự hòa hợp của tâm linh con người. Con người với con người sống chung phải hòa hợp tâm linh thì mới có thể hạnh phúc an lạc. Đất, nước, gió, lửa là bốn loại mâu thuẫn chống trái với nhau như mặt trời mặt trăng mà còn biết hòa hợp để cùng nhau xây dựng nên thân thể con người thì tại sao tâm linh của hai người không biết hòa hợp để cùng xây dựng hạnh phúc chung cho nhau. Gia đình là một tập thể nhỏ, mỗi người trong gia đình sống chung muốn nắm lấy được hạnh phúc thật sự thì cần phải nương theo tinh thần Lục Hòa để cùng nhau xây dựng. Lục Hòa nghĩa là sáu phương pháp hòa kính và sáu phương pháp này gồm có: thân hòa cùng chung ở, miệng hòa không tranh cãi, ý hòa cùng hoan hỷ, giới hòa cùng tu tập, kiến hòa cùng giải bày, lợi hòa cùng chia sẻ. Ý nghĩa sáu phương pháp hòa kính được giải thích như sau:

1. THÂN HÒA CÙNG CHUNG Ở (Thân Hòa Đồng Trụ)

Thân hòa cùng chung ở nghĩa là cùng nhau sống chung trong một gia đình thì phải hòa hợp, phải chung lưng đầu cật, đùm bọc lẫn nhau, không nên dùng bạo lực lẫn áp nhau. Muốn được như thế, trong một gia đình, chồng vợ, con cái, cha mẹ, anh em sống chung phải có những luật lệ như sau:

A)- Đối Với Gia Đình:

1)- Thánh Thiện Hóa Giá Trị Lập Gia Đình:

Thánh thiện hóa giá trị lập gia đình, nghĩa là lập gia đình nhằm xây dựng tình yêu lý tưởng. Tình yêu lý tưởng không phải là tình yêu thể xác chỉ biết thỏa mãn dục vọng. Tình yêu lý tưởng ở đây là tình yêu có ý nghĩa cao cả. Xây dựng tình yêu lý tưởng có hai mục đích: truyền thừa sự nghiệp gia bảo của tổ tiên dòng họ và thể hiện đạo đức của gia tộc.

a)- Truyền thừa sự nghiệp gia bảo của tổ tiên dòng họ, nghĩa là phải có con cái để nối dõi tông đường, đừng để dòng họ phải bị tuyệt tự và làm thế nào dòng họ của mình càng ngày càng chặt chẽ lớn mạnh qua gia

đình mình và con cháu của mình. Muốn có con cái nối dõi tông đường, đôi chồng vợ phải áp dụng những nguyên tắc sau đây:

1- Chồng vợ phải biết tiết dục, nghĩa là tiết chế ái dục. Tiết chế ái dục là hạn chế ái dục, nghĩa là tình yêu nam nữ phải có chừng mực, đừng xài phí bừa bãi theo dục vọng của mình. Đức Phật chỉ dạy: người xuất gia sống phải diệt dục và người Phật tử tại gia sống phải tiết dục. Chồng vợ tiết dục nhằm mục đích giúp cho máu huyết của hai người đầy đủ chất lượng tốt để sanh ra đứa con được lành mạnh toàn diện. Hạt giống lúa nuôi dưỡng không đủ chất lượng và gặp phải phân đất không được tốt,..v..v.... thì cây lúa sanh ra không được lành mạnh. Súc vật còn biết ái dục có mùa thì con người cần phải biết tiết chế ái dục đúng lúc để sanh con. Đôi chồng vợ nên luôn luôn tâm niệm với nhau rằng: chúng mình lập gia đình nhằm mục đích sanh con để nối dõi tông đường mà không phải để thỏa mãn sinh lý.

2- Người vợ khi có thai trong bụng, theo tinh thần Kinh Đại Niết Bàn phải giữ gìn bào thai trong tư thế an lạc thanh tịnh cho đến khi sanh ra đứa con. Muốn giữ gìn bào thai trong tư thế an lạc thanh tịnh, người vợ phải áp dụng triệt để những điều kiện sau đây:

*)- Không được gần gũi với người chồng trong lúc mang thai. Đôi chồng vợ gần gũi nhau trong lúc mang thai vô tình hai ông bà trút vào tâm của đứa bé trong bào thai tràn ngập nghiệp ái dục và khiến cho nó sau này lớn lên không thể kềm chế nổi bệnh ái dục kích thích.

*)- Không được ghen tương phiền não..v..v.... khiến cho đứa con trong bào thai bị ô nhiễm bởi chất độc ngu si điên độn từ nơi cha mẹ và còn làm cho nó trong bào thai bị đau đớn bởi các cơ năng của người mẹ cọ sát vào khi ghen tương phiền não.

*)- Không được đi đứng hấp tấp, không được tâm trạng bồn chồn lo lắng khiến cho bào thai bị kinh động bất an làm trở ngại không tốt cho Tâm Thức A Lại Da đang xây dựng hệ thống thần kinh của đứa bé trong bào thai.

*)- Ăn uống những món ăn khinh nhẹ, không có những chất độc hại để xây dựng thân thể đứa con lành mạnh tráng kiện. Thí dụ khi có thai, người mẹ ăn uống toàn những chất phong, như ăn tôm cua..v..v... tạo cho thân thể đứa con mang bệnh dị ứng,..v..v....

3- Người vợ khi có thai muốn con mình sanh ra được tướng hảo tốt đẹp, theo tinh thần Duy Thức Học, nên đi thỉnh tượng Phật thật

đẹp đem về thờ trong nhà của mình, mỗi tối thành tâm cầu nguyện quán tưởng hình tượng đức Phật đó thì sẽ được toại nguyện. Nguyên vì tâm của chúng ta như cái máy chụp ảnh, chúng ta thấy người nào thì hình ảnh (form) người đó đã vào tâm của chúng ta, chúng ta yêu mến người nào thì hình ảnh (form) người đó từ trong tâm của chúng ta xuất hiện ra. Khi người mẹ có thai, Tâm Thức A Lại Da trong bụng người mẹ liền chọn sẵn hình ảnh đã có trong tâm người mẹ để làm kiểu mẫu cho việc xây dựng đứa con ra đời, trong lúc đó người mẹ nếu như nhớ hình ảnh của người nào khác nữa thì Tâm Thức A Lại Da lại tiếp tục lấy hình ảnh vừa mới nhớ của người mẹ đem ráp vào với hình ảnh kiểu mẫu đã chọn liền sửa đổi canh tân (Modified) lại cho thích hợp để xây dựng thành hình đứa con trong bụng theo ý người mẹ muốn trong lúc đó. Cũng từ giá trị này, người mẹ muốn đứa con mình sanh ra cho đẹp, liền mua những hình ảnh đẹp đem về nhà cầu nguyện.

4- Mỗi gia đình phải có gia phả để biết người nào là bà con gần xa của mình và phải tạo niềm thân thương gắn bó với nhau trong bà con dòng họ bằng cách giải thích cho con cháu được biết những thành tích tốt đẹp của bà con dòng họ để chúng nó học hỏi.

b)- Gia đình sống phải hiển vinh dòng họ muôn đời với tổ tiên, nghĩa là mỗi người trong gia đình sống phải thể hiện được đạo đức của gia tộc. Đạo đức là giá trị tinh thần của con người đứng như câu tục ngữ thường nói: *Hoa thơm nhờ nhụy, người có giá trị nhờ đạo đức*. Đạo đức không phải có từ nơi tài năng, tiền của, danh vọng, mà nó có từ nơi tâm linh qua nếp sống, qua phong cách, qua ngôn ngữ, qua thái độ tư tưởng của mỗi người. Gia đình chúng ta sống bằng cách nào để cho mọi người nhìn đến đều quý mến và cũng làm bằng cách nào để cho mọi người khi thấy cha mẹ mình, dòng họ mình đều kính trọng. Chúng ta thể hiện tối thiểu được một trong hai điều kiện nói trên cũng là biết sống tình yêu lý tưởng, nghĩa là biết thánh thiện hóa giá trị lập gia đình.

c)- Nguyên tắc thiết lập một gia đình lý tưởng của đôi trai gái mà ông bà chúng ta đã chỉ dạy qua hai câu ca dao như sau:

*Trai khôn tìm vợ chợ đông,
Gái khôn tìm chồng giữa đám ba quân.*

+ Chợ Đông: có nhiều nghĩa, nhưng nghĩa ở đây là chỉ cho chỗ hội chợ đông người. Các cô gái

thường tập trung nơi chỗ đông người như hội chợ, v.v... thì những đặc tính của mỗi cô biểu lộ rõ nét hoặc tốt hoặc xấu khi trao đổi qua lại với nhau.

+ Ba Quân: nghĩa đen là chỉ cho ba đội quân lính: Đội quân trung ương, gọi là Trung Quân, Đội quân bên tả gọi là Tả Quân và Đội quân bên hữu gọi là Hữu Quân, mỗi đội quân gồm có 12.000 quân lính. Ba quân nói chung là toàn thể quân đội, nhưng ở đây là ám chỉ cho chỗ tập trung tất cả thanh niên trai tráng. Các thanh niên có dịp tập trung vào chỗ đám đông thì tánh tình của mỗi chàng trai đều bộc lộ rõ nét hoặc tốt hoặc xấu khi trao đổi qua lại với nhau.

+ Các thanh niên nam nữ muốn chọn ý trung nhân thì nên đến chỗ đông người đó để quan sát tìm hiểu. Nguyên tắc để chọn ý trung nhân làm bạn đời thì đừng đòi hỏi đối phương hoàn toàn tốt trăm phần trăm điều đó khó thành công, chỉ cần nơi họ có những đặc tính tương đồng với mình ước lượng khoảng sáu chục phần trăm là đủ tiêu chuẩn và phần còn lại khi nào sống chung với nhau mới huấn luyện sau, giống như câu ca dao đã chỉ cách huấn luyện:

*Dạy con dạy thúở còn
thơ, Dạy vợ (chồng)*

dạy thúở ban sơ mới về.

Những điều trình bày trên là những nguyên tắc căn bản tương đối để chọn những người yêu và xây dựng tình yêu lý tưởng. Những ai thực hiện đúng những điều căn bản này chính là người đó biết cách thánh thiện hóa giá trị lập gia đình.

(còn tiếp)



LY VÀ TÀN

Chánh Trí

Nếp sống quy củ thiên môn đã để lại nhiều chuẩn tắc sinh hoạt quý báu. Câu nói trên là một thí dụ tiêu biểu. Trong bối cảnh Phật giáo hiện nay, nhất là đời sống sinh hoạt Tăng Ni Phật tử bị ảnh hưởng mạnh bởi trào lưu xu thế xã hội việc xác lập quan điểm sống đúng tinh thần chánh pháp trở thành một trong những ưu tư thường trực của các bậc tu hành tâm huyết.

Mỗi khi đối mặt những tình huống nan giải, họ thường viện dẫn câu nói quen thuộc trên để vừa an ủi mình, vừa sách tấn đề tử. Không những xuất hiện trực tiếp như một bài học kinh nghiệm giáo dục tinh thần sống, một kết luận đanh thép, một lời răn đe, cảnh báo nghiêm khắc, nó còn gián tiếp nêu lên các yêu cầu đòi hỏi ngầm, diễn tả đời sống thực tế, vạch lối đi cho những kẻ cùng đường và khẳng định sức mạnh của Tăng. 1. Chúng ta thấy hai danh từ lặp lại hai lần: Tăng, hổ; song vốn vẹn chỉ hiện diện một động từ cũng được nhắc lại hai lần: ly. Thật ý vị khi hai danh từ Tăng và hổ, tính từ tàn và bại có nghĩa khá tương đương nhau.

Tăng, ở đây nghĩa gốc là một tập thể những người xuất gia tu hành sống chung với nhau trong một trú xứ. Giới luật Phật giáo quy định ít nhất bốn vị tỳ kheo sống với nhau thanh tịnh hoà hiệp gọi là Tăng, nói đúng là Tăng-già, Sangha. Chúng ta phải nhớ kỹ nguyên nghĩa này để biết chính xác rằng: bản chất của Tăng là thanh tịnh và hoà hiệp. Theo dòng thời gian, danh từ chung chỉ cho tập thể này được sử dụng lầm lẫn và trở thành một danh từ riêng chỉ cho cá nhân. Một vị tu sĩ Phật giáo nam thường được gọi là Tăng. Dù chung hay riêng, bao giờ Tăng cũng là một trong ba ngôi báu (Tam bảo) và được tôn xưng là Chúng Trung Tôn-những bậc đáng tôn kính trong loài người.

Hổ, loài động vật dững mãnh, sống bầy đàn, nổi tiếng hung dữ, nhân gian thường gán cho biệt danh: Chúa tể sơn lâm. Chúng trong câu Tăng ly chúng tăng tàn là một danh từ chỉ cho một tập thể nhiều người xuất

gia cùng sống chung trong một trú xứ. Cụ thể, chúng bao gồm các bậc sư trưởng, huynh đệ, pháp hữu, Phật tử tại gia hộ trì của một tự viện, đạo tràng tu học (chúng là một cách dịch của Sa□gha, Phật tử tại gia có thể nêu trong nghĩa này chăng?). Chúng còn được hiểu là tập hợp những gì gọi là môi trường sinh hoạt của Tăng. Môi trường ấy có hai:

1. Môi trường sinh sống, cư trú-môi trường vật chất, là tu viện chùa chiền, tịnh thất;

2. Môi trường tâm linh là toàn bộ hệ thống giáo lý Giới-Định-Tuệ Phật giáo. Do đó, chúng là tịnh giới, là sự thanh tịnh hoà hiệp của Tăng. Danh từ chúng có cùng nghĩa với sơn, đều chỉ chung về môi trường sinh sống của tập thể lẫn cá thể, con người hay động vật.

Tách ly, ly khai, từ bỏ, xa rời là các giới nghĩa cơ bản của ly. Tách mình ra khỏi tổ chức, lìa bỏ tập thể để sinh hoạt ở một nơi khác gọi là ly. Khoảng cách địa lý không gian và sự khác biệt quan điểm tư tưởng làm con người ly khai nhau. Ly có hai: tách ly hành động và tách ly lý tưởng. Tàn: suy mòn hư héo, hết sức sống như tàn rụi, tàn phế, tàn tạ. Nghĩa bóng của nó là sự suy thoái tư cách đạo đức. Bại: thua, liệt, không cử động được, hư hỏng, đòi bại, mất trắng, thất bại. Tra trong nguyên nghĩa chữ Hán, ly, tàn và bại có thêm một số nghĩa rất phù hợp với bối cảnh câu đối trên. Ly: a, xa cách, lìa tan; b, thiếu; c, dính, bám; d, không tuân theo, làm trái. Tàn: a, giết hại, bị làm hại; b, hung ác, tàn ác; c, hư hỏng, hư hại, rách nát, sút mẻ; d, thiếu khuyết, tàn tật, đồ bỏ đi. Bại: a, thua, thất bại; b, hỏng, đổ nát; c, tàn rụn nghiêng đổ. Ta thấy tàn và bại có nghĩa khá tương đồng nhau. Vậy, Tăng ly chúng tăng tàn nghĩa là khi người xuất gia sống tách rời khỏi đoàn thể sinh hoạt của mình, giới pháp Phật chế, không chóng thì chầy cũng trở nên hư hỏng, sa đoạ, mất mạng giống như cọp một khi ra khỏi rừng sẽ bị giết chết-hổ ly sơn hổ bại.

2. Câu đối trên muốn truyền đạt đến chúng ta điều gì? Đầu tiên, nó là một lời dạy mang tính khuyên răn, răn đe, giáo dục,

sách tấn, cảnh báo. Nó khuyên Tăng Ni tôn trọng tuyệt đối nếp sống tập thể, tuân theo đời sống giới luật tu viện. Nó giáo dục tinh thần, ý thức sống khép mình vào mọi sinh hoạt cộng đồng Tăng chúng. Biệt chúng là đi vào đường nẻo tối tăm của tội lỗi. Nó cảnh báo trước rằng, sự tách mình ra khỏi sự bảo vệ của đoàn thể không bao giờ đem lại kết quả tốt đẹp. Hậu quả thường xảy ra khi vị tu sĩ trẻ từ bỏ đời sống tu viện là dễ sa ngã, đoạ lạc vào đục lạt thấp hèn của thế gian, mất hướng đi thánh thiện, thậm chí rơi vào những tiêu cực, khiếm khuyết về phẩm hạnh, đạo đức.

Kể đến, tăng ly chúng tăng tàn, hổ ly sơn hổ bại cung cấp cho chúng ta các bài học kinh nghiệm quý báu. Đó là kinh nghiệm về sự an toàn về đạo hạnh của mỗi tu sĩ nếu họ biết an tâm sống theo các quy chế của tu viện. Càng cách xa giới luật-chúng bao nhiêu, người tu hành càng dễ bị thế tục hóa bấy nhiêu. Từ chối sự bảo bọc của tập thể Tăng là tự rước họa vào thân. Có kẻ cho rằng sống độc lập để dễ dàng làm công tác Phật sự. Họ lầm. Họ cần suy ngẫm hình ảnh con hổ bị phanh xác bởi bầy chó rừng để phản tỉnh bản thân. Há đây không phải là những bài học xương máu trải qua bao thăng trầm lịch sử của liệt vị Tổ sư của chúng ta dặn dò hay sao?

Tiếp theo, câu trên gián tiếp trình bày một yêu cầu có tầm vóc quan trọng trong việc duy trì chánh pháp. Đó là yêu cầu mỗi cá nhân tu sĩ cần sở hữu những nhận thức sinh hoạt đúng đắn. Họ phải biết rằng đoàn kết mang lại an toàn và sức mạnh trong suốt lộ trình tu học của mình. Họ cần ý thức thường trực vai trò và địa vị của mình để tránh phát sinh những tư tưởng và hành động đi ngược lại lợi ích của giới luật và đoàn thể nơi mình sinh ra và trưởng thành-Tăng.

Từ yêu cầu này, cho phép chúng ta thấy rằng nó trực tiếp diễn tả một thực tế sinh động đã, đang và sẽ mãi diễn ra trong nội bộ đời sống Tăng-già. Thực tế ấy là: bản chất của Tăng vốn hòa hợp nhưng bản tính con người ưa chia rẽ. Tăng ly chúng nghĩa là nội bộ Tăng đã hiện hữu sự thiếu thanh tịnh và hòa hợp. Đức Phật thường nhấn mạnh ý nghĩa và mục đích hòa hợp và thanh tịnh của đoàn thể Tăng-già nhưng mỗi cá nhân cũng như tập thể Tăng không phải bao giờ cũng trung thành với tinh thần lục hòa. Sự kiện ly khai giáo đoàn của Đê-bà-đạt-đa là minh chứng đau buồn nhất cho thực tế ấy. Sự

chọn lọc để duy trì và phát triển trong lòng xã hội đầy biến thiên đòi hỏi giáo đoàn phải trải qua nhiều lần phân hóa nhằm tuyên truyền cũng như thích ứng sâu rộng chánh pháp vào cuộc đời. Mái chùa bao giờ cũng rộng mở đón nhận những ai phát tâm tu hành song vẫn thường xuyên khép cổng đưa tiễn các đệ tử xuất gia trở về với trần gian ràng buộc. Không thể thống kê có bao nhiêu người cởi áo nâu sòng để khoác áo tục nhân. Giáo hội cũng chẳng thể nào biết được hằng năm có bao nhiêu Tăng Ni hoàn tục. Từ thực tế ấy, câu trên rõ ràng đã vạch lối sống cho Tăng. Đó là sống cùng nhau thành những tập thể hòa hợp thanh tịnh, đoàn kết và vững mạnh. Phải giảm thiểu tối đa sự chia ly. Bất kể chia ly lớn-phân hóa giáo đoàn, hay nhỏ-vị tỳ kheo rời chúng ở riêng một mình, đều làm suy yếu sức mạnh của tập thể Tăng.

3. Hai vòng nhân quả. Với cách ngắt nhịp 3/2 mạnh mẽ, hai câu trên đối nhau hoàn chỉnh xuyên qua các hình ảnh đắt giá, tương xứng. Việc điệp từ: Tăng, hổ, ly đều hai lần, có tác dụng nhấn mạnh ý nghĩa cần thiết. Ngôn ngữ gãy gọn, cô đọng, hàm súc. Nếu ly là nhân thì tàn là quả. Chính các hành động và tư tưởng của mỗi cá nhân tu sĩ trượt ra khỏi đường ray sinh hoạt của Tăng chúng dẫn đến việc từ bỏ nếp sống thanh quy-ly. Do từ bỏ sự che chở của Tăng, cá nhân tu sĩ khó chống chọi với bát phong thường xuyên thổi mạnh. Vì vậy, việc bị cuốn theo và sống buông thả theo đục lạt thế tục là kết quả hiển nhiên. Đó là vòng nhân quả thứ nhất. Vòng nhân quả thứ hai: tàn là nhân, ly là quả. Vị tỳ kheo sống trong tập thể Tăng nhưng không tuân thủ các quy định của Tăng-tức là tàn, thì trước sau gì cũng bị Tăng loại trừ ra khỏi tập thể-ly. Thậm chí không cần đợi Tăng trục xuất mà họ đã tự ý tìm cách thoát ly trước. Thật ra, vòng nhân quả thứ nhất là nói xuôi, vòng nhân quả thứ hai là nói ngược lại cho trọn vẹn vấn đề mà thôi. Thế là ly = tàn.

4. Suy luận. Điều làm chúng ta suy tư đầu tiên: vì sao ly? Nói cách khác, đâu là lí do dẫn đến sự ly? Bất đồng quan điểm về giáo lý, giới luật và những gì phát sinh trong quá trình sinh hoạt được xem là nguyên nhân chủ yếu dẫn đến việc Tăng ly chúng. Điều này bao gồm cả những sự bất mãn, xung đột, cạnh tranh lẫn sự ganh ghét tị hiềm, tật đố giữa các thành viên trong tập thể. Nếu cá nhân không tuân thủ các luật lệ thành văn và bất thành văn của



đời sống tự viện thì cố nhiên bị tách ly khỏi tập thể. Bản thể Tăng thanh tịnh nhưng người là Tăng không phải ai cũng thanh tịnh. Nhìn chung, có hai lý do tổng quát. Một, chủ quan, nghĩa là do ước muốn cá nhân. Chính sự bất mãn hoặc sự sụp đổ lý tưởng xuất gia đã khiến cá nhân tu sĩ rời bỏ đoàn thể. Con người ai mà không cố gắng tìm kiếm "tự do" cho chính mình? Bị thôi thúc bởi những vọng tưởng, ý tưởng riêng tư, cá nhân luôn muốn thoát ly khỏi sự kiểm tỏa của tập thể. Hai, khách quan, hoàn cảnh đưa đẩy. Hoàn cảnh ở đây chỉ chung cho toàn bộ những gì bên ngoài cá thể. Mâu thuẫn nội bộ trong mỗi tự viện, sự đổ vỡ tương thông giữa các thành viên thường là lý do chính của các cuộc chia ly, chia rẽ. Chúng bao hàm tất cả những phiền phức, rắc rối, bất cập phát sinh trong quá trình sinh hoạt cộng đồng giữa thầy và trò, giữa huynh đệ với nhau, thậm chí có cả trường hợp giữa tu sĩ và cư sĩ. Lý do thứ hai này còn gồm các yếu tố xã hội, chính trị, kinh tế, tôn giáo tác động gián tiếp hoặc trực tiếp lên đời sống cá nhân tu sĩ và khiến họ phải xa rời tổ ấm của mình. Dưới áp lực mở rộng ảnh hưởng của tập thể, nhiều tu sĩ phải rời khỏi tự viện để sống một mình ở một vùng đất mới xa xôi hẻo lánh. Nhìn chung, dù chủ hay khách quan, việc tu sĩ rời khỏi tổ chức thì trách nhiệm được quy cho Tăng già.

Tiếp theo, chúng ta tự hỏi tại sao hễ ly chúng là Tăng tàn, tại sao hổ rời khỏi núi rừng là chết? Hổ-thú dữ ăn thịt, mạnh bạo, hung dữ, chúa tể sơn lâm, thế mà khi từ bỏ môi trường sinh hoạt của mình-ly sơn, còn bị thất bại, thua các loài khác, hưởng gì vị Tăng sĩ vốn hiền lành chất phác? Một khi rời khỏi môi trường kháng nhiễm của Tăng chúng, cá nhân tu sĩ dễ dàng bị thâm nhiễm sự ô nhiễm của thế gian. Thiếu sự bảo vệ, kiểm soát, dạy dỗ, sách tấn khuyên can của sư trưởng; không có sự chia sẻ, nhắc nhở của bạn đồng tu; cộng với nội lực chưa đủ mạnh để chống chọi với sự cuốn hút của ngoại duyên, tất cả các điều này trở thành tầng thượng duyên cho chúng ta hư hỏng. Chí đạo nan vẫn, vọng tình dị tập. Đi ngược lại bản chất, sống trong môi trường độc hại, nguy hiểm, không nơi nương tựa, không người chở che thì hư hỏng-tàn là điều chắc chắn. Thay đổi môi trường là chết. Chết, dù Tăng

hay hổ, không những vì môi trường mới độc địa hiểm ác, mà còn chết bởi chẳng có khả năng thích ứng với môi trường ấy. Cho nên mới khẳng định, kết luận: Tăng ly chúng Tăng tàn, hổ ly sơn hổ bại. Ly là tàn, ly là bại, bất kể Tăng hay hổ, người hay vật, mạnh hay yếu.

Thứ đến, ta xét tiến trình ly và tàn. Trật tự ly rồi sẽ tàn đôi khi cũng có thể hoán đổi, nghĩa là tàn thì chắc chắn sẽ ly. Song câu châm ngôn trên có vẻ nhấn mạnh ý nghĩa thứ nhất: Tăng ly chúng thì Tăng sẽ hư hỏng-tàn. Tuy nhiên, thực tế không phải không có trường hợp Tăng ly chúng mà không tàn, Tăng không ly chúng mà vẫn tàn. Ly mà không tàn là do cá nhân có ý thức trách nhiệm cao, ly với lý do chánh đáng-chuyên tu, hoằng pháp vùng sâu vùng xa. Chúng ta không cần ca ngợi nhiều những vị Tăng ly chúng mà không tàn nhưng phải đặc biệt chú ý tình trạng Tăng không ly chúng mà vẫn tàn. Việc sống với chúng không phải là nhân tố độc nhất quyết định sự hư hỏng hay thành công của cá nhân tu sĩ. Tuy nhiên, ngôi chùa cần tạo những Tăng sĩ đủ tư cách và loại trừ các tu sĩ không xứng đáng. Chính những cá nhân hư hỏng cộng trụ trong đoàn thể Tăng là những con sâu làm rầu nồi canh, là sự tử trùng thực sự tử nhục. Nếu giáo hội không phát hiện, không quyết tâm loại trừ, thậm chí còn dung dưỡng, thì những con sâu và trùng này sẽ phá hoại bản chất thanh tịnh hòa hợp của Tăng, làm suy giảm đạo tâm tôn kính của tín đồ đối với Tam bảo, đặc biệt, lũng đoạn, gây chia rẽ sức mạnh đoàn kết trong nội bộ Tăng đoàn.

5. Liên quan. Ngoài ra, Tăng ly chúng tăng tàn trực tiếp bàn đến vấn đề quan hệ giữa cá nhân và tập thể, vấn đề đạo đức cá nhân, vấn đề chất lượng giáo dục và sinh hoạt Phật giáo trong các tự viện, vấn đề tồn tại, phát triển và suy vong của cá nhân trong mối tương quan với cộng đồng. Việc một vị tu sĩ biệt chúng-ly, hoặc hư hỏng-tàn, không chỉ là trách nhiệm riêng của họ mà toàn thể thành viên trong tự viện mà vị ấy cư trú đều có bổn phận. Luôn luôn có sự tương quan, liên đới về trách nhiệm và nghĩa vụ giữa thành viên Tăng và toàn bộ Tăng đoàn. Cá nhân tốt, vị Tăng tài đức hiển nhiên sẽ mang lại uy tín cho tu viện-nơi mà vị ấy cư ngụ. Cũng vậy, khi cá nhân hư hỏng, sa đọa đạo đức, chắc chắn tập thể cứu mang cá nhân ấy bị liên lụy những ảnh hưởng xấu. Chất lượng giáo dục trong mỗi tự viện

thường quy định khả năng, tài đức của mỗi vị Tăng. Do đó, tu sĩ muốn hành đạo yên ổn, muốn có điều kiện tốt nuôi dưỡng thánh thai, phát triển đạo nghiệp, cần lựa chọn và sống trong ngôi chùa có môi trường giáo dục và sinh hoạt ổn định theo đúng thanh quy giáo pháp. Ở bầu thì tròn, ở ống thì dài, chúng ta ghi nhớ điều này để ý thức tầm quan trọng của nơi ăn chốn ở.

Tăng tàn không phải do ly hay hợp mà do Tăng không sống trọn vẹn với bản chất thiêng liêng cao quý vốn có của mình. Vấn đề không phải ở chỗ ly hay hợp mà ở chỗ đời sống của Tăng, môi trường giáo dục tự viện như thế nào, có giữ đúng thanh quy giới luật không, có lục hòa, quan tâm và có trách nhiệm đối với nhau không? Cọp chết thảm vì không có đồng loại bảo vệ, từ bỏ núi rừng, đơn thân độc mã đối mặt với hiểm nguy, không biết lượng sức mình. Cũng thế, trần gian hiểm ác, Tăng tàn vì không mặc áo giáp giới luật, khô nước thiền định, thiếu gươm trí tuệ, xa thiện tri thức, sống môi trường xấu. Cọp bại chỉ phí một đời nhưng Tăng tàn sẽ oan uổng nhiều kiếp. Tăng tàn thì đạo suy, đó là điều chắc chắn. Khi con người sa sút đạo đức thì họ xem thường đời sống thánh thiện. Cho nên, vạn bất đắc dĩ mới ly. Nếu thể thái nhân tình bắt buộc phải ly, thì chúng ta tùy duyên ly trong hòa hợp và thanh tịnh: thống nhất ý chí và thắt chặt đôi tay. Nghĩa là, chấp nhận có khoảng cách vật lý nhưng luôn luôn gắn bó trên quan điểm tư tưởng và hành động. Song nếu hợp-trái nghĩa

với ly, có tính chất bè phái, tôn phái, đảng phái, môn phái chống báng nhau thì đó là đại ly, là hại đạo tập thể, là đàn sâu, là bầy sư tử trùng. Bởi vì, chia rẽ là dấu hiệu của suy tàn, đổ vỡ; thống nhất là biểu hiện của sức mạnh và trường tồn. Dù ly hay không ly, bản chất của Tăng mãi mãi là thanh tịnh và hòa hợp. Thuận với bản chất ấy thì sống, sống xứng đáng với địa vị Chúng Trung Tôn. Nghịch bản chất ấy thì dù sống cũng coi như đã chết, chết trong sự nguyên rủa vì hại đạo hại đời, hại mình hại người.

Tình hình chính trị, bối cảnh chế độ lịch sử, thực tế xã hội không ngừng thúc đẩy chúng ta đi từ sự phân ly này đến sự phân ly khác. Cá nhân luôn có xu hướng xoay theo vòng xoay ly tâm khỏi những ràng buộc của tập thể. Đó là tổng thể đời sống vô cùng phức tạp mà Tăng-già cần tỉnh táo nhìn ngắm lại bản thân mình, nội bộ tổ chức mình. Nhìn ngắm, quan sát kỹ để Tăng-già biết trong nồi canh có bao nhiêu con sâu, biết trên lưng sư tử có mấy đàn bọ chét, nhằm vạch ra những hướng đi nhất quán với chánh pháp. Biết chấp nhận chia ly với cái đầu thông minh và đôi tay nhất thống thì không sợ tàn, không nao núng bại. Bao giờ Phật giáo cũng chủ trương nếp sống tập thể song song với việc phát triển cá nhân cho Tăng ni Phật tử trong môi trường Giới Định Tuệ.

Huế, 15/8/2552

Chánh Trí

Nguồn: Tập san Pháp luân 57



Từ đêm nhìn sao mai mọc nơi rặng Hy Mã Lạp Sơn đến những con đường thôn dã của quê hương

Thích Phước An

Trong Việt Nam Phật Giáo sử luận, tập một, khi bàn về sự liên hệ giữa thiên và thi ca, giáo sư Nguyễn Lang viết: “Thi ca không có hình ảnh thì không còn thi ca nữa, cũng như đi vào lý luận siêu hình thì thiên không còn có thể là thiên nữa”

Nhưng thế nào là hình ảnh, giáo sư Nguyễn Lang giải thích:

Khi Vô Ngôn Thông được hỏi về thiên và thiên sư, ông đã im lặng lấy tay chỉ vào một gốc cây Thoa lư. Thiên và thiên sư trong lãnh vực đàm luận có thể là những khái niệm trừu tượng, gốc cây Thoa lư là một hình ảnh cụ thể của thực tại, nếu nhìn gốc cây Thoa lư trong chính thực tại của nó tức là đã xâm nhập thế giới thiên và trở thành thiên sư. Các thiên sư không bao giờ muốn đưa học trò của mình vào thế giới suy luận trừu tượng” (1).

Tất nhiên, trong các tông phái của Phật giáo, thì thiên là tông phái gây cảm hứng mạnh mẽ nhất trong mọi lĩnh vực sáng tác nghệ thuật. Đặc biệt là trong lĩnh vực thi ca. Nhưng theo tôi, chính Đức Phật mới là người đầu tiên khai mở dòng cảm hứng bất tận ấy cho những nghệ sĩ sáng tạo.

Đọc lịch sử đức Phật ta vẫn còn nhớ, sau 49 ngày tham thiên nhập định dưới gốc cây Bồ Đề bên dòng sông Ni liên thiên, khi sao mai vừa mọc thì thái tử Tất Đạt Đa hốt nhiên đại ngộ (Anuttara Samyak Sambodhi) mà người Trung Quốc đã dịch là Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác, nghĩa là chứng nhập chân lý tối cao.

Ta có thể đặt câu hỏi, tại sao đức Phật không hốt nhiên đại ngộ vào buổi trưa hay buổi chiều? mà biến cố ấy lại xảy ra vào lúc sao mai mới mọc? Phải chăng đó là giây phút đẹp nhất? Giây phút mà vũ trụ vừa thức tỉnh sau một đêm dài bị bóng tối vây phủ. Như vậy giây phút mà đức Phật giác ngộ đó, nếu ta nhìn theo cách nhìn của thi nhân thì đó là giây phút mà đức Phật đã nắm bắt được cái đẹp thiên thu của vũ trụ chính trong lòng bàn tay của ngài.

Nhưng thơ là gì? Và tại sao

con người phải làm thơ? Thi hào Hàn Mặc Tử của Việt Nam, người đã dâng hiến trọn vẹn cuộc đời ngắn ngủi của mình cho thi ca và nhất là đã từng trải qua những đau khổ nhất cũng như hoạn lạc nhất trong trái tim rỉ máu của mình, đã cho biết vì sao ông làm thơ:

"Tôi làm thơ nghĩa là vì tôi yếu đuối quá! Tôi bị cám dỗ, tôi bị phân lại tất cả những gì mà lòng tôi, máu tôi, đều hết sức giữ bí mật. Và cũng có nghĩa là tôi mất trí, tôi phát điên. Nàng đánh tôi đau quá, tôi bật ra tiếng khóc, tiếng gào, tiếng rú, có ai ngăn cản được tiếng lòng tôi?"

Trong Trường Bộ Kinh có ghi lại, sau khi rời gốc cây Bồ Đề, trên đường trở về thành Ba La Nại gặp đạo sĩ Upaka, đức Phật đã reo lên:

Ta là bậc tối thắng, Ta là bậc toàn trí

Xả trừ hết ô nhiễm và trần cấu, Liả bỏ tất cả, lửa tham dục đã tắt Ta không học với ai, thì còn biết gọi ai là Thầy?

Những gì Ta biết Ta không học với một ai,

Không ai bằng Ta trên thế gian này,

Dầu sanh ở cõi phàm hoặc cung trời

Không một ai bằng Ta hết

Ta đã thực sự chiếm được quả giải thoát,

Toàn thế gian Ta là bậc Vô thượng đạo sư,

Độc nhất trong đời, hoàn toàn giác ngộ,

Tự ngự trong yên vui vô thượng.

Nếu hiểu thi ca trong tinh thần Hàn Mặc Tử, thì những lời trên của đức Phật cũng có thể tạm gọi là ngôn ngữ của thi ca, vì nó đã được trào vọt ra từ trái tim tràn đầy hoan lạc của một người vừa tìm lại được tự do nơi chính quê nhà của mình sau bao thuở lang thang phiêu giạt tận nơi góc bể chân trời.

Và rồi sau đó trong gần 50 năm lang thang khắp lục địa Ấn Độ rộng lớn, từ những cung điện nguy nga tráng lệ của vua chúa đến những căn nhà nghèo khổ tăm tối nhất thuộc giai cấp tiện dân, từ những bậc Thánh ẩn mình trong rừng sâu đến những tay đồ tể giết người, hay từ một tư

tướng gia thông thái đến những người nông dân chất phác thất học, với lòng từ bi vô hạn, Ngài đã vì sự thống khổ của muôn loài mà tuyên thuyết không biết bao nhiêu thi kệ. Những thi kệ ấy, có khi thì chất phác giản dị từ nội dung tư tưởng đến ngôn ngữ như trong các kinh thuộc thời nguyên thủy, khi như bay bổng tuyệt vời như trong các kinh thuộc đại thừa. Chẳng hạn như Hoa Nghiêm Kinh, ta đọc mà có cảm tưởng như đó là trường thi vĩ đại nhất mà dân tộc Ấn Độ đã cống hiến cho thi ca nhân loại, và phải chăng chỉ có một dân tộc được sanh ra dưới chân núi Hy Mã Lạp Sơn cao nhất thế giới thì mới tạo ra một thứ ngôn ngữ kỳ lạ như vậy?

Năm 520 Bồ Đề Đạt Ma mang thông điệp Phật giáo Thiên tông đến Trung Quốc. Đã biết bao thiên niên kỷ trôi qua rồi, vậy mà cái truyền thuyết về việc đức Phật cầm đóa hoa đưa lên trước Pháp hội và nụ cười mỉm mỉm của Tôn Giả Ca Diếp trên đỉnh núi Linh Thứu cùng với đôi mắt của Bồ Đề Đạt Ma chín năm trầm hùng nhìn vào vách đá Chùa Thiếu Lâm, đôi mắt sâu thẳm như đang nhìn vào kiếp người đen tối vẫn còn tiếp tục nuôi dưỡng tinh thần sáng tạo nghệ thuật không những chỉ tại Trung Quốc mà còn cả toàn thể thuộc khu vực miền Viễn Đông nữa

Nhưng vì Bồ Đề Đạt Ma dù sao cũng là người Ấn Độ nên theo giáo sư D.T Suzuki, chỉ có công khai mở một trào lưu. Phải đợi đến khi Huệ Năng, một người sanh ra từ đất Trung Hoa, và với thiên tài Huệ Năng thì thiên mới chính thức trở thành một trào lưu tâm linh vĩ đại cho đến ngày nay

Nhưng mảnh đất đã sinh ra Bồ Đề Đạt Ma có gì khác biệt với mảnh đất đã sinh ra Huệ Năng? “Còn người Trung Hoa mãi mãi là những đứa trẻ bụi đời, vóc dáng nặng nề không bao giờ dám bay bổng lên mây. Sinh hoạt của họ thường ngày là cày cuốc, là gom lá khô, là xách nước, là buôn bán, là hiểu thảo, làm việc công ích, là quy định những lễ nghĩa rắc rối nhất đời, đại khái có nghĩa là có ý thức về lịch sử, quan sát thời vụ, là ghi lại những dấu vết

ấy làm chứng tích của thời gian. Người Trung Hoa có thể tự hào giỏi ghi chép nhất trong đời, trái hẳn với người Ấn Độ đánh mất ý niệm thời gian (2).

Vì tinh thần thực tiễn như vậy nên người Trung Hoa say sưa với những gì trên mặt đất này”. Núi vút trời cao, nước đi ra biển, cây trở hoa xuân, hoa đơm tàn đỏ. Trăng sáng thì nhà thơ say sưa trở khúc thái bình”

Lục tổ Huệ Năng là một người con của một đất nước như thế, mà lại sống cùng thời đại với Lư Chiếu Tân (637-690), Mạnh Hạo Nhiên (689-740) và Vương Duy (710-776) v.v. tức là những tên tuổi lớn của thi ca Trung Quốc thời sơ Đường. Đặc biệt là khi Lục tổ Huệ Năng đang du thuyết đạo thiên thì Lý Bạch, thi hào được xem như là vĩ đại nhất của Trung Quốc đã là cậu thiếu niên 12 tuổi, và năm Huệ Năng viên tịch thì thi hào Đỗ Phủ vừa chào đời được một năm, Đỗ Phủ sanh 712 và mất 770. “...Huệ Năng viên tịch năm 713, thọ 76 tuổi, nhằm thời thịnh Đường thiên hạ vui cảnh thái hòa và văn hóa Trung Quốc vút đến tuyệt đỉnh vinh quang trong lịch sử (4)

Bởi vậy, dù không phải là một thi nhân, nhưng khi đem những vấn đề huyền diệu nhất của tư tưởng Phật giáo để giải thích cho người Trung Hoa thì Huệ Năng đã sử dụng ngôn ngữ đầy hình ảnh thi ca, ví dụ đoạn này trong Pháp Bảo Đàn Kinh:

“Huệ Năng này bước ra ngồi xếp bằng trên tảng đá, Huệ Minh làm lễ nói rằng: Mong hành giả nói pháp cho tôi nghe!

Huệ Năng nói: Nếu ông vì Pháp mà đến, thì nên dứt tương niệm, lảnh dứt thầy đừng nghĩ tới. Huệ Minh vâng lời.

Giây lâu Huệ Năng lại nói: Đừng nghĩ thiên, đừng nghĩ ác, ngay lúc này đây đưa cho tôi xem cái “bản lai diện mục” của ông trước khi mẹ ông sinh ra.”

Giáo sư D.T Suzuki cho rằng, đoạn kinh trên là sự sáng tạo vĩ đại nhất của thiên tài Trung Hoa” đó là một chân trời mới mà Huệ Năng đã mở ra cho Thiên cổ truyền Ấn Độ. Ở cách nói ấy, ta không thấy gì là Phật Giáo hết, thế có nghĩa là Huệ Năng tự vạch



ra cho mình một con đường riêng rẽ diễn đạt một chân lý thiền theo kinh nghiệm riêng độc đáo, và đây tinh thần sáng tạo trước Huệ Năng để biểu thị kinh nghiệm ấy, người ta vay mượn đó đây, mượn chữ cũng như mượn phương pháp nói rằng: "ông là Phật" hoặc là "Phật ở trong ông" thật quá sáo, quá chìm, vì quá trừu tượng, quá khái niệm. Những câu nói ấy đành là có chứa đựng một chân lý thâm diệu nào đó, nhưng thiếu cụ thể, không đủ sinh khí lay hồn ta chìm lìm giữa trừu tượng và từ chương vậy. Huệ Năng chất phác ở tâm, một mục ở trí, không nhiệm phải cái học của đạo và đời, Huệ Năng có thể nắm lấy chân lý nóng hổi trong tay, và đó là chỗ tươi mát khác thường của tâm trí trong khi tiếp xử với đời" (5)

"*Chất phác ở trong tâm, một mục ở trí*"

Có lẽ đây chính là điểm gặp gỡ quan trọng nhất giữa thiền (Nhất là thiền của Huệ Năng) và thi ca. Đặc biệt là sau hai câu thơ lừng danh của Bàn Uẩn, một trong những cư sĩ trác việt nhất của Phật giáo thiền tông Trung Quốc:

*Thần thông tịnh diệu dụng
Vận thủy cập ban sài*
(Này thần thông! Này diệu dụng! Ta gánh nước! Ta đốn củi!)

Khởi đầu là Trung Quốc, rồi sau đó tràn qua Nhật Bản, Triều Tiên, rồi tất cả các quốc gia thuộc khu vực miền Viễn Đông, tại các thiền viện, chùa chiền, trong các công án, pháp ngữ hay kệ thị tịch của các thiền sư,

ta thấy tràn đầy tinh thần thi ca.

Tại Việt Nam, ngoài các thiền sư thi sĩ đời Lý, Trần, ta còn thấy đầu đời hậu Lê có bậc anh hùng Nguyễn Trãi, một con người hoàn toàn cô độc trước thời đại mình đang sống, đã luôn luôn mong ước dù chỉ một lần thôi, được đến tận nguồn của suối Tào Khê, nơi mà lục Tổ Huệ Năng đã khai mạch cho dòng suối tâm linh vĩ đại ấy:

*Bán sinh khuu hắc tiện u thê
Thiền pháp phân minh thính diệu để*

*Vạn lý Nam lai sơn thủy viễn
Nhất sinh năng kỷ quá Tào Khê*
(Nửa đời ẩn dật sẵn hang sâu
Vang động gian chùa tiếng nhận kêu)

Muôn dặm từ Nam non nước thăm

Một đời mấy bận tới Tào Khê)

Vì nước của dòng suối ấy, Nguyễn Trãi tin tưởng rằng, không chỉ rửa sạch những đau khổ của chính mình thôi mà còn cả mọi sinh linh thống khổ khác nữa:

*Môn tiền nhất phái Tào Khê thủy
Tẩy tận nhân gian kiếp kiếp trần*
(Trước cửa Tào Khê dòng nước chảy

Rửa hết bụi bặm bao nhiêu kiếp của nhân gian)

Trong một bài thơ chúng ta biết rằng, Nguyễn Du đã trì tụng kinh Kim Cang hơn cả ngàn lần, vậy mà thi hào của chúng ta vẫn không hiểu hết ý nghĩa sâu xa của Kinh. Cuối cùng phải nhờ bài kệ đặc pháp của lục Tổ Huệ Năng mới chợt nhận ra rằng, con đường đi vào thực tại không qua ngôn ngữ mà chính là con đường của vô ngôn, nghĩa là con đường của

im lặng:

*Nhân liễu thử tâm nhân tự độ
Linh sơn chỉ tại nhữ tâm đầu
Minh kính diệc phi đài
Bồ đề bốn vô thọ
Ngã độc Kim Cang thiên biến linh
Kỷ trung áo nghĩa đa bất minh
Cập đảo phần kinh thạch đài hạ
Tài tri vô tự thị chân kinh*

(Ta giải thoát khi nào trong lòng đã sáng tỏ,

Linh Sơn ở ngay trong chính ta,

Gương sáng vốn không đài,
Cây Bồ Đề cũng không có gốc,
Ta đã từng đọc kinh Kim Cang hơn ngàn lần,

Ý nghĩa sâu xa vẫn chưa hiểu hết,

Chỉ đến khi đứng trước đài phôi kinh

Mới hay rằng "vô tự" mới chính là chân kinh).

Nhưng tại sao một số Tổ sư của Phật Giáo mà lại dấy động được cả phong trào thi ca rầm rộ như vậy?

Tôi nhớ hồi nhỏ tôi đọc được Pháp Bảo Đàn Kinh tại một ngôi chùa ở vùng núi non hẻo lánh thuộc miền Trung. Thôn quê vốn đã vắng vẻ tịch mịch, mà cách đây 40 năm lại càng vắng vẻ và tịch mịch hơn. Hồi đó tôi mới học lớp 4 hoặc lớp 5 ở trường làng, nên dĩ nhiên đọc Pháp Bảo Đàn Kinh cũng như đọc chuyện cổ tích vậy thôi.

Nhưng chính nhờ đọc như chuyện cổ tích mà tôi mới thấy hình ảnh của Lục Tổ Huệ Năng gần gũi với tuổi thơ của tôi vô cùng, tôi cứ tưởng tượng cái xứ Lĩnh Nam mà Lục Tổ nói là nghèo khổ quê mùa đó chắc cũng giống như quê của tôi, cũng những

người nông phu ra đồng cày ruộng, cũng những người tiều phu lên rừng đốn củi. Ngôi chùa Đông Thiền núi Hoàng Mai sinh hoạt cũng giống như những ngôi chùa trong rặng núi quê tôi, nghĩa là cũng xay lúa, cũng giã gạo, bữa củi, nhiều khi tôi còn tưởng tượng hình ảnh của cụ Lục Tổ mặc chiếc áo trần màu nâu đất, mang đôi guốc gỗ lẫm lũi bước đi, đó lúc là nơi núi rừng chập chùng, có khi là trên những con đường thôn dã giữa những người nông dân chân lấm tay bùn.

Khi lớn lên lưu lạc các chùa ở thành phố, sống giữa thế giới văn minh tiến bộ, nên tất nhiên tôi cũng không còn đọc Pháp Bảo Đàn Kinh như đọc một câu chuyện cổ tích nữa, nhưng lúc nào hình ảnh của Lục Tổ Huệ Năng, ngôi chùa xưa dưới bầu trời cao rộng, nơi một vùng quê tĩnh mịch vẫn cứ sống êm đềm trong ký ức tuổi thơ xa xôi của tôi.

Và tôi cũng nghĩ rằng, hễ bất cứ cái gì đưa tâm hồn con người đi lên, đưa con người tiến về cái đẹp, thì cái đó chính là hình ảnh thi ca vậy.

Dường như thế giới càng văn minh tiến bộ bao nhiêu, thì tâm thức của con người càng hoang mang và lạc lõng bấy nhiêu. Sự hoang mang đó có lẽ cũng giống như sự hoang mang của Thần Tú (một con người rất uyên bác) khi Ngũ Tổ bảo phải làm một bài kệ khác để trình cái sở chứng của mình: "Tâm trung hoảng hốt, thần tứ bất an, du như mộng trung hành tọa bất lạc" (trong lòng hoảng hốt, thần tứ chẳng an, dường như giấc mộng, đi ngồi chẳng vui) (6). Nghĩa là bất an và đau khổ vì cái sở học uyên bác của mình.

Có lẽ nhân loại đang đứng trước thế kỷ 21 này, nên khởi sự học lại từ đầu cái mà Lục Tổ Huệ Năng đã bị mắng là "nhĩ giá lạp lão bất tri" (con người man rợ này chẳng biết chi hết) thì mới mong tìm được một nền văn minh đích thực cho chính mình chẳng?

Chú thích:

(1) Việt Nam Phật Giáo sử luận, tập 1 Nguyễn Lang, trang 204 NXB Văn Học, Hà Nội 1994

(2) Thiền Luận, D.T Suzuki, Trúc Thiên dịch, trang 144, NXB An Tiêm, Sài Gòn 1973

(3) "Trang 161

(4) "Trang 356

(5) "Trang 331

(6) Pháp Bảo Đàn Kinh, phẩm Tự tự



Nhận thức và tinh thần tu đạo của thanh thiếu niên Phật giáo

Tâm Minh

Kính thưa quý vị và các bạn,
Mặc dù Phật giáo hiện nay đã đóng vai trò tích cực trong xã hội, đã được đông đảo trí thức và quần chúng Tây phương lưu ý, nhưng việc thực hành, tu tập theo Phật pháp vẫn rất còn hạn chế. Tuổi trẻ Phật giáo Việt Nam trong nước cũng như ở hải ngoại, đại diện là thanh thiếu niên Phật tử, hầu hết nằm trong tổ chức Gia Đình Phật Tử (GDPT) vì đó là con em của những gia đình đã đến với đạo Phật, sống Đạo và hy vọng con em của mình cũng theo con đường tu học Phật pháp như mình.

Trong GDPT, bộ môn Phật pháp là chính nhưng luôn luôn được hỗ trợ bởi các môn học về hoạt động thanh niên, gồm có nhiều bộ môn như truyền tin, phương hướng, cứu thương, đo đạc, trại, v.v... là những bộ môn các em rất thích, để việc học trong GDPT mang tính chất "Học mà chơi, chơi mà học".

Song song với GDPT còn có nhiều đoàn thể thanh thiếu niên không phải tu Phật mà tu Đạo (nghĩa là tín ngưỡng của họ không phải là Phật giáo mà có thể là Thiên Chúa giáo, Cao Đài, v.v...). Mặc dù tín ngưỡng khác nhau nhưng mục đích chính của các đoàn thể thanh thiếu niên ở hải ngoại đều giống nhau, đó là phát triển tình thương, tình bạn, tình huynh đệ và phát triển trí tuệ. Mặc dù tiếng mẹ đẻ khác nhau nhưng các hội đoàn thanh thiếu niên đều có chung một ngôn ngữ, đó là ngôn ngữ của hòa bình và đoàn kết. Hội Hướng đạo thế giới vừa tổ chức trại Hẹn Bạn tại Anh kỷ niệm 100 năm ngày thành lập, còn GDPT VN tại Hoa Kỳ cũng mới tổ chức trại họp bạn Trần Nhân Tông cách đây mấy năm kỷ niệm 60 năm trưởng thành của GDPT Tổ chức Hướng đạo cũng như GDPT không phải đưa ra một chủ nghĩa mới lạ gì cũng không cần phải thuyết phục, rú

rê ai cả nhưng đã tồn tại và phát triển trên toàn thế giới, ngày nay đã có hàng triệu đoàn viên; điều đó nói lên phần nào tinh thần tu thân hay học Đạo của giới trẻ hôm nay được lưu truyền từ xưa không mất!

Tuy nhiên, ở khắp nơi, từ quốc nội đến hải ngoại, chúng ta cứ nghe "kêu cứu" về tình trạng thiếu niên phạm pháp, về xì ke, ma túy, về rất nhiều tệ nạn mà thanh thiếu niên là nạn nhân. Ví dụ như bị bán ra nước ngoài như một món hàng, không khác gì thời Trung Cổ!! Thật vậy, xã hội càng phát triển thì những chuyện lạ càng nhiều, chuyện hay có lẽ ít hơn chuyện dở nên các nhà giáo dục càng ngày càng đau đầu nhức óc! Trong khi đó, GDPT cũng nỗ lực giáo dục đàn em của mình "sống đúng theo chân tinh thần Phật giáo" trước sự lôi cuốn của nền văn minh vật chất. Người huynh trưởng GDPT luôn thao thức, trăn trở tìm phương cách giúp đàn em của mình củng cố niềm tin, giữ vững chí hướng của người con Phật cũng như thực tập nếp sống tinh thần trước sự xô bồ của xã hội kể cả Đông phương và Tây phương.

Chúng tôi xin mời quý vị và các bạn theo dõi buổi hội thoại bỏ túi giữa các huynh trưởng trẻ quen thuộc A,B,C... như một báo cáo về nhận thức và tinh thần tu đạo của tuổi trẻ Phật giáo VN ngày nay.

A: Chào các bạn, hôm nay chúng ta lại nói về giáo dục GDPT nữa hay sao?

B: Không hẳn như vậy. Hôm nay chúng ta nói về nhận thức và tinh thần tu đạo của thanh thiếu niên Phật giáo trong và ngoài nước đó.

C: Mình chỉ biết về GDPT chứ những đoàn thể khác tu đạo như thế nào làm sao biết?

A: Thì mình căn cứ vào sách báo, vào những bài viết... trong cách giáo dục của họ để suy ra chứ sao!

B: Đúng vậy, ví dụ chúng ta

đâu có sinh hoạt với các đơn vị GDPT trong nước nhưng qua diễn đàn Gia Đình Áo Lam chúng ta cũng thường được tin tức về trại huấn luyện (Vạn Hạnh 6), về ngày Hạnh của ngành Nữ, hội Thi Về Tranh của Oanh Vũ, v.v... đó! Ngoài ra, chúng ta có thể được mời đi tham dự những ngày Trại hay ngày hội của các hội đoàn bạn... nên anh chị em của chúng ta cũng biết chứ!

C: OK, ví dụ như hội hướng đạo mới tổ chức kỷ niệm 100 năm phải không? Mục đích và châm ngôn của họ là gì các bạn có biết không?

A: Theo mình biết thì mục đích của họ là phục vụ mọi người, không phân biệt chủng tộc, tôn giáo, giới tính, v.v... và châm ngôn của họ là "sẵn sàng", nghĩa là lúc nào cũng sẵn sàng giúp đỡ tha nhân.

B: Phong trào Hướng đạo thế giới do ông Robert Stephenson Baden Powell (Ông là Chief Scout of the World, sinh ngày 22/02/1857 và mất ngày 8/01/1941), thường được gọi thân mật là PB (PiBi). Hội Hướng đạo huấn luyện cho đoàn sinh của mình những khả năng để cứu người, giúp đời, tương tự ngũ minh pháp của Phật giáo vậy (trong qui mô nhỏ hơn), cho nên có thể nói những Hướng đạo sinh gương mẫu cũng là những người đang hành Bồ-tát đạo.

C: Chỉ khác một điều duy nhất với GDPT mình, đó là họ không giữ giới "không sát sanh". Họ tập cho đoàn sinh săn bắn, đặt bẫy, v.v... để bắt thú rừng tìm lương thực cho mình nữa!

A: Đúng vậy! Cho nên mình là Phật tử, không thể tham gia Hướng đạo được là vì điểm này, mặc dù ngày xưa đã có Hướng đạo Phật tử nữa đó! Ngoài tổ chức GDPT và Hướng đạo ra còn có rất nhiều hội đoàn thanh niên khác, họ cũng tham gia những công tác từ thiện, xoa dịu vết thương chiến tranh, an ủi tù nhân, săn sóc người bệnh người

già trong những nursing homes, v.v...

B: Và cũng có nhiều nhóm tu tập Thiền đó nha! Có nhiều cấp bậc, có nhóm đã học trong sáu tháng, một năm, hay nhiều năm..., hằng năm cũng đi "retreat". Các nhóm này ở nhiều thành phần tôn giáo khác nhau (Phật giáo, Thiên chúa giáo, v.v...), cũng có nhiều nhóm cư sĩ do quý thầy hướng dẫn tu học hằng tháng.

C: Các bạn có nghe đến trung tâm thiền tập Insight Meditation Society ở Barre, Massachusetts không? Ở đó có nhiều người trẻ lắm!

A: Có phải ở đó có bà giáo thọ Sharon Salzberg (SS) vừa phỏng vấn nhà tâm lý học nổi tiếng Daniel Goleman (DG) về môn khoa học mới là Xã Hội Thần Kinh Học (Social Neuroscience) và mối tương quan của nó với những giáo lý và thực hành trong đạo Phật hay không?

B: Thật là hay quá, các bạn nói cho mình nghe thử giáo sư DG đã nói cái gì mới về Tâm lý học và nội dung của Xã hội Thần kinh học là gì vậy?

C: Ông DG là tác giả của nhiều sách về Tâm lý học. Cuốn sách "Emotional Intelligence" của ông là cuốn sách bán chạy nhất (NY Times best seller) trong vòng hơn một năm rưỡi. Và cuốn sách mới nhất của ông là Trí tuệ Xã Hội học (Social Intelligence) cũng có trên NY Times Best seller list, ông ta có đề cập đến những khám phá mới về phần óc của Xã hội (social brain) cho biết chúng ta có thể mang lại hạnh phúc cho những người tiếp xúc với chúng ta chỉ bằng sự có mặt an tĩnh của mình.

A: Đúng vậy, theo những khám phá mới của khoa học, bản chất của con người là hiểu biết và thương yêu. Không cần một cố gắng nào hết, chúng ta vẫn có thể cảm nhận được những niềm vui và nỗi khổ của người khác. Và khi trong ta có một năng lượng an lạc, ta có thể giúp họ làm vơi nỗi khổ đau.

B: Còn trung tâm Thiền Insight Meditation Society có mục đích gì?

C: Là một trung tâm dạy thiền, thực hành thiền, dùng thiền để chữa trị những bệnh về tâm lý, về thần kinh, v.v... Sự trao đổi giữa giáo sư DG và bà giáo thọ SS của trung tâm tiết lộ cho chúng ta nhiều điều lý thú về công tác trị liệu tâm lý này lắm.

A: Đúng vậy! Ví dụ như giáo sư DG cho biết Phần óc Xã hội luôn khiến cho những cảm xúc có tính cách lây lan, nghĩa là sự đồng



đồng cảm của ta khiến cho ta trở nên dễ bị tổn thương trước những đau khổ quanh mình. Một ví dụ rất điển hình là những bác sĩ, y tá, các tác viên xã hội... những người làm công tác chữa trị cho các bệnh nhân, hằng ngày phải đối diện với những khổ đau của con người... nếu họ thiếu một năng lượng tích cực bên trong thì họ sẽ hoàn toàn bị bệnh nhân áp đảo.

B: Nghĩa là sao?

C: Nghĩa là các bác sĩ ấy không những đã không chữa lành được các bệnh nhân mà còn bị tràn ngập bởi những đau khổ do "lây" từ các bệnh nhân ấy!

A: Vì vậy, chúng ta phải biết cảm thấu (empathize), chia sẻ, biết mở rộng lòng ra trước những nỗi khổ đau của người khác nhưng đồng thời vẫn giữ được cho mình sự an lạc nội tâm và sự tỉnh giác.

B: Vậy mình hiểu rồi, và từ đó ta sẽ có một giải đáp thích hợp giúp đỡ các bệnh nhân bằng tình thương và chính ngay ở điểm này mà sự tu tập Phật pháp sẽ giúp ích cho ta rất lớn, có phải không?

C: Phải rồi! Vì những người có tu tập bao giờ cũng có sự an tĩnh và sáng suốt, và nhờ sự tỉnh lặng này mà những hành động đầy tình thương được trở nên chính xác hơn.

A: Và điều lý thú hơn là về câu hỏi được đặt ra: sau cuộc tiếp xúc (giữa người bệnh và bác sĩ), ai là người đã truyền trao cảm xúc của mình sang người kia? - Là người đau khổ đã làm tràn ngập cảm giác khổ đau cho kẻ muốn giúp mình hay là người muốn giúp đã san sẻ sự tỉnh lặng và tình thương trong họ đến cho người kia và chính ngay sau đó họ càng thấy hạnh phúc hơn?

B: Đúng rồi, chúng mình cũng đã học sự cảm thấu (cảm thông, chia sẻ) và tâm từ là hai giai đoạn của lòng vị tha; sự cảm thấu là muốn nói "tôi cảm nhận được nỗi khổ của bạn" và tâm từ là muốn nói "tôi muốn giúp bạn bớt khổ".

C: Ông DG nói rằng theo sách vở, lòng vị tha là một tiến trình gồm có ba giai đoạn: 1. Ghi nhận có ai đó cần giúp đỡ; 2. Cảm nhận được sự khó khăn của người ấy; 3. Hành động để giúp đỡ họ.

A: Cũng đúng thôi, vì nếu không có ý thức, không có sự quan tâm thì không thể nào có sự cảm thấu, chứ đừng nói là có được tâm Từ; vì vậy bước đầu

tiên để phát triển tâm từ là một sự quan tâm, một ý thức về những khó khăn, những nỗi khổ của người khác.

B: Như câu chuyện những em bé ở Houston trong đêm Noel đem bánh mì và áo lạnh, mền..., đến cho những người homeless nằm dưới gầm cầu, các bạn nghĩ sao?

C: Đó cũng là một trường hợp quan tâm mặc dù những người homeless đó chưa phải là "không nơi nương tựa", vì thật ra họ có thể vào những nhà ở tập thể chứ không cần ra nằm dưới gầm cầu!

A: Trở lại với vấn đề của chúng ta: như vậy, tinh thần tu Đạo của thanh thiếu niên nói chung là gì?

B: Mình thấy đó là sự chia sẻ, sự cảm thấu với nỗi đau của người khác, là tinh thần đối nghịch lại với thái độ "sống chết mặc bay" của những người ích kỷ chỉ biết nghĩ đến cá nhân mình hay gia đình mình...

C: Mình cũng thấy vậy, nói đi nói lại, tinh thần tu Đạo của mọi người, mọi lứa tuổi - nhưng chú trọng vào thanh thiếu niên là bởi vì đó là tương lai của nhân loại - là tình thương vị tha trong chánh niệm, nghĩa là một thái độ vừa tập trung, vừa cởi mở. Chánh niệm đem lại năng lượng cần thiết để thực hiện lòng vị tha.

A: Đúng vậy, ngoài ra, giáo sư DG và bà SS còn đề cập đến sự buông xả, chính sự buông xả cho phép chúng ta ghi nhận được nỗi khổ đau của người khác mà vẫn có đủ tỉnh lặng để làm những gì mình cần làm và đây cũng là điều chúng ta cần thực tập thường xuyên, nhất là để hướng dẫn người khác tu tập. Ngoài ra, một cái nắm tay của một người thân hay sự có mặt của một người có năng lượng của sự an lạc có thể tạo nên một ảnh hưởng rất sâu sắc và rộng lớn về tâm sinh vật lý trên người kia.

B: Như vậy mình thấy, tinh thần tu Đạo của những nhóm phổ biến ở đây cũng không ngoài Tứ Vô Lượng Tâm mà chúng mình đã được học, đó là Từ, Bi, Hỷ, Xả phải không các bạn?

C: Thì đúng vậy rồi, nhưng danh từ có hơi khác thôi, như đức Phật đã nói, dù chư Phật có ra đời hay không thì Phật pháp vẫn có đó và có tác dụng chữa lành tâm bệnh cho chúng sanh. Chỉ là càng ngày khoa học mới phát hiện ra và dùng những danh từ của thời đại mà thôi!

A: Mình lại nghĩ rằng đề tài của chúng ta hôm nay là còn phải nói đến nhận thức và tinh thần tu Đạo của thanh thiếu niên trong

nước cũng như hải ngoại như thế nào, cao hay thấp, mạnh hay yếu, v.v...

B: Cái đó làm sao mình nắm được? Mình thấy các bạn biết đến những sinh hoạt của các nhóm tu Đạo, những trung tâm thiền, những lý thuyết mới phát hiện của Khoa học liên quan đến phương pháp trị liệu, có khả năng giải thoát con người khỏi khổ đau, v.v... cũng là phản ảnh sự nhận thức và tinh thần "cứu nhân độ thế" (Tu Đạo?) rồi! Mình sẽ có cơ sở để nói lại với đàn em của mình về những pháp tu thực tiễn đó.

C: Đúng vậy, khoa học xưa nay chỉ biết chữa thân bệnh, bây giờ đã có những phương pháp mới trị liệu những bệnh về tâm, vậy là hay quá rồi; tuy nhiên sự áp dụng đang còn hạn chế, chỉ có những bác sĩ, y tá, tác viên xã hội... mới áp dụng cho những bệnh nhân của họ; ước mong sao tất cả mọi người đều được giáo dục để có thể chữa trị cho những ai ở chung quanh mình đang cần sự giúp đỡ.

A: Như vậy là lý tưởng quá rồi! Phật pháp là thuốc để chữa lành tâm bệnh, cho nên gần hơn hết là mỗi người chúng ta đều áp dụng Phật pháp để chữa trị cho mình; đó là tu Đạo chứ gì nữa?

B: Phải đó! Vấn đề là trong xã hội quá phát triển như hiện nay,

con người - đặc biệt là thanh thiếu niên - bị cuốn hút vào đời sống vật chất, sống lẩn xả vào đó, như những con thiêu thân, lãng quên mục đích và chí hướng của người thanh niên thời đại nói chung và người Phật tử nói riêng nên chúng ta mới phải tự nhắc đi nhắc lại hoài!

C: Mình nghĩ rằng buổi nói chuyện hôm nay đã gói ghém được những điều đó, nghĩa là chúng ta đã nhận thức được rằng những tiến bộ về khoa học kỹ thuật trong một thế kỷ nay rất lớn lao nhưng không đem lại hòa bình cho nhân loại, mà chỉ phục vụ cho chiến tranh, cũng không khác gì những chủ nghĩa và học thuyết phi nhân đã hủy hoại thế giới này!

A: Phải! Phải! Cho nên phương pháp tu Đạo cũ nhất và cũng mới nhất, đó là HIẾU và THƯƠNG phải không các bạn? Đó không chỉ là nhận thức của chúng ta mà của tất cả những ai có quan tâm đến người khác, luôn thực tập tỉnh thức để có đủ năng lượng an lạc, để chia sẻ và chuyển trao với tha nhân khi cần.

B: Buổi nói chuyện như vậy là tạm đủ rồi hờ các bạn? Mình học tập được nhiều điều quá! Cảm ơn các bạn nhiều; hẹn gặp lại; tạm biệt!

A và C: Tạm biệt! Tạm biệt!



He whose mind is not steadfast,
he who knows not the true doctrine,
he whose confidence wavers -
the wisdom of such a one will never be perfect. -- Dhammapada, 38

Pháp Cú câu 38:

Người tâm không an định,
Chánh pháp không liễu tri,
Tín tâm bị lung lạc,
Trí tuệ chẳng đạt gì.

(Tịnh Minh dịch)

Hôm nay là ngày thứ ba 10 tháng sáu 2008, cả thành phố Montréal của nơi Long ở chìm trong cơn bão. Mây đen thối ngập trời vần vũ. Sấm chớp loè trời và cơn mưa trút xuống từng mảng nước, sau đó ngưng phắt lại và chỉ vài giờ sau lại trút từng cơn mưa vũ bão khác. Gió thổi dữ dội và gào thét. Cả thành phố chìm trong sự sợ hãi của cơn bão với sức thổi của gió lên hơn 120 cây số giờ. Lúc ấy, Long đang đi làm trên sớ. Vào lúc một giờ trưa thì thành phố bị mất điện và sau đó tin tức báo cho biết cơn bão đã làm lật úp các xe vận tải lớn và làm tê liệt các trục lộ giao thông, vật ngã rất nhiều trụ điện, cho nên cả khu của chàng ở đều bị mất điện.

Buổi chiều khi Long về đến nhà thì khu của chàng ở vẫn bị mất điện. Đang loay đang đi làm biết làm gì để sửa soạn cho bữa tối thì thầy Geshe-la (1) từ chùa điện thoại đến để nhắn chàng lên chùa giúp làm các công việc sửa soạn cho lễ Phật



VỰC LÒNG

*Những con đường khuya chập chờn bóng lá
Ta tìm nhau trong mấy nẻo phù trần?
Trong bóng tối ta biết đâu tội lỗi
Mãi đi quanh còn một chút tàn hơi
Mai ta về trong ánh sáng cõi Niết Bàn
Ở nơi đó ta thân tâm an lạc
Câu mật niệm đều đều theo nhịp sáng
Sẽ thấy lòng thanh thản chẳng bão giông
Hãy đứng dậy sau những lần nghiệt ngã!
Hãy vực lòng giữa cám dỗ cuộc đời!
Biết tình đau là biết đời còn khổ
Có mượn vay trong vòng đời tội lỗi
Nghe tình đau trên ngàn nỗi yêu thương
Thì người ơi! Hãy mau mau quay lại
Đời vô thường ta cay đắng xót xa
Thuyền Bồ Đề đã định hướng chỉ chờ ta*

MAI PHƯỚC LỘC

Phóng Sinh

Không Quán

đàn cuối tuần này. Chàng nhân dịp hồi thầy là chùa có bị mất điện không thì may quá, Geshe-la cho biết là tuy bị mất điện, nhưng chỉ hai tiếng sau đã có trở lại. Chàng thưa với thầy là nhà con vẫn bị mất điện và thầy bảo chàng lên chùa dùng bữa chay để rồi sau đó phụ làm giúp chùa. Chàng vui vẻ nhận lời.

Long hành trì mật tông từ lâu với chùa Tây tạng, ngôi chùa mà chàng giúp sư trưởng xây cất hoàn thành từ gần mười năm nay. Tháng này là tháng tư của âm lịch Tây tạng (khác khoảng 1 tháng so với âm lịch của Việt nam), và cũng

là tháng mừng ba lễ lớn trong truyền thống Mật tông Tây tạng. Đó là lễ mừng Phật đản, lễ mừng Phật thành đạo và lễ tưởng nhớ đức Phật bát Niết bàn (2). Do đó cả chùa ráo riết hành trì trong tháng này. Cuối tuần vừa qua cả chùa đã nhập thất trong ba ngày và bây giờ sửa soạn đại lễ Phật đản trong cuối tuần sắp tới này vì theo lời dạy của chư thầy tổ, mọi công đức hành trì trong tháng sẽ được nhân lên 100 000 lần so với những ngày thường trong năm và trong nguyên tháng, tất cả Phật tử sẽ ăn chay trọn tháng.

Trong tháng Phật đản, Phật tử thường làm một truyền thống rất đẹp để thể hiện lòng từ bi. Đó là lễ phóng sinh. Chư tăng dạy hành lễ này không những để thể hiện lòng từ bi mà còn tạo cơ duyên để cho đời sau đạt được thân người mạnh khoẻ không bệnh tật để có thể tu đạo. Mọi năm, Long cũng thường tham dự vào lễ phóng sinh nhằm ngày Phật đản. Trong chùa cử một đạo hữu đi mua những hộp giun thường bán trong các trạm xăng cho những người ham thích câu cá và mang về chùa để các bạn cùng chia nhau ra mang đi chôn trong những khoảnh đất xốp gần bờ sông, vừa phóng sinh vừa trì chú. Hoặc là có khi đi mua cá tươi còn sống trong các tiệm mang về thả sông. Chàng cũng tham dự. Nhưng đôi khi Long vẫn thấy là hiện tượng đi mua giun trong tiệm phóng sinh, tuy đẹp, nhưng nó mang một cái hành động "hữu ý", "hữu tâm" để cốt ý tạo công đức và do đó, tâm thức còn có sự mong cầu công đức. Chàng vẫn thích cái gì tự nhiên, không mong cầu, "vô tâm" và thoát ra khỏi cái sự "hữu tâm" hay "hữu ý" trong những hành động của mình làm.

Dĩ nhiên, trong đời sống đâu phải dễ dàng mà tạo được một sự phóng sinh "vô tâm". Sống trong thành phố, đâu có dịp để gặp được một chúng sinh hữu tình đang bị giết hại một cách tự nhiên để mình có cơ hội hành trì pháp phóng sinh một cách tự nhiên trong thiên nhiên của đất trời. Do đó, mà Long vẫn tham dự vào các lễ phóng sinh có sắp

đặt của chùa tổ chức. Nhưng chàng vẫn nghĩ rằng phóng sinh hay nhất là phải tự nhiên không có tính toán và hoàn toàn không có sắp đặt trước.

Ở những nơi như Việt nam, chàng còn nghe nói là có những người lợi dụng truyền thống tốt đẹp đó để bán chim trước của chùa cho thiên nam tín nữ mua làm phóng sinh, nhưng thực ra đã bắt những con chim đó, tập cho nó ăn những thứ thuốc nghiện và huấn luyện cho nó quay trở về với chủ nhân để có thể tiếp tục bán cho Phật tử đi đến chùa dự lễ Phật đản. Còn tại một số các chùa, có nhiều Phật tử vì ham thích tạo công đức quá cho nên tổ chức mua những lồng chim thật lớn để phóng sinh, trong đó nhét chặt lèn những con chim bồ câu hay chim sẻ (vì khi làm lễ phóng sinh thì mọi người ai cũng muốn có phần). Do đó, khi thả những con chim ấy ra thì vì bị nhốt lâu quá và chật ních, cho nên có con đã ngoắc ngoài gần chết, có con thì còn sống nhưng bay đi không nổi nữa, đi lên khên giữa đường xá và xe chạy qua đè chết... Cảnh tượng làm cho chàng chán ngán và chỉ thấy thương tâm hơn...

"Chàng lại càng nghĩ đến lời Phật dạy về hạnh tùy hỷ, đâu cần phải tự tay thả chim! Chỉ cần phóng tâm tùy hỷ công đức, là mình cũng đã tạo công đức ý như người làm hành động công đức ấy mà thôi...Khoẻ ru, nhìn mọi người thả chim mà tìm tìm cười tùy hỷ, thế có phải sướng hơn không! Cho nên làm bất cứ cái gì mà "hữu tâm" thì nó đều có thể bị những tác dụng phiền não phụ đi kèm theo đằng sau."

Giúp thầy làm xong những việc khó nhọc thì đã 10 giờ tối, chàng chào thầy để đi về nhà nghỉ ngơi để còn đi làm sáng sớm hôm sau. Đêm hôm đó, chàng ngủ trong giấc ngủ chập chờn vì cơn bão vẫn còn trút những cơn mưa đêm từng chập. Nửa đêm chàng phải trở dậy để đi đóng các cửa sổ vì sợ mưa hắt ướt cả vào nhà.

Sáng hôm sau thức dậy sớm hành trì và tụng chú xong, chàng thay quần áo đi làm. Trời hazy còn sớm. Cơn mưa đêm đã ngừng hẳn bước chân ra ngoài, chàng thầy bầu trời xanh lơ và ánh mặt trời chiếu rọi ngàn tia sáng tương bừng. Cơn bão đã qua đi rồi, nhưng mà nhà chàng vẫn chưa có điện. Chắc lưới lắc đâu, chàng đi bộ ra trạm xe buýt để chờ chuyển xe đưa lên sớ làm. Vừa đi, Long vừa trì tụng bài kinh quen thuộc đến năm lòng. Nhờ thói quen hành trì và trì tụng, tâm thức chàng thường nhanh chóng nhập vào cảnh giới của lời kinh và chú, ít bị vọng động bởi các trần cảnh bên ngoài. Nhưng chàng vẫn



nhìn thấy các vũng nước mưa vẫn còn đọng lại trên lề đường sau đêm bão bùng mưa gió, mặt đất bên lề đường sũng mềm nước và trên đầu các ngọn cỏ vẫn còn đọng các giọt mưa... Chàng bước chân đều đặn đi ngang qua ngôi trường học. Chỉ cần đi qua hết cái sân cỏ mênh mông phía trước ngôi trường là chàng sẽ đến bên trạm xe buýt quen thuộc. Tâm trí vẫn hoàn toàn chú vào lời kinh theo từng nhịp bước, mắt chàng lim dim không để ý đến cảnh vật lắm, nhưng vẫn liếc sơ trên đường đi của lề đường. Bất chợt, có một bóng chim vụt lên trước mặt, Long mở mắt nhìn thì hóa ra có một con chim mỏ vàng như con sáo đã bay về phía trước tránh bước chân của chàng. Hình như có cái gì vừa rơi xuống. Chàng vẫn không ngừng bước đi ngang qua, nhưng hơi lạ nên chàng ngoái đầu lại...

À ra thế, một con giun nằm trên lề đường đằng sau chàng đang quẩn quại lê lét cổ bò vào bên trong bờ cỏ, nhưng cũng còn một khoảng cách cũng hơi xa xa. Con chim vừa mới làm rơi miếng mồi giun bắt được ở đâu đó khi vội vàng bay vụt lên để tránh bước chân chàng vô tình đi về hướng trạm xe buýt. Đường như bóng chim vẫn còn đâu đây chỉ chờ chàng bước đi hẳn để quay lại tìm chú giun đang quẩn quại lê lét trên lề đường xi măng, đằng sau con giun là vệt nước nhờn nhờn. Là của giun hay là nước dãi của chim? Chàng cũng không rõ...

Không lưu tâm lắm, chàng dợm bước định tiếp tục đi và quay tâm thức chú ý lại vào bài kinh. Hốt nhiên, tâm chàng động chuyển qua hình ảnh chú giun đang quẩn quại. Chàng bèn quay hẳn người lại và nhìn

kỹ. Quả thế, chú giun đang cố sức lẩn trốn cho nhanh vào bờ cỏ trước khi chàng bỏ đi hẳn. Còn chim sáo chỉ chờ có thể để quay lại với bữa ăn điểm tâm ngon lành của buổi sáng đẹp trời. Long trầm nghĩ "...trời đất cũng có đức hiểu sinh...", chàng quay lại hẳn và ngồi xuống, nhặt hai cành cây gãy bên lề đường và rất nhẹ nhàng xúc con giun bỏ sang bên lên trên bờ cỏ, rồi định dợm bước chân đi.

Tâm thức lại chuyển động lần nữa, dường như có cái gì chưa ổn, vì chú giun còn đang tìm cách lẩn qua cỏ mà chui xuống vùng đất còn xốp mềm sau cơn mưa đêm qua. Chú giun còn tênh hênh quá... Ơ hay, thế thì vẫn chưa ổn. chàng đi tìm hẳn một khúc cây đầy lá xanh mà trận bão làm gãy rơi xuống gần đó, đặt lên và che hẳn lên chú giun với thân gỗ và cành lá xum xuê... Thế này thì chắc ăn rồi nhé... Chú giun cứ từ từ mà lẩn xuống đất...

Khoan khoan, Long đứng giậy bỏ đi về hướng trạm xe buýt và tiếp tục hưởng tâm cầu nguyện. Trên cành cây, hình như có tiếng chim kêu riu rít, chàng chợt suy nghĩ tiếp. Con chim dường như đang phản đối là chàng đã cướp miếng ăn điểm tâm buổi sáng của nó. Chàng giật mình, nhớ lại câu chuyện đức Phật Thích Ca thời còn tại thế đã từng cắt bắp về để đền cho con chim bụ cắt đến đòi đức Phật trả lại con chim sẽ trốn sau lưng ngài khi bụ cắt bắt được. Long lại quay lại thêm lần nữa và mở cặp của mình ra lấy một phần thức ăn trưa rắc vụn trên lề đường nơi con chim đã làm rớt chú giun xuống...

Thanh thần bước đi về hướng xe trạm buýt, chàng hoan hỷ tiếp tục cầu nguyện cho hết phần hành trì buổi sáng. Một ngày thật đẹp trời và nhất là một ngày không uống phí đã bắt đầu...

Chàng mỉm cười nghĩ thầm, xin cầu nguyện hồi hướng cho chú chim sáo, không ăn thịt con giun, chuyển sang ăn bữa điểm tâm bằng món đồ ăn chay của chàng rắc xuống lề đường mà phát sinh đầy đủ công đức để đời sau thoát khỏi cõi súc sinh, tái sinh lên cảnh giới cao hơn của cõi người hay cõi chư thiên hành trì đạo pháp...

Chú thích:

- (1) Geshe-la: tiếng Tây tạng dùng để cung kính xưng hô với một vị tỷ kheo đã đậu bằng Geshe trong các Tu viện đại học Mật tông, tương đương với trình độ tiến sĩ của đại học Âu Mỹ.
- 2) Tạng ngữ gọi là Saga Dawa.



TRÊN ĐỒI CAO

*Chiều trên đồi gió về xao xuyến
 Ánh tà dương quyến luyến mây hồng
 Gió ru mát dịu hư không
 Cỏ lung lay gió; mây lảng lơ lờng
 Tôi về một mảnh trời trong
 Ngàn sao lấp lánh long đong nổi niềm:
 Ôi tổ chức, màu Lam bất diệt
 Đang đương đầu bão táp phong ba..
 Ôi Phật giáo, ngàn năm tỏa sáng..
 Rồi thăng trầm, duyên nghiệp, hợp tan
 Ôi xã tắc sơn hà còn đó
 Mà như nghe nuốt lệ vào tim
 Ai những đắng anh hùng hào tử
 Máu của người có đổ biển đông?
 Nhưng thay đổi dù to hay nhỏ
 Hãy bắt đầu từ những cá nhân
 Mọi giải pháp nên đặt trên nhân bản
 Của bốn vô lượng tâm và tha thứ bao dung
 Ôi mọi pháp trùng trùng duyên khởi
 Pháp Hoa Kinh bằng bạc muôn nơi
 Tôi trên đồi gió về xao xuyến
 Nghe hư không tỏa ngát sương đêm.*
 Tu Viện Năng Nhơn, San Jose, CA

PHÚT GẶP EM

*Sương sớm đọng cỏ già cao vút
 Chợt thấy em ánh mắt nai vàng
 Đôi mắt ấy long lanh thanh thoát
 Giọt sương nào nắng loé vừa tan
 Chưa nhìn anh sao em vội vã
 Em đi rồi ngỡ ngỡ hồn anh
 Em chưa đi, chưa về, chưa ở
 Mà đâu đây ngọt lịm tình anh.*
 Tu Viện Năng Nhơn, San Jose, CA

Tâm Thường Định



Ăn rau hay ăn thịt?

Mỹ Đức Phạm Kim Dzung

Giống như đôi mắt là cửa ngõ tiếp xúc và tiếp thu những cái hay của vũ trụ bên ngoài, cái miệng của chúng ta cũng vậy. Trước hết nhờ cái miệng mà ta có phương tiện truyền thông giao tiếp với mọi người. Khi vừa lọt lòng mẹ, nếu em bé cứ im lặng, bà mẹ thường vỗ vào bụng em bé mấy cái để em đau mà khóc to lên. Nhờ đó mà người ta biết tình trạng sức khỏe của em. Cũng ngay ngày mới chào đời và những ngày sau đó, nếu em bị đói hay bị đau, em đã biết dùng miệng để khóc báo động cho mẹ em. Tục ngữ Việt Nam có câu con không khóc thì mẹ không cho bú là thế. Lớn lên với cái miệng này, người ta biết nói lời yêu thương, chia sẻ, cảm thông, hay lời cay đắng, thù hận, chia rẽ. Ở những người có tài hùng biện thì cũng qua cái miệng người ta diễn đạt những tư tưởng mới lạ hay hô hào quần chúng thực hiện những chuyện đội đá vá trời, làm thay đổi và ảnh hưởng đến cuộc đời của bao nhiêu triệu triệu sinh linh có khi không chỉ ở trong một nước mà còn ảnh hưởng đến nhiều nước khác. Cụ thể như cái miệng của thánh Gandhi đã giúp dân Ấn Độ dành lại độc lập dân tộc, của Mussolini, trùm phát xít Ý, của Hitler, của Lenin, trùm cộng sản đã gây bao thương tang tóc cho nhân loại...

Nếu nói mắt đem đến cho chúng ta những tinh hoa của thế giới để tăng trưởng kiến thức và các giá trị tinh thần cho con người, thì cái miệng là cửa khẩu đem đồ ăn từ, bên ngoài vào nuôi sống cơ thể con người. Ăn uống đóng vai trò hết sức quan trọng trong quá trình hình thành và phát triển cơ thể vật lý của chúng ta. Ở những nước nghèo, từ thế kỷ này qua thế kỷ khác, gần như người dân trong cả nước suốt đời quay cuồng, tranh đấu để kiếm miếng ăn nuôi thân. Điển hình như người dân nước ta. Vì vậy, trong văn chương bác học và bình dân Việt Nam có biết bao nhiêu tục ngữ, ca dao nói đến cái ăn. Từ lâu lắm rồi ăn uống đã nhanh chóng trở thành cái khoái thứ nhất trong tứ khoái của loài người. Không ai có thể sống mà không ăn uống

ngoại trừ những bệnh nhân phải nuôi bằng ống dinh dưỡng kể cả những người đang sống đời sống thực vật. Tức là cơ thể vẫn còn vài hoạt động cơ bản như tiếp nhận được đồ ăn qua ống truyền vào và bài tiết ra nhưng đã hôn mê rất sâu, trí óc không hoạt động nữa. Từ ngàn xưa, ngành y khoa của nhiều nước đã cố công tìm ra nhiều cách ăn uống để giúp con người sống lâu và sống khỏe. Các đầu bếp khắp nơi cũng gia công tìm tòi những kỹ thuật và kỹ xảo nấu nướng để đem đến cho người người những món ăn ngon và độc đáo hơn. Cho đến gần cuối thế kỷ thứ 20 nhiều người và nhiều chuyên gia dinh dưỡng vẫn tin rằng thực phẩm tuyệt hảo cho con người là các loại thịt, cá. Cũng chính vào gần cuối thế kỷ 20 này, khi ngành y khoa hiện đại của các nước giàu mạnh như Mỹ, Nhật... phát hiện ra ba chứng bệnh gây tử vong cao nhất cho người dân của họ là ung thư, tim mạch và tiểu đường thì các quan điểm về dinh dưỡng hoàn toàn thay đổi. Và đó chính là mục đích của bài viết này.

Ngày nay không một bác sĩ nào ở Mỹ dám khuyên bệnh nhân nên ăn thả dãn nhiều loại thịt, nhiều mỡ, trứng, đường, nhiều phô-ma, nhiều kẹo bánh, uống nhiều rượu... Khoa dinh dưỡng nhi đồng cũng thay đổi nhiều lắm. Phòng bệnh tốt hơn chữa bệnh nên các trẻ em dù chỉ hai hay ba tuổi mà nặng ký hơn mức trung bình là các bác sĩ gia đình đã khuyến cáo một chế độ dinh dưỡng thích hợp để đề phòng chứng béo phì và các bệnh tim mạch sau này. Các nhà khoa học cũng khám phá ra rằng chứng xơ vữa động mạch là nguyên nhân chính đưa đến đột quỵ (heart attack) và tai biến mạch máu não (strokes). Nguyên nhân làm các động mạch chủ bị xơ vữa vì người ta ăn quá nhiều mỡ trong các loại thịt. Họ cũng thấy những người bị bệnh thống phong (gout) là những người thường ăn hải sản và thịt bò nhiều khiến lượng acid uric tăng lên và tích tụ ở các khớp gối, khớp xương, gây đau nhức, sưng vù và không đi lại hay cử động dễ dàng được. Trước đây người ta cho rằng chứng rỗng xương, loãng xương (osteoporosis) chỉ xảy ra cho các phụ nữ Á châu bé nhỏ, thiếu dinh dưỡng, sinh nở

nhieu. Nhưng bây giờ ngay tại Mỹ này số quý ông trung niên ngoài 40 tuổi, cao to, khỏe mạnh bình thường và quý lão ông, lão bà khoảng 60 trở lên bị bệnh rỗng xương lên đến con số báo động. Nói một cách nôm na, những người này từ khi sinh ra cho đến khi bị phát hiện các bệnh về xương chắc mỗi người cũng đã ăn đến hàng tạ hay hàng tấn thịt đủ loại và uống hàng tấn sữa. Đã có một số khuyến cáo y tế về các bệnh xương này vì giới hữu trách cho rằng trong những năm sắp tới tử vong do rỗng xương gây ra có thể sẽ đứng hàng thứ tư sau ba bệnh đã nói ở trên. Các nghiên cứu y khoa cho rằng nguyên nhân chính của các bệnh rỗng xương chính là sự tiêu thụ quá nhiều chất đạm động vật. Ở Việt Nam hôm nay, tuy chưa có những nghiên cứu đáng kể nào về các bệnh đáng nói ở trên, nhưng khi gặp một người khoảng 50 tuổi trở lên, người ta có thể hình nói rằng anh hay chị có 3 cao và 1 thấp. 3 cao là cao máu, cao mỡ, cao đường và 1 thấp là tuổi cao, sức khỏe thấp. Thấp ở đây cũng có thể hiểu là chiều cao ở người có tuổi thường bị giảm bởi những thay đổi về cấu tạo của xương.

Chúng ta ai cũng biết rằng khi lớn tuổi thì quá trình trao đổi chất (metabolism) trong cơ thể sẽ bị chậm lại và 3 cao nói trên đều do thực phẩm đem vào. Hẳn ai cũng đồng ý rằng cái miệng chúng ta không chỉ là một trong những cửa ngõ đón nhận vi trùng mà còn là nơi đem vào những bệnh tật cho cơ thể nếu không biết chọn lọc thực phẩm hằng ngày. Vì vậy các chuyên viên dinh dưỡng đều khuyên người ta, đặc biệt là người lớn tuổi, mỗi ngày nên có chế độ ăn uống nhiều rau quả, củ, trái cây, các hạt đậu (nuts), dùng nhiều chất đạm của đậu nành (soy protein), chỉ nên ăn trứng, thịt nạc trắng (gà và cá) vài lần một tuần mà thôi, thịt đỏ (heo, bò) cần hạn chế đến mức tối đa cho người trẻ. Ăn như thế rất giống cách ăn chay của đạo Phật. Giống nhưng không phải là ăn chay vì ăn chay theo tinh thần Phật giáo là chỉ ăn rau củ, trái cây, ngũ cốc; có thể uống sữa, ăn trứng và phô ma nếu cần và thích; nhưng tuyệt đối không ăn thịt, cá dù là những con sứa (jelly fishes), hải sâm (sea cucumbers) hay một vài động vật khác không có máu đỏ. Những lời khuyên về dinh dưỡng nói trên là những bước đột phá của y khoa trong nghiên cứu dinh dưỡng cho con người (không còn xem thịt động

vật là nguồn dinh dưỡng tuyệt hảo nữa) và đưa con người trở về gần với thiên nhiên hơn để sức khỏe tốt hơn. Cách ăn chay của đạo Phật mới thật là đem thiên nhiên vào cơ thể. Theo đạo Lão, ai biết sống hợp với vũ trụ là sống hợp với lý đạo tự nhiên, người đó sẽ sống lâu, sống khỏe, sống an lạc. Vậy chúng ta thử xét xem ăn rau quả có thể đem đến cho ta những lợi ích gì.

NHỮNG ÍCH LỢI CỦA ĂN RAU QUẢ VỀ PHƯƠNG DIỆN VẬT CHẤT

1- SỨC KHỎE TỐT. TRẺ LÂU. NGĂN NGỪA UNG THƯ CÁC LOẠI, CÁC BỆNH TIM MẠCH, XỐP XƯƠNG, RỖNG XƯƠNG, CÁC BỆNH TRUYỀN NHIỄM VÀ ĐAU NHỨC

Khi nói đến ăn chay nhiều người thường nghĩ là chỉ ăn rau quả sẽ mất nhiều sức khỏe, cơ thể sẽ suy dinh dưỡng, yếu đuối rồi kiệt sức và chết; còn nếu sống thì chỉ sống lay lắt mà thôi. Trong thực tế đã có nhiều vận động viên điền kinh, thể thao trong các giải Olympics hoặc các cuộc tranh tài thể thao thế giới khác là người ăn chay trường. Albert Einstein, nhà khoa học và cha đẻ của thuyết tương đối cũng là người ăn chay, không ăn thịt. Các tăng sĩ Phật giáo khắp nơi trên thế giới từ bao thế kỷ qua là những người sống vui, sống khỏe mà chỉ ăn rau quả. Tuy chưa có thống kê cụ thể nhưng ai cũng thấy ngày nay có nhiều người ăn rau quả nhưng sống khỏe mạnh, làm việc bình thường như mọi người khác trong mọi lĩnh vực của đời sống. Trong lịch sử loài người chưa ai chết vì chỉ ăn rau quả mà không ăn thịt cá. Nhưng nếu trong một thời gian dài chỉ ăn thịt cá mà thôi hoặc chỉ ăn thịt cá và rất ít rau quả, người ta sẽ chết vì các chứng suy nhược cơ thể do thiếu các vitamins, hoặc chết vì bệnh loét và ung thư tá tràng và trực tràng vì thiếu các chất xơ trong việc tiêu hóa và bài tiết. Ai cũng biết để phòng ngừa táo bón và bệnh trĩ, người ta phải ăn nhiều rau quả mỗi ngày. Rau quả cung cấp chất xơ mà người ta không tìm thấy trong thịt cá, trứng sữa. Và ai cũng biết rau và trái cây là nguồn cung cấp dồi dào nhất các loại vitamins, khoáng chất cần thiết cho hoạt động của cơ thể. Trứng và sữa cũng chỉ có một số vitamins mà thôi, không đáp ứng được các nhu cầu cần thiết của cơ thể. Đối với loài vật, có nhiều loài không ăn thịt như trâu, bò và ngựa là những con vật rất gần gũi với đời sống nông nghiệp của chúng ta bao ngàn năm nay.



không ăn thịt như trâu, bò và ngựa là những con vật rất gần gũi với đời sống nông nghiệp của chúng ta bao ngàn năm nay. Ngạn ngữ Việt Nam có câu *khỏe như trâu, làm như trâu, làm thân trâu ngựa* để chỉ sức dẻo dai, chịu đựng gian khổ của những con vật này, những con vật suốt đời chỉ ăn cỏ mà thôi.

Cơ thể con người hằng ngày cần một số năng lượng để có thể sinh hoạt bình thường. Rau và trái cây không cung cấp đủ số năng lượng đó. Vì thế người ăn chay đã tìm năng lượng cần thiết đó ở gạo, ngũ cốc, và nhất là ở đậu nành. Từ bao ngàn năm trước, người Nhật, Trung Hoa, Đại Hàn, Việt Nam đã biết chế biến đậu nành thành nhiều loại thực phẩm lành mạnh như đậu phụ, đậu hũ, tàu hũ ky (phủ chù), sữa đậu nành, xì dầu, các loại tương để rồi từ đây qua bàn tay khéo léo và sáng tạo, các bà nội trợ ở các nước trên đã nấu thành bao món ăn ngon, bổ khác nhau. Có thể nói đậu nành là nguồn chính cung cấp chất đạm (protein) nhiều nhất cho chế độ ăn rau quả. Mỹ là nước trồng đậu nành nhiều nhất trên thế giới nhưng trước đó đậu nành được xem như một loại đồ ăn cho gia súc. Tuy phương tây chỉ biết đến đậu nành là thực phẩm bổ dưỡng cho con người vào thế kỷ 20 nhưng chính các nghiên cứu của họ gần đây cho biết đậu nành đem rất nhiều ích lợi cho phụ nữ như có thể giảm thiểu nguy cơ ung thư vú và tử cung tới mức tối đa; giảm hoặc không hề bị những cơn nóng bừng (hot flash), chứng u sầu (depression), sự bồn thần khó chịu, mệt mỏi... của quý bà khi đến tuổi mãn kinh. Ở một số phụ nữ khác, ăn nhiều đậu nành giúp cho làn da tươi sáng, mịn màng. Quý ông nếu ăn đậu nành, nguy cơ bị ung thư nhiếp hộ tuyến giảm đáng kể. Trong đậu nành có các chất protease inhibitors, phytates, phytosterols, saponins, phenolic acids, lecithin, chất béo omega-3, đặc biệt là hai chất isoflavones và chất genistein. Tất cả những chất nói trên đem đến cho người thường ăn những lợi ích sau đây:

- 1- ngăn ngừa sự phát triển các tế bào ung thư
- 2- chống ôxy hóa (antioxydant), bảo vệ các tế bào bình thường không bị nguy hiểm vì sự tấn công của các chất gây ra ung thư
- 3- ở phụ nữ, các chất trên giúp ngăn cản sự gia tăng

của chất estrogen trong buồng trứng gây ra bởi thặng dư chất béo trong cơ thể, nhờ vậy giảm nguy cơ ung thư vú và tử cung

4- ở quý ông, các chất trên cũng làm giảm số lượng androgens (tạo nên bởi số lượng lớn chất béo trong cơ thể). Nếu lượng androgens giảm, nguy cơ bị ung thư nhiếp hộ tuyến cũng giảm theo.

5- giảm bệnh xốp xương và loãng xương vì các nghiên cứu cho biết càng ăn nhiều protein động vật, cơ thể càng mất nhiều calcium trong quá trình tiêu hóa

6- chất béo omega-3 trong đậu nành (tốt hơn omega-3 trong dầu cá và trứng) giúp ngăn ngừa sự phát triển các bệnh tim mạch như tai biến mạch máu não, xơ cứng động mạch, cao áp huyết và làm giảm cholesterol. Lượng cholesterol trung bình của người ăn rau quả là 133, trong khi lượng trung bình của người ăn thịt là 210. Nên nhớ rằng omega-3 trong dầu cá và trứng là những chất dễ gây xáo trộn chất insulin rồi gây ra tiểu đường.

7- chất lecithin là một hóa chất khác rất đặc biệt của đậu nành. Ngoài cộng dụng cải thiện hệ tuần hoàn, tăng cường khả năng đề kháng (hệ thống miễn nhiễm) của cơ thể, chất này còn là chất nuôi dưỡng tế bào não, hệ thần kinh tốt nhất và giúp gia tăng trí nhớ.

8- chất genistein còn chống lại bệnh sưng khớp xương, bệnh đau nhức ở bắp thịt và khớp xương. Người ăn đậu nành gần như không bao giờ bị bệnh thống phong (gout).

Trong các loại thực vật, đậu nành không chỉ là nguồn cung cấp protein phong phú nhất với 8 loại amino acids, mà còn là nguồn cung cấp dồi dào chất xơ, calcium, chất sắt và các loại vitamins B. Nhiều công trình khoa học đang nghiên cứu các hóa chất thực vật nói trên trong đậu nành để áp dụng vào ngành y khoa trị liệu. Đậu nành quả là một quà tặng tuyệt hảo của Thượng Đế dành cho loài người để con người có đồ ăn ngon, sống vui, sống lâu và sống khỏe. Tiếc thay nhiều người và nhiều nơi vẫn chưa hiểu được giá trị quý giá của món quà thiên nhiên này. Ở Mỹ cho đến ngày nay người ta mới chỉ sử dụng khoảng hơn 5% số đậu nành vào việc chế biến thực phẩm sau khi đã xuất khẩu

khoảng 1/3 qua các nước Á châu biết ăn đậu hũ. Số đậu nành còn lại vẫn chỉ dùng để nuôi súc vật.

Từ đông qua tây, ai cũng biết giá trị và công năng của củ nhân sâm đối với đời sống con người. Tuy nhiên không phải ai cũng có tiền mua nhân sâm. Có một loại củ khác, dưới cái nhìn của các nhà khoa học, cũng có một giá trị khá giống như nhân sâm nên được gọi là củ sâm màu cam. Củ sâm màu cam rất rẻ tiền, ở đâu cũng có, ai cũng mua được và ăn được. Đó chính là củ cà rốt. Nếu sử dụng đúng mức, đừng ăn quá nhiều, cà rốt là nguồn cung cấp chất betacarotene, tức là chất tiền vitamin A (chất chống lão hóa) nhiều nhất, các loại vitamins B, C, D, E, K, các chất calcium, phosphore, kali, natri, một ít chất đạm. Cà rốt có công dụng làm sáng mắt, chống lại các tia cực tím, làm da tươi hồng, mịn màng, gia tăng khả năng đề kháng của cơ thể, chống mỏi mệt, ngăn ngừa tiểu đường vì đường glucose trong cà rốt mau tiêu hóa, chất pectin trong cà rốt còn làm giảm lượng cholesterol, giúp chống ung thư và các bệnh tim mạch khác.

Không riêng gì cà rốt, hầu như tất cả các loại rau củ, quả ngoài việc dùng để ăn đều là những vị thuốc tốt cho cơ thể con người. Các loại rau xanh là nguồn cung cấp vitamin A, giúp con người trẻ lâu. Tỏi là một gia vị quý và là một loại thuốc kháng sinh, hỗ trợ cho hệ thống đề kháng của cơ thể. gừng có tác dụng tẩy độc, giữ ấm, điều hòa máu huyết, giúp cơ thể quân bình về nhiệt độ. Giá có nhiều vitamin E, giúp tiêu hóa dễ dàng, và làm da đẹp. Quả mướp đắng và hạt mướp đắng giúp việc điều trị tiểu đường vì mướp đắng giúp cơ thể sản sinh chất insulin tự nhiên. Các khám phá gần đây nhất của các khoa học gia Pháp cho thấy nếu ăn nhiều rau quả tươi sẽ rất tốt cho bộ hô hấp, giúp phổi lọc máu đen và cung cấp dưỡng khí dễ dàng; qua đó cũng làm chậm quá trình lão hóa của cơ thể tức là làm trẻ lâu và sống lâu. Quả táo, theo cái nhìn của các nước châu Âu tương trưng cho hạnh phúc và sung mãn, có rất nhiều chất bổ cho cơ thể. Vì thế ngạn ngữ Mỹ có câu *An apple a day, keep the doctor away.* (Mỗi ngày ăn một quả táo giúp người ta tránh xa bác sĩ.) Có thể nói rau quả, ngũ cốc là những quà tặng kỳ diệu của thiên nhiên cho con người. Biết trân trọng đón nhận những quà tặng tuyệt vời đó để nuôi dưỡng cơ thể là cách sống thuận với thiên

nhiên hay nhất. Ngày xưa, các cụ nhà nho sống an bần lạc đạo là sống như thế. Nguyễn Khuyến đã viết:

*Thu ăn măng trúc, đông ăn giá
Xuân tắm hồ ao, hạ tắm sen.*

Khác với rau quả tươi và sạch, thịt cá, tuy ngon và cung cấp nhiều protein, nhưng dù theo đúng các tiêu chuẩn về vệ sinh cũng vẫn là môi trường truyền nhiễm một số vi khuẩn gây bệnh như bệnh bò điên, bệnh cúm gia cầm, vi khuẩn E-coli, gia tăng lượng thủy ngân quá mức trong cơ thể. Mỗi năm tại Hoa Kỳ có khoảng hơn 80,000,000 trường hợp bị mắc các bệnh có liên quan đến thực phẩm, trong đó có hai bệnh thường thấy là chứng rối loạn tiêu hóa và ngộ độc thức ăn gây ra bởi các vi khuẩn trong thịt cá. Trong hơn 80,000,000 trường hợp nói trên có khoảng từ 9.000 đến 10.000 người chết. Tại sao ở một nước văn minh, sinh mệnh con người được quý trọng và bảo vệ tối đa như ở Mỹ mà số trường hợp mắc các bệnh tiêu hóa cao như vậy? Xin hiểu là những người này là những người tiêu thụ thịt cá rất nhiều. Trong các trại chăn nuôi, người ta đã pha trộn các chất phế thải từ các lò sát sinh với các chất thải của súc vật, đặc biệt là phân gà, làm thực phẩm nuôi bò, heo và gà. Các nhà chăn nuôi còn dùng các hóa chất thúc đẩy sự phát triển của con vật khiến chúng mau lớn, mau tăng cân để có nhiều thịt cung cấp cho thị trường. Vì thế trong thịt động vật có chứa rất nhiều chất độc như chì, thủy ngân, thạch tín, cặn bã các loại thuốc thú y, các ký sinh trùng, vi khuẩn có trong phân gà. Khi ăn thịt động vật, người ta đã vô tình đem vào cơ thể những chất độc nói trên. Lâu ngày chầy tháng, nếu không bị các chứng bệnh tiêu hóa, các chất độc nói trên vốn rất khó thải theo đường



đường bài tiết sẽ tích tụ lại cho đến khi hệ miễn nhiễm suy yếu mới bùng phát gây bao nhiêu bệnh tật cho người đã đem chúng vào. Cho đến nay y học vẫn chưa tìm được nguyên nhân của các bệnh ung thư. Người ta mới chỉ biết được ung thư gây ra bởi sự đột biến trong quá trình phát triển của một số nhiễm sắc thể (DNA). Những nhiễm sắc thể đột biến này tụ họp lại tạo thành bướu, khối u to hay nhỏ, nhiều hay ít tùy theo cơ thể mỗi người. Và đó chính là mầm mống của ung thư. Ung thư thường bị phát hiện khi con người từ 60 tuổi trở lên, lúc mà cơ thể đã đi vào buổi hoàng hôn, mặt trời sắp tắt. Phải chăng những chất độc hại mà con người đã vô tình tích lũy qua ăn uống trong suốt cuộc đời là nguyên nhân gây ra ung thư? Các nhà khoa học Nhật và Mỹ đã thí nghiệm và theo dõi hàng chục ngàn người tuổi từ 40 đến 60 chỉ ăn protein của đậu nành từ 10 đến 15 năm và thấy rằng nguy cơ bị ung thư của những nhóm người này rất thấp. Họ chưa làm thí nghiệm cho những người trẻ hơn 40 tuổi. Nếu làm, chắc chắn sẽ có nhiều điều lý thú hơn nữa.

NGÂM CHÂN TẮY ĐỘC CÓ THỰC SỰ TẮY CHẤT ĐỘC RA KHỎI CƠ THỂ NHƯ MỘT SỐ NGƯỜI NGHĨ KHÔNG?

Gần đây xuất hiện một số nơi ngâm chân tẩy độc. Mỗi lần ngâm khoảng 15 phút và phải trả tiền. Sau khi ngâm xong, rút hai chân ra thì thấy nước ngâm chân đổi ra màu đen, xanh, vàng, có váng mỡ v.v... Và người ta nói đó là chất độc đã được các dược liệu trong nước ngâm chân rút ra. Điều này có đúng không?

Theo y lý Trung Hoa, lòng bàn chân là tụ điểm của các huyết mạch liên kết chặt chẽ với lục phủ ngũ tạng. Vì vậy khi mỏi mệt mà được tẩm quất (massage), xoa bóp hai bàn chân, người ta thường thấy sáng khoái, khỏe khoắn ngay. Nhưng dưới cái nhìn của tây y, người ta không thấy có sự liên hệ nào giữa việc tẩy chất độc trong cơ thể và hai bàn chân cả. Gan và thận mới là hai cơ quan giữ chức năng quan trọng này. Các chất độc theo thực phẩm vào cơ thể con người, sau khi được gan và thận thanh lọc, sẽ theo đường bài tiết ra ngoài. Phân, nước tiểu, mồ hôi là chất thải của cơ thể. Như vậy làn da cũng là một cơ quan tổng chất thải. Một phần các độc chất

được thải qua da trong đó có da chân. Đó là lý do vì sao nước ngâm chân đổi màu. Do vậy ngâm chân tẩy độc không có tác dụng tẩy chất độc ra khỏi cơ thể vì chất độc, sau khi được gan và thận thanh lọc, một phần nhỏ đã được cơ quan bài tiết đẩy sẵn ra da chân rồi. Rồi tùy theo hóa chất trong nước ngâm chân mà nước đổi màu đó thôi. Cách tốt nhất là dùng đem độc chất vào cơ thể bằng cách chọn lọc thực phẩm ăn uống hằng ngày. Đó cũng là cách tốt nhất để bảo vệ gan và thận khỏe mạnh. Khi gan và thận suy yếu thì dù ngâm chân hay ngâm cả cơ thể trong dược liệu tẩy độc mỗi ngày phỏng có được ích lợi gì?

2- BẢO VỆ MÔI TRƯỜNG SỐNG. GIẢM ĐỘ NÓNG TOÀN CẦU (GLOBAL WARMING). GIẢI QUYẾT NẠN ĐÓI Ở PHI CHÂU VÀ CÁC NƠI KHÁC

Trong số những vấn đề nóng bỏng nhất của thế giới hôm nay là sự kiện hiệu ứng nhà kính tăng làm trái đất mỗi ngày một nóng hơn. Các khoa học gia báo động lớp ozon bảo vệ khí quyển ngày càng bị bào mòn đến độ có thể bị thủng. Khắp nơi trên thế giới khí hậu thay đổi bất thường, thiên tai xảy ra nhiều hơn ảnh hưởng nghiêm trọng đến nông nghiệp và đời sống con người. Cựu phó tổng thống Al Gore, người rất quan tâm và đóng góp rất nhiều vào việc bảo vệ môi sinh đã cùng với các nhà khoa học Mỹ được giải Nobel năm 2007 vừa qua. Các nghiên cứu đã phân tích rất nhiều nguyên nhân làm gia tăng nhiệt độ của hành tinh. Nguyên nhân nào cũng rất quan yếu. Nhưng có lẽ có một nguyên nhân ít gây sự chú ý nhất. Đó là việc gia tăng số lượng súc vật nuôi lấy thịt đã làm thay đổi sinh thái của trái đất rất nhiều, đặc biệt là ở Mỹ.

Thống kê mới nhất cho biết mỗi năm ở Mỹ có khoảng 27 tỷ con vật đủ loại gồm bò, bê, heo, gà, gà tây và trườn bị giết để lấy thịt. So sánh với con số 8,780 tỷ con vật năm 1996, ta thấy số súc vật bị giết thịt gia tăng hơn 3 lần chỉ trong khoảng 12 năm. Đó là chưa kể số hải sản tôm cá đánh bắt ở biển và nuôi trồng ở một số tiểu bang cũng như nhập cảng từ nhiều nước khác. Nếu số con vật bị giết tăng gấp hơn 3 lần thì số trang trại chăn nuôi ít nhất cũng phải gia tăng bằng như thế ở Hoa Kỳ. Thống kê cũng cho biết súc vật nuôi lấy thịt ở Mỹ đã tiêu thụ 70% bắp, lúa mì, 90% đậu nành sản xuất ở Mỹ. Để có một pound lúa mì, chỉ cần 25 gallons nước. Nhưng để có một pound thịt bò, người ta phải dùng từ 2,500 đến

5,000 gallons nước. Hơn một nửa số nước dùng mỗi năm ở Mỹ dành cho việc chăn nuôi các con vật lấy thịt. Bộ Nông Nghiệp Mỹ cũng cho biết một mẫu đất (acre) có thể trồng được 20,000 pounds khoai tây; nếu dùng mẫu đất đó để trồng trọt thực phẩm cho bò ăn thì chỉ sản xuất được khoảng 165 pounds thịt bò mà thôi. Số phân súc vật thải ra hằng năm gấp 130 lần con người ở Mỹ. Số phân này một phần làm ô nhiễm hệ thống nước trong khu vực, một phần lớn tạo ra các chất khí độc như methane, hydrogene sulfide, ammonia, nitrous oxide làm ô nhiễm không khí và đưa đến việc gia tăng nhiệt độ của trái đất. Nên biết một xe ô tô trung bình mỗi ngày thải ra 3 kg khí carbonic (CO2). Nhưng nếu phá rừng làm nông trại chăn nuôi bò thì để có một cái hamburger, bầu không khí chung quanh phải chịu thêm 75 kg CO2 nữa. Tức là hơn 3 lần khí thải ra của một xe ô tô trong 3 tuần.

Rừng rất quan trọng đối với đời sống con người trên trái đất. Rừng điều hòa khí hậu toàn cầu, giúp luân lưu giòng nước, hút khí carbon dioxide để chuyển đổi thành dưỡng khí. Khi xây thêm trang trại chăn nuôi, người ta buộc phải phá rừng. Khi rừng bị phá hủy, nhiều động vật hoang dã và quý hiếm bị diệt chủng, không khí ô nhiễm không được thanh lọc, chiều luân chuyển của nước thay đổi làm môi trường sinh thái thay đổi trầm trọng theo. Ngoài ra, mỗi năm hơn 4,000,000 mẫu đất trồng trọt ở Mỹ bị sói mòn vì dùng để trồng trọt thực phẩm nuôi súc vật. Các nhà khoa học cũng cho biết lớp đất màu mỡ trên bề mặt khi Hoa Kỳ lập quốc cách đây hơn 200 năm có bề dày trung bình là 21 inches, bây giờ chỉ còn trung bình 6 inches mà thôi. Cứ mỗi 10 kg ngũ cốc nuôi súc vật chỉ cho được 1 kg thịt ăn được, 9 kg còn lại là các chất phế thải khác mà phần lớn là phân súc vật. Nói cách khác, cứ 100 kg protein thực vật cho được khoảng 6 kg thịt bò, 9 kg thịt heo, khoảng 18 kg thịt gà.

Những con số nói trên làm chúng ta giật mình không ngờ rằng chỉ riêng sự gia tăng số súc vật nuôi lấy thịt ở Mỹ đã ảnh hưởng trầm trọng đến môi trường như thế. Nguồn nước và không khí bị ô nhiễm cùng với đất bị sói mòn đưa đến tình trạng nhiệt độ trái đất tăng dần tạo ra những thay đổi nghiêm trọng về môi sinh có ảnh hưởng sâu rộng đến sự an sinh của con người. Đó là chỉ tính riêng ở Mỹ.

Hiện chưa có số thống kê cụ thể ở các nước khác. Thế mới biết ông cha ta khi xưa đã nói miệng ăn sông băng, núi lở quả là không sai.

Các chuyên viên về môi sinh tính rằng nếu cứ mỗi tuần mỗi người giảm ăn 1 cái hamburger thì trong 1 năm có thể cứu được 2,500 square feet rừng và giảm được 26,000 pounds khí CO2 thải vào bầu khí quyển. Chỉ với số người giảm ăn hamburger là 257 người trong 1 ngày thôi tức là 257 cái hamburgers, sẽ có một diện tích rừng tương đương với 1 sân chơi football (bóng đá Mỹ) không bị phá hủy. Nếu số người không ăn thịt tăng thì chắc chắn con số rừng được bảo vệ sẽ tăng rất nhiều và môi sinh sẽ trong sạch hơn gấp bao nhiêu lần nữa. Đó là chưa kể số lượng ngũ cốc dùng nuôi súc vật ở Mỹ có thể chuyển đổi qua Phi châu và các nước nghèo khác để cứu đói thì có thể giúp khoảng 11,000,000 trẻ em khắp nơi được sống sót mỗi năm. Có vô số tài tử, ca nhạc sĩ nổi tiếng khắp nơi trên thế giới tham gia phong trào bảo vệ môi sinh bằng cách ăn rau quả và hô hào mọi người thay đổi cách ăn uống. Đứng đầu trong số này là Paul McCartney, Alicia Silverstone, Naomi Watts, Pamela Anderson và Maggie Q, tài tử Việt lai Mỹ. Sir Paul McCartney có nói ...những ai muốn cứu nguy hành tinh của chúng ta, chỉ cần làm một việc là ngừng ăn thịt. Đó là điều quan trọng số một mà người ta có thể làm được. Cách ăn rau quả cùng một lúc tác động đến môi trường sinh thái, nạn đói và lòng độc ác [với súc vật]. (If anyone wants to save the planet, all they have to do is just stop eating meat. That's the single most important thing you can do. Vegetarianism takes care of so many things in one shot: ecology, famine and cruelty.)

Những ai từ Việt Nam qua sống ở Mỹ, một đất nước an bình, tôn trọng luật pháp, không khí trong lành đều được xem như người đó có nhiều phước báo hơn người đang sống trong nước. Nhưng nếu biết ăn rau quả để giữ gìn sức khỏe, không đau yếu, bệnh hoạn và giúp môi trường sống an toàn và trong sạch hơn thì người đó còn nhiều hạnh phúc hơn những người khác nữa.

(xem tiếp kỳ sau: NHỮNG ÍCH LỢI CỦA ĂN RAU QUẢ VỀ PHƯƠNG DIỆN TÂM LINH. SỐNG AN LÀNH, SỐNG AN BÌNH KHÔNG CHIẾN TRANH VÌ KHÔNG GÂY NGHIỆP SÁT)



CHÚNG TA LÀ THẾ GIỚI — WE ARE THE WORLD

Sáng tác bởi **Michael Jackson** và **Lionel Richie**

Viết dịch **Nguyệt Nguyễn**



Có một lúc,
Khi chúng ta lưu tâm đến một
lời kêu cầu nào đó
Là khi thế giới phải đồng sát
cánh bên nhau như một.
Bao nhiêu con người đang
trong cơn hấp hối
Ôi, và đây chính lúc chúng ta
hãy góp một bàn tay cho cuộc
sống,
Món quà có giá trị nhất trong
muôn một.

Chúng ta không thể tiếp tục
Giả tưởng ngày này đến ngày
khác
Rằng sẽ có một ai đó,
Ở một nơi nào đó,
Chẳng bao lâu nữa sẽ mang
đến một sự đổi thay.
Tất cả chúng ta đều là một
phần tử
Trong một đại gia đình của các
Đấng Tối Thượng
Và sự thật,
Bạn có biết,
Tình thương là tất cả những gì
chúng ta cần.

Điệp khúc:
Chúng ta là thế giới,
Chúng ta là những người con
[trong cùng một thế giới],
Chúng ta chính là người làm
cho một ngày mai trở nên tươi
sáng hơn
Vì thế chúng ta hãy bắt đầu
ban tặng,
Đó là một sự lựa chọn chúng ta
chọn lựa
Chúng ta đang cứu vớt lấy
chính cuộc sống chúng ta
Đó là sự thật,
Chúng ta sẽ mang lại một ngày
mai tốt đẹp hơn
Cho chính bạn và tôi
Vậy thì, hãy gửi tặng trái tim
của bạn đến mọi người
Để họ biết rằng một ai đó lưu

tâm đến họ
Và cuộc sống của họ sẽ trở nên
cứng rắn và tự tại hơn
Như Đấng Tối Thượng cũng đã
từng chỉ bày chúng ta
Chuyển những sỏi đá thành
bánh mì
Vì thế,
Tất cả chúng ta phải cùng góp
một bàn tay.

Điệp khúc:
Chúng ta là thế giới,
Chúng ta là những người con
[trong cùng một thế giới]
Chúng ta chính là người làm
cho một ngày mai trở nên tươi
sáng hơn
Vì thế, chúng ta hãy bắt đầu
ban tặng,
Đó là một sự lựa chọn
chúng ta chọn lựa,
Chúng ta đang cứu vớt lấy
chính cuộc sống chúng ta
Đó là sự thật,
Chúng ta sẽ mang lại một ngày
mai tốt đẹp hơn
Cho chính bạn và tôi.

Khi bạn thất cơ lỡ vận
Dường như không còn một tia
hy vọng nào.
Nhưng nếu bạn chỉ tin rằng,
Chúng ta không thể ngã quỵ
Vậy, vậy, vậy thì, Chúng ta
hãy nhận thức rằng
Ồ, Một sự đổi thay chỉ có thể
xây đến
Khi tất cả chúng ta ...
...Cùng đồng sát cánh bên nhau
như một.

Điệp khúc:
"Chúng ta là thế giới,
Chúng ta là những người con
[trong cùng một thế giới]
Chúng ta chính là người làm
cho một ngày mai trở nên tươi
sáng hơn
Vì thế chúng ta hãy bắt đầu
ban tặng,
Đó là một sự lựa chọn chúng ta
chọn lựa,
Chúng ta đang cứu vớt lấy
chính cuộc sống chúng ta
Đó là sự thật,
Chúng ta sẽ mang lại một ngày
mai tốt đẹp hơn
Cho chính bạn và tôi." (x nhiều
lần)

There comes a time
When we heed a certain call
When the world
Must come together as one
There are people dying

Oh, and it's time to lend a hand
to life
The greatest gift of all
We can't go on
Pretending day by day
That someone,
Somewhere will soon make a
change
We are all a part of God's great
big family
And the truth,
You know love is all we need
Chorus:
We are the world,
We are the children
We are the ones who make a
brighter day
So let's start giving
There's a choice we're making
We're saving our own lives
It's true we'll make a better day
Just you and me

Well, send them your heart
So they'll know that someone
cares
And their lives will be stronger
and free
As God has shown us
By turning stones to bread
So we all
Must lend a helping hand
Chorus:
We are the world,
We are the children
We are the ones who make a
brighter day
So let's start giving
There's a choice we're making
We're saving our own lives
It's true we'll make a better day
Just you and me

When you're down and out,
There seems no hope at all
But if you just believe,
There's no way we can fall
Well, well, well, Let us realize
Oh, that a change can only come
When we ...
...stand together as one
Chorus:
"We are the world,
We are the children
We are the ones who make a
brighter day
So let's start giving
There's a choice we're making
We're saving our own lives
It's true we'll make a better day
Just you and me." (x many times)

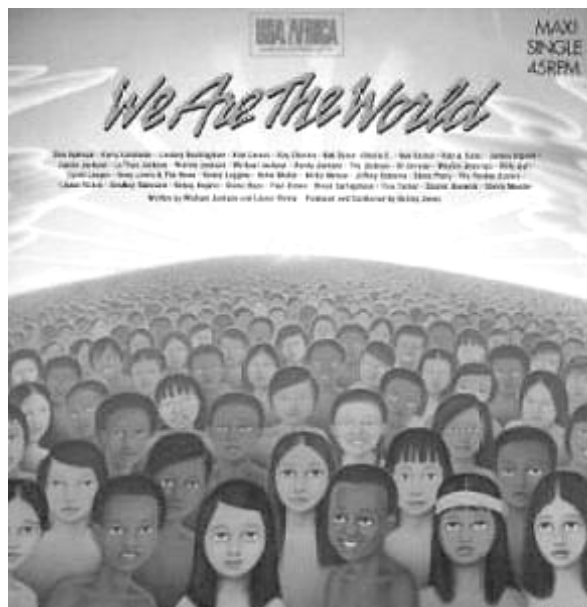
Được Sáng tác bởi Michael Jackson và Lionel Richie, được phát hành bởi trung tâm Quincy Jones, được thu thanh bởi những nhạc sĩ lừng danh để gây quỹ giúp đỡ cho nạn đói ở Ethiopia, nơi mà đã bị lãnh chịu một mùa hạn hán bất thường vào năm 1985.

Chúng tôi xin tưởng niệm để tỏ lòng tôn kính biết ơn của chúng tôi đến cố ca nhạc sĩ Michael Jackson, một thần tượng, một huyền thoại trong âm nhạc, một ông vua nhạc pop.

Cầu xin Anh được yên nghỉ an lành nơi cõi nước tịnh độ!

Xin cho âm nhạc và những đóng góp lớn lao trong thế giới âm nhạc của anh sẽ sống mãi!

Nguyệt Nguyễn
Pomaia, Italy June 27, 2009
(nguồn: nhomphiendich.org)



Người đi tìm lời thơ

Cư sĩ Liên Hoa

*Vô tình lá rụng trên sân
vô tình người đã ngại ngừng
nhất lên
vô tình gió thổi hững hờ
vô tình còn lại trên đời bài thơ*

*Hữu tình trên lá viết thơ
hữu tình người đã ngại ngưng
cõi lòng
hữu tình ôm gió trong tay
hữu tình nên để thơ bay ngàn
trùng...*

Trước sân nhà hôm nay, sau cơn mưa rả rích suốt chiều qua, lá rụng nhiều. Tôi đi quét lá, cái chổi cùn mòn lưỡi biếng gom góp lá lại một chỗ để dễ dàng hốt, vì lá nằm rải rác nhiều nơi. Trong những chiếc lá rơi rụng xuống, có lá đã vàng chín, có lá vẫn còn xanh tươi như ôm nhiều mộng đẹp, nhưng chỉ vì làn gió, cơn mưa hay vì đến thời gian phải ra đi, đã rơi rụng xuống, lìa cành cây.

Nhìn những hình ảnh của chiếc lá rơi, dù xanh non hay vàng vọt, vàng rộm...nhưng vẫn là chiếc lá lìa cành. Giống như một đời người, chúng ta chỉ biết là vô thường có mặt trong bất cứ vạn vật dù là tinh thần hay vật chất, dù là vô tình hay hữu tình, nhưng duyên sinh diệt vẫn luôn tiềm ẩn tự nội tại.

Chiếc lá cho ta nhiều bài học về cuộc đời, biến thiên trên dòng sanh tử này. Từ hạt giống nhỏ nhoi được rơi xuống ngẫu nhiên từ đâu đó hay được ươm mầm dưới đất, có mưa có nắng, có ánh sáng mặt trời, có sương rơi, có ngày và đêm, cây đã nảy mầm và vươn mình cao lớn theo thời gian, và lá đã rụng theo tuần tự trở ra, mọc trên các cành.

Sức sống của lá là do thân cây có đủ chất dinh dưỡng được rễ bám chặt và đi sâu vào lòng đất để lấy dưỡng tố nuôi lớn thân cây và cũng do những yếu tố ngoại tại của thiên nhiên bồi đắp, có tưới tắm thêm vào.

Thân cây to lớn, có nghĩa là một thân mình rất vững vàng xuất hiện trên mặt đất, cũng có nghĩa là những ràng buộc, liên hệ đến lá đến hoa v.v... Mọi vật đều muốn hiện hữu,

trường tồn mãi với thời gian, nhưng theo định luật: Thành-trụ-hoại-không, thì không có gì vĩnh viễn tồn tại mãi.

Trong Kinh Kim Cang nói rằng:
*"Nhứt thiết hữu vi pháp.
Như mộng huyễn bào ảnh.
Như lộ diệc như điện,
Ứng tác như thị quán."*

Dù không phải là người theo đạo Phật, ai nấy cũng đều cảm nhận được hết thân mạng vô thường của con người, và thấy thân như là "mộng huyễn, là bọt, là ảo ảnh, là điện chớp..." và từ đó, cần phải tìm ra con lộ thênh thang cho chính mình, và vì mình chính là người hành giả cô đơn trên đường trở về.

Mỗi người đều tự chọn cho mình con đường đi, đi đâu, về đâu, ra sao? Và con đường là hiện thân trên từng bước chân đi, không ở một nơi nào khác, dù là có hướng tìm về. Từng hòn đá trước mặt, từng chỗ lồi lõm của con đường, từng cây gai vướng mắc, từng hạt sỏi, cát, bùn lầy trên bước đi và từng những vọng niệm luôn rỉ chảy trong tâm, nếu chúng ta bỏ qua hết, thì chính ta lại vướng vào con đường vọng thân, không nhìn theo bước chân huyền diệu trên mặt đất này.

*chỗ nào em ở
đường xưa còn mãi
bóng xanh hàng cây
con chim đang hót
ta nói với nhau
mây ở trên cao
như là màu đất
bao la của tâm
sao lại đi tìm
bóng cây hoang dại
sao lại bỏ tâm
vẫn ở bây giờ...*

Có một lần, vào năm 2001, trong Tiểu luận Kim Cang Bộ, khi quán chiếu đến những hoạt cảnh vô thường của Thân và Tâm, tôi đã chấp chững ghi nhận như sau:

«Trong thiên nhiên, mỗi năm có bốn mùa tuần tự như Xuân Hạ Thu Đông. Sau những tháng dài trầm mình trong lạnh lẽo, khi gió Xuân bắt đầu thổi về, thì vạn vật đều như bừng tỉnh dậy, sống động, hồi sinh. Những cành cây bắt đầu đâm chồi nảy tược. chim chóc reo vui. Mùa Xuân cũng là mùa của hy vọng, của yêu đương tràn trề. Xuân là khởi đầu của một mùa mới và phương Đông, khi vừng hồng vừa ló dạng cũng

là bắt đầu của một ngày mới. Mùa Xuân hay phương Đông cũng tượng trưng cho tuổi trẻ đầy sức sống, đầy nhiệt tình, hăng say, cũng là những năm tháng gây dựng sự nghiệp cho tương lai. Tuổi trẻ lúc nào cũng đầy ước mơ, lý tưởng, tinh khôi.

Trong cơ thể học, Phong trực thuộc về can (Gan)- chủ về Mộc hay những hoạt động, vận động hoặc gân cốt. Những người mà cơ năng gan điều tiết tốt, người vui vẻ, da mặt hồng hào, không xanh mét hay hơi thở chua hôi. Càng lớn tuổi, gan suy yếu từ từ, nên người già đi đứng, tay chân hay run rẩy. Tuy nhiên, trong tất cả mọi cơ năng đều có sự chuyển động (Phong), chứ không riêng gì Can. Nếu một cơ quan nào trong cơ thể mà không hoạt động, thì báo hiệu sự suy tàn sắp đến. Phong còn biểu lộ qua ánh mắt đầy tươi sáng hy vọng. Đôi mắt là cửa sổ của tâm hồn. Can hoạt động điều hòa, mắt sẽ luôn tươi nhuận, nhìn qua đôi mắt sẽ biết được tình trạng sức khỏe (Bệnh chứng Hư hay Thực) hay tâm thần của một con người. Những Du huyết (Huyết di động) trong cơ thể bị đau, rát, nhức v.v...cũng có thể biết phần nào bệnh của cơ quan đó. Can còn chủ sự phần nộ, tính khí của con người. Một người khi đang tức giận, mắt đỏ ngầu, mặt xanh mét, tay chân run rẩy "Nộ thương can= giận làm hại gan".

Can còn biểu hiện của sự can đảm. Khi một người có gan tốt, thì ít khi sợ hãi cũng như can đảm để đối phó với hoàn cảnh. Ghi chú: Can đảm khác với vô úy, vì can đảm là trạng thái tinh thần biểu hiện sự xung khí, có ngã có nhân, có sự tính toán, sự phản kháng. Vô úy thì ngược lại, vì đã diệt phiền não, tâm không còn phân chia, vướng mắc, nên tất cả việc làm đều vô ngại, lợi tha, không có bốn tướng (Nhân, ngã, tướng, chúng sanh, tướng thọ giả) Khi nghiên cứu về thời sinh học (Chronobiology), qua các "Nhịp sinh học", thì sự chuyển động càng biểu lộ được nhận thấy rõ rệt qua các sự biểu hiện liên đới giữa giờ giấc (Thời gian), sự tuần hoàn của thiên nhiên (Không gian) v.v.. ứng với từng bộ phận cơ thể.

Đến Đạo học Đông phương như trong Đạo đức kinh, chương 42 có nói: Vạn vật phụ âm nhi bảo dương, xung khí dĩ

vi hòa" mô tả đến tình trạng rất linh động của sự sống vì sự sống là tập hợp tất cả những mâu thuẫn nhưng luôn luôn dung hòa lẫn nhau. Nếu không có sự mâu thuẫn thì không có Động. Ví dụ: Dương mạnh hơn âm một sanh Động, nếu Âm mạnh hơn Dương sẽ sanh Tĩnh, Động và Tĩnh chính là sự chuyển vận, biến hóa hay Phong Đại. "Tương phản nhi bất khả dĩ tương vô" xung đột nhưng luôn luôn cần nhau. Trong Thiên can chỉ có 10 như Giáp Ất Bính Đinh Mậu Kỷ Canh Tân Nhâm Quý, nhưng Địa chi thì có 12 (Tý Sửu Dần v.v...) và tháng Tý đã bắt đầu từ tháng 10 của năm cũ, chứ không phải tháng đầu của năm mới. Sự sai biệt này để tạo thành sự chuyển động, sinh sinh hóa hóa.

Do đó, sự chuyển động được gọi là Phong, biểu tượng cho Thức uẩn, vì Thức là tánh biết biểu lộ của năm giác quan, nhưng luôn phân biệt, giao động từ chấp này đến chấp khác khi đối với cảnh. Thức (Vijnāna) là một trong năm uẩn mà trong Lục thức thì đứng đầu (Thức uẩn) hoặc trong Bát thức, thì A-lại-gia thức lại là Thức chủ. Thức uẩn do nhiều điểm khác nhau tập hợp mà thành và là tên gọi khác của Tâm và chính Thức biến hiện ra tất cả vạn vật. nên được Tông Duy thức coi đó là Tâm vương".

Những tìm tòi, ghi nhận như trên chỉ với mục đích nhìn rõ lại hướng đi, mà đôi khi vì do chủ quan, chúng ta quên mất đến bản chất thực tại của các Pháp, một sự chuyển động không ngừng trong không thời gian.

Tâm thức cũng vi như là Phong, tức gió. Có người cho đó là vọng, là không thật và không cần quan tâm đến, nhưng lại sao đặt thành vấn đề khi cho là không thật, là huyễn. Con người, một thân mạng hữu tình đã nhiều khi vì vọng mà đau khổ chất chồng, nước mắt đã từng tuôn rơi và quay cuồng theo vọng, do không thực chứng được Tánh không của thực tại. Như vậy, vọng là thực hay là mộng huyễn?

Trên mỏm đá cheo leo giữa núi rừng âm u, ai đó đã ngồi dưới bầu trời, lắng nghe tiếng nói của tự tâm, không một câu trả lời, biển nghìn trùng dậy sóng, mưa tầm tã có rơi, trút nước, núi đã từng lay động, nhưng sự an nhiên của người hành giả là bất động, là chiêm nghiệm, nhìn đến với nụ cười. Thiên sư và nụ cười, đạo sĩ và bóng giai nhân của ảo hoá "maya".

"Trong Phẩm Thập địa của Bát thập Hoa nghiêm có nói: "Mọi vật trong tam giới đều do tâm tạo". Biết là tâm tạo, biết là vọng, thì phải đi nhẹ nhàng với con đường thể nhập qua các pháp môn tu tập, chuyển hoá.

Trong dòng sông tâm thức của con người, sự cuộn cuộn chảy của thức để làm cho con người có cái ảo giác là



mình hiện hữu. Hiện hữu qua sắc thanh, hương, vị, xúc, pháp, qua những gì mình gánh nặng, qua những tưởng tượng v.v...

Cho nên, mọi hiện tượng diễn biến khách quan hay nội tại luôn được sinh khởi từ hạt giống thiện hay ác tiềm ẩn trong tâm thức và khi gặp thuận duyên thì các hạt giống đó hiện hành. Vì thế, dòng nước của con sông này có những lưu thủy sai biệt, có khi là nước lớn, nước ròng, nước dậy sóng, nước lặng lẽ im lìm..... ứng với những hoa quả của tâm, nhưng tựu chung lại là:

1- Nước quả báo: Có hình sắc, tánh lỏng, nhìn thấy đặng và sức tàn phá của nó đi từ địa ngục cho đến đệ nhị thiên. Do sự tưởng mà mỗi loại chúng sanh theo vị trí của mình mà chấp trước, đau khổ, rồi trôi giạt trong sáu nẻo.

2- Nước ác nghiệp: Tuy vô hình, nhưng có sức lôi cuốn chúng sanh làm nhiều tổn hại, qua thân, ngữ, ý tác tạo.

3- Nước phiền não: Nước này do lòng tham dục, sân hận, si mê chấp ngã, tuy không hình tướng, nhưng nó tàn hại khốc liệt làm trôi lăn trong sanh tử luân hồi."

Đang khi tìm soạn lại những bài cũ viết đã lâu rồi, khi lúc đó tâm vừa chín mùi, có quán chiếu, có nghiên ngẫm... nhưng rồi với thời gian sinh diệt, đôi khi những mộng chúng ban đầu đã không còn nhuần nhuyễn và đưa đi phiêu du với cái tâm biến đổi không lường.

Có thể giữa đất trời sương gió, giữa khối vô minh vẫn còn níu kéo, với cái tâm còn vọng động như bao thưở đến giờ, nhưng trong góc sâu của nội tâm, chúng ta vẫn hằng mong muốn làm gì đó có ích lợi cho con người, dù là vì với cái bản ngã che mờ, dù là vì lý do nào đó có thể không nhìn rõ những vi tế của tâm. Chúng ta có tâm nguyện muốn đem Bốn Pháp lợi tha để chia sẻ và làm lợi ích đến mọi người như là Bốn Nhiếp Pháp: Bồ thí, Ái ngữ, Lợi hành, Đồng sự.

Dù sao, dù chưa đi đến ngọn ngành, hay đi sâu vào tinh yếu của giáo Pháp cao thượng, nhưng chỉ một lần uống được dòng sữa ngọt đề hồ của Pháp Phật, chúng ta đã vô tình nuôi dưỡng được hạt giống Phật trong tâm và chỉ cần khai triển, cũng như dám dẫn thân để làm những việc hy hiến vô ngã hay không, thì đó cũng là tạo cho đóa hoa tâm vừa hé nở trong con người bình thường, để thực hiện tâm bồ đề.

Đạo Phật của tôi là đạo Phật lãng mạn, của những làn sóng tràn bờ không ngăn mé, do vì thường quán tâm, đi sâu vào từng ngách của tâm để tìm ra cái duyên sanh duyên hợp và để nhận thức

đúng bản chất của tâm, của thực tại.

Từ những sự quán chiếu đó, dòng thơ đã vô tình tuôn chảy, lời văn khuyến khích nhau nương theo dòng viết, những tư tưởng chấp chùng theo nhau đi vào đời, vẫn là với tâm nguyện chia sẻ, đem lại niềm vui hay ích lợi gì đó cho con người.

Và bỗng nhận thấy rằng, do sự tu tập, do thường quán chiếu tâm thì dù rằng trên cuộc đời này có nhiều lầm lỗi do vô tình hay cố ý, do các mầm của si tham sân vẫn còn và do những nghiệp lực tác động, nhưng trong lòng người còn Phật do luân dưỡng niệm lành, bỏ ác, làm lành...thì lúc nào cũng muốn hoá giải những nghiệp lực, dù biết rằng "tội vốn do tâm và từ tâm sanh diệt".

Xã hội ngày nay biến chuyển thật nhanh, xáo trộn ở mọi nơi chốn, nhưng bản chất khổ đau vẫn tiềm ẩn trong mọi cuộc sống, đời người. Nếu chúng ta không tìm đến tâm linh, lo cho tâm, một lúc nào đó, chúng ta sẽ ngã gục trước những vắn nạn của cuộc đời, và không tìm ra cho được một lối thoát.

Đi từ chiếc lá rụng sau cơn mưa gió, chúng ta khám phá sự vô thường của vạn vật, và từ đó, cũng tìm ra được những duyên sinh duyên hợp và những sự liên hệ cộng hưởng cộng sinh của các pháp. Nếu không nắm được căn bản của mẫu chốt vấn đề, chúng ta mãi mãi đau khổ và đi tìm, vì cứ tưởng những khổ đau, bất hạnh hay hạnh phúc đó là ở ngoài tâm.

Ánh sáng của trí tuệ sẽ bùng lên để nhìn rõ bộ "mặt thật muôn thưở của con người" và chất liệu từ bi sẽ được nuôi lớn từ những nhận thức duyên sinh như đã nêu.

"Nếu tâm thường lôi kéo trong u tối, không quán chiếu và tu tập, hay vướng mắc, cứ mang mộng tưởng ảo ảnh của các Pháp, thì dù sống trong rừng sâu, trú xứ xa vắng, trong thành thị hay bất cứ nơi đâu, cũng đều cảm thấy bất an, sợ hãi. Bởi vì chúng ta sợ cái rỗng không, tĩnh lặng, bình dị v.v...nên bằng cách gom góp, vun xới, bồi đắp cho gia tài hiện hữu, nên tâm thường trực tranh đấu, bất an, lo sợ. Làm sao tránh được tâm bất an này? Phải nhận rõ đó chỉ là những bóng trần xuất hiện của tâm thức, rỗng không. Khi tâm thanh tịnh, thì những huyền cảnh kia sẽ diệt như những đợt sóng trào dâng, nay trở lại lặng lẽ hiền hòa trong lòng đại dương bao la."

Mặc dù biết là giả hợp duyên sinh, nhưng nếu không có sự tu tập, nhận thức đúng, chúng ta cứ hay bị tâm đánh lừa và khó thoát ra khỏi những mắc mớ căn nguyên

của bất hạnh, khổ đau, do cố chấp.

Tâm bình thường sẽ đem đến những sự bình thường, tâm rắc rối sẽ đem đến những trạng thái triền miên đau khổ và điều đó, cũng chính tự chúng ta là người chọn lựa, tìm đến.

"Khi nhận thức được sự đau khổ và sự mỏng manh giới hạn của kiếp người, khi biết rằng trong chiều sâu của nội tâm, có một cái thường hằng, bất sanh bất diệt hay Phật tánh. Tánh đó thoát ra khỏi mọi nghiệp lực. Chúng ta đến với đạo Phật khi đã nhận chân được điều này và khi đi sâu và tắm mình trong giáo Pháp, tìm cho mình một Đạo lộ dẫn bước.

Người hành giả sau đó, sẽ làm hiển lộ phương trời bao la của tâm với tâm đại bi- đại nguyện. Không có hai tâm này vì nảy sanh ra từ trình độ thâm nhập chân tâm, thì người hành giả chỉ lao đầu để ôm từ những ảo tưởng này qua những ảo tưởng khác, dù được khoác lên trên đó là thần thông, pháp thuật hay gì đi nữa, và trở thành một trò ảo thuật rẻ tiền. Tất cả chỉ là phù phiếm, rỗng không, và chỉ cần một cơn gió thoảng qua có thể xô đẩy hết tất cả thành trì, dù là vô cùng kiên cố vì được xây đắp lâu đời của thành kiến về ngã chấp".

Mong rằng với chút hiểu biết, chút lòng thành qua kiến

văn hạn hẹp về Phật Pháp, với chút tu học, xin được chia sẻ đến mọi người với cái tâm cảnh khi nhìn sự vật và chợt thấy vô thường hiện diện, có mặt trong bản chất của sự vật.

Phải chăng vô thường là một pháp duyên tuyệt đẹp khiến cho con người khi nhận thức được, sẽ yêu mến cuộc đời, dẫn thân vào cuộc đời và tìm đến với nhau để chia sẻ những khổ đau hay bất hạnh, xây dựng cuộc đời và đưa nhau về một nơi chốn bình yên của nội tâm. Tâm an là tâm Phật, mà đâu cần phải là chứng đắc mới được tâm an, mà chỉ cần quay đầu lại, áp dụng pháp chuyển hoá tâm, thì bước chân như đã một lần và là khởi điểm của con đường thênh thang Hạnh phúc.

Đó phải chăng là Pháp của nhà Phật, vì "Phật Pháp bất ly thế gian". Cho nên, những pháp nào có thể đưa con người đến bờ An lạc và Hạnh phúc, giải thoát khỏi khổ đau, thì đó là Phật Pháp.

Mong lắm thay!

Một phút giây xúc động
Ngày 31. 05.2009

* Tiểu luận Kim Cang Bộ do Cư sĩ Liên Hoa viết năm 2000.

Vào dòng

Một chiếc lá

Một đoạn đời

Giấc mơ tan giữa khung trời tịch liêu

Đi một sớm

Về một chiều

Trên vai còn trĩu ít nhiều nắng sương

Dưới trăng thiêng

Phủ bụi đường

Nằm nghe đêm tấu vô thường tâm ca

Gửi trần gian tiếng cười xòa

Ta đi để lại nét nhòa hư không

Trăng còn soi

Bước vô cùng.



VĨNH HẢO

1988 (một ngày tưởng sẽ chết)

Giòng Sông Sinh Tử

*Giòng định mệnh mỗi một người mỗi khác
Người sang giàu, kẻ nghèo khổ đau thương
Kẻ chần êm, người vất vưởng ngoài đường
Ta tự hỏi: Ấy phải chăng duyên nghiệp*

*Đây cõi tạm ta trải bao nhiêu kiếp
Trăm năm xưa ta ở tận nơi đâu
Nẻo nhân gian bao sương tuyết dải dẫu
Buông tay xuống ta về đâu chẳng biết*

*Vọng hay Chân ta làm sao phân biệt
Khi con người chìm đắm cõi vô minh
Tham Sân Si, lục dục với thất tình
Ta mê mãi trong phù du ảo ảnh*

*Kìa sắc đẹp, nợ tiền tài khó tránh
Quyển rũ ta lời mật ngọt yêu đương
Làm cho ta dong ruổi suốt dặm trường
Và lặn ngụp trong giòng sông sinh tử*

*Trong cuộc sống chuyện thế gian lành dữ
Một chữ Tham khiến bao kẻ vô tâm
Ngày qua ngày tạo thêm những lỗi lầm
Qua năm tháng tạo thành bao nghiệp ác*

*Nghiệp ác ấy theo ta qua kiếp khác
Như bóng hình, như nhân quả chẳng sai
Chuyện trả vay, vay trả, tiếp tục hoài
Nơi trần thế ta luân hồi muôn kiếp*

*Trong Tinh Tấn ta quyết tâm tận diệt
Những ác nhân, nên làm chuyện thiện lành
Quay về ngay với bản thể tinh anh
Tánh bản thiện nhân chi sơ sẵn có*

*Tâm Tĩnh Lặng thì Niết Bàn là đó
Mỗi một người có Phật tánh trong ta
Nếu nhận ra dấu trong cõi Ta Bà
Ta tìm thầy thiên đường nơi trần thế.*

Sương Lam



BÓNG MẸ

Vĩnh Hữu

Vào buổi trưa yên ả sau cả một buổi sáng tiến hành đại lễ Vu Lan tại chùa Tĩnh Hội, tôi không về nhà, mà đeo máy ảnh đi lang thang săn tìm những khoảnh khắc đẹp và lạ. Tôi tình cờ gặp chị trên đồi Trại Thủy, dưới bóng mát của tượng Kim Thân Phật Tổ.

Ban đầu, mới thấy chị, nhìn thấy một đôi mắt đang đổ ngầu trên gương mặt phúc hậu, tôi đâu dám đến "tiếp cận nữ giới" khi đang ở trên vùng đất thiêng liêng của chùa, vì phải giữ oai nghi của người Phật tử, hơn nữa tôi nghĩ mình sẽ làm phiền người khác nếu như người đó đang cần ngồi yên tĩnh một mình. Rõ ràng là chị đang cần ngồi một mình mới lên đến tận đỉnh đồi có "Ôâng Phật Lớn" này vào giấc trưa nắng chang chang. Tôi đi lướt qua, định ra phía sau Kim Thân Phật Tổ để viếng thăm khu linh cốt ký gửi. Chợt, tôi nghe tiếng sụt sùi, tiếng nấc lên nghe thật nhói lòng phía sau lưng mình. Tôi đứng khựng lại. Quay nhìn. Chị đang lau nước mắt bằng chiếc khăn mù-xoa màu hồng nhạt. Tôi phân vân. Rồi quyết định bước lại phía chị bằng cái tâm tuyệt đối chân thành và trong trẻo trong veo. Sau một hồi thăm hỏi, có lẽ nhận thấy nơi tôi đầy thiện ý, chị đã bình tâm lại, thoải mái và cởi mở chuyện trò. Chị như tìm được chỗ để trút tâm sự của thâm kín của mình ra. Tôi ngồi im, chăm chú, và sẵn lòng chia sẻ nỗi buồn vui của chị như một người bạn đạo đang cùng đi trên con đường dài hun hút. Giọng thật trầm, từ tốn, chị kể hết cho tôi nghe:

"Mẹ tôi mất năm 1979 sau một cơn bạo bệnh trên vùng Kinh Tế Mới, trong khi cha tôi còn ở trong một trại cải tạo xa xôi tận ngoài Bắc. Giữa một vùng nương rẫy khô cằn, chị em chúng tôi trở nên chơ vơ và bé nhỏ như bầy chim non chiu chíp đêm ngày. Khóc. Chỉ còn biết ngồi ôm nhau mà khóc. Nước mắt tuôn chảy đầm đìa, nhưng không tươi cho hoa màu quanh

căn nhà tranh tươi lớn thêm được, mà hình như những cây bắp, những bụi chuối, những cây đậu cũng buồn mà khóc rồi rủ nhau héo úa trước một mắt mắt lớn lao. Chị Hai tôi thì đã có gia đình riêng, về làm dâu bên nhà chồng chẳng sung sướng no đủ gì. Anh Ba tôi quanh năm đu theo xe ben vào rừng cửa cây kéo gỗ ở tận Ban Mê Thuột, rất ít khi trở về quê thăm nhà. Tôi, khi ấy mới 19 tuổi đầu, bỗng trở thành người chị lớn nhất của bầy em bốn đứa nhỏ dại, thay thế mẹ để chăm nom dẫn dắt các em mình đương đầu với cuộc mưu sinh đầy gian nan trắc trở ...

Không nhờ cậy gì được vợ chồng anh chị Hai, đôi vợ chồng đã đứng đưng trước thảm cảnh túng thiếu của bầy em bơ vơ, tôi buộc phải đi đến một quyết định liều lĩnh: dắt bầy em vào quê mẹ ở Hồng Ngự-Đồng Tháp xa tít tắp để tìm cậu út- người em trai duy nhất của mẹ- kiểm kê cho năm miệng ăn sinh tồn. Với vốn liếng ít ỏi nhờ bán đi một số đồ đặc kỷ niệm của cha mẹ, tôi lặn lưng để rồi tay dắt nách mang bầy em ngây thơ lên tàu hỏa xuôi Nam. Tôi còn nhớ mãi như in trong đầu chuyến đi xa đầy gian khổ này, chẳng khác gì một cuộc phiêu lưu kinh dị phải nín thở mà chỉ có định mệnh mới đoán biết trước được kết cuộc. Lạc mất một đứa em trai, rồi bị móc túi, bị giật bớt một giỏ áo quần trên sân ga ní nhớ hỗn độn, tôi như người điên vừa chạy vừa kêu la gào thét khi nách ằm thẳng Út Khoa, tay thì xách hai chiếc giỏ đồ đặc còn lại, mắt còn phải ngó chừng con ba đứa em khác đang hốt hốt hãi chạy theo mình... May phước là tôi đã tìm ra đứa em lạc bầy, nó đang ở trong phòng trực của công an nhà ga, tôi chỉ cần tìm lại nhiều đó, và chị em tôi lên tàu, bắt đầu vào cuộc hành trình dài phập phồng với hy vọng thật mong manh ...

Cậu mợ út ở Hồng Ngự cũng đang lâm vào cảnh khó khăn, nên khi chị em tôi kéo vào, khiến cho cậu mợ lúng túng. May nhờ bà con chòm xóm thương cảm, nên giúp đỡ gạo mằm trong thời gian

đầu, rồi sau đó bầy em nhỏ đại tôi tản mát mỗi đứa nhà để phụ việc lật vạt trong các xưởng chế biến mằm, nhà may xay lúa kiếm tiền độ nhật. Riêng tôi được một ông chủ ghe lớn thuê làm việc nội trợ bếp núc, lương hậu hĩnh...

Năm tháng trôi đi, nơi ăn chốn ở tạm ổn, chị em tôi được những người miền Tây tốt bụng cứu mang bảo bọc để từng ngày thoát cảnh đói rách. Đặc biệt là chúng tôi học được nhiều điều hay lẽ phải từ đạo Phật. Những giáo lý căn bản của nhà Phật đã được bà con cô bác- những con người phúc hậu chất phác của vùng sông nước- chỉ bảo cho chị em chúng tôi nghe, hướng dẫn cho chúng tôi học và hành. Từ tam quy ngũ giới, đến tri túc thiếu dục, rồi sang oai nghi Phật tử, lại còn được hiểu thêm về luật nhân quả luân hồi đầy sắc màu huyền bí kỳ ảo. Riêng tôi, tôi còn học được kinh nhật tụng, dần dần tiến xa hơn với những bài chú đà-la-ni để dùng làm " vũ khí phòng thân hộ mệnh"...

Từng năm trôi qua, được hưởng những ngày tháng ổn định, bụng không bị đói, áo được lành lặn, tình cảm của mọi người thì đầy ấp và chân tình, chị em chúng tôi chừng như đã quên hết đi quá khứ quá ư là khủng khiếp đau buồn. Rồi, từng đứa em của tôi đã lớn khôn lên, giúp cho tôi với bớt gánh nặng trên vai, thoát được cảnh ảm bồng, chăm sóc từng li từng tí như những năm mới mất mẹ. Nhiều đêm, khi chị em tôi đoàn tụ bên nhau sau một ngày lao động mệt nhọc, tôi nằm thao thức bên bầy em đang ngủ vui, gẫm thấy hạnh phúc và tự hào. Tôi tự khen mình đã không làm mất đi đứa em nào trong thời gian dài khủng khiếp vừa qua, bởi có rất nhiều lần người ta khuyên tôi nên cho bớt mấy đứa em, gửi chúng vào những gia đình khá giả cho nhẹ gánh, nhưng tôi đã nhất quyết không đồng ý. Tôi muốn thay thế vai trò của mẹ để chăm nom, diu dắt bầy em cho đến khi cha tôi được trở về đoàn tụ với gia đình...

Ngày ấy rất cuộc cũng đã đến. Cha tôi trở về. Chị em chúng tôi già từ miền đất Hồng Ngự đầy kỷ niệm, kéo nhau về quê cũ. Gia đình sum vầy từ đó, chị em chúng tôi đã cùng cha lên núi khai hoang làm rẫy để sinh sống. Cho đến 8 năm sau, khi tôi đã có được người chồng giỏi dang, bầy em nhỏ đại của tôi đã bỏ tôi lại nơi chôn nhau cắt rốn, để cùng cha lên máy bay đi về phương trời Tây xa xăm theo diện H.O. Tôi cho nước mắt chảy ngược vào tim, vào lòng, chia tay từng đứa

em mà lòng đau như cắt...

Bây giờ, các em tôi đều đã có công ăn việc làm, có đứa đã lập gia đình, cuộc sống đều no đủ. Tuy xa cách nhau đến nửa vòng trái đất, nhưng từng lá thư, từng cuộc gọi điện thoại của từng đứa em tôi đều mang nặng niềm tri ân, nỗi thương nhớ về chị Tư của chúng, là tôi. Tôi chỉ mong nhận được niềm vui tinh thần như vậy thôi, không cần phải gửi từng xấp đồ-la tươi rói, hay những thùng bưu phẩm nặng trĩu. Tôi hạnh phúc vô bờ khi thấy bầy em của mình đều được khôn lớn. Và, trong mắt tôi, bầy em của tôi vẫn luôn luôn còn nhỏ đại, vì một lẽ đơn thuần: chúng đều xem tôi như một người mẹ thứ hai giữa cuộc đời lăm chông gai này...

Nhưng thú thật, trong sâu thẳm trái tim mình, tôi vẫn mong ước có một ngày nào đó thật đẹp trời, các em của tôi ở phương xa rồi cũng sẽ trở về với mảnh đất quê hương đầy kỷ niệm buồn vui cùng ngồi bên nhau sum vầy đầm ấm, từng đứa sẽ kể lại những kỷ niệm về cha, về mẹ với lòng thương nhớ khôn nguôi. Riêng tôi, tôi thật sự toại nguyện vì đã thực hiện lời hứa thầm kín thiêng liêng trước vong linh cha mẹ mình là sẽ cứu mang đùm bọc, chăm sóc và nuôi dạy các em của tôi nên người. Đâu ai biết, đâu ai nghe được lời hứa ấy, chỉ một mình tôi hay biết thôi, và anh là người đầu tiên được tôi tiết lộ cho nghe đó!..."

Tôi xúc động thật sự trước câu chuyện một người chị đã hóa thân làm chiếc bóng của một người mẹ. Thật lặng lẽ, kiên trì, nhẫn nhục, và thật bản lĩnh. Điều gì đã khiến cho chị có được một sức mạnh "đại hùng đại lực", cùng như có được một niềm tin vững chãi trước tám ngọn gió của cuộc đời bi lụy này, để vượt qua được những đợt sóng dữ mà cập vào bờ bến yên lành? Tôi không thể không hỏi chị câu hỏi đó. Chị trầm ngâm thật lâu, rồi hạ giọng xuống, nói thật khê khàng như làm sợ động sợ đau đến ai đó:

- Tôi có được phép màu!
- Phép màu? Có phải là thần thông? Làm gì chị có được?
- Chỉ cần niềm tin. Một niềm tin mãnh liệt và tuyệt đối vào pháp của Phật!
- Pháp Phật có đến tám vạn bốn ngàn, chị tin vào pháp nào?
- Tôi chỉ học và trì chú, niệm chú "Phật Mẫu Chuẩn Đề đà-la-ni", đôi khi là "Được Sư quán đảnh chơn ngôn". Tôi ăn chay trường, trì chú, đoạn ác tu thiện, vậy là có sức mạnh để chịu đựng, để lặn lội lặn lặn với đời qua



CẢM TẠ

Thành thật cảm tạ sự ủng hộ quý báu bằng tinh thần hay tịnh tài của chư tôn đức Tăng Ni và đồng bào Phật tử đối với báo Chánh Pháp. Đây là niềm khích lệ to lớn cho chúng tôi trong công tác truyền thông, hoằng pháp.

Ngoài sự bảo trợ ấn phí của chư tôn đức và các tự viện, chúng tôi còn nhận được sự ủng hộ của chư tôn đức Tăng Ni và quý Phật-tử cũng như của quý thân chủ quảng cáo.

Sau đây là danh sách ủng hộ báo Chánh Pháp trong tháng qua:

- HT. Thích Hạnh Đạo \$50
- HT. Thích Chơn Thành \$50
- TT. Thích Thái Siêu \$200
- TT. Thích Minh Mẫn \$50
- SC Tịnh Nguyễn \$90
- Đạo hữu Donna Nguyễn \$20
- Cư sĩ Liên Hoa \$200
- Đạo hữu Thai T. Nguyen \$200
- Đạo hữu Tịnh Tâm \$100
- Đạo hữu Hùng Q. Trần \$50

Ngưỡng nguyện Tam Bảo thù từ gia hộ chư liệt vị thân tâm an lạc, vạn sự cát tường.

Ban Chủ Trương Chánh Pháp

từng ấy năm...

- Đại khái là chị tu theo...
Phật giáo Mật tông?

- Đã gọi là "Mật" thì anh đừng hỏi tới nữa. Bí mật mà. Sự nhiệm màu của Phật Pháp là "bất khả tư nghị", chỉ ai tự mình tu học và chứng đắc thì mới hiểu rõ. Nói ra sẽ mất hay, mất thiêng, không nên!

Tôi gật gù, xin lỗi, không hỏi gì chạm đến chuyện "pháp môn bí mật" của chị nữa. Gió lồng lộng từ hướng Đông mang theo hương vị của biển từng cơn thổi qua đỉnh đồi Trại Thủy cao cao. Im lặng. Một lúc lâu, khó khăn lắm tôi mới bật lên câu hỏi:

- Sao khi này chị ngồi đây khóc một mình?

Đôi mắt chứa đầy u uẩn của chị nhìn về phương Nam xa xăm... Tôi cùng nhìn theo. Tôi biết chắc nơi ấy có vùng sông nước và những con người lam lũ

chất phác đã một thời dang rộng vòng tay ôm ấp những sinh linh bé nhỏ hoạn nạn. Chị nghẹn ngào:

- Tôi nhớ ơn Ni sư Như Tịnh. Bốn sư của tôi đó. Với tôi, Ni sư là một người Mẹ, người Mẹ thứ hai, đã cho tôi và mấy đứa em được hồi sinh chỉ bằng tình thương yêu và những lời chỉ dạy cặn kẽ tận tình. Không có Mẹ Như Tịnh, không biết tôi có vượt qua được những sóng gió của cuộc đời để ngồi tại đây hôm nay mà tâm sự với anh hay không?

Những giọt nước mắt của chị chảy lặn tăn xuống gò má. Chiếc bóng rộng lớn của tượng Kim Thân Phật Tổ đã đổ dài ra trên mặt đất nóng rang trước mắt tôi và chị. Bỗng dưng, tôi nghĩ đó không phải là bóng của đức Như Lai Ứng Cúng vĩ đại, mà là bóng của những người Mẹ - chữ được viết hoa- trên cõi trần gian mộng mị này...



TIN TỨC PHẬT GIÁO THẾ GIỚI

Diệu Âm lược dịch

TÍCH LAN: Hội Phật giáo Đại bi giúp trẻ tàn cư quốc nội

Colombo, Tích Lan: Hội Phật giáo Đại bi tại chùa Sri Lankaramaya ở Tân Gia Ba đã hứa chăm sóc cho 600 trẻ phải di tản trong nước, gồm 350 trẻ em mất cha mẹ và 250 sinh viên đại học tại làng chuyển tiếp Manik Farm ở thị trấn Vavuniya, bắc Tích Lan.

Diễn thuyết tại Colombo để thông báo tình hình, Cố vấn Vụ Tôn giáo của Hội Phật giáo Đại bi là Thượng tọa Trưởng lão, Tiến sĩ Alawwe Guranathana nói rằng bất cứ ai chống lại chủ nghĩa khủng bố cần phải đến để giúp đỡ trẻ tàn cư quốc nội ở Tích Lan vì các em đã phải trải qua nhiều khó khăn do chiến tranh từ 30 năm nay.

Khoảng 290.000 trẻ tàn cư quốc nội tại làng tiếp cư Manik Farm sẽ được cứu trợ bằng tiền mặt và vật phẩm từ thiện trị giá hơn 15 triệu Rufiyaa, do các nhà hảo tâm đang sống tại Tân Gia Ba quyên góp.
(Lanka Daily News - June 4, 2009)

NAM HÀN: Triển lãm tranh Phật Quán Thế Âm đẹp nhất triều đại Goryeo

Seoul, Nam Hàn: Một trong những tranh vẽ Đức Quán Thế Âm Đại Bồ Tát đẹp nhất đã được đưa từ Nhật Bản về Nam Hàn để triển lãm.

Cuộc triển lãm đặc biệt này được tổ chức tại chùa Tongdosa ở thành phố Yangsan, miền nam tỉnh Gyeongsang (từ ngày 30 - 4 đến 7 - 7).

Tranh được vẽ trên cuộn vải tơ, cao 4, 19 mét và rộng 2, 54 mét, được các nhà sử học tôn vinh là "tranh vẽ Đức Phật Quán Thế Âm lớn nhất và đẹp nhất".

Tranh do 8 họa sĩ cung đình vẽ vào năm 1310 theo lệnh của Hoàng hậu Kim của Triều đại Goryeo. Nhưng sau đó không lâu, hải tặc Nhật Bản đã cướp bức tranh này. Những kẻ xâm lược người Nhật đã mang tranh về Nhật và cất giữ trong gần 600 năm.

Chùa Tongdosa tổ chức cuộc triển lãm bức tranh đặc biệt này nhân dịp kỷ niệm 10 năm khánh thành Viện bảo tàng Tongdosa của mình.

Đây là lần thứ hai bức kiệt tác Đức Phật Quán Thế Âm này được triển lãm tại Nam Hàn. Lần trước tranh được trưng bày tại Phòng triển lãm Nghệ thuật Hoam ở nam Seoul vào năm 1995.

(The Korea Times, June 3, 2009)



Tranh Đức Quán Thế Âm, vẽ vào thế kỷ 14 trong triều đại Goryeo. Photo: The Korea Times

ẤN ĐỘ: Phát hiện cổ vật thế kỷ thứ 5 tại Tây Bengal

Kolkata, Ấn Độ: Các cuộc khai quật khảo cổ gần đây của Ban Khảo cổ và Bảo tàng Bang Kolkata tại làng Dheka ở quận Murshidabad đã tìm thấy những dấu triện và đồ tạo tác có từ thế kỷ thứ 5 sau Công nguyên, chứng tỏ Phật giáo hiện diện tại khu vực này sớm hơn nhiều so với người ta nghĩ trước đây.

Địa điểm này chỉ cách Karnasubarno (là di tích Phật giáo được xem là cổ xưa nhất Bang, có phế tích của Phật học viện Raktamrittika) 20 km.

Trong số các cổ vật được phát hiện này có những tượng nhỏ bằng vữa, những tấm bảng bằng đất nung, đèn bằng đất, móng sắt và đạn, tràng hạt, vòng đeo tay và trò chơi lô cò làm bằng đất nung. Và thú vị nhất là những dấu triện có khắc chữ, được dùng từ thế kỷ thứ 5

sau Công nguyên.

Di tích này có 3 tầng, chứng tỏ nó đã trải qua 3 giai đoạn xây dựng trong quá khứ.

Loại gạch cổ nhất có kích thước lớn và được trang trí hoa văn hình học rất công phu, một số còn được tô điểm bằng vữa. Các loại gạch đời sau thì nhỏ hơn nhiều.

(The Hindu - June 6, 2009)

NAM HÀN: Bộ kinh Tam Tạng khắc trên gỗ

Hapcheon, Nam Hàn: Lễ hội văn hoá kỷ niệm năm thứ 1.000 của Bộ kinh Tam Tạng khắc trên gỗ của Hàn quốc sẽ được tổ chức tại quận Hapcheon thuộc tỉnh Gyeongsang.

Chùa Haein tại quận này là nơi lưu trữ 85.258 bản khắc kinh bằng gỗ kể từ năm 1398. Bộ kinh được biên soạn trong thời gian 15 năm, từ 1236 đến 1251.

Hàn quốc đã xếp bộ kinh này là bảo vật quốc gia vào năm 1962. Và đến năm 1995 Tổ chức Giáo dục, Khoa học và Văn hoá Liên Hiệp Quốc (UNESCO) đưa chùa Haein và kho lưu trữ của chùa vào danh sách Di sản Văn Hoá Thế giới.

Với việc tổ chức lễ hội, quận Hapcheon hy vọng sẽ tạo cơ hội cho chùa Haein có được uy tín là một điểm thu hút du lịch tại Đông Á.

Lễ hội sẽ diễn ra vào tháng 9 năm 2009 và kéo dài 45 ngày, với mục đích chính là tìm hiểu thêm về di sản của một trong những bản dịch cổ xưa nhất và phổ quát nhất bằng chữ Hán.

Các nhà tổ chức sẽ chia sẻ văn hoá Phật giáo Hàn quốc với thế giới qua một loạt các cuộc hội nghị học thuật và các cuộc triển lãm có chủ đề "Một Nghìn Năm Văn Minh và Trí tuệ cho Tương lai".

(The Korea Times - June 10, 2009)

A PHÚ HÃN: Di tích một Phật viện cổ tại Núi Cam (Orange Mountain)

Kabul, A Phú Hãn: Các nhà khảo cổ học đang đào tìm những bảo vật mới trên các ngọn đồi quanh thủ đô Kabul. Trên Núi Cam, một người A

Phú Hãn gốc Pháp chỉ huy một đội khảo cổ do nước Pháp tài trợ đã tìm thấy di tích của một tu viện Phật giáo có từ thế kỷ thứ 5.

Trên một tầng, họ phát hiện phần đôi bàn chân khổng lồ của tượng Đức Phật trên một bệ tượng. Chỉ tính chiều dài ngón chân cũng gần 20 cm.

Tại một nơi khác, đội đã tìm thấy những bảo tháp hoặc bệ thờ, chung quanh là di tích của những pho tượng được chạm khắc tỉ mỉ.

Những di tích như thế này có khắp nơi dưới lòng đất của A Phú Hãn. Nhưng do chiến tranh kéo dài nhiều năm nay nên những nhà khảo cổ chuyên nghiệp không dám đến đây.

Riêng đội khảo cổ trên Núi Cam có cảnh sát bảo vệ 24/24 giờ nên an ninh được bảo đảm.

(BBC News - June 10, 2009)



*Di tích đôi bàn chân của tượng Phật trên Núi Cam, Kabul (Pakistan)
Photo: BBC News*

PAKISTAN: Di sản văn hoá Pakistan sẽ triển lãm tại Paris, Pháp

Taxila, Pakistan: Chính phủ Pháp có kế hoạch tổ chức một cuộc triển lãm tại Paris vào năm 2010 để trưng bày tiềm năng văn hoá phong phú của Pakistan.

Để xem xét và tuyển chọn các tác phẩm điêu khắc của nền văn minh Phật giáo cổ đại, ông Quận đốc Viện Bảo Tàng Quốc gia Guimet (Paris) là Pierre Cambon và đại sứ Pháp tại Pakistan kiêm tùy viên Văn hoá & Giáo dục bậc Đại học là ông Pierre Muller cùng Giám đốc Dự án của cuộc triển lãm là Cô Susane đã đến thăm Viện bảo tàng Taxila vào ngày 09-6-2009.

Các viên chức này đã xem bộ danh tác gồm những tượng điêu khắc bằng đá được bảo quản tại Viện Bảo Tàng Taxila và vô số tác phẩm điêu khắc bằng đá của nền văn minh thung lũng Taxila và sông

Hằng, được cất giữ ở phòng bảo vật tại đây.

Các thành viên phái đoàn Pháp được cho biết rằng Viện bảo tàng Taxila phản ánh lịch sử và những thành tựu khác nhau của nhân dân Taxila trong suốt 4.000 năm qua, rằng bộ sưu tập đồ sộ những cổ vật đã khai quật với hơn 7.000 bảo vật được bảo tồn đang được trưng bày tại Viện.

Phái đoàn Pháp sau đó cũng sẽ viếng các Viện bảo tàng khác của Pakistan, nơi những tác phẩm điêu khắc Phật giáo đã được bảo tồn dành cho bộ sưu tập những danh tác trong suốt cuộc triển lãm.

(Dawn - June 11, 2009)



Tượng điêu khắc bằng đá tại Viện bảo tàng Taxila
Photo: File Photo World

ẤN ĐỘ: Đạo Phật sẽ thu hút du khách Ấn Độ đến Trung quốc

Kolkata, Ấn Độ: Thuyết trình về chủ đề 'Tại sao tham quan Trung quốc', Tổng Lãnh sự của Trung quốc tại Kolkata là ông Mao Siwei nói: Nepal là nơi Đức Phật tổ đản sinh và Ấn Độ là nơi Ngài nhập Niết bàn, nhưng Trung quốc lại là đất nước có nhiều Cảnh quan Phật giáo là Di sản Thế giới nhất.

Đạo Phật đóng một vai trò quan trọng trong nền văn hoá Trung quốc, và có 6 công trình kiến trúc lớn của Phật giáo tại đất nước này. Càng ngày càng có nhiều người Ấn Độ đến tham quan Trung quốc để được hiểu rõ hơn về sự đóng góp to lớn mà người Ấn và Hoa đã làm nên đối với sự truyền bá đạo Phật trên khắp thế giới.

Hiện nay tại Trung quốc đã có rất nhiều nhà hàng Ấn Độ được mở tại Bắc Kinh, Thượng Hải, Quảng Châu và nhiều thành phố khác.

Nguyên nhân đầu tiên mà người Ấn Độ muốn tham quan là nền văn minh cổ của Trung quốc, vốn hoàn toàn khác với văn minh cổ Ấn Độ. Từ thời cổ đại, Ấn Độ nổi tiếng về nền văn hoá của điện chùa bằng đá mái tròn, trong khi Trung quốc nổi bật về văn hoá lăng mộ qua các công trình tiêu biểu như đạo

quần bằng đất nung của Tần Thuỷ Hoàng. Điều này tạo cho Trung quốc đặc quyền sở hữu bảo tàng dưới lòng đất lớn nhất thế giới.

(The Hindu - June 14, 2009)

MÃ LAI Á: Đại Tịnh xá Brickfields giúp trẻ mồ côi Tích Lan

Có khoảng 400 trẻ mồ côi tản cư đến quận Vavuniya (cách thủ đô Colombo 254 km về phía bắc) do cuộc chiến giữa quân đội Tích Lan và lực lượng Những Con Hồ Tamil vừa kết thúc gần đây. Các em đang sống trong cảnh khổ cực do không có các đồ dùng thiết yếu.

Để giúp đỡ, Đại Tịnh xá Brickfields đang thực hiện một chương trình quyên tiền cho việc giáo dục và cung cấp vật dụng cho các trẻ em này.

Bước đầu, chương trình đã quyên góp được 30.000 Ringgit Mã Lai.

Thư trưởng Bộ Lãnh thổ Liên bang là ông Datuk M. Saravanan, người phát động dự án, cũng hứa rằng Bộ của ông sẽ đóng góp với số tiền là 10.000 Ringgit Mã Lai.

Thủ Toạ của Mã Lai là Đại Trưởng lão K.Sri Dhammaratana Nayaka nói: "Đây sẽ là một chương trình được tiến triển để lập ra những học bổng và những cơ hội học hành cho các trẻ này. Trẻ em Tích Lan đang cần được giúp đỡ, và qua dự án gây quỹ này, chúng tôi hy vọng mang lại cho các em niềm hy vọng nào đó và giúp các em bắt đầu một cuộc đời mới".

(The Star - June 15, 2009)

Cuộc tìm kiếm bức tượng Phật lớn thứ ba của nước A Phú Hãn

Bamiyan, A Phú Hãn: Nhà khảo cổ Zemaryalai Tarzi cùng với đội của ông đang tìm bức tượng Phật lớn thứ ba, dài 300 mét, mà họ tin rằng đang nằm dưới lòng đất.

Là Giám đốc Viện Khảo cổ A Phú Hãn vào thập niên 1970, ông Tarzi là người đã gia cố các lớp thép để bảo vệ 2 tượng Phật khổng lồ tại thị xã Bamiyan, nơi xưa kia Phật giáo có ảnh hưởng rất lớn. Nhưng đến năm 2001, ông đau buồn vô hạn vì hai bức tượng này đã bị quân Taliban phá huỷ.

Về nước sau 23 năm sống lưu vong, ông quyết tâm đưa những di sản quý báu khác ra ánh sáng.

Ông và đội khảo cổ gồm các sinh viên, các nhà khảo cổ và phục hồi bảo tàng đã khám phá và phục hồi nhiều tượng điêu khắc Phật giáo bằng đất sét. Họ cũng khai quật được nhiều đầu tượng Phật 1.500 năm tuổi.

Ông Tarzi hy vọng một ngày nào đó, những tượng này sẽ lấp đầy những phòng triển lãm của các viện bảo tàng vốn bị huỷ hoại và cướp bóc ở đất nước A Phú Hãn.

Bây giờ ông đang tìm bức tượng Phật khổng lồ thứ ba, dựa vào tài liệu của một người Trung quốc hành hương đến Bamiyan vào thế kỷ thứ 7.

Năm 2008, đội khảo cổ Tarzi đã tìm thấy một tượng Phật trong tư thế nằm có chiều dài 19 mét, nhỏ hơn nhiều so với tượng Phật Ngủ dài 300 mét mà ông đang quyết tìm ra. Dù sao đây cũng là một sự gợi mở đầy lôi cuốn về kết quả đang còn chờ phía trước, nếu cuộc tìm kiếm của ông thành công.

(ANI - June 16, 2009)

TRUNG QUỐC: Triển lãm Sách Cổ tại Bắc Kinh

Cuộc Triển lãm Sách Cổ được tổ chức miễn phí cho công chúng thường lãm từ ngày 14 - 6 đến 3 -7 2009 tại Thư viện Quốc gia ở Bắc Kinh, trưng bày khoảng 300 bản thảo quý hiếm.

Nổi bật là một cuốn sách được viết vào năm 399 trước Công nguyên, cũng là cuốn sách cổ nhất trong tất cả các sách triển lãm.

Lin Shitian, phó quản đốc Thư viện Quốc gia Trung quốc nói: Cuốn sách này phản ánh lịch sử của Phật giáo có khởi nguồn từ thưở xa xưa tại Các Hang động ở thành phố Đôn Hoàng (còn gọi là Các Hang động của Nghìn Vị Phật - tại tỉnh Cam Túc, Trung quốc), là nơi sách được đạo sĩ Wang Yuanlu (1949 - 1931) tìm thấy và tặng cho các quan chức địa phương.

Đây là cuộc Triển lãm Sách Cổ lớn nhất kể từ khi thành lập nước Cộng hoà Nhân dân Trung quốc. Gần 100 tổ chức trên khắp đất nước đã sưu tập được 300 cuốn sách quý hiếm. Các chuyên gia nói rằng trong số này có nhiều cuốn là bản duy nhất còn tồn tại và có tầm quan trọng về lịch sử.

(CCTV.com - June 16, 2009)



Đức Đạt Lai Lạt Ma sẽ thăm lại thành phố Bloomington, bang Indiana (Photo: The Indiana Star)

HOA KỲ: Đức Đạt Lai Lạt Ma sẽ trở lại thành phố Bloomington, bang Indiana

Theo thông tin từ người đại diện của Đức Đạt Lai Lạt Ma tại Hoa Kỳ thì Ngài sẽ trở lại Indiana vào tháng Năm năm 2010.

Lần viếng thăm Indiana gần đây nhất là vào tháng Mười năm 2007, khi ngài nói chuyện trước công chúng tại 2 thành phố Bloomington và West Lafayette.

Anh ruột của ngài là ông Thubten J. Norbu, một cựu Giáo sư của trường Đại Học Indiana và là người sáng lập một trung tâm văn hoá Phật giáo ở gần thành phố Bloomington. Ông từ trần vào mùa thu năm ngoái nhưng Đức Đạt Lai Lạt Ma không trở lại được để dự đám tang của ông.

Là vị lãnh tụ của Phật tử Tây Tạng trên khắp thế giới, các cuộc viếng thăm của Đức Đạt Lai Lạt Ma thu hút một lượng khán giả gồm cả Phật tử của những truyền thống khác.

Trong lần thăm Indiana gần đây nhất, Ngài đã thuyết pháp 12 giờ và diễn thuyết trước công chúng hai lần, mang lại cho nền kinh tế khu vực Bloomington 1 triệu đô la.

(The Indiana Star - June 19, 2009)



Tượng Liên Hoa Thủ Bồ Tát được tìm thấy tại Chaiya, tỉnh Surat Thani (Photo: Pichaya Svasti)



Bác Sĩ

ĐỖ CẢNH MINH, M.D.

14441 Brookhurst St., # 6, Garden Grove, CA 92843
(Góc Brookhurst & Hazard)

Điện thoại: **(714) 418-0488**



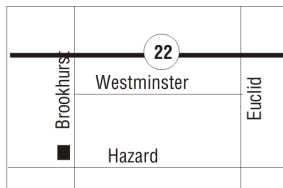
CHUYÊN TRỊ TẤT CẢ CÁC LOẠI BỆNH THẬN, CAO HUYẾT ÁP VÀ NỘI THƯƠNG TỔNG QUÁT

- Bệnh Nội Khoa Người Lớn và Trẻ Em
- Bệnh tiểu đường, bấu cổ và các bệnh đau nhức
- Bệnh tim, cao máu, cao mỡ và phổi
- Bệnh tiêu hóa, gan, túi mật, bao tử, ruột trĩ
- Bệnh thần kinh, nhức đầu kinh niên
- Bệnh dị ứng, sổ mũi, mề đay, suyễn
- Bệnh ngoài da, mụn trứng cá, mực cóc, lở ngứa
- Nhận làm bác sĩ gia đình
- Chích ngừa cho trẻ em và người lớn

ĐẢM TRÁCH LỘC MÁU TẠI CÁC TRUNG TÂM LỌC THẬN "DIALYSIS CENTER"

Nhận Medical / Caloptima
Medicare và bảo hiểm

Giờ làm việc:
Thứ Hai - Thứ Sáu: 9:30 am - 6 pm
Thứ Bảy: 9:30 am - 3:00 pm
Đóng cửa Thứ Năm và Chủ Nhật



NEWLAND Pharmacy

8401 Westminister Blvd., Westminister, CA 92683

Dược sĩ PHẠM KIỀU LIỄU

- Bán thuốc theo toa Bác sĩ
- Nhận Medicare, Medi-cal, Caloptima, MSI và các loại Bảo hiểm sức khỏe

Pharmacy Hours:

Mon - Fri: 10:00 am - 6:00 pm
Sat: 10:00 am - 4:00 pm

Tel: (714) 892-5372
Fax: (714) 893-1359



Bồ Đề

BUDDHIST SUPPLY & GIFT

Wu's Import & Export Corporation

1629 S. Del Mar Ave., San Gabriel, CA 91776
(trong tiệm Wu's Rosewood Furniture)
Mở cửa 10am - 7pm * Làm việc 7 ngày trong tuần

- Tượng Phật, Bồ-Tát khắc bằng đồng mạ vàng, đá quý, gỗ quý đàn hương, trầm hương
- Chuỗi Bồ-đề, Kim-cang, Mã-nã, Ngọc-thạch, Huyền, Kim-sa, Trân-châu, Bạch-ngọc, Trai, Bồ-đề Minh-nguyệt, Dạ-quang, Trầm-hương v.v...
- Chuông mõ lớn nhỏ đủ size, các loại Khánh dẫn lễ, Chuông đồng Nhật-bổn.
- Tràng-phan đủ size, nhang đèn cúng Phật, áo tràng, áo vạt khách màu lam, mền Đà-la-ni v.v...
- Có nhận làm đèn Dược Sư, Đại Hồng Chung, tượng Phật thờ theo yêu cầu của quý vị.

TRUNG TÂM VĂN HÓA PHẬT GIÁO CHUYÊN PHÁT HÀNH PHẬT TƯỢNG VÀ CÁC LOẠI TẶNG PHẨM, LỄ PHẨM PHẬT GIÁO

Ngoài ra chúng tôi có giá đặc biệt cho quý Thầy, Sư Cô và quý Chùa

(Tiếng Việt) Cô A-PHÓN **(626) 280-2598**

FAX: **(626) 286-4732**



DONGNAI PHARMACY

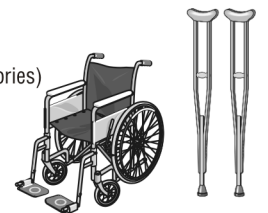
CÔNG TY CUNG CẤP DƯỢC PHẨM VÀ DỤNG CỤ Y KHOA
9081 Bolsa Ave., Suite # 108, Westminister, California
(gần tiệm Hòa Bình Food To Go trong khu Guaranty Bank of America)

Tel: (714) 379-5072 * Fax: (714) 379-5074

DƯỢC SĨ TRẦN ĐỨC HIẾU & DƯỢC SĨ TRẦN THỊ LƯU ÁI

BÁN VÀ CHO THUÊ CÁC DỤNG CỤ Y KHOA:

- XE LĂN - NẠNG CHỐNG - NẠNG TẬP ĐI (Walker)
- GIƯỜNG BỆNH VIỆN và CÁC ĐỒ DÙNG PHỤ THUỘC (Hospital Bed và accessories)
- DỤNG CỤ AN TOÀN TRONG PHÒNG TẮM (Bathroom Safety Products)
- CÁC LOẠI MÁY ĐO ĐƯỜNG TRONG MÁU (Blood Glucose Monitor)
- MÁY ĐO HUYẾT ÁP (Blood Pressure Monitor)



CUNG CẤP ĐẦY ĐỦ:

- CÁC LOẠI DƯỢC PHẨM BÁN THEO TOA (Prescription Drugs) HAY BÁN TỰ DO (OTC Drugs)
- CÁC LOẠI SẢN PHẨM NUÔI DƯỠNG BỆNH NHÂN QUA ỨNG CHUYỂN VÀO RUỘT HAY CHUYỂN VÀO MÁU (Enteral và parental Nutrition products)
- CÁC VẬT DỤNG DÀNH CHO BỆNH NHÂN TIỂU TIỆN BẤT THƯỜNG (Incontinence products)
- CÁC VẬT DỤNG DÀNH RIÊNG CHO BỆNH NHÂN GIẢI PHẪU LỖ THÔNG QUA THÀNH BỤNG (Ostomy products) TÚI DẪN LỖ THÔNG ĐẠI TRÀNG (Colostomy products)

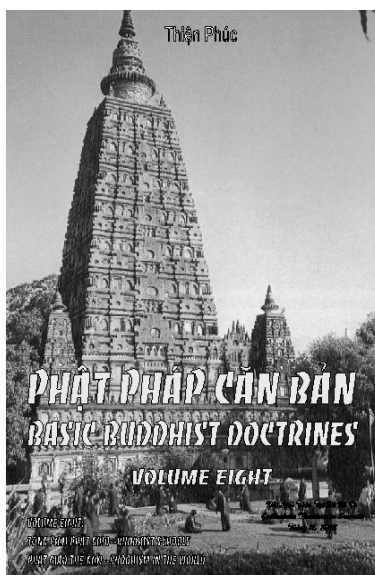
SẢN PHẨM TỐT - AN CẢM - TẬN TÂM - NHANH CHÓNG

NHẬN MEDICAL, MEDICARE, CÁC LOẠI BẢO HIỂM AETNA, ALTARX, BLUE CROSS, BLUE SHIELD, CARE MARK, CIGNA, COMPLETE, DIVERSIFIED, EXPRESS SCRIPTS, FOUNDATION, GEHA, HEALTHNET, MET LIFE, PACIFICARE, PAID, PCS, PCN, PERFORM, PERCARE, RESTAT, RX NET, SCRIPCARD, TRAVELER, VALUE RX

Giờ mở cửa:

Thứ Hai - Thứ Sáu: 10:00 AM - 6:00 PM
Thứ Bảy: 10:00 AM - 3:00 PM





Quý vị nào muốn thỉnh bộ **Phật Pháp Căn Bản** của Thiện Phúc, xin liên lạc **Chùa Liên Hoa (714) 636-7725**, hoặc **Chùa Bát Nhã (714) 571-0473**

Voted #1 Vegetarian Restaurant in OC 2006-2009

**Đồ
Đề
Tĩnh
Tâm
Chay**



Vietnamese Vegetarian Restaurant
**AUTHENTIC VEGETARIAN
VEGAN ENTREES**

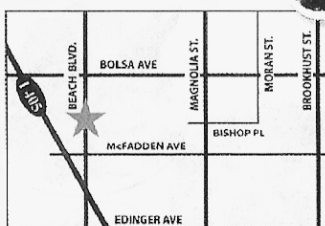
We use all FRESH ingredients!

CATERING & PRIVATE PARTIES
(Call for Details)



15352 Beach Blvd
Westminster, CA 92683
714.891.4455

Mon-Thurs 9am-9pm • Fri-Sun 9am-10pm



For comments about our restaurant go to www.happycow.net or www.yelp.com

TAKE-OUT ONLY

10% OFF
ENTIRE BILL

Only valid at 15352 Beach Blvd, Westminster
With coupon. Not valid with any other offers. Exp 9/30/09

DINE-IN ONLY

20% OFF
ENTIRE BILL

Only valid at 15352 Beach Blvd, Westminster
With coupon. Not valid with any other offers. Exp 9/30/09



PIANO LESSONS

**& GUITAR, VIOLIN, VOICE... Etc. LESSONS
TẠI SAO NÊN CHỌN HỌC Ở ĐÂY?**

- Dạy từng nhóm hay từng cá nhân
- Đủ lứa tuổi, đủ trình độ
- Điều hành bởi
Giáo Sư Dr. BOB RIOS, Ph.D.
Tốt nghiệp USC, Cựu Hội trưởng MTAC,
Giám khảo và Trưởng ban điều hành
các kỳ thi tiểu bang. Đã từng phục vụ
tại Little Saigon trên 30 năm với nhiều
học viên từng thắng giải tiểu bang & toàn quốc.
- Dạy Lý thuyết, Sáng tác và
Trình diễn cho các kỳ thi.

**Đặc biệt
Mùa Hè**
(for new student only)
\$99/ 6 weekly
lessons
Free học liệu
Free lệ phí ghi danh
Có giá trị từ 6/28/09
đến 8/28/09
Register now & save

THE PIANO PLACE

Xin gọi cô Thủy **(714) 899-4823**

14441 Beach Blvd., #100, Westminster, CA 92683 (gần góc Hazard)

Realty-Plus

Real Estate isn't just about property, it's about people

**PAULINE TA
KEVIN D. TA**
R. E. Broker

Tel.: **(626) 523-2774**
(714) 369-8047
Fax: **(626) 609-2353**



2720 River Ave., # 206
Rosemead, CA 91770
Email: kevindta@yahoo.com
www.LOANFACTORYinc.com



HỆ THỐNG NHÀ HÀNG

Hương Giang



HƯƠNG-GIANG Restaurant

14564 Brookhurst St.,
Westminster, CA 92683

Tel.: (714) 531-4930

www.huonggiangfoodtogo.com

Open 7 days: 8:00 AM - 8:00 PM



HƯƠNG-GIANG Food To Go

14564 Brookhurst St.,
Garden Grove, CA 92843

Tel.: (714) 531-1798

www.huonggiangfoodtogo.com

Open 7 days: 7:00 AM - 7:00 PM



HƯƠNG-VỸ Restaurant

9372 Westminster Blvd.,
Westminster, CA 92683

Tel.: (714) 379-0900

Open 6 days: 9:00 AM - 10:00 PM

Closed Tuesday

ỦNG HỘ CÔNG TÁC
TÌNH THƯƠNG CỦA
NHÓM PHƯỢNG VỸ
Mrs. Nguyễn Bích Nga
(Cựu nữ sinh Đồng Khánh)

NHẬN ĐẶT TIỆC

THANH SƠN đậu hủ ngon ghê
Em ơi đi chợ nhớ về đừng quên

THANH SƠN TOFU LÒ ĐẬU HỦ

Chuyên sản xuất, bán sỉ, lẻ:
Đậu hủ trắng, chiên, đậu hủ đường gừng
và sữa đậu nành nóng hàng ngày.

ĐẶC BIỆT:

Bánh cuốn tráng tay và các món ăn chay,
Rau, Trái cây tươi ngon

THANH SƠN TOFU
9688 Westminster Ave.
Garden Grove, CA 92844
Tel.: (714) 534-2100

FULL BODY MASSAGE

GOLDENWEST SPA

14600 Goldenwest #102, Westminster, CA 92683
(next to railroad Trask / Hazard)

(714) 899-2088 Website: Aaspaplus.com

\$60/Hr - \$40/1/2Hr - \$50/45 minutes

FOOT MASSAGE \$20/Hr & FACIAL \$20 up/Hr

* Cạo gió, giác hơi theo kiểu Việt Nam \$20.00
* Xâm: Mắt, Môi, Lông Mày \$100

* Nối Lông Mi \$70.00 up

* Nhận sửa chữa xâm những nơi đã
bị làm hư của các bạn

* Nhận Training Skin Care chọn từng lớp or học tất cả

* Lớp Waxing \$100

* Lớp Uốn Lông Mi \$100

* Lớp Nối Lông Mi \$150

* Lớp sử dụng máy mài da \$200

* Lớp sử dụng máy căng da mặt, trị nám, tan mỡ \$150

KHÔNG DẤU NGHỀ

* Lớp sử dụng máy 8 functions: trị mụn,
các loại Mask, waxing \$400

* Lớp Advanced: Sử dụng máy mài da,
căng da mặt, trị nám, Acid peel \$400

* Luyện thi lý thuyết State Board cho người
yếu tiếng Anh - BẢO ĐẢM THI ĐẬU

* Lớp luyện thi National Board Massage
(Bảo đảm thi đậu) \$600

Xin liên lạc: Annie (714) 269-4452

Cần thợ Massage, làm trong không khí gia đình, phải có bằng

SỰ THÀNH CÔNG CỦA CÁC BẠN LÀ MỤC ĐÍCH CỦA CHÚNG TÔI



BUỔI CỜ CHAY GIEO DUYÊN

CÙNG DƯỜNG

**NGÀY HIỆP KÝ LỊCH ĐẠI CHỦ VỊ TỔ SƯ &
ĐẠI HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT LIÊN CHÂU**

Tổ chức tại Monchéri

3150 W. Lincoln Ave. Suite 134, Anaheim, CA 92801

Vào lúc 5 giờ chiều Chủ Nhật ngày 16 tháng 8 năm 2009



Nhạc Hội Tân, Cổ, Cải Lương ...

Với sự góp mặt của các ca nghệ sĩ :

Phượng Liên, Phương Hồng Quế, Chí Tâm, Ngọc Minh, Mai Vy,
Kim Liên, Quang Thành, Đức Thịnh, Hoàng Hải, Kiệt Kỳ An.

MC : Hồng Vân

Ban nhạc : Chân Quê - Cổ nhạc : Hoàng Phúc

Đặc biệt : Trình diễn Fashion Show Áo Dài Việt Nam

Giá Vé Đồng Hạng : \$30. Vé Bảo Trợ : \$50.

Liên lạc mua vé tại :

Chùa Bát Nhã : (714) 571-0473

Tu Viện An Lạc : (805) 659-9845 / (805) 816-8799

Sư Cô Diệu Tánh : (562) 508-2519 / (714) 467-6135





CHÁNH PHÁP

Địa chỉ liên lạc:
803 S. Sullivan St.
Santa Ana, CA 92704 – U.S.A.

hoặc

P.O. Box 1059
Garden Grove, CA 92842 — U.S.A.
(714) 395-4918

Chủ nhiệm: HT. Thích Nguyên Trí

Chủ bút: Vinh Hào

Tổng Thư ký: Trí Thế

Trị sự: Quảng Hải

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

LIÊN LẠC:

- Bài vở: baivochanhphap@gmail.com
- Quảng cáo/Phát hành: (714) 400-2664
- Chi phiếu ủng hộ: xin ghi "CHANH PHAP" và gửi về một trong hai địa chỉ trên.

Trải hơn 25 thế kỷ, Chánh Pháp của Phật vẫn được tuyên dương và lưu truyền bởi hàng đệ tử xuất gia lẫn tại gia, đem lại giải thoát và giác ngộ cho những ai hữu duyên trong cả thế giới của trời và người. Chánh Pháp ấy là thuốc hay, nhưng bệnh mà không uống thì chẳng phải là lỗi của thuốc. Trong kinh Di Giáo, đức Phật cũng ân cần huấn thị lần chót bằng những lời cảm động như sau: "*Thế hiện lòng đại bi, Như Lai đã nói Chánh Pháp ích lợi một cách cứu cánh. Các thầy chỉ còn nỗ lực mà thực hành... Hãy tự cố gắng một cách thường trực, tinh tiến mà tu tập, đừng để đời mình sẽ 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, mỗi người sẽ tùy theo căn tánh và nhân duyên mà tiếp nhận hương vị.

www.chanhphap.net

Mortgage Relief Law Center



Văn Phòng Luật Sư
BRIAN J. COLOMBANA



4748 El Cajon Blvd. (Góc Euclid) ♦ San Diego, CA 92115

www.anbinhdichvu.com

(619) 281-6076

PHAN TRUNG KIẾN
888-262-4641

CHUYÊN LO VỀ: Loan Modification & Forensic Loan Audit

NẾU QUÝ VỊ NẪM TRONG TÌNH TRẠNG SAU ĐÂY

- ▶ Đã trễ tiền nhà những tháng vừa qua và nguy cơ mất nhà trong một ngày không xa.
- ▶ Đang bị thất nghiệp hay gặp khó khăn về tài chính.
- ▶ Giá trị căn nhà của Quý Vị thấp hơn món nợ khổng lồ mà Quý Vị hiện tại đang cố hoặc các món nợ ARM, NEG, ARM sắp đáo hạn.

Hãy gọi PHAN TRUNG KIẾN hôm nay Để Được Giúp Đỡ:
(619) 281-6076

- Giảm tiền lãi và tiền nhà hàng tháng.
- Kéo dài thêm thời hạn, ngăn chặn nhà bị tịch thu
- Sửa lại nợ mới 5 yrs, 30 yrs hoặc 40 yrs fixed để phù hợp khả năng tài chính.
- Giảm tiền nợ xuống bằng giá thị trường hoặc thấp hơn tùy theo nhà Bank.

Mọi Tham Khảo
đều miễn phí

LẤY THÀNH TÍN & QUYỀN LỢI CỦA THÂN CHỦ
LÀM PHƯƠNG CHÂM PHỤC VỤ KỂ TỪ NĂM 1988.

Làm việc trên khắp
50 tiểu bang
Hoa Kỳ



INSURANCE AGENCY, INC.

AUTO REGISTRATION

www.pnainsurance.com
Lic # 0738009 - OE72688

(619) 281-6666

4748 El Cajon Blvd., San Diego, CA 92115
(Góc Euclid & El Cajon Blvd)

AUTO - HOME - HEALTH - LIFE - BUSINESS - DISABILITY

- ▶ Bằng lái ngoại quốc hay bằng viết - OK. Hoặc chưa lấy được bằng.
- ▶ Không từ chối bất cứ trường hợp nào. Cấp ngay Policy & SR22 tại PNA.
- ▶ Giá hạ bất ngờ cho các xe cẩu, towing truck, xe bán cà-rem, catering truck.
- ▶ Giá discount cho những xe làm thương mại.
- ▶ Đặc Biệt: Phan Trung Kiên nhận bảo hiểm nhân thọ trên khắp 50 tiểu bang Hoa Kỳ không cần khám bệnh hoặc đã bị các công ty khác từ chối.

PNA AUTO REGISTRATION

- ▶ Nhận sang tên xe lấy ngay sticker tại chỗ
- ▶ Nhận xe từ các tiểu bang khác đến California
- ▶ Đổi bằng số xe khỏi xếp hàng chờ đợi v.v..

GIỜ LÀM VIỆC:
Mon - Fri: 9:00 AM - 6:00 PM
Sat: 10:00 AM - 2:00 PM

(619) 281-6666

CHÁNH PHÁP

P.O. Box 1059
Garden Grove, CA 92842 — U.S.A.

TO: _____

Báo Chánh Pháp Số 4, tháng 8 năm 2009, do Tổ Đình Từ Đàm Hải Ngoại (Dallas, Texas) ủng hộ ấn phí. Tòa soạn xin thành tâm cảm tạ. Kính nguyện quý bốn tự và chư phật-tử luôn được hưng long, an lạc để hoằng truyền và hộ trì Phật Pháp.