

ĐÀO ĐỨC - THIỀN ĐỊNH - TRÍ TUỆ



ĐÀO PHẬT

ngày nay.

TẬP 20 (8/2012)

Những tấm lòng Bồ-tát
Tr. 20

Mộc bản Chùa Vĩnh Nghiêm đã bước ra thế giới

Tr. 46

Niệm Phật trong tạp niệm
Tr. 25

Giới hạn của đồng tiền
Tr. 27

Tổng quan Phật giáo Tây Tạng
Tr. 36

Tiêu diệt "stress" bằng triết lý nhẫn

Tr. 58

Luận bàn danh xưng Phật tử
Tr. 60

Giữ gìn của chung
Tr. 74

Họa & Phúc
Tr. 48

Nghệ sĩ Lê Thúy với đạo Phật
Tr. 8

NXB PHƯƠNG ĐÔNG



Giá: 26.000đ



ĐẠO PHẬT NGÀY NAY tập 21 xuất bản vào tháng 9/2012 - Bạn có thể đặt mua ĐẠO PHẬT NGÀY NAY tại các quầy phát hành báo chí, kinh sách Phật giáo trên cả nước hay chỉ cần gọi số: ĐT: (08) 2212 2844 - 3833 7188 hoặc email về địa chỉ: quangcao.dpnn@gmail.com, Ấn phẩm ĐẠO PHẬT NGÀY NAY sẽ đến tay bạn theo đường nhanh nhất.

BÊN TÁCH TRÀ

3 Làm mới - Thích Đồng Tâm

SUY NGHIỆM LỜI PHẬT

4 Kinh Pháp Cú - TT. Thích Nhật Từ dịch

5 Người Phật tử làm giàu với 5 mục tiêu... - Quảng Tánh

PHẬT GIÁO CHO NGƯỜI BẮT ĐẦU

6 Khởi nguyên của thế giới - Ngộ Thành dịch

VÌ SAO TÔI THEO ĐẠO PHẬT

8 Nghệ sĩ Lê Thúy với đạo Phật - Giác Hạnh Nguyên thực hiện

PHẬT GIÁO & TUỔI TRẺ

10 Một bộ phận giới trẻ rồi sẽ đi về đâu? - Thích Tuệ Minh

PHẬT GIÁO & GIA ĐÌNH

13 Xây dựng hạnh phúc gia đình trên tinh thần lục hòa - HT. Thích Thắng Hoan

18 Phải làm gì nếu anh ấy không chịu sửa sai? - Đăng Lan

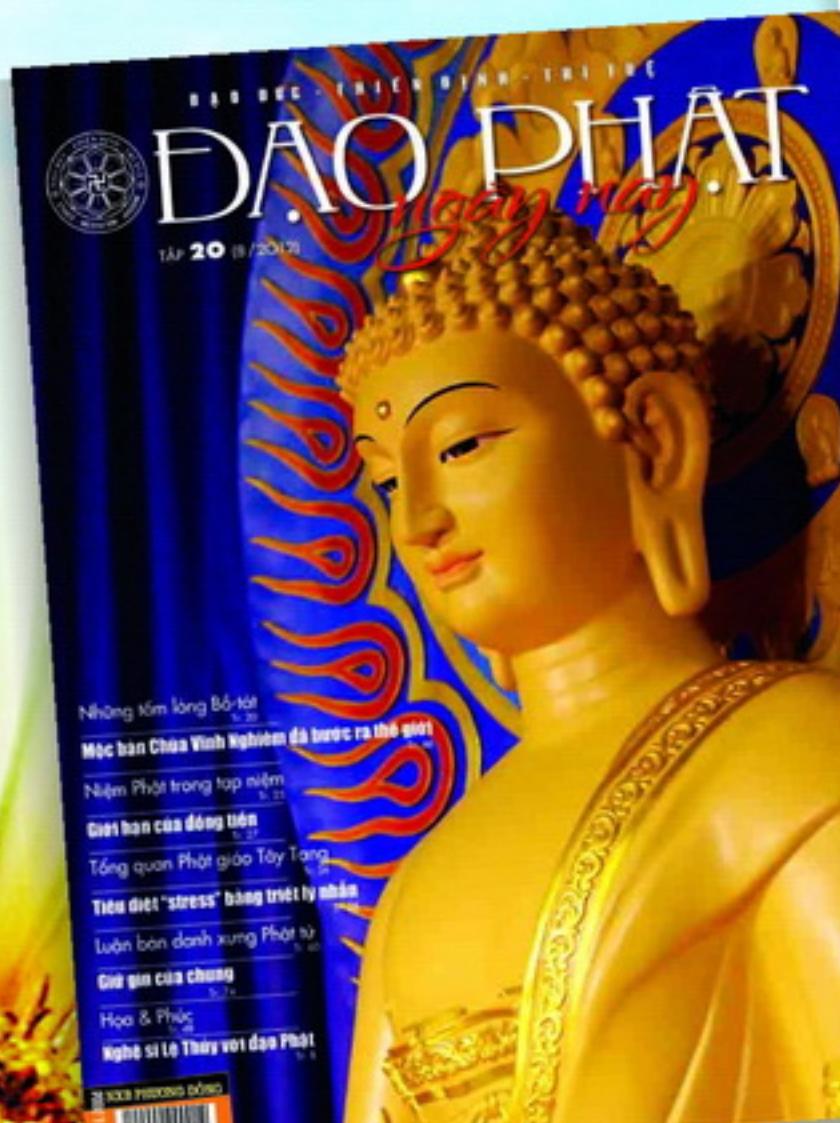
PHẬT GIÁO & CUỘC SỐNG

20 Những tấm lòng Bồ-tát - Minh Mẫn

22 Giá trị của thành thật - Phong Trần Trúc Giác

Bìa: Phật Thích Ca

Ảnh: Sưu tầm



ĐẠO DỨC - THIỀN ĐỊNH - TRÍ TUỆ ĐẠO PHẬT *ngày nay*

TẬP 20 (8/2012)

CỐ VĂN

HT. Tiến sĩ Thích Trí Quang

CHỦ BIÊN

TT. Tiến sĩ Thích Nhật Từ

PHÓ CHỦ BIÊN

ĐĐ. Thạc sĩ Thích Minh Nhã

ĐĐ. Thích Thông Đạo

BIÊN SOẠN

ĐĐ. Thích Phước Huệ

ĐĐ. Thích Chiếu Tuệ

THIẾT KẾ MỸ THUẬT

Vô Trí Sĩ

Giác Hạnh Nguyên

BIÊN TẬP ẢNH

ĐĐ. Thích Chí Giác Thông

PHỤ TRÁCH IN ẤN

ĐĐ. Thích Quảng Tâm

SỬA BẢN IN

Sư cô Tâm Minh

EMAIL GỬI BÀI

guibai.dpnn@gmail.com

EMAIL CẢM NHẬN VÀ CHIA SẺ

docgia.dpnn@gmail.com

QUẢNG CÁO & PHÁT HÀNH

ĐT: (08) 2211 0943

Email: quangcao.dpnn@gmail.com

ÃN TỔNG KINH SÁCH

Sư cô Diệu Huệ - Chùa Giác Ngộ

ĐT: (08) 2212 2844

PHÒNG KINH DOANH

ĐT: (08) 2219 5250, 3839 4121



TRONG TẬP NÀY

TỊNH ĐỘ NHÂN GIAN

25 Niệm Phật trong tạp niệm - Thích Phổ Huân

PHÁP ÂM

27 Giới hạn của đồng tiền - TT. Thích Nhật Từ

PHẬT GIÁO QUANH TÀ

32 7 kỳ quan Phật giáo thế giới (tiếp theo)
- Ngộ Phương dịch

36 Tổng quan Phật giáo Tây Tạng - Lê Minh Hưng

41 Thông tin PGTG - Hải Hạnh lược dịch

PHẬT GIÁO VIỆT NAM

43 Độc đáo mộc bản Chùa Bồ Đề- Kim Sa

44 Mộc bản Chùa Vĩnh Nghiêm đã bước ra thế giới
- Nguyễn Đào

46 Bức tượng cổ bậc nhất... - Minh Ninh

PHẬT HỌC ỨNG DỤNG

48 Họa và Phúc - TT. Thích Trí Siêu

51 Ngôi nhà ống có bốn chiếc cửa - Nguyễn Hữu Quý

MÁI ẤM GIA ĐÌNH

54 Giúp chồng vượt qua thói gia trưởng
- TT. Thích Nhật Từ

TÂM LÝ HỌC PHẬT GIÁO

57 Nghệ thuật vượt qua chướng ngại
- Lưu Đình Long

58 Tiêu diệt "stress" bằng triết lý nhẫn
- Diệu Hồng

VĂN HÓA PHẬT GIÁO

60 Luận bàn danh xưng Phật tử
- Phong Trần Khánh

PHẬT GIÁO & DOANH NGHIỆP

62 Họp là để chia sẻ & thấy nhau - TG. Minh Thạnh

VĂN HỌC

64 Văn học Việt Nam với PG - Đức Ngôn

66 Trạng nguyên Huyền Quang & nỗi oan thiền sư
- Diệu Hồng

68 Ưng dụng tự tại... - Đinh Công Tôn

SÁNG TÁC

69 Mua một niềm vui - Phước Tâm dịch

70 Cây cung tàn nhẫn - Nhã Tịnh dịch

71 Thơ

TRUYỆN NGẮN

72 Một ngày làm vợ - Đặng Trung Thành

LỐI SỐNG

74 Giữ gìn của chung - Nhật Nguyệt

THIỀN

76 Không & tướng - Khánh Yên dịch

DINH DƯỠNG CHAY

79 Ăn chay có phạm tội sát sinh không
& cỏ cây có linh hồn không? - Tâm Diệu

82 Cá có biết đau không? - Tâm Linh

SỨC KHỎE

83 Để ung thư không còn đáng sợ nữa
- Quan Văn Hùng

86 Vitamin & những điều cần biết (kỳ II) - Vũ Thụy

CẢM NHẬN

88 Ước mơ của mẹ - Nguyễn Thanh Vũ

Ngày con thơ bé, mỗi lần con vô tình hay cố ý gây ra lâm lỗi hoặc làm tổn thương ai đó, mẹ dạy con phải xin lỗi. Ai mà chẳng một lần lâm lỗi, vấp ngã phải không Mẹ? Chính vì thế mà Thầy có dạy rằng:

"Mỗi lần ngã là mỗi lần đứng dậy.

Để trưởng thành để cuộc đời nhường một bước đi lên" (1)

Con phải xin lỗi để người kia có thể trao lại nụ cười cho con. Con phải xin lỗi để con ghi nhớ con đã làm cho ai đó tổn thương. Con phải xin lỗi để con không bao giờ lặp lại lỗi lầm ấy, để không phải nhìn thấy đôi mắt người ấy vụn vỡ, để trái tim người ấy không phải thêm một lần ngắn lẻ vì con!

Có những lần con cãi lời ba, những hôm con bỏ đi rong chơi làm buồn lòng mẹ. Những lần trốn học để thầy cô phải phiền lòng và cả những trò đùa, những cư xử vụng về khiến cô bạn cùng lớp của con phải khóc... Không biết đã bao nhiêu lần con gây ra lâm lỗi và cũng không biết bao lần con ngượng ngịu thốt hai chữ xin lỗi ấy từ môi.

Ngày hôm nay con muốn xin lỗi một người mà chưa bao giờ con xin lỗi! Xin lỗi chính mình!

Trước hết con muốn xin lỗi thân thể con! Con đã được học rằng thân thể của con là gia tài quý báu mà ba mẹ, ông bà tổ tiên đã trao truyền cho con qua bao nhiêu thế hệ. Trong thân thể này con là biểu hiện sinh động của một thực tại mầu nhiệm tuôn chảy qua nghìn trùng thời gian và không gian. Sự biểu hiện của con là sự biểu hiện và thay đổi của sự sống vũ trụ dù là nhỏ nhiệm nhất đang chuyển vận hằng giờ, hằng phút giây tinh tại. Nhìn sâu vào thân thể con, con có thể thấy cả một thế hệ, một quá khứ hào hùng, gian truân, oanh liệt. Bao lớp tiền nhân, liệt vị tổ tiên hùng thiêng sông núi đả bỏ máu xương cuộc đời mình cho sỏi đá đom bông, cho bình minh cất tiếng hát hòa bình và cho một tương lai của đất nước phát triển giống nòi vươn lên cùng hoàn vũ. Con cũng đã quên rằng thân thể con cũng chính là "đèn thờ tâm linh" (2) của linh hồn nhân loại!



Làm mới

● Thích Đồng Tâm

Thân thể của con là sự tiếp nối của quá khứ và cũng chính là sự truyền trao cho đến tận mai sau. Ấy vậy mà con đã không biết trân quý thân thể mình! Con làm tổn hại thân thể con bằng những thức ăn không lành mạnh. Con đưa vào cơ thể mình những độc tố ẩn dưới lớp bọc giả tạo của giải trí và thú vui để rồi chính con làm suy kiệt sức khỏe mình, làm thân thể mình gầy gò ốm yếu. Và cũng có lúc con ngược đãi với chính thân thể mình bằng những thói quen, cách hành xử thiếu chánh niệm. Con bắt đôi mắt của con phải làm việc quá nhiều với sách báo, phim ảnh, Internet. Con thở hổn hển như bóp chặt trái tim con, con chẳng bao giờ biết dừng lại thở nhẹ, mỉm cười để cho thân thể con được nghỉ ngơi, được trở về với trạng thái tĩnh lặng...

Thân thể của ta oi, ta xin lỗi em! Ta hứa với em có Bụt trên đầu rằng ta sẽ cố gắng tinh thức chánh niệm trong tiêu thụ. Ta sẽ chăm sóc cho em như chăm sóc nhà của Bụt vậy!

Sau cùng con muốn xin lỗi tâm của con. Tâm của con là một mảnh đất màu mỡ chưa bao nhiêu là hạt giống tốt đẹp có ích cho đời, bao điều mầu nhiệm và bao điều tươi mới thơm trong. Hạnh phúc hay đau khổ của con cũng từ mảnh đất tâm này mà phát sinh ra tất cả. Trong tâm của con có Bụt, có mẹ thương yêu, có bình an thơ bé và hạnh phúc bất tận từ suối nguồn của ánh sáng hiểu biết, có điểm tựa nương mát mẻ ngàn đời có mặt cho con. Trong tâm con có gia tài của Bụt.

Con là con của Bụt nhưng con chưa làm cho biểu hiện được tính Bụt trong tâm mình. Con bị trấn ngự bởi những mơ mộng về những viễn cảnh xa xôi, những ảo tưởng về một thứ hạnh phúc hời hợt của kiếp đời cùng tử chẳng chịu nhận biết mình giàu có. Con lo lắng lảng xăng và ghì chặt mọi thứ cho riêng mình như đứa trẻ thơ cầm chặt chiếc nón lá của mẹ vì sợ hãi ai đó sẽ bắt mẹ đi mất. Con hờn giận, con phản kháng lại với bất kỳ ai mà con nghĩ họ sẽ làm hại, làm tổn thương mình. Khi tất cả những thứ con vun đắp, chặt chiu vỡ vụn như lâu đài cát, tâm con lại chìm đắm trong khổ đau, dằn vặt trong oán trách. Con chưa biết lắng nghe tâm con, xoa dịu và chuyển hóa những nỗi khổ niềm đau của chính mình.

Là học trò của thầy, là con của Bụt, con phải biết trở về mà thừa tự gia tài của thầy của Bụt. Đó là tình thương và đó là sự hiểu biết.

Con xin lỗi chính con và con cũng xin lỗi Bụt trong con. Con đã về bên Bụt, con đã tới bên mái nhà xưa! Hạnh phúc khi Bụt mỉm cười với con và nắm tay con dạo chơi qua miền Tịnh Độ trên từng bước chân thành thoi, an lạc. Nắm bàn tay Bụt trong tay, con thầm hát:

"Chẳng biết rong chơi miền Tịnh Độ
Làm người một kiếp cũng như
không..."

Mình cùng đi chơi với Bụt, thầy nhé! ■

(1) Thiền ngữ của HT. Thích Nhất Hạnh

(2) HT. Thích Nhất Hạnh, <http://langmai.org/tang-kinh-cac/bai-viet/than-the-la-den-tho-tam-linh>



KINH PHÁP CÚ

XVI: Phẩm hỷ lạc

● TT. Thích Nhật Từ dịch

209. Cố đeo đuổi điêu nê xa lánh
Việc đáng theo lại tránh không làm.
Bỏ mục tiêu, vướng ái tham
Nô nào ganh ghét người ham tu hành?!

210. Chớ gần gũi người thương quá đỗi
Đừng gần người bực bội, ghét mình
Thương không gấp, khổ muôn phần
Tiếp duyên kẻ ghét ngút ngàn khổ đau.

211. Hiểu được thế, chớ yêu chớ nhở
Yêu xa nhau, đau khổ biệt ly
Vãy chào yêu ghét, sầu bi
Cắt dây trói buộc, còn gì sướng hơn!

212. Gốc tham ái sanh ra đau khổ
Tạo sầu bi, lo sợ ngã nhân
Ai trừ tham ái khỏi tâm
Xa lìa sợ hãi, không còn sầu bi.

213. Gốc luyến ái sanh ra đau khổ
Tạo sầu bi, lo sợ ngã nhân
Ai trừ luyến ái khỏi tâm
Xa lìa sợ hãi, không còn sầu bi.

214. Gốc hỷ ái sanh ra đau khổ
Tạo sầu bi, lo sợ ngã nhân
Ai trừ hỷ ái khỏi tâm
Xa lìa sợ hãi, không còn sầu bi.

215. Gốc dục ái sanh ra đau khổ
Tạo sầu bi, lo sợ ngã nhân
Ai trừ dục ái khỏi tâm
Xa lìa sợ hãi, không còn sầu bi.

216. Gốc khát ái sanh ra đau khổ
Tạo sầu bi, lo sợ ngã nhân
Ai trừ khát ái khỏi tâm
Xa lìa sợ hãi, không còn sầu bi.

217. Người giới đức, tuệ tri đầy đủ
Nương pháp lành, chứng ngộ lý chân
Làm xong những việc phải làm
Mọi người kính nể mười phân vẹn mười.

218. Niết-bàn chứng ly ngôn tông chỉ
Quả tam hiền, tuệ trí viên thông
Lìa dục lạc, tịnh cõi lòng
Bậc chân nhân đó ngược dòng thế gian.

219. Như lữ khách biệt tăm, xa vắng
Nay trở về lành lẹn, bình an
Bạn bè, thân quyến hân hoan
Chúc mừng sum họp, xóm làng chia vui.

220. Cũng như thế, với người làm thiện
Bao đời qua cho đến đời nay,
Quả lành chào đón hai tay
Chúc mừng hạnh phúc, khó ai được bằng!



● Quảng Tánh

NGƯỜI PHẬT TỬ LÀM GIÀU với năm mục tiêu cao thượng

Một thời Thế Tôn trú ở Sàvatthi, tại khu vự ờ n ô n g Anàthapindika. Rồi gia chủ Anàthapindika đi đến, sau khi đánh lễ và ngồi xuống một bên. Thế Tôn nói với gia chủ Anàthapindika.

Này gia chủ, có năm lý do để gây dựng tài sản. Thế nào là năm?

Ở đây, này gia chủ, vị Thánh đệ tử được tài sản nhờ nỗ lực tinh tấn, thâu góp với sức mạnh của bàn tay, kiêm được do đỗ mồ hôi, thâu được một cách hợp pháp. Tự mình làm an lạc, hoan hỷ; làm cho cha mẹ, vợ con, người phục vụ, người làm công được an lạc, hoan hỷ. Đây là lý do thứ nhất để gây dựng tài sản.

Lại nữa, này gia chủ, vị Thánh đệ tử được tài sản nhờ nỗ lực tinh tấn, thâu góp với sức mạnh của bàn tay, kiêm được do đỗ mồ hôi, thâu được một cách hợp pháp. Vị này làm cho bạn bè, thân hữu an lạc, hoan hỷ. Đây là lý do thứ hai để gây dựng tài sản.

Này gia chủ, vị Thánh đệ tử được tài sản nhờ nỗ lực tinh tấn, thâu góp với sức mạnh của bàn tay, kiêm được do đỗ mồ hôi, thâu được một cách hợp pháp. Các tai họa để trở thành trăng tay bị chặn đứng và vị ấy giữ tài sản được an toàn cho vị ấy. Đây là lý do thứ ba để gây dựng tài sản.

Lại nữa, này gia chủ, vị Thánh đệ tử được tài sản nhờ nỗ lực tinh tấn, thâu góp với sức mạnh của bàn tay, kiêm được do đỗ mồ hôi, thâu được một cách hợp pháp. Vị ấy có thể hiến cúng cho bà con, cho khách, cho hương linh đã chết; hiến cúng cho vua và chư thiên. Đây là lý do thứ tư để gây dựng tài sản.

Này gia chủ, vị Thánh đệ tử được tài sản nhờ nỗ lực tinh tấn, thâu góp với sức mạnh của bàn tay, kiêm được do đỗ mồ hôi, thâu được một cách hợp pháp. Vị ấy tổ chức cúng dường các vị Sa môn, Bà la môn. Sự cúng dường tối thượng này đưa đến phước báo vô lượng ở cõi người, cõi trời.

Đây là lý do thứ năm để gây dựng tài sản.

(Kinh Tăng Chi Bộ II, chương 5, phẩm Vua Munda, phần Trở thành giàu).

SUY NGHIỆM:

Gây dựng tài sản hay làm giàu một cách chân chính là một trong những nhiệm vụ quan trọng của người cư sĩ. Nhưng khác với người đời, người Phật tử làm giàu không phải vì lòng tham, cũng không vì cái tôi của tự ngã mà gây dựng tài sản với năm mục tiêu cao thượng.

Phật tử luôn tâm niệm và dấn thân làm giàu bằng chánh mạng và chánh nghiệp. Mọi tài sản có được phải trong sạch, nhò nỗi lực tinh tấn, thâu góp với

sức mạnh của bàn tay, kiêm được do đỗ mồ hôi, thâu được một cách hợp pháp.

Trước hết, làm giàu để tạo dựng cho tự thân và các thành viên trong gia đình một đời sống sung túc, an lạc. Sự đầy đủ về vật chất, các phương tiện sống sẽ tạo nên một sự thanh thản cần thiết để thiết lập sự an tĩnh, thăng hoa tâm hồn.

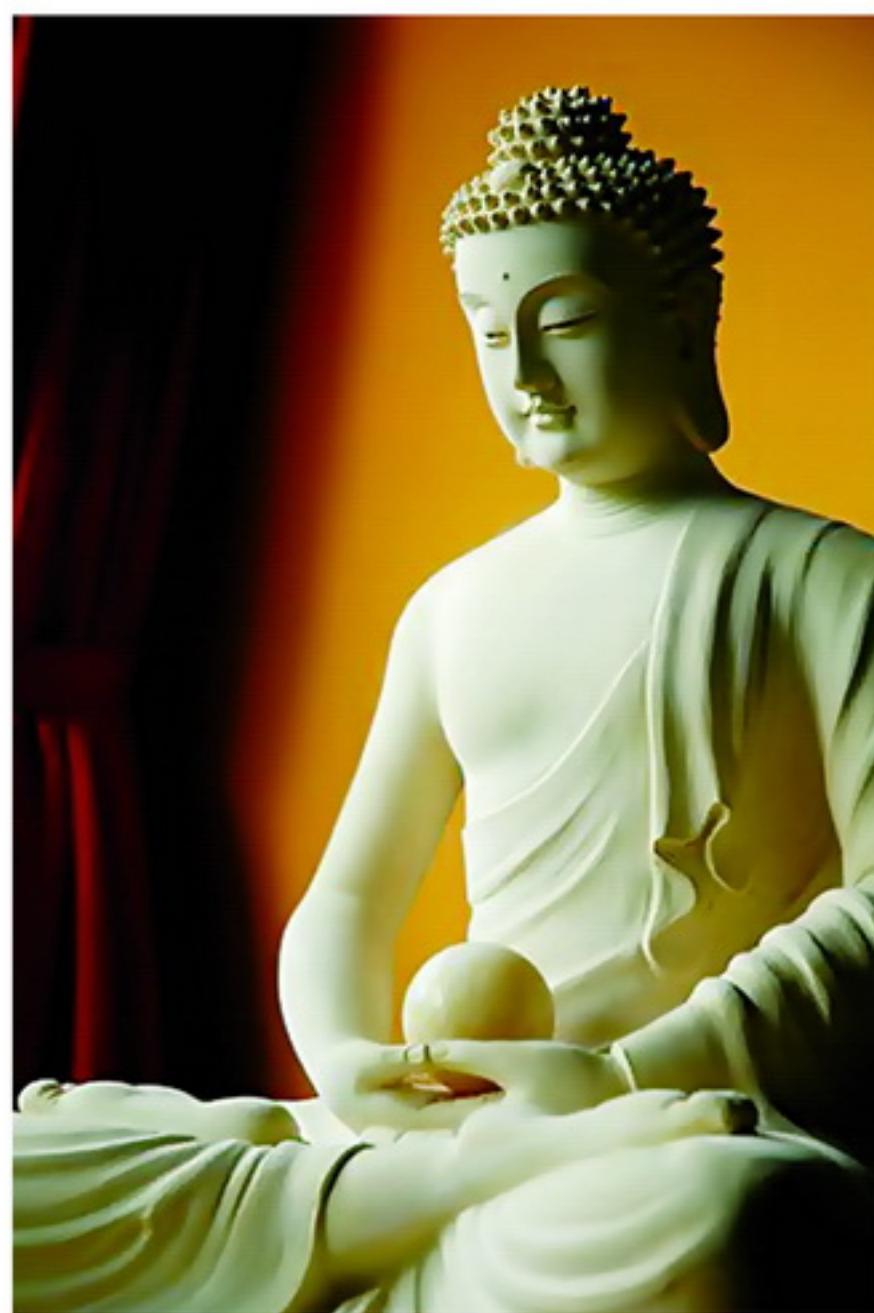
Khi đời sống cá nhân và gia đình sung túc, an lạc thì chúng ta mới thật sự có cơ hội giúp đỡ bạn bè, thân hữu cũng như đóng góp thiết thực về các phương diện cho phúc lợi xã hội, cộng đồng. Cái khó bó cái khôn là một rào cản quan trọng. Do vậy, khi có cơ hội làm giàu thì Phật tử phải siêng năng hết mình để có thêm phương tiện giúp đỡ người khác.

Một lý do cần thiết khác của sự gây dựng tài sản là làm khi lành để dành khi đau. Cuộc sống đầy đầy những biến động phức tạp, luôn tiềm ẩn các tai họa để trở thành trăng tay nên sự chắt chiu, dành dụm, tiết kiệm và tránh lãng phí để dự phòng lúc thất thế sa cơ là tối cần. Khi mình không giúp được ai thì cũng tránh không là gánh nặng cho người khác.

Nhờ ăn nên làm ra, người Phật tử mới có cơ hội đền ơn đáp nghĩa, chu toàn hiếu đạo như hiến cúng ông bà tổ tiên, xây mộ dựng bia tri ân người đã khuất. Mặt khác, người Phật tử làm giàu không những lo cho mình, thân quyến và mọi người xung quanh mà còn để đóng góp cho công quỹ quốc gia. Dân có giàu thì nước mới mạnh chính là mục tiêu cao thượng mà người Phật tử phấn đấu để đạt được.

Không chỉ chu toàn trách nhiệm trong cuộc đời, người Phật tử còn trọng trách hộ pháp, phụng sự Tam bảo. Nên làm ra nhiều tài sản để phụng sự Tam bảo, cúng dường chư Tăng và thực thi các Phật sự nói chung có ý nghĩa to lớn trong việc vun bồi phước báo cho đời này và cả những đời sau.

Đó là năm mục tiêu cao thượng của người Phật tử khi chí thú làm giàu. Tiền bạc, tài sản là phương tiện. Biết vận dụng phương tiện này một cách nhuần nhuyễn nhằm lợi mình và lợi người, lợi ích trong hiện tại và mai sau là tuệ giác của mỗi người con Phật. ■



Có thể nói luận duyên khởi là cơ sở luận lý hoàn chỉnh nhất của Phật giáo. Điều mà nó giải đáp là vấn đề có liên quan đến sự biến đổi và quá trình hình thành như thế nào của tất cả sự vật trên thế giới. Cụ thể quá trình nhân sinh trên mặt vấn đề được thay đổi và hình thành ra sao, luận duyên khởi được biến chuyển tương ứng thành Luận mười hai nhân duyên.

"DUYÊN KHỞI" SINH RA THẾ GIỚI

Ban đầu Thích Ca Mâu Ni luôn từ khước trả lời những vấn đề có liên quan đến bản chất của thế giới. Nhưng khi trình bày hiện tượng nhân sinh, lại không thể né tránh một vài vấn đề luận lý quan trọng có liên quan đến quá trình sinh tử của con người hoặc quá trình khởi nguyên của thế giới. Từ đó ngài Thích Ca Mâu Ni đã xuất học thuyết tư tưởng duyên khởi, để nói rõ vấn đề biến đổi và hình thành thế giới. "Duyên" ý chỉ điều kiện hoặc nguyên nhân tồn tại của sự vật hiện tượng, nhưng điều kiện hoặc nguyên nhân này không phải chỉ cái nhân căn bản tồn tại của sự vật (như một loại đồ vật của Chủ thể tạo vật hoặc Bản nguyên vạn hữu), mà là chỉ tất cả sự vật hiện tượng trên thế giới đều nằm trong mối quan hệ tồn tại hỗ tương, thế giới chính là sự dựa vào điều kiện nhất

Khởi nguyên của thế giới

● Điền Nhiên Đăng
Ngô Thành dịch

định trong mỗi quan hệ này mà sinh diệt thay đổi. Duyên khởi là ý nói dựa vào điều kiện mà sinh ra. Trong kinh "Trung A Hảm" nói: "Nếu cái này có ắt có cái kia, nếu cái này không tức cái kia không, nếu cái này sinh tức cái kia sinh, nếu cái này diệt ắt cái kia diệt", những điều được nói đến chính là ý nghĩa này.

"Nhược hữu thủ tắc hữu bì,
Nhược vô thủ tắc vô bì,
Nhược sinh thủ tắc sinh bì,
Nhược diệt thủ tắc diệt bì".

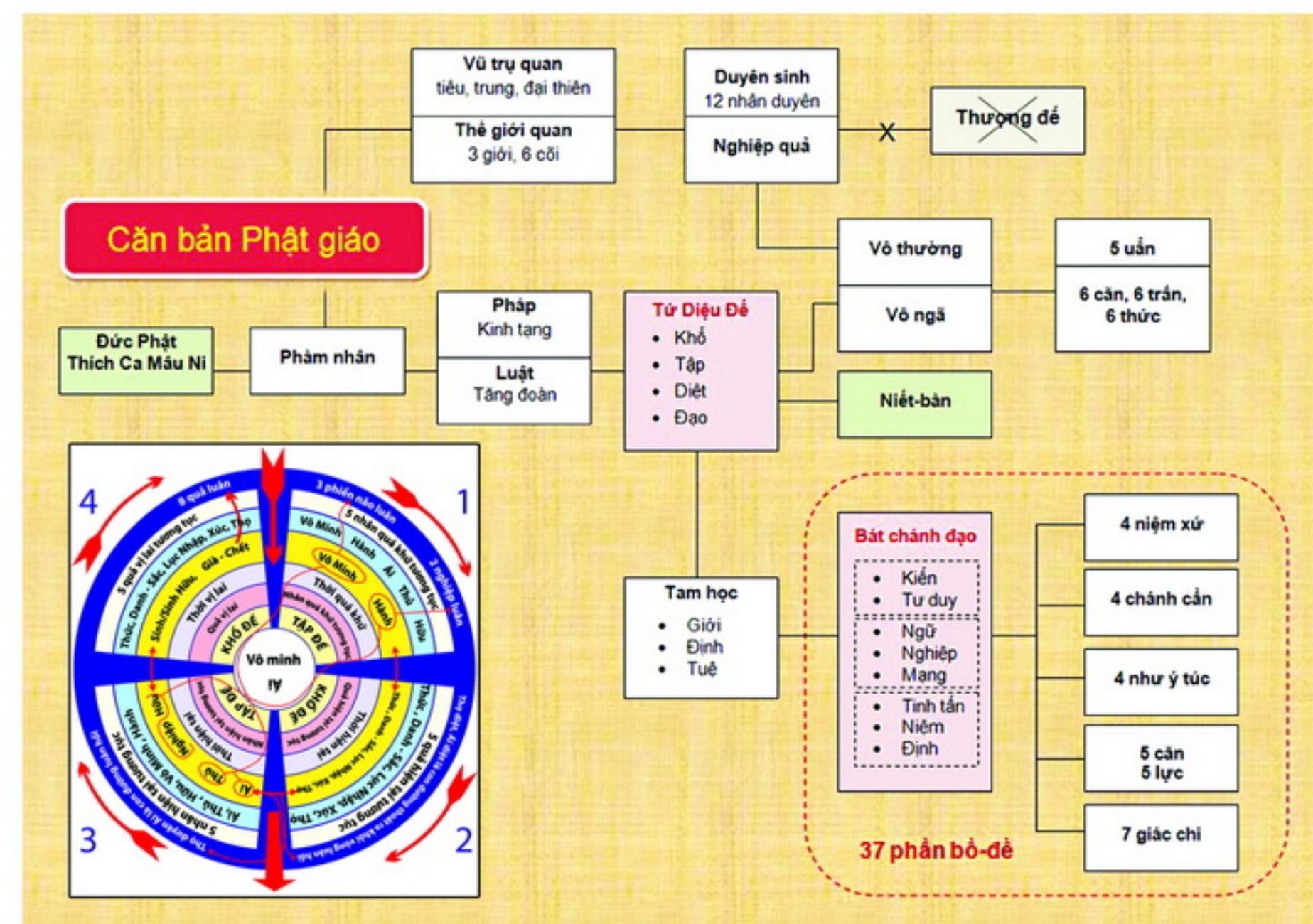
若有此则有彼
若无此则无彼
若生此则生彼
若灭此则灭彼

Điều này, chứng minh trên thực tế Phật giáo đã luận về các vấn đề, các mối quan hệ có liên quan hỗ tương giữa các hiện tượng trên thế gian, đã từng đề cập đến các vấn đề liên hệ nhân quả của sự vật.

MƯỜI HAI GIAI ĐOẠN CỦA "DUYÊN KHỞI"

Vì nói rõ hiện tượng nhân sinh, Phật giáo lại đề xướng luận mười hai nhân duyên trên cơ sở tư tưởng duyên khởi. Học thuyết mười hai nhân duyên

đem quá trình nhân sinh phân thành 12 mắt xích có liên hệ nhân quả hoặc điều kiện trở thành cái này cái kia, tức: (1) Vô Minh, tức chỉ cái tâm vô tri mê ám, không rõ sự lý. Do vô minh sinh (2) Hành, chỉ động thái của Tâm, tức từ quan niệm sai lầm(vô minh) mà dẫn đến các dạng hình vi. Do hành sinh (3) Thức, tác dụng phân biệt hoặc nhận biết. Do thức sinh (4) Danh sắc, chỉ thể tính kết thành giữa yếu tố vật chất và yếu tố tinh thần, tức coi là cá thể của người. Do danh sắc sinh (5) Lục xứ, chỉ sáu cơ quan cảm giác mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý. Do lục xứ sinh (6) Xúc, chỉ sự tiếp xúc của giác quan đối với sự vật hiện tượng. Do xúc sinh (7) Thọ, chỉ cảm nhận khổ, vui, không khổ, không vui v.v... Do thọ sinh (8) Ái, chỉ sự cảm nhận và tiếp xúc đối với sự vật từ đó sinh ra khát vọng đối với thế giới bên ngoài. Do ái sinh (9) Thủ, chỉ sự chấp mắc và truy cầu đối với sự vật bên ngoài. Do thủ sinh (10) Hữu, do hành vi tham ái và truy cầu đối với thế giới bên ngoài mà nảy sinh hoán cảnh sinh tồn hoặc quả báo tương ứng ở đời sau. Do hữu sinh (11) Sinh, chỉ sự thọ sinh ở kiếp sau. Có sinh ắt có (12) Tử.■





ĐỒ HÌNH mười hai nhân duyên

Phật giáo cho rằng, thế giới không do thần linh sáng tạo nên, mà chỉ là sự hình thành dưới những điều kiện nhất định. Luận duyên khởi là luận lý hạt nhân về thế giới quan của Phật giáo, điều đó nói rõ Phật giáo là học thuyết Vô Thần Luận, đó là điểm khác biệt nhất của Phật giáo đối với các tôn giáo khác.

1. VÔ MINH: Căn nguyên sinh ra đau khổ, lấy hình tượng người già mù chống gậy tượng trưng cho Vô minh. Người già tiêu biểu luôn hồi không có sự bắt đầu, mắt mù là không nhìn thấy được chân tướng, Chống gậy là vì vô minh không có cơ sở chân thực.

2. HÀNH: Đầu thai là nhân tố chủ yếu của cuộc đời này. Lấy hình ảnh người thọ đồ gồm tượng trưng cho hành. Vô minh ngu si trong đời quá khứ khiến cho tất cả hành vi chúng ta trở thành nguyên nhân chủ yếu đầu thai trong kiếp này.

3. THÚC: Nhân thức và quả thức. Lấy chú khỉ thông minh và lanh lợi để tượng trưng cho thức.

4. DANH SẮC: Trạng thái phôi thai của sự thọ thai. Lấy hình ảnh của một người ở trên thuyền tượng trưng cho Danh sắc. Danh chỉ nguyên nhân kèm theo này sinh của tâm thức, sắc chỉ thân thể. Hai sự việc này đều sinh ra khi thọ thai.

5. LỤC XỨ (LỤC NHẬP): Phát triển năng lực nhận biết. Trong nhà trống có nhiều gian, tiêu biểu sáu căn: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý, sáu căn này dựa vào nơi của sáu thức, có thể khiến cho các thức phân biệt nhận biết đối tượng.

6. XÚC VÀ CẢM THỌ: Sự tiếp xúc giữa nam và nữ tiêu biểu cho Xúc. Ý chỉ sự tiếp xúc với đối tượng nhận biết, cùng sự tiếp xúc mật thiết sau đó sẽ sinh phân biệt khổ, vui, xả thọ.

7. THỌ: Khởi đầu của sự phân biệt khổ vui. Lấy hình ảnh một nhành cây hoặc một mũi tên xuyên vào mắt tiêu biểu cho Thọ, miêu tả sinh động thọ là trọng tâm trong cuộc sống thường nhật của chúng ta. Điểm nhấn của nó là nói rõ trình độ kiểm soát khổ vui trong hoạt động của chúng ta.

8. ÁI: Vì phân biệt mà tham luyến dính mắc. Yếu tiệc của mọi người tiêu biểu cho ái, biểu đạt ham cầu thú vui né khổ.

9. THỦ: Vì yêu nên không từ lao khổ nhọc để truy cầu. Lấy hình ảnh một người đang hái quả trên cây tượng trưng cho Thủ. Thủ là một dạng nhiễm mắc mãnh liệt của ái, sự việc này sinh dính mắc mãnh liệt đối với sắc, thanh, hương.

10. HỮU: Dẫn đến nghiệp lực của đời người. Lấy sự giao hợp của nam nữ tiêu biểu cho Hữu. Hữu chỉ nghiệp lực hiện hành đầy đủ này sinh ở thời khắc cuối cùng của đời hiện tại, có thể dẫn đến quả báo đời sau.

11. SINH: Trong khoảnh khắc thọ thai, lấy hình ảnh người nữ sinh con biểu trưng cho khoảnh khắc thọ thai, mà không phải ý nói khi rời thai mẹ.

12. GIÀ CHẾT: Người trưởng thành khiêng xác vật nặng tượng trưng cho già chết. Đây là một mốc xích cuối cùng của duyên khởi. Hiện tượng lão hóa bắt đầu từ khi thọ thai hoặc thể xác bị thoái hóa.■

CHÚ THÍCH:

Hành: Chỉ hành vi thiện ác nhiều đời quá khứ.

Thức: Nhân quả quá khứ tích lũy thành Thần thức khiến người có thể duyên nhập vào bào thai.

Danh sắc: Nghiệp do đời trước tạo nên. Báo ứng của thời kỳ thai nhi kiếp hiện tại.

Lục nhập: Khi phôi thai con người đang phát triển, sinh 6 thức: Mắt, tai, mũi, lưỡi, ý và thân.

Xúc: Khi con người cất tiếng khóc chào đời, thì ý thức phân biệt sự vật bắt đầu bị đánh mất.

Thọ: Bắt đầu lãnh thọ các trần cảnh của đời hiện tại.

Ái: Chiếm hữu tham lam.

Thủ: Bị chướng ngại sau khi vì ái mà thủ.

Cô là nghệ sĩ rất thành công và nổi tiếng, nhân duyên nào đã đưa cô đến với đạo Phật?

Lệ Thủy không hiểu là nhân duyên nào, chắc có lẽ là bà mẹ Thủy ăn chay, thờ Phật nên khi lớn lên, cũng noi theo gương cha mẹ thờ Phật. Thủy quy y với Sư ông Thích Thiện Huệ, chùa Giác Ngộ, đường Nguyễn Chí Thanh, quận 10. Pháp danh của Thủy là Diệu Ngọc, Thủy là huynh đệ với thầy Thích Nhật Từ.

Từ ngày Sư ông qua đời, Thủy ít đi chùa Giác Ngộ.

Cô nuôi dưỡng đời sống tâm linh hàng ngày như thế nào?

Lệ Thủy mỗi ngày thường niệm Phật, Thủy bận nhiều việc nên không có thời gian tụng kinh. Thủy thấy niệm Phật có hiệu quả nhất.

Trong công việc hàng ngày, Thủy thường niệm Phật. Trước khi ngủ, Thủy thường niệm Phật. Luôn luôn niệm Phật để tâm mình thường nghĩ nhớ đến Phật. Nhờ niệm Phật,



tâm mình có chánh niệm, khi làm việc gì cũng dễ thành công.

Cuộc đời con người bé nhỏ trong vũ trụ, biết bao điều lành dữ, nhân quả, nghiệp báo chi phối. Mình niệm Phật, có Phật gia hộ thì cuộc sống mình được bình an, hạnh phúc.

Cô có thường ăn chay vào ngày rằm và mùng một không?

Thủy ăn chay một tháng 4 ngày: 14, 15, 30 và mùng một. Có khi Thủy đi tịnh thì không ăn chay được, đó là bất đắc dĩ.

Khi nào Thủy không ăn chay được vào những ngày quy định trong tháng thì sẽ ăn vào ngày khác để bù lại. Khi mình ăn chay thì tâm nhẹ nhàng, thư thái, không bị những uế trước của thức ăn mặn làm cho mình đôi khi cảm thấy nặng nề, mệt mỏi.

Thủy thấy ăn chay rất có lợi cho sức khỏe, nuôi dưỡng lòng từ bi đối với mọi loài, làm cho lòng từ bi thêm tăng trưởng. Mình tránh được nghiệp sát thì sống khỏe và thọ hơn.

Trong các vở diễn mà cô tham gia, có vở nào có nội dung liên quan đến Phật giáo không? Cô tâm đắc nhất là vở nào? Vì sao?

Thủy lúc nhỏ trước khi đi hát, do duyên có đóng tuồng Phật đầu tiên, giai tiểu đồng của Thị Mầu, sau này hầu Sư ông. Thủy đóng nhiều tuồng nói về Phật, Thủy thu CD Quan Âm Thị Kính, Thủy ca lè nhiều bài về Phật giáo.

Thủy có duyên đóng nhiều tuồng có nội dung Phật giáo nhưng không nhớ hết được. Những tuồng có nội dung Phật giáo Thủy đều thích vì

NGHỆ SĨ LỆ THỦY với đạo Phật

• Giác Hạnh Nguyễn thực hiện



chuyển tài được giáo lý đạo Phật đến với mọi người, giúp mọi người biết đến đạo Phật từ bi, trí tuệ, đạo đức, yêu chuộng hòa bình, thương yêu mọi loài, giúp con người sống tốt hơn, an lành hơn.

Cô có nguyện vọng đem lời ca, tiếng hát của mình để chuyển tài Phật giáo đến quần chúng không?

Thùy có nguyện vọng đem Phật pháp đến với mọi người nên làm đĩa CD *Đố vui Phật pháp*. Trước đó Thùy phụ với nghệ sĩ Bạch Tuyết làm đĩa kinh *Pháp Cú*. Sau này Thùy xem quyển *Đố vui Phật pháp* của tác giả Hoàng Kim, Thùy thấy có ý nghĩa nên nghĩ ra cách đem lời Phật dạy, những điều hay của đạo Phật đến với mọi người để những ai chưa biết Phật pháp, xem đĩa sẽ đến với đạo Phật.

Cách đây hai năm, Thùy làm đĩa *Đố vui Phật pháp* phần 1, sau đó Thùy làm tiếp phần 2. Thùy qua Mỹ, đem theo mấy ngàn đĩa để ấn tống. Có người chưa xem phần 1, Thùy làm phần 1 và phần 2 vào chung một đĩa. Thùy đem đĩa *Đố vui Phật pháp* tặng cho một số chùa và những người chưa hiểu về Phật pháp.

Cô có dự định làm đĩa CD về đạo Phật nữa không?

Thùy xem sách thấy thích thì làm chứ không có dự định. Dự định ít khi thành công, cái gì đến sẽ đến.

Tất cả mọi việc đều do duyên. Khi nào đủ duyên, có đề tài nào phù hợp với sở thích của mình thì sẽ làm. Khi trong người đã có chất Phật, không sờm thì muộn cũng làm những

việc có ích cho đạo, cho đời, giúp ích cho bà con, quần chúng biết đến Phật pháp, tìm về cõi an lành để cuộc đời không còn khổ đau.

Cô có hướng dẫn con cái đến với đạo Phật không?

Thùy không hướng dẫn nhưng con Thùy tìm hiểu đạo Phật và thích đi chùa, thích làm phước. Hình như ông bà, cha mẹ đi theo con đường nào thì con cái cũng đi theo con đường đó. Trước hết là con Thùy ăn hiền, ở lành. Cả nhà Thùy đều ăn chay một tháng 4 ngày kể cả ông xã Thùy.

Con của Thùy thỉnh thoảng đọc kinh Phật, nghe bài giảng Phật pháp của quý Thầy để nuôi dưỡng đời sống tâm linh, nuôi dưỡng chất liệu an lạc, hạnh phúc.

Cô có hướng dẫn con cái theo nghề nghiệp của cô không?

Thùy có ba người con, hai người không theo nghề hát, chỉ có một người theo nghề nhưng bên tân nhạc. Thùy làm đĩa *Đố vui Phật pháp* thì con Thùy ủng hộ, tham gia đọc, mời nghệ sĩ Châu Thanh cùng đóng góp để cho chương trình thêm phong phú.

Những ngày rằm lớn các chùa mời Thùy đến, đem lời ca để phục vụ bà con, thu hút bà con đến chùa nhiều hơn để biết đến đạo Phật. Mỗi lần Thùy đi hát ở chùa, đem theo vài trăm đĩa CD *Đố vui Phật pháp*, mời bà con ủng hộ, lấy tiền đó in thêm đĩa để ấn tống. Bạn bè gửi Thùy in đĩa để ấn tống, đem về quê cho bà con xem. Giai đoạn đầu Thùy chỉ làm đĩa CD, được bạn bè ủng hộ, Thùy làm thành đĩa DVD.

Cô có lời nhắn gửi gì đến với độc giả Đạo Phật Ngày Nay không?

Thùy có lời khuyên đến với bà con nên ăn chay, niệm Phật, tu tâm thật tốt để sau này được sinh về cõi lành, không sinh về cõi giới khổ đau. Thùy khuyên bà con nên ăn hiền, ở lành, cố gắng làm những việc tốt, tạo nhiều phước báo, giúp đỡ mọi người, thường xuyên nghe băng giảng Phật pháp, học hỏi giáo lý đạo Phật, không làm những điều xấu ác để lại khổ đau cho mình và cho người. Nên làm những việc thiện, việc lành để có được cuộc sống an vui, hạnh phúc.

Kính chúc cô luôn thành công trong sự nghiệp và luôn được an lành. ■





Một thanh niên 26 tuổi đã giết chết cha mẹ mình bằng những nhát dao chí mạng chỉ vì họ không chịu cho tiền, đã gây chấn động cả dư luận. Điều ngạc nhiên là vụ việc lại xảy ra ở ngay một quận trên địa bàn trung tâm thủ đô Hà Nội. Sự việc đã để lại biết bao thương tâm lấn nỗi đau lòng của mọi người.

Một trường hợp, một thảm kịch mà dường như cũng là một tiếng chuông cảnh tỉnh về sự xuống cấp đạo đức nghiêm trọng trong một bộ phận giới trẻ hiện nay. Đã biết bao nhiêu các chuyên gia ở nhiều lĩnh vực khác nhau cũng đã vào cuộc để điều tra rồi phân tích, rồi tìm tòi các chi tiết, những động cơ thúc đẩy gây nên tội. Chúng ta cũng không thiếu những lời cảnh báo về sự sa sút đó nhưng lối sống thực dụng và những quan điểm, phong cách sống của họ đã để lại cho gia đình và xã hội một sự đau đớn mà không bao giờ có thể quên!. “Tại sao?”, “vì đâu?”... là những câu hỏi được hàng vạn người đặt ra khi những vụ việc đáng tiếc tương tự cứ như thế mà diễn ra hàng ngày như “chuyện ở đâu!”

Và vẫn còn nhiều lắm những điều phải suy ngẫm từ những vụ án như thế. Có lẽ tìm lời giải thích còn thuộc về phía gia đình và xã hội.

Xin lần nữa để lắng nghe về câu chuyện bó đũa và cách dạy con của người xưa: Ngày xưa, có một người nhà giàu, sinh được năm người con. Vì được nuông chiều họ sinh ra lười biếng và ỷ lại. Khi đã trưởng thành, mỗi người đều có một cơ ngơi, nhưng luôn ganh tị lẫn nhau vì những của cải mà cha mẹ cho. Người cha cố gắng để khuyên can họ nhưng vô ích, vì vậy ông rất đau lòng.

Ít lâu sau, người cha bị bệnh nặng, biết mình không qua khỏi, một hôm ông gọi năm người con đến và bảo gia nhân đem ra một bó đũa. Năm người con ngơ ngác không hiểu người cha có ý định gì, ông cầm lấy bó đũa và bảo từng người hãy bẻ đi, người con nào cũng gắng hết sức mình nhưng không sao bẻ nổi, lúc đó người cha lại bảo “các con hãy bẻ từng chiếc một xem sao”, lập tức năm người con bẻ một cách dễ dàng. Lúc đó người cha mới nói:

Một bộ phận giới trẻ rời sê đi về đâu?

● Thích Tuệ Minh



- Các con ạ, bố đưa ví như năm anh em các con đó, nếu mỗi người các con đều chung tay gánh vác mỗi người một việc thì không kẻ thù nào làm các con gục ngã, còn nếu các con chỉ biết đến bản thân mình thì sẽ trở nên lè loi và bị thất bại trong cuộc đời. Nếu các con đoàn kết và thương yêu lẫn nhau thì cha mới có thể yên tâm mà nhắm mắt.

Nghe xong, năm anh em mới hiểu lời người cha dạy, họ rất hối hận với những việc đã làm. Từ đó họ sống hòa thuận và đoàn kết, thương yêu lẫn nhau.

Câu chuyện thứ hai liên quan đến Phật giáo, đây là một câu chuyện xảy ra vào thời đức Phật còn tại thế khi Ngài có duyên gặp và độ một chàng trai trẻ tên Thiện Sanh. Qua đó, đức Phật không chỉ giảng dạy về đạo hiếu của một người con, mà còn ân cần chỉ dạy về nhiều mối quan hệ khác trong xã hội, để giúp chúng ta trở thành một người tốt, hữu ích cho xã hội.

Nếu “Hàng trưởng giả, những người trí thức, có thể trừ dứt sáu pháp xấu ác, đó chính là lễ lạy sáu phương.

Những gì là sáu pháp xấu ác? Một là tham uống rượu, hai là mê cờ bạc, ba là thích ngủ sớm dậy trễ, bốn là ưa mòi thỉnh khách khứa, năm là thích kết giao cùng kẻ xấu, sáu là ham thích việc giết hại, lừa gạt, dan díu vợ người. Nếu có thể trừ dứt sáu việc ấy, đó là lễ lạy sáu phương.

Lễ lạy phuơng đông là có ý nghĩa phụng dưỡng cha mẹ phải nhớ 5 điều. Một là hết lòng hiếu kính, chăm nom thăm viếng, thường khiến cha mẹ vui lòng. Hai là mỗi ngày dậy sớm, sắp xếp việc nhà, việc cơm nước, luôn giữ theo nếp nhà cần kiệm. Ba là thay cha mẹ làm mọi việc nặng nhọc. Bốn là luôn nhớ nghĩ đến công ơn cha mẹ. Năm là khi cha mẹ có bệnh tật phải hết lòng lo lắng, tìm thầy thuốc chữa trị.

Cha mẹ đối với con cũng có 5 điều. Một là dạy con bỏ điều ác, làm điều lành. Hai là dạy con thường gũi những người hiếu biêt. Ba là dạy con chuyên cần, chú trọng việc học hỏi. Bốn là khi đến tuổi thì lo việc dựng vợ gả chồng. Năm là chia phần tài sản trong gia đình cho con.



Lễ lạy phuơng nam là có ý nghĩa người học trò phụng sự thầy phải nhớ 5 điều. Một là giữ lòng cung kính, sờ sệt. Hai là y theo lời thầy dạy bảo. Ba là có những việc giặt giũ, sửa sang phải gắng sức làm. Bốn là chuyên cần học hỏi không chán nản. Năm là sau khi thầy qua đời phải giữ lòng kính ngưỡng, nhớ tướng, ngợi khen những đức độ của thầy, nhất thiết không được luận bàn đến những điều sai trái, lầm lỗi trước đây của thầy.

Thầy dạy đệ tử cũng có 5 điều. Một là hết lòng dạy bảo không mỏi mệt, khiến cho học trò mau được hiểu biết. Hai là mong muốn học trò của mình vượt hơn học trò người khác. Ba là muốn cho học trò không quên những kiến thức đã học. Bốn là khi học trò có những chỗ khó khăn, không hiểu, phải tận tình giảng rõ. Năm là mong muốn dạy dỗ sao cho học trò có được trí tuệ vượt hơn cả thầy.

“Lễ lạy phuơng tây là có ý nghĩa người vợ đối với chồng phải nhớ 5 điều. Một là khi chồng từ bên ngoài đi vào phải đứng lên chào đón. Hai là khi chồng vắng nhà phải lo việc bếp núc, quét dọn, giữ lòng kính trọng mà chờ đợi. Ba là không được khỏi lòng dâm

dục với người ngoài, phải giữ chặt cửa khuê phòng. Bốn là khi chồng có nặng lời, không được tùy tiện đối đáp, lộ vẻ giận túc; chồng có dạy răn điều gì phải cung kính nghe theo; có sở hữu món gì cũng không được cất giấu để dùng riêng. Năm là phải đợi chồng nghỉ ngoi trước, tự mình xem xét cẩn thận việc nhà rồi mới đi nghỉ sau.

Chồng đối với vợ cũng có 5 điều. Một là mỗi khi ra vào đều giữ lòng tương kính. Hai là việc ăn uống có giờ giấc thích hợp, không để vợ phải khổ nhọc, buồn bực. Ba là khi vợ muốn mua sắm quần áo, đồ trang sức... chó nên trái ý; nhà giàu có thì sắm đủ, nghèo khó thì tùy sức. Bốn là giao phó tài sản trong nhà cho vợ coi sóc, gìn giữ. Năm là không được dan díu tư tình với người khác, khiến vợ phải sanh lòng nghi ngờ.

Lễ lạy phuơng bắc là có ý nghĩa trong sự giao tiếp cư xử với thân thuộc, bạn bè, đôi bên đều phải nhớ 5 việc. Một là khi có người làm việc xấu ác, lôi lầm, những người khác phải thay nhau khuyên bảo, can gián, ngăn chặn. Hai là khi có người gặp tai nạn rủi ro, ốm đau tật bệnh, những người khác phải quan tâm chia sẻ giúp đỡ, chữa trị bệnh tật.



Ba là khi một ai đó có lời nói riêng trong nhà, những người khác không được mang ra nói với người ngoài. Bốn là phải giữ lòng kính trọng, ngợi khen điều tốt của nhau; duy trì quan hệ tới lui thăm viếng; nếu như có lúc đụng chạm, xung đột nhau cũng không được sanh lòng buồn giận, oán hờn. Năm là trong quan hệ có sự khác biệt giàu nghèo chẳng giống nhau, nên giúp đỡ, hỗ trợ, cứu vớt lẫn nhau; khi có món ngon vật quý nên chia sẻ cho nhau.

Lễ lạy phuơng dưới là có ý nghĩa người chủ đối với những kẻ giúp việc phải biết 5 điều. Một là trước hết phải lưu tâm đến các nhu cầu đói no, lạnh nóng của họ, rồi sau mới sai khiến công việc. Hai là khi họ có bệnh phải lo mời thầy thuốc chữa trị. Ba là không được dùng đến đòn roi, đánh đập một cách sai lầm, cần phải tra xét sự việc rõ ràng rồi sau mới trách phạt. Việc có thể tha thứ thì nên tha thứ; không thể tha được mới phải trách phạt để dạy dỗ. Bốn là khi họ có đôi chút tiền riêng không được tìm cách đoạt lấy. Năm là khi cung cấp, phân chia món gì cho họ đều phải công bằng, bình đẳng như nhau, không được có ý thiên vị.

Người giúp việc đối với chủ cũng có 5 việc. Một là phải lo dậy sớm,

không đợi chủ gọi. Hai là phải biết những việc nên làm thì tự lưu tâm làm, không để nhọc lòng chủ sai khiến. Ba là phải biết thương tiếc quý trọng tài sản của chủ, không được coi rẻ mà vất bỏ, làm hư hỏng. Bốn là mỗi khi chủ nhà có việc ra vào, phải lưu tâm đưa đón. Năm là chỉ nên ngợi khen những điểm tốt đẹp của chủ, không được bàn nói những việc xấu lỗi.

Lễ lạy phuơng trên là có ý nghĩa người cúng dường các bậc Sa-môn, thiện tri thức phải nhớ 5 điều. Một là phải dùng tâm chân thật hướng về. Hai là phải cung kính làm việc phụng sự, không cho là khó nhọc. Ba là phải thường nhiều lần thưa hỏi đạo lý. Bốn là phải lắng nghe, suy ngẫm rồi tu tập làm theo. Năm là phải thưa hỏi rõ về tông chỉ của việc niệm Phật, tham thiền, ngày đêm chuyên cần tu tập.

Làm theo đúng như những điều trên gọi là cung kính vâng theo lời cha lễ lạy sáu phuơng. Nếu không làm được như vậy, dù lễ lạy cũng là vô ích.

Qua hai câu chuyện trên chúng ta có thể rút ra những kinh nghiệm sau:

Việc một người tốt hay xấu, phần nhiều do sự giáo dục của cha mẹ trong gia đình mà ra. Người xưa có câu “Phúc đức tại mẫu” hay “con hư tại

mẹ” không phải không có lý do của nó. Chính những người làm cha làm mẹ là tấm gương phản ánh cho con cháu noi theo. Sự dạy dỗ của cha mẹ nếu không nghiêm khắc ngay từ lúc “dạy con từ thuở còn thơ” thì làm sao có thể uốn nắn con cái theo ý của mình.

Thứ hai, xã hội là một môi trường ở đó trắng đen lẫn lộn, mực đèn khó thông, nếu không phải người được giáo dục kỹ lưỡng, không có khả năng biện biệt rõ ràng thì chắc chắn sẽ dễ dàng “gắn mục thì đen” hơn “gắn đèn thì sáng”. Khi suốt ngày cứ tham mê cờ bạc, rượu chè gái gú, giao du bạn xấu... thì kết quả khổ đau tù tội là lẽ đương nhiên!

Do đó, nếu chỉ quy kết vào những nguyên nhân nào là do sự giáo dục xuống cấp, nào là do mặt trái của nền kinh tế thị trường, nào là do sự phân hóa giàu nghèo trong xã hội ngày càng sâu sắc, nào là do sự suy đồi, xói mòn đạo đức của một bộ phận không nhỏ trong xã hội v.v... và v.v... mà không nhìn lại từ chính phía mỗi thành viên trong gia đình thì quả là một điều thiếu sót.

Kinh Pháp Cú, đức Phật từng dạy:

Làm ác mà gặp việc lành,
Đó là quả dữ chưa sanh kịp thời.
Đến khi ác báo chín muồi,
Ác thời gặp ác, đời đời chẳng sai.

(Kệ số 119)

Làm lành gặp việc chẳng may,
Đó là phước báu chờ ngày trổ sanh.
Đến khi trổ được báu lành,
Ở hiền gặp lành, có lúc nào sai.

(Kệ số 120)

Vì vậy, giá như gia đình xã hội nếu luôn trân trọng giá trị luật nhân quả trong nhà Phật, chúng ta có thể tin chắc một điều hạnh phúc sẽ luôn hiện hữu ngay đây, bây giờ và ở đây.

Và khi những dòng chữ này được viết cũng là những ngày rất gần với Lễ Vu Lan của nhà Phật, một lễ hội mang đầy nét nhân văn tình người, ngày hạnh phúc nhất của những người con khi họ có cơ hội được thể hiện lòng hiếu thảo của mình dành cho hai đấng sanh thành cha và mẹ, tôi có một cảm giác buồn man mác và tự hỏi một bộ phận giới trẻ rồi sẽ đi về đâu?■

XÂY DỰNG
HẠNH PHÚC GIA ĐÌNH

trên tinh thần lục hòa

● HT. Thích Thắng Hoan



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 muôn năm 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 đấu cật, đùm bọc lẫn nhau, không nên dùng bạo lực lấn 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:

1)-Đối với gia đình:

A- 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 triết 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 nỗi 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 ngũ si đần độn từ nỗi 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 hối hả, không được tâm trạng băn khoăn 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 liên 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 già 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 hiến 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



đúng như câu tục ngữ thường nói: "Hoa thơm nhè nhụy, người có giá trị nhè đạo đức". Đạo đức không phải có từ nỗi tài năng, tiền của, danh vọng, mà nó có từ nỗi 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 đồng,
Gái khôn tìm chồng giữa đám ba quân".*

+ Chợ đồng: Có nhiều nghĩa, nhưng nghĩa ở đây là chỉ cho chỗ hội chợ đồng người. Các cô gái thường tập trung nơi chỗ đồng 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 phuруг 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 thuở còn thơ,
Dạy vợ (chồng) từ thuở 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.

B- Tôn trọng và kính nể lẫn nhau:

Con người đôi xứ với nhau có kính nể mới có tôn trọng và con người muốn được kính nể thì người đó phải thể hiện trọn vẹn phong cách đạo đức tốt của một con người, như lịch sự, khiêm cung, lễ độ, linh hoạt, v.v... bao nhiêu đó cũng đủ tư cách biểu tượng cho họ kính nể và từ kính nể đó đi đến tôn trọng. Nhưng trên thực tế, theo Phật giáo, con người là kết tinh của tất cả nghiệp báo của kiếp trước và hiện đang bị tất cả phiền não, như tham, sân, si, v.v... đang lén ngôi chỉ đạo cho lẽ sống, nghĩa là ai cũng có những tật xấu đang tiềm ẩn trong tâm thức của họ. Khi chưa sống chung, những tật xấu của mỗi người thường tiềm ẩn bên trong nội tâm để chờ cơ hội lên ngôi và khi hai người sống chung với nhau thì những tật xấu của mỗi người hội đủ điều kiện lên ngôi để tạo sự mâu thuẫn trong cuộc sống tập thể. Những bạn trai bạn gái khi chưa lập gia đình thường hay lý tưởng người yêu của mình có những cá tính thuần lương, nhưng khi sống chung với nhau những lý tưởng đó đều sụp đổ và cả hai bên đều hoàn toàn thất vọng. Vì hoàn toàn thất vọng, họ tỏ ra bất kính với nhau và cũng từ đó họ có những thái độ không tôn trọng danh dự cho nhau.

Nên biết rằng trong một gia đình, chồng và vợ ai cũng có tự ái cá nhân, đã sống chung với nhau đừng chà đạp danh dự của nhau trước con cháu, trước bạn bè, trước quần chúng đông người, nghĩa là đừng cho con cháu hoặc bạn bè biết những tật xấu của chồng mình hay của vợ mình, đừng đánh đập cấu xé lẫn nhau, đừng nói những lời thô tục, chửi mắng nguyên rủa, bêu xấu cho nhau, cho đến đừng hồn láo đem cả dòng họ cắp trên ra lăng mạ cho thỏa mãn nư giận cá nhân.

Đã sống chung với nhau, chồng và vợ phải biết kính nể và tôn trọng danh dự cho nhau bằng cách thông cảm và che chở cho nhau, đừng có thái độ đưa

người yêu mình vào đường cùng, theo tâm lý có một ngày họ sẽ phản ứng lại rất mạnh làm nguy hại đến hạnh phúc lứa đôi, đúng như câu tục ngữ thường nói: "Nhân cùng tắc biến, vật cùng tắc phản", nghĩa là đưa người vào đường cùng thì họ trở mặt biến đổi, đưa con vật vào đường cùng thì con vật đó trở lại phản mình. Đây là nguyên tắc thứ hai mà mỗi người sống chung trong một gia đình cần phải giác ngộ để cùng tạo dựng nền tảng hạnh phúc gia đình.

C- Xây dựng đức tin cho nhau:

Đôi chồng vợ mới cưới, hai người chỉ có niềm tin với nhau mà họ chưa có đức tin chân thật khi đôi bên thực sự sống chung. Đôi bên chỉ có niềm tin với nhau trên lời nói và hành động, nhưng trên tư tưởng chưa được dung thông thực sự. Giữa hai người, niềm tin của họ còn chút nghi kỵ ở trong tâm, nghĩa là hai người luôn luôn theo dõi những hành động của nhau, điển hình như một người nào đó khi có việc phải đi ra ngoài một mình thì thường bị người ở nhà gọi điện thoại theo dõi, điều đó chứng tỏ họ còn chút nghi kỵ, thiếu sự tin tưởng lẫn nhau. Hai chồng vợ sở dĩ thiếu sự tin tưởng lẫn nhau là do lúc sơ giao hai bên đều giấu kín những tật xấu của mình không cho đối phương biết được và chỉ đem những tánh tốt để trau đổi tâm tình. Khi sống chung với nhau, những tật xấu của hai người bắt đầu xuất hiện tạo nên sự mâu thuẫn bất ổn trong gia đình, từ đó hai bên trở nên nghi kỵ lẫn nhau trong sự sống chung.

Muốn xóa bỏ những tâm trạng nghi kỵ của hai người, đôi chồng vợ trước hết phải áp dụng những nguyên tắc căn bản sau đây để xây dựng đức tin chân chánh:

a)- Nguyên tắc thứ nhất:

*)- Người chồng muốn tiếp bạn gái phải hẹn khi có mặt người vợ ở nhà.

*)- Khi tiếp bạn gái, người vợ phải đóng vai chánh trong việc tiếp khách và người chồng chỉ đóng vai phụ tá.

*)- Người vợ muốn tiếp bạn trai phải hẹn khi có mặt người chồng ở nhà.

*)- Khi tiếp bạn trai, người chồng phải đóng vai chánh trong việc tiếp khách và người vợ chỉ đóng vai phụ tá.

Nên biết rằng, theo Phật giáo tình yêu bao giờ cũng có mặt trái của nó, nghĩa là yêu không được thù thì hận và thương không được thù ganh ghét. Minh đã được một người nào để yêu thì người đó cũng đã được nhiều người khác đã chọn, nhưng mình lại được người yêu đó đồng tình mà những người khác lại bị thất vọng thì họ nhất định sẽ tìm mọi cách phá hoại hạnh phúc của mình, cho nên mình phải đề phòng những hiện tượng trên sẽ xảy đến gia đình của mình, nếu như hiện tượng đó không có xuất hiện thì mình được phước báu đấy. Để ngăn ngừa những hiện tượng trên mang đến bất an trong gia đình, mình nên áp dụng nguyên tắc thứ nhất đã trình bày trên.

b)- Nguyên tắc thứ hai:

Những tật xấu nói trên của đôi chồng vợ là thuộc về tâm bệnh mà không phải thân bệnh. Thân bệnh thì phải nhờ y dược trị liệu, nhưng tâm bệnh thì phải nhờ đến pháp dược trị liệu; thân bệnh thì phải nhờ đến bác sĩ cứu chữa, còn tâm bệnh thì phải nhờ đến Phật giáo hóa giải. Để bồi dưỡng tâm linh, đôi vợ chồng cần phải chuyên cần tu tập pháp Phật để thanh lọc những phiền não trong tâm tư của mình cho được thanh tịnh. Đây là những điều kiện xây dựng đức tin cho nhau.

D- Quan tâm chăm sóc nhau:

Đôi chồng vợ trong một gia đình, thân thể thì sống chung với nhau, nhưng tâm hồn thì sống riêng rẽ biệt lập nhau, chồng sống theo kiểu của chồng và vợ sống theo kiểu của vợ mỗi người sống một ốc đảo riêng không bao giờ quan tâm chia sẻ với nhau huống chi là chăm sóc. Thí dụ người chồng đang làm công việc gì đó tại nhà thì người vợ nên quan tâm đến hỏi: Anh làm có mệt không, có cần em giúp gì không? Cũng thế người vợ đang làm công việc nhà thì người chồng cũng đến hỏi: Em làm chi đó có cần anh giúp không? Chỉ có những câu hỏi như thế cũng đủ tạo nên sự đậm đà tình cảm với nhau. Mỗi người sống theo chủ nghĩa cá nhân trên hết, nhìn nhau như bạn đời qua đường không cho nhau chút tình



cảm, khi cần thì dùng đến và hết cần thì quên đi, chỉ biết có lợi cho mình là đủ rồi, lạnh nhạt với kẻ khác không chút cảm thông. Mỗi người sống như vậy làm sao có hạnh phúc được. Những nguyên tắc quan tâm chăm sóc nhau đại khái như sau:

a)- Người vợ phải biết tâm trạng của người chồng muốn gì và những điều ước muôn đó không xâm phạm đến sự sống chung, không tổn thương đến hạnh phúc gia đình thì đừng khắc khe trói buộc để cho chồng làm tròn nghĩa vụ của kẻ nam nhi; người chồng cũng phải biết tâm trạng của người vợ muốn gì và những điều ước muôn đó không xâm phạm đến sự sống chung, không tổn thương đến hạnh phúc gia đình thì phải cởi mở để cho người vợ của mình khơi dậy niềm vui an lạc trong tâm hồn. Thí dụ người vợ muốn đi chùa lễ Phật, người chồng đừng có ích kỷ nên để cho người vợ có niềm vui lý tưởng liền sẵn sàng đưa vợ đến chùa lễ Phật, nên biết rằng điều ước muôn đó của vợ mình không tổn hại đến hạnh phúc gia đình mặc dù đối với đạo Phật mình không có niềm tin.

b)- Hai chồng vợ mỗi người làm việc mỗi sở khác nhau. Chiều đến, sau khi tan sở, người chồng về đến nhà trước và người vợ về đến nhà sau. Khi người vợ về đến nhà, người chồng phải chạy ra cửa chào đón thăm hỏi và tiếp tay với người vợ mang đồ vào nhà. Còn người vợ về đến nhà trước và người chồng về đến nhà sau. Khi người chồng về đến nhà, người vợ

cũng phải chạy ra cửa chào đón thăm hỏi và tiếp tay với người chồng mang đồ vào nhà. Đó là một trong những cử chỉ quan tâm chăm sóc lẫn nhau. Đôi chồng vợ đã sống chung không nên đưa mắt nhìn lơ khi người chồng hay người vợ bước vào nhà mà không cần quan tâm thăm hỏi, hoặc có thăm hỏi nhưng chỉ hỏi cho qua loa không có chút tâm tình, hoặc có ra giúp đỡ nhưng chỉ hành động như một cái máy không có chút tình cảm. Tục ngữ có dạy: "Tiếng chào cao hơn mâm cỗ", nghĩa là lời chào hỏi quý trọng hơn mâm cao cỗ đấy. Đôi chồng vợ muốn gia đình được hạnh phúc cần phải chú ý ở điểm này.

c)- Người chồng hoặc người vợ, nếu ai về nhà trước người đó phải vào bếp chuẩn bị cho bữa cơm tối. Người nào không biết nấu nướng, nhưng phải chuẩn bị những phần căn bản trước chờ chồng hay vợ về đến sẽ bố túc sau cho bữa cơm đầy đủ để cùng nhau ăn uống, hoặc hai người về đến nhà cùng một lúc thì cả hai cùng nhau vào bếp để giải quyết cho xong bữa cơm tối, rồi sau đó mới làm những công việc khác trong gia đình, không nên người này làm còn người kia làm biếng ngồi chơi xem báo. Trường hợp hai người làm việc khác giờ khắc, công việc ban ngày hoặc công việc ban đêm, người làm việc ban ngày cũng phải chuẩn bị bữa cơm cho người làm việc ban đêm. Nên biết rằng cả hai người đều mệt nhọc ở nơi sở làm cả, phải thông cảm và chia sẻ mệt nhọc với

nhau. Đã sống chung với nhau, tất cả mọi việc trong gia đình đều phải bình đẳng chia nhau cùng làm.

d)- Khi ra khỏi sở, người chồng hay người vợ phải đi thẳng về nhà rồi sau đó muốn đi đâu sẽ đi. Hai chồng vợ nên biết rằng, chồng hay vợ mình ở nhà đang trông chờ mình về để cùng nhau ăn uống tâm sự trao đổi những công việc ưu khuyết thành bại trong ngày cho nhau kinh nghiệm, vì thế khi ra khỏi sở làm, mình không được chạy vòng quanh tìm bạn bè ăn chơi giải trí khiến cho những người ở nhà trông đợi, băn khoăn lo lắng buồn phiền, không lợi cho việc xây dựng hạnh phúc gia đình.

e)- Nếu công việc làm cùng ngày và nghĩ cùng giờ, người nào về nhà trước phải chờ đợi người về nhà sau để cùng nhau ăn bữa cơm chung, không nên mỗi người tự cầm tô cơm ăn riêng mỗi nơi mỗi góc nhà hoặc vừa ăn vừa xem truyền hình và cũng không nên mình tự ăn trước không chờ đợi người sau cùng ăn. Trường hợp suốt tuần lễ, chồng vợ không có ngày nào được ăn chung thân mật thì ít nhất cuối tuần chồng vợ cũng phải dành một ngày tổ chức ăn chung tình nghĩa bao gồm chồng vợ con cháu, nếu như có con cháu. Bữa ăn chung tình nghĩa là bữa ăn tâm tình thân mật cảm thông, nghĩa là bữa ăn từ trường tâm linh của mỗi người quấn quít hòa quyện gắn bó lấy nhau. Còn như mỗi người ăn cơm riêng rẽ khiến cho từ trường tâm linh rẽ sang lối khác và cùng lúc từ trường tâm linh nghịch biến tự động xô đẩy sức hút của từ trường tâm linh đối phương, tình trạng đó kéo dài lâu ngày tình cảm gia đình trở nên hao mòn lạnh nhạt. Những dữ kiện vừa trình bày trên chính là những nguyên tắc quan tâm chăm sóc nhau.

E- Hòa hợp trong việc xây dựng gia đình (đồng lòng tát biến đồng mới cạn)

a)- Người chồng hay người vợ muốn làm việc gì phải có sự đồng ý của nhau, nghĩa là phải đem việc đó thảo luận với nhau trước khi hành động, không nên tự ý quyết định mà không có sự tham khảo trước. Việc làm đó mặc dù mình nhận thấy hợp lý nhưng

chồng hay vợ chưa thông cảm thì phải để qua một bên, chờ khi nào hai người tán thành thì mới đem ra áp dụng, nghĩa là mình phải thuyết phục đến khi nào người chồng hay người vợ của mình tán thành thì mới đem ra thực hiện. Thí dụ mình muốn mở một xí nghiệp gì đó làm ăn trước hết phải thuyết phục người chồng hay người vợ của mình tán thành thì mới thực hiện, không nên tự động thực hiện riêng mà không có sự đồng ý của người chồng hay của người vợ.

b)- Khi thực hiện một công việc làm ăn gì đó cả hai người phải cùng nhau xây dựng, không nên giao hết cho người chồng hay người vợ chịu trách nhiệm lấy và người kia không cần biết đến, không chịu tiếp tay chia sẻ, hoặc giả trong lúc đó người kia lại tự động mở một công việc làm ăn khác qua mặt người chồng hay người vợ. Hai chồng vợ hợp tác với nhau trong một công việc, trong một nhiệm vụ, trên mặt tình cảm chính là hai người đã chia sẻ với nhau trong một nhiệm vụ, cảm thông nhau trong một hoàn cảnh và gắn bó đậm đà với nhau trong một nếp sống hạnh phúc. Sự quan tâm

của người chồng hay của người vợ trong một công việc hay trong một nhiệm vụ là điều khích lệ lớn nhất cho nhau, là niềm an ủi trên hành trình xây dựng hạnh phúc gia đình.

c)- Trong việc xây dựng hạnh phúc gia đình, cả hai người cùng nhau phải chịu trách nhiệm chung trong việc gánh lấy thành công hay thất bại trong cuộc đời mà không nên phó thác hay đổ lỗi cho ai cả. Sự nghiệp nếu được thành công thì cả hai cùng hưởng, nhưng nếu như thất bại thì cả hai cùng chịu đựng và cùng nhau dũng cảm đứng lên tìm mọi cách gỡ rối cuộc đời, không nên buông trôi theo dòng nước rồi chỉ biết than trời trách đất. Ở đời không có việc gì tuyệt đối cả, có ngày thì có đêm, có tối thì có sáng, có nước ròng thì có nước lớn, có rủi ro thì có may mắn, có thất bại thì nhất định sẽ có thành công, chúng ta nên đặt trọn niềm tin vào đó để tiến lên trên đường đời. Chúng ta nên biết rằng theo tinh thần Phật giáo chính mình tự khai thông sanh lộ cho mình mà không có ai trái thảm cho mình đi cả. ■

(Còn tiếp)



Xã hội càng phát triển, những xung đột xảy ra theo chiều dài hôn nhân càng khá phổ biến. Đứng về một phía (đa phần sự rắc rối hay giải tỏa từ nữ giới) có thể nói rằng: "Chúng ta hướng năng lực đầu tiên vào việc che chở cho người khác và bảo vệ hòa khí trong mối quan hệ, thay vì nhìn rõ vào bản thân mình. Với thời gian, chúng ta mất dần sự sáng suốt vì chúng ta đã dành quá nhiều cố gắng để thăm dò ý kiến của người kia và càng ngày càng giảm bén nhạy về những cảm nghĩ và ước vọng của mình".

Có thể nói rằng: "Sự xung đột thường bắt đầu từ tính bảo thủ, bên nào cũng cho là mình đúng và muốn bên kia phải sửa sai". Thay vì nhìn vào chính bản thân để phát hiện ý nghĩ chung thật, là mình muốn người bạn đời phải rập khuôn theo cái "quĩ đạo hôn nhân" do tự mình đặt để, mỗi bên lại cứ cho rằng mình là "nạn nhân" trong một cuộc hôn nhân bất đồng. Từ những xung đột tưởng có thể dễ dàng khắc phục, nhưng lại dần hối dẫn đến sự bế tắc hoàn toàn. Ai cũng có lý lẽ riêng và trong từng câu nói, cách biểu hiện dù ít hay nhiều vẫn chứa đầy tính chủ quan, cố chấp. Rốt cuộc, đôi bên chỉ biết nói mà chẳng ai chịu nghe ai.

Tại sao chúng ta lại đem sự bất đồng đặt vào cuộc sống hôn nhân? Tại



Phải làm gì, nếu anh ấy không chịu sửa sai?

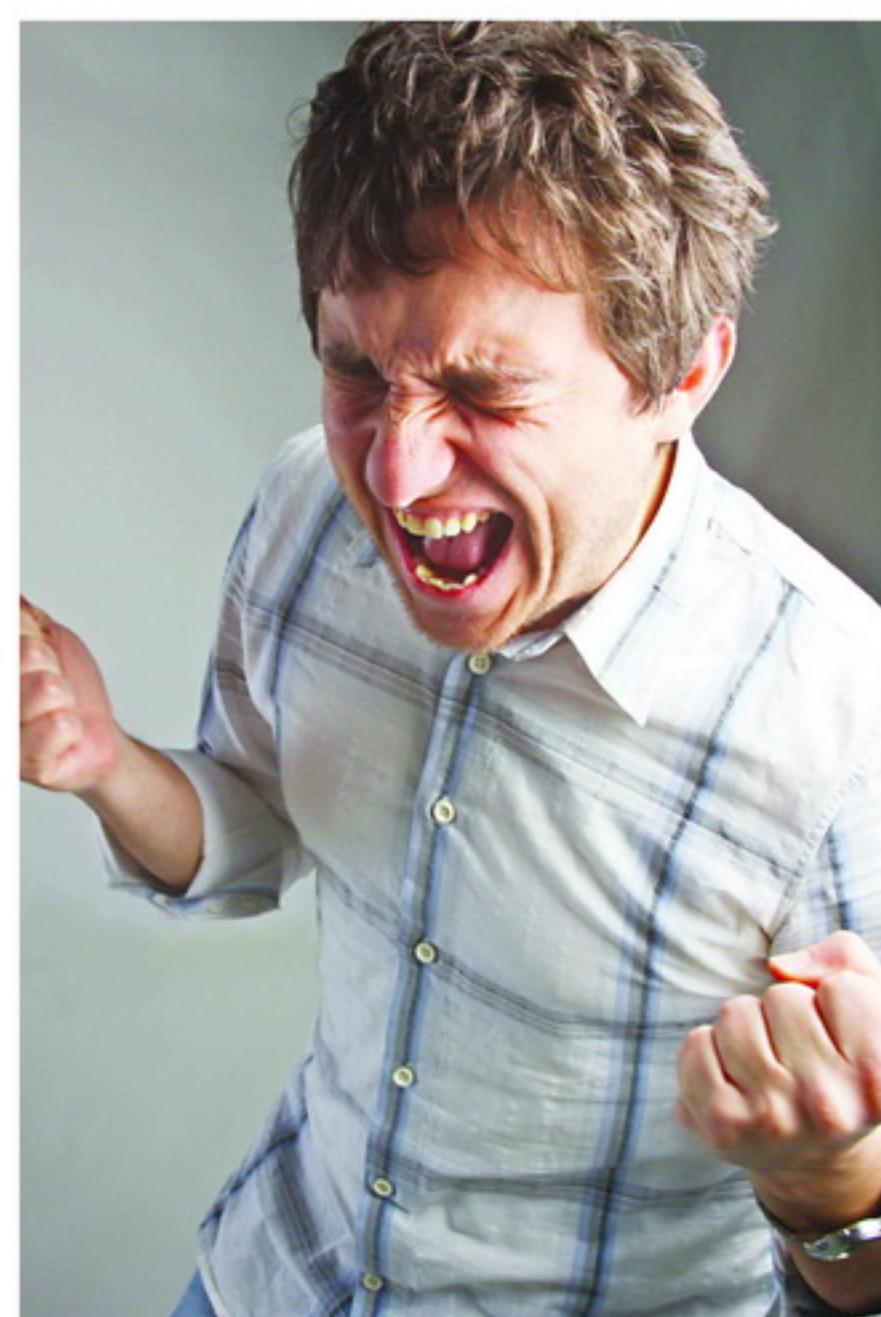
● Đăng Lan

sao chúng ta lại cứ cố kiểm soát và muốn sửa đổi người khác? Ngược lại, trong khi dùng hết sức mình để thay đổi kẻ không thể sửa đổi được, ta đã quên không sử dụng một khả năng, đó là: khả năng thay đổi chính mình.

Đúng thế, nếu muốn mối quan hệ mà ta thường trách móc được tốt hơn, ta phải tự thay đổi cách cư xử. Không thể lặp lại một nếp cũ, vốn đã dẫn chúng ta đến bế tắc rồi. Thay đổi là: Nói giọng dịu dàng hơn, có những cử chỉ gần gũi hơn, có được những hành vi thoải mái hơn...

Đôi vợ chồng T và M đã gặp phải trường hợp như vậy, suốt nhiều năm, tưởng chừng họ không thể tìm lại được hạnh phúc trước khi áp dụng phương cách hòa giải vừa nêu trên.

Sau lúc M sanh đứa con đầu lòng, T đã giảm bớt tình cảm gắn bó với vợ, anh dồn năng lực vào công việc và chú tâm đến các sở thích riêng. Còn M, trước sự đổi thay khó thể chấp nhận ấy của chồng, chị chỉ biết phản ứng theo bản năng, lúc thì giận dữ trách móc, khi thì lạnh lùng cay đắng rút lui. Thật đáng buồn - nhưng có thể đoán trước - là mối liên hệ của họ cứ thế chuyển dần từ xấu đến xấu hơn. Cuối cùng, M đã từ bỏ vai trò của kẻ "rượt đuôi", có nghĩa là cô ý thức được trách nhiệm của mình đối với những nhu cầu thuộc về bản thân, cô đã nhận rõ ra là cô không thể khiến chồng thay đổi được. Và vì vậy, để đạt được mục đích gây tạo lại hạnh phúc, cô phải có những hành động mới mẻ, cung cách cư xử hoàn toàn khác đối với chồng.





Tối hôm đó, khi các con đã lên giường nằm và chồng thì đang lục lọi mớ hồ sơ sổ sách ra làm việc - thường thì hai giờ nữa mới chịu thôi. M bước tới dìu dàng ngồi sát bên chồng. Anh khó chịu vì tưởng vợ sẽ tấn công như thường lệ, nhưng không thấy gì. Trái lại, M nói bằng một giọng đầm ấm và rất tự tin:

- Anh à, em phải xin lỗi anh. Suốt bao lâu nay, em đã đòi hỏi anh quá nhiều thứ. Bây giờ em hiểu, những thứ đó đúng ra chính em phải tự cung cấp cho mình. Có lẽ một phần nguyên do là anh vừa có gia đình vừa có công việc, còn em thì chỉ có anh và bọn nhỏ. Cái khó khăn của em hiện nay là phải cố làm một điều gì đó cho riêng mình và để khỏi phải làm phiền anh nữa.

- Ô! T thốt khẽ, vẻ mặt hơi bối rối, tìm không ra lời - Ủ, em nói đúng đấy...

Ngay tối hôm sau, M nhờ chồng trông nom cho bọn trẻ ngủ vào tối thứ ba và thứ sáu hàng tuần. Cô giải thích là có việc phải vắng nhà trong hai ngày này. Anh trả lời rằng anh bận quá nhiều công việc. Thay vì biện luận, M thu xếp thuê một người tới chăm sóc

các con thay mình. Mỗi tối thứ ba cô dự một lớp tập thiền, và tối thứ sáu thì dành để đi giải trí, thăm viếng bạn bè. Cô không đeo bám chồng nữa, nhưng không tỏ vẻ lạnh lùng hay lảng tránh. Nếu có điều gì đó trực trắc, cô còn thể hiện sự dịu dàng nồng nàn hơn thường lệ, mặc dầu vẫn tỏ thái độ cương quyết giữ vững những công việc và thời biểu mà cô đã nói trước.

Sau ba tuần như vậy, chồng cô vốn trước đây không đòi hỏi gì hơn là để cho yên thân - bắt đầu thấy bút rút. T bắt đầu ngạc nhiên khi cảm thấy thiếu vắng tiếng léo nhéo, sự bám sát của vợ. Thoạt tiên, anh gắng khiêu khích vợ bằng cách kiểm soát và đưa ra những nhận xét về các việc mà cô đã thực hiện ban ngày. M không hề trả đũa, cô giải thích rằng cô là người ưa sống tập thể, có những nhu cầu tập thể, cô không thể không đáp ứng nhu cầu đó trong cuộc sống riêng mình. Thái độ vững chải một cách nồng nàn của vợ - khác hẳn những lần hai vợ chồng mâu thuẫn trước đây - khiến anh thấy rõ quả thực là vợ đang hành động CHO CHÍNH CÔ chứ KHÔNG PHẢI ĐANG CHỐNG LẠI ANH.

Kế đó, anh bắt đầu theo sát vợ, đáng lẽ mang công việc về nhà làm thì

anh bảo rằng điều đó không cần thiết nữa, anh đề nghị với vợ là đã có người trông trẻ, anh và cô nên cùng đi chơi tối - một điều trước đây chưa bao giờ họ làm. Trong khi anh ngày càng tỏ ra bồn chồn, lệ thuộc thì ngộ nghĩnh là lần đầu tiên M cảm thấy được yên thân một mình. Trong một thời gian ngắn, họ đổi vai nhau trong điệu múa rượt theo lảng tránh, nhưng rồi sau cùng họ cũng tạo lại được thế quân bình tốt đẹp. Và, khi đã đạt được điều đó, cả hai mới nhận ra là mỗi người đều có trong tâm mình sự ao ước được lệ thuộc vào người kia, đồng thời có cả ao ước được tách ra mỗi khi cảm thấy người kia đang quá sát, quá gần.

Tình huống của đôi vợ chồng M - T đã cho chúng ta một vấn đề đáng suy ngẫm: Chúng ta không thể bắt kẻ khác thay đổi cung cách và phương thức cư xử trong cuộc sống hôn nhân, nhưng nếu chúng ta tự thay đổi chính cung cách và phương thức của mình thì điều chắc chắn sẽ xảy ra là cục diện cuộc sống hôn nhân gia đình sẽ không còn nếp cũ nữa.

Điều thách thức chúng ta, là phải biết thận trọng lắng nghe con giận của mình và biết sử dụng chúng để đổi thay, đồng thời cũng biết gìn giữ những gì là giá trị truyền thống của nữ giới.■





Những tâm lòng BỒ TÁT

● Minh Mẫn

Tháp tung cùng chị Liên Hoa và Việt Ly và cu Bờm, lên dốc 12, huyện Định Quán thăm cơ sở mầm non Từ Tâm – do sự bảo trợ của nhóm “Hiểu và Thương” thành lập gần 5 năm; một trường tư thục theo đánh giá của “giáo dục – đào tạo huyện, đây là trường kiểu mẫu về chất lượng giáo dục, chăm sóc lắn cơ sở vật chất rất tiêu chuẩn, để những trường khác noi theo.

Những năm về trước, nơi đây là cơ sở dạy may cho các con em địa phương, tạo công ăn việc làm tại chỗ khi mà vùng ven Định Quán vẫn còn trong tình trạng chật vật về cuộc sống. Nhưng khi các em vũng tay nghề, tự động ra ngoài tìm việc, cứ thế mà cơ sở không phát triển theo dự tính của Sư cô Thuần Tâm và chị Việt Ly.

Trên 10 năm về trước, Việt Ly trong chuyến từ thiện thường kỳ từ nước ngoài về, đến ủy lạo cho bệnh

nhân tại bệnh viện Chợ Rẫy, bắt gặp một cô gái băng bó kín cả đầu và mặt, được biết, cô bé ngoài 20, đã bị một thanh niên tạt axít vì không chấp nhận tình cảm của anh ta; anh ta dùng tình cảm để lừa thiếu nữ đem bán qua Tàu. Người thanh nữ có tên thật đẹp – Ngọc Ly, đã chịu tàn tật suốt đời vì nhan sắc bị hủy hoại. Việt Ly đã giúp đỡ Ngọc Ly và gia đình, đến khi vết thương không còn hành hạ tuy gương mặt biến thành dị dạng, Việt Ly xây cất am thất để nạn nhân cùng người thân an phận trong những ngày còn lại.

Trong thời gian nạn nhân tạm trú ở phòng trọ để tái khám, tiếng khóc trẻ thơ cuối

con hẻm đã làm cho nạn nhân xót xa hơn cả khuôn diện đang bị tàn phá. Khi biết cha mẹ của bé sắp đem cháu vứt bỏ vì quá nghèo, không có tiền đóng nhà trọ, không nuôi nổi ba miệng ăn đang hiện diện; nạn nhân khẩn thiết yêu cầu mẹ giúp đỡ cháu bé mặc dù biết rằng nhà đã kiệt quệ vì việc chữa trị vết thương suốt thời gian dài. Cô Việt Ly lại dang tay tiếp đón thêm cháu bé. Thế là phải nhờ người nuôi bé để Việt Ly rảnh tay làm từ thiện.

Khi ổn định về tinh thần cũng như thể xác, Ngọc Ly có duyên thọ pháp với Hòa thượng tọa chủ Thường Chiếu, từ đó có Pháp danh Thuần Tâm, được phép lìa chúng để ẩn cư noi thanh vắng tu tập. Sư cô Thuần Tâm cùng với bào đệ Thuần Quý trông nom nhà trẻ khi phòng dạy may không còn hoạt động.

Nhà trẻ Từ Tâm có mặt từ đây, được sự yểm trợ của chương trình “Hiểu và Thương” hơn bốn năm qua. Việt Ly trở thành người thân trong gia đình của Sư cô Thuần Tâm, và cơ sở nuôi dạy trẻ cũng trở thành nhà mồ cho bất cứ ai đến đi tùy thích. Tuy tàn nhưng không phế, Sư cô Thuần Tâm hoạt động nhà trẻ như hoạt động tu tập thường nhật, một cách tinh chuyên và có trách nhiệm. Nơi đây, cũng đã nuôi dưỡng cu Bờm cho đến khi Việt Ly nhận làm con nuôi bảo lãnh ra nước ngoài; nghỉ hè, cu Bờm được mẹ cho về Việt Nam để làm từ thiện với mẹ; tuy còn rất nhỏ, Bờm đã thể



hiện lòng từ đỗi với mọi sinh vật, Bòm tự nguyện ăn chay giống bồ mẹ.

Trên 10 năm, khắp những nẻo đường đất nước, Việt Ly được sự đồng ý của phu quân, tự nguyện đích thân đến với những mảnh đời cơ cực từ thôn xa rừng vắng. Phú Thọ, Quảng Ninh, Hà Nam, Vinh, Nghệ Tĩnh, Lào Cai, Yên Bái, Sơn La, Hòa Bình... cho đến Cà Mau, Bạc Liêu... nơi nào cũng có bước chân một thân một bóng của Việt Ly mang từng phần quà trực tiếp đến với dân nghèo. Xây trường, đóng giếng, có những năm Việt Ly làm được 20 công trình như thế. Năm nay, có cả chị Liên Hoa từ Houston về cùng tham gia ra tận núi rừng Tây Bắc. Việt Ly mang từng chiếc bong bóng, từng món đồ chơi và hàng chục ký bánh kẹo từ Nhật về cho các cháu noi rừng núi quanh năm mây phủ. Núi rừng Tây Bắc giao thông khó khăn, bên vực thẳm, bên vách núi, con đường đù một chiếc xe hai bánh trơn trượt sỏi đá, thế mà hai mẹ con Việt Ly và chị Liên Hoa bám gót xe ôm vào tận bản làng thượng du. Không ai có thể tin rằng Việt Ly là vợ của một sĩ quan quân y trong quân đội một cường quốc, có thể chịu cam khổ để đến với đồng bào thiểu số, nghèo khổ nơi xa xôi. Hôm qua ở miền Bắc thì hôm sau đã có mặt tại Cà Mau. Trong đợt về lần này, chị Liên Hoa và Việt Ly đã dạy nghề, bán trang sức pha lê để giúp cho hội người tàn tật do chị Thủy Tiên và chị Hồng Yên cai quản. Sau đó, hai chị lại xuống

miền Tây để khánh thành cầu cống và lập dự án cho chương trình sắp tới.

Ba giờ sáng Việt Ly về lại TP. Hồ Chí Minh để đi Định Quán, cô ta ngủ gà ngủ gật via hè chò đợi nhà ở tạm mờ cửa lúc 7 giờ sáng. Do vất vả, thiếu ngủ và ăn uống thất thường, Việt Ly phờ phạc trông thấy, thế nhưng, Việt Ly cảm thấy vui và đủ sức vượt qua khi mình đem lại niềm vui cho kẻ khác. Trông trẻ con vùng cao không có áo quần mà vẫn tỏ ra vui sướng khi nhận những đồ chơi và bánh kẹo, đó là nguồn an ủi và phần thưởng xứng đáng bù đắp cho nỗi vất vả của Việt Ly.

Ít có ai chịu khó tay xách nách mang linh kính vật dụng từ cái chén đũi đũa cho đến những gì mang được cứ mang về cho đồng bào mình; Lo cho người là thế, nhưng bản thân mình, cô ta rất ư dè xén khi tiêu xài. Hai vợ chồng đều trưởng trai, đều có tâm nguyện xả kỵ hy sinh cho đồng bào. Hàng chục năm gắn bó với từ thiện, Việt Ly đủ uy tín để những tấm lòng Bồ tát nơi hải ngoại gửi tấm lòng chung tay làm phước. Người Việt không những đóng góp cho dân nghèo tại quê mình, không thiếu những Phật tử từng làm thiện nguyện trong các bệnh viện, nhà dưỡng lão...nơi đất khách, họ là những bác sĩ, kỹ sư, giáo chức... đó là tâm hồn Bồ tát đã được thẩm nhuần đạo lý nhà Phật.

Rất nhiều đoàn từ thiện đem cơm gạo cho người nghèo chỉ giải quyết vài ngày đói, là hạt muối bỏ biển hoài

công, thì chương trình "Hiểu và Thương" như Việt Ly đem lại lợi ích lâu dài cụ thể để con em có trường học, người dân có nước sạch sử dụng, có cầu đường để đi và có công ăn việc làm ổn định. Những công hạnh Bồ tát cộng thêm trí tuệ sẽ đem lại lợi ích dài lâu khi mà dân mình còn khó khăn mặt chứ không chỉ áo mặc com ăn.

Còn rất nhiều công hạnh Bồ tát âm thầm đóng góp vật chất, nhưng còn một góc độ khác, đó là nền tảng đạo đức đang thiếu hụt trầm trọng vì thế mà tệ nạn xã hội ngày càng phát triển đa dạng. Trách nhiệm này là của tôn giáo, không chỉ truyền giảng nơi cơ sở tín ngưỡng mà còn phải đi sâu vào tầng lớp xã hội để cỏ hoang giàm bớt lan tràn. Chương trình giáo dục đào tạo của Nhà nước hiện nay không đủ vực dậy nền tảng đạo đức cha ông để lại. Hậu quả xáo trộn ngày nay do nhiều thế hệ không được giáo dục đạo đức tín ngưỡng.

Ai đó song hành hoạt động xã kỹ như Việt Ly và các anh chị khác trong và ngoài nước hiện nay, trong mảng giáo dục đạo đức xã hội tự nguyện thì hy vọng tương lai không xa, xã hội ta có tôn ti trật tự hơn, biết tôn kính lẫn nhau hơn.

Người dân còn đói khổ thì những tấm lòng Bồ tát vẫn còn hành hiệp, bởi vậy, đức Địa Tạng Vương đã nói: "Ta không vào địa ngục thì ai vào? Chừng nào địa ngục không còn một chúng sanh thì lúc đó ta mới thành Phật." ■



Thuở xưa có một vị vua sống rất nhân từ và đức độ, giúp dân chúng an cư lạc nghiệp trên tinh thần đoàn kết yêu thương giúp đỡ lẫn nhau bằng tình người trong cuộc sống, nhưng lại không có con trai, chỉ có đứa con gái duy nhất. Vua và hoàng hậu mới cùng bàn nhau để kén chọn hoàng tử kế thừa ngôi vị trong mai sau. Để kén chọn được một vị hoàng tử tài đức vẹn toàn, nhà vua cho truyền lệnh khắp tất cả đất nước ai là con trai hãy đến đền vua để chuẩn bị cuộc thi có một không hai từ trước tới nay. Đặc biệt cuộc thi này khác lạ và có vẻ đòi hỏi một nhân cách siêu việt của con người tâm linh hơn.

Mỗi chàng trai đều được nhận một gói hạt giống hoa như nhau, rồi đem về ương lên nếu cây hoa nào đẹp nhất ta sẽ chọn làm hoàng tử và được cưới cô công chúa. Thời hạn trong một tháng, các chàng trai ai nấy cũng đều vui vẻ phấn khởi, vì việc kén chọn hoàng tử quá đơn giản chỉ chịu khó chăm sóc một chậu hoa thật đẹp sẽ được một cô công chúa xinh đẹp kiều diễm và giang sơn gấm vóc.

Đến kỳ hạn, mỗi chàng trai đều đem đến những chậu hoa thật là xinh đẹp, không thể chê vào chỗ nào được, người đến xem ai cũng trầm trồ khen ngợi những chậu hoa đẹp tuyệt vời, ít thấy từ xưa nay. Vậy mà nhà vua và hoàng hậu vẫn không hài lòng trước vẻ đẹp sắc sỡ của các chậu hoa. Như còn đang chờ đợi một cái gì đó.

Các chàng trai bây giờ đang hồi hộp và nao nức, để chờ đợi kết quả ai cũng có vẻ mặt hết sức là hân hoan. Bỗng có một chú bé ôm một chậu đất không chạy vào, vừa khóc, vừa mếu máo trông rất thảm thương. Vua mới hỏi: "Vì sao con lại khóc?" Chú bé thật thà thưa: "Tháng trước con nhận được gói hạt giống hoa đem về con tìm đất tốt, phân bón đầy đủ, chậu đẹp con chăm sóc hết sức kỹ lưỡng và chu đáo, vậy mà không có một cây hoa nào mọc lên" Vua bấy giờ mới cảm thấy hài lòng vì đã tìm ra vị hoàng tử tương lai. Vua dẫn chú bé ra trước mặt mọi người tuyên bố "Đây mới chính là hoàng tử của ta" làm cho tất cả các chàng trai

đang có mặt cảm thấy khó chịu trước lời tuyên bố chê bỉu của nhà vua.

Bỗng dung mọi xôn xao bàn tán đều ngưng bặt, mọi người đều chờ sự giải thích của nhà vua. Nhà vua tuyên bố chú bé này xứng đáng là hoàng tử của ta, vì sao? Vì chú bé này rất "Thành thật" ta đang cần một con người thành thật! Ngừng một lúc rồi nhà vua nói tiếp, hạt giống mà ta trao cho các người đã bị luộc chín không thể nào lên được. Các chàng trai trẻ nghe nhà vua nói như thế mọi người tự nhìn lại nhau, đồng nói lên quả thật tất cả chúng con đều gian dối. Vì sợ không có chậu hoa

đẹp nên chúng con đã mua cây hoa khác thế vào. Cuộc thi đã chấm dứt, chú bé được chọn làm hoàng tử.

Thành thật có nghĩa là không dối gian. Thành thật là một đóa hoa thơm của đạo đức, là bản chất tốt của bậc hiền thánh. Người thiếu thành thật là người hay dối gạt kẻ khác. Tại sao mọi người hay gian dối? Khi gian dối như thế chúng ta sẽ được gì! Được lợi trước mắt, nhưng họ lại lâu dài cho mình và người mai sau.

Câu chuyện trên đã cho ta một bài học đạo lý hết sức đơn giản mà giá trị của nó không thể nghĩ bàn. Ở đời ít ai

GIÁ TRỊ của thành thật

● Phong Trần Trúc Giác

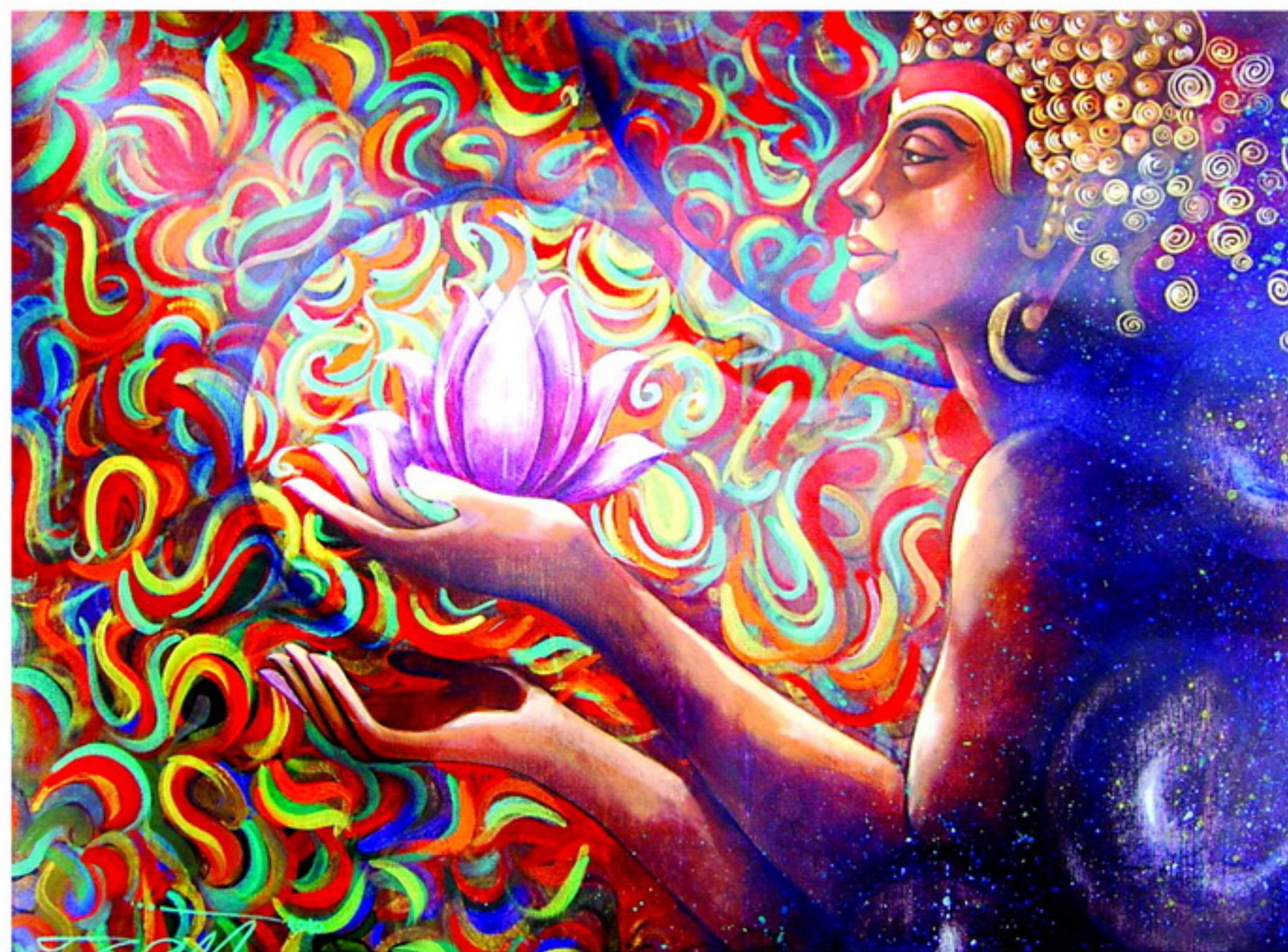


can đảm dám nhận chịu sự thật và nói lên sự thật. Do đó sống với nhau toàn bằng các hình thức giả dối bên ngoài để được lòng nhau. Sự tiến bộ của tiện nghi văn minh vật chất làm cho con người càng ngày nghiêng về hưởng thụ nhiều hơn. Vì muốn mọi người chung quanh cung kính và ngưỡng mộ mình, nên ít ai ý thức giữ được lòng thành thật. Đó là một sự thật quá đau buồn của thế nhân trong cuộc sống hiện tại, mặc dù ai cũng biết rằng thành thật là một đức tính tốt. Từ người thân trong gia đình cho đến mọi người trong xã hội, ai cũng muốn người khác thành thật với mình. Nhưng thực tế đã cho chúng ta thấy, hầu như mọi người đều sống giả dối với nhau nhiều hơn. Nên dân gian có câu châm biếm mĩa mai:

*"Lèo lách lừa lọc lẹt lương,
Thật thà thành thật thường thua thiệt".*

Nên người sống thành thật rất bị nhiều người ghét bỏ và kẻ xấu có thể lợi dụng hâm hại. Tuy nhiên người có tấm lòng từ bi rộng lớn và vị tha thì lúc nào cũng thành thật. Chúng ta không vì thế mà trở nên điêu ngoa xảo trá do những tổn thất nhỏ nhặt vì quyền lợi mà bỏ đi tấm lòng thành thật của mình. Tiên bậc lợi dưỡng mắt đi chúng ta có thể làm kiềm lại được. Một khi lòng thành thật mất đi chúng ta sẽ trở thành một con người không có nhân cách đạo đức tốt. Người có nhân cách đạo đức thì luôn được hưởng những đặc ân tốt đẹp, dù kẻ xấu có muốn hâm hại cũng không làm gì được. Chúng ta có thể qua mắt được pháp luật, dối gạt mọi người, nhưng không thể dối gạt chính mình và luật nhân quả rất công bằng sòng phẳng, khi hội đủ nhân duyên. Ngày nay trong xu hướng thời đại phát triển con người càng đông, vì thế nhu cầu sự sống càng nhiều, các nhà kinh doanh dựa theo lòng tham của con người để quảng cáo sai sự thật về sản phẩm của mình nhằm lừa bịp khách hàng. Cho nên dân gian có câu: "Mua lầm chó không bán lầm".

Một số người tu vì muốn người khác cung kính mình để được nhiều lợi dưỡng tiếng tăm, mình chưa chứng đạo đạt đạo mà dối xưng mình đã đắc đạo. Vì lợi dưỡng cho chính mình mà chúng ta lạm dụng nói dối, trong nhà Phật gọi



là đại vọng ngữ. Ai phạm vào tội này quả báo về sau rất nặng nề, vì đã lạm dụng sự cung kính lợi dưỡng của nhiều người. Chúng ta có thể lừa dối một người hoặc nhiều người trong một thời gian nào đó, chứ không thể lừa dối mọi người mãi mãi. Sự thật vẫn là sự thật, một lúc nào đó sức mạnh của chân lý sẽ được phơi bày.

Vậy, vì sao con người ta hay gian dối, nói dối như vậy có mục đích gì? Phần lớn con người ta nói dối có hai mục đích: Nói dối để đem lại lợi ích cho mình, nói dối để vu khống hại người. Thông thường người tu nói dối để được sự cung kính và lợi dưỡng, hoặc nói dối để che đậm lỗi lầm của mình. Có năm vị Tỳ kheo vì muốn mọi người cúng dường nhiều nên đã nói dối mình đắc đạo, do đó sau khi chết bị đọa vào ác đạo vô số kiếp để trả quả. Đến khi được làm người thì làm người hèn hạ thấp kém. Hoàng hậu Mạc Lợi sau khi đảnh lễ đức Thế Tôn và cung kính cúng dường xong, mới ngồi sang một bên hỏi rằng, con nhiều đời do gieo nhân gì mà hiện tại được làm hoàng hậu. Phật mới nói, ở nhiều kiếp lâu xa do hoàng hậu là một Phật tử thuần thành, đã cung kính cúng dường năm vị Tỳ kheo, năm người này đã nói dối mình đắc đạo nhưng lại không tu hành gì hết chỉ thọ hưởng cho qua ngày tháng. Đến khi chết vô số kiếp bị đọa vào ba đường ác để chịu quả khổ

đau. Trong đời hiện tại được sinh trở lại làm người nô lệ hạ tiện và trở lại phục dịch cho hoàng hậu. Nghe đến đây, bà hoảng hốt mới hỏi đức Phật rằng: "Vậy năm thầy đó đang làm gì cho con". Đức Phật mới từ tốn trả lời: "Bốn người khiêng kiệu, một người dọn dẹp chà rửa nhà vệ sinh cho bà." Hoàng hậu sau khi biết được nguyên nhân cho nên tuyên bố phóng thích năm người đó. Nhưng năm người này vì duyên nợ năm xưa chưa hết nên đã xin bà tiếp tục làm công việc đó vô điều kiện.

Câu chuyện trên là một bằng chứng thiết thực để cảnh tỉnh những người tu hành như chúng ta hiện nay. Người đang hướng dẫn sự thật của chân lý cuộc đời, kêu gọi và khuyên nhủ mọi người hãy nên sống thành thật, tức không dối gạt người khác. Một sự bất tín, vạn sự bất tin. Một lần nói dối đã làm cho mình mất uy tín, thì một vạn lần sau, dù chúng ta có nói đúng làm đúng, nhưng khó có ai tin. Tuy nhiên có những chuyện ta cần phải nói dối để cứu người tai qua nạn khói, nếu nói sự thật sẽ làm hại cho kẻ khác. Ngày nay vì nhu cầu sự sống các dịch vụ quảng cáo thường nói sai sự thật để kích thích lòng tham của nhân loại, con người ta vì tham tốt tham rẻ nên bị sụp bẫy các nhà kinh doanh. Tán tận lương tâm hon, vì lợi dưỡng mà một số người đã dùng hóa chất độc hại để đưa vào thức ăn thực phẩm cho con



người bất chấp hậu quả bệnh hoạn chết chóc về sau. Nhan nhẫn mỗi ngày báo chí thường đăng tin ngộ độc thức ăn tập thể, do lòng tham con người quá đáng nên chỉ biết lợi nhuận trước mắt mà không biết hậu quả về sau. Vậy mỗi người chúng ta, hãy nên thành thật như chú bé ôm cậu không, mà được làm hoàng tử.

Nói sự thật đem lại lợi ích cho người nghe.

Nói sự thật đem đến sự tác hại cho người nghe.

Nói dối đem lại lợi ích cho người nghe.

Nói dối đem đến tai hại cho người nghe. (hoặc hại mình)

Đây là bốn trường hợp nói thật và nói dối, chúng ta phải xem xét từng nguyên nhân để không làm tổn hại cho tha nhân.

Trường hợp thứ nhất: Nói sự thật để đem lại lợi ích cho người nghe, như chúng ta nói về sự công bằng của luật nhân quả và lý duyên sinh, nói cho đủ là nhân duyên quả. Ai gieo nhân gì sẽ gặt quả đó, dù trăm kiếp ngàn đời vẫn không mất, khi hội đủ nhân duyên quả báo hoàn tự hiện. Chỉ có người làm việc đại thiện hoặc đại ác thì quả báo có thể thay đổi theo chiều hướng khác. Người hay giết hại thì quả báo bị giết hại trở lại, chết yếu hoặc bị bệnh tật triền miên. Người hay bố thí thì được quả báo

giàu sang có nhiều của cải, người hay khiêm hạ thì sẽ được địa vị cao. Người hay siêng năng học hỏi sẽ được thông minh sáng suốt, người hay vô ngã vị tha sống vì mọi người thì sẽ được đạo đức chói sáng như hương thơm bay ngược chiều gió vậy.

Trường hợp thứ hai: Nói sự thật đem lại tác hại cho người nghe nhiều khi gây ra hậu quả không thể lường. Có một thầy Tỳ kheo vì không dám nói sự thật sợ chúng sinh bị quá khổ, nên bị nghi ngờ là kẻ cắp chiếc nhẫn kim cương, do đó bị chủ nhà đánh đập một cách tàn nhẫn. Trên đời này có rất nhiều người khi đã ý thức được lợi ích của lời nói chân thật, nên dứt khoát không bao giờ nói dối và cũng không bao giờ nói lên sự thật để hại người hại vật. Đó là hạnh chân thật của những vị Bồ tát phát tâm đi vào đời vì lợi ích chúng sinh.

Vị Tỳ kheo vì thương chúng sinh nên không dám nói sự thật, chấp nhận bị gia chủ đánh thê thảm thân mình đầy thương tích. Đến khi con ngỗng vô tình bị con trâu đâm đạp lên mình chết liền tại chỗ. Lúc này vị Tỳ kheo mới nói rằng con ngỗng đã nuốt chiếc nhẫn. Gia đình liền cho người mổ con ngỗng và lấy lại được chiếc nhẫn. Sau đó cả gia đình đều quỳ xuống lễ lạy để tạ lỗi sám hối, mong ngài tha thứ cho. Vị Tỳ kheo vì thương chúng sinh sợ chúng bị giết hại, nên không dám nói lên sự

thật đành cam chịu oan bị đánh đập. Nếu nói về lý rõ ráo thì vị Tỳ kheo tu theo hạnh nhẫn nhục Ba la mật, nên chấp nhận chịu đau thương về phần ta, thà mình chịu hy sinh thiệt thòi chó không để kẻ khác đau khổ.

Nếu nói về tình người, vị Tỳ kheo khi thấy con ngỗng nuốt chiếc nhẫn, chỉ báo với chủ nhà thì mọi việc sẽ êm đẹp, vì phước của loài vật kém hơn con người. Chiếc nhẫn lại là của nhà vua gọi làm dùm, nếu thật sự bị kẻ gian lấy đi thì gia đình nọ sẽ chịu họa thê thảm biết chừng nào. Trong con khung hoảng lo sợ về sự mất mát ấy, hỏi sao gia đình nọ không tàn nhẫn vì trong nhà lúc đó chỉ có vị Tỳ kheo, nếu ngài không lấy thì ai lấy. May mà sự việc đã được sáng tỏ, con ngỗng bị trâu giẫm chết, nếu không thì sao? Chúng ta giả sử nếu con ngỗng không bị chết đột ngột như vậy, thì chuyện gì sẽ xảy ra. Vị Tỳ kheo sẽ bị bắt đưa lên vua xét xử, nếu đặt ta vào trường hợp đó sẽ chỉ ngay con ngỗng là thủ phạm, coi như mọi việc sẽ êm xuôi. Đằng này, vị Tỳ kheo biết con ngỗng như vậy tại sao lại lặng thinh để chấp nhận bị đánh đập, mà không một lời than oán. Đây là công hạnh cuối cùng của Bồ tát, nên đã an nhẫn chịu mọi thống khổ thế cho chúng sinh, nếu nói liền con ngỗng sẽ bị giết và ngài sẽ không thành tựu hạnh nhẫn nhục Ba la mật.

Câu chuyện trên dường như thấy hoang đường, người đọc khó có thể chấp nhận được vì nó ngoài sự hiểu biết của ta. Bởi chỗ này, chỉ có Bồ tát với Bồ tát mới thông hiểu được. Đa số người thế gian cho đó là phi lý, con ngỗng nuốt chiếc nhẫn thì cứ nói nuốt chiếc nhẫn có sao đâu. Thôi thì chỗ này mỗi người tự quán chiếu suy tư, sẽ thấy được giá trị thiết thực của nó.

Còn có trường hợp nói dối để đem lại lợi ích cho người nghe và ngược lại nói dối sẽ đem lại tai hại cho người nghe. Như chúng ta đang thấy một người cầm dao đến để tìm người giết, nếu ta nói sự thật thì việc gì sẽ xảy ra? Tất nhiên án mạng sẽ xảy ra nhẹ lấm cúng kể từ người tội. Cho nên nói đúng sự thật cũng chưa hẳn là tốt, chúng ta phải biết tùy thời, tùy duyên, nói làm sao đem lại lợi ích cho nhiều người.■

NIỆM PHẬT

trong tạp niệm

● Thích Phổ Huân

Người niệm Phật là người cất bước trên con đường về Cực Lạc. Không luận là niệm nhiều hay ít, tán tâm hay nhất tâm. Hễ có niệm Phật là có chủng tử Phật, không sớm thì muộn cũng về đất Phật. Tuy nhiên điều quan trọng nhất của niệm Phật là có lòng tin. Tin Phật Thích Ca không bao giờ nói dối. Tin Phật A Di Đà sẽ tiếp dẫn và tin mình sẽ được vãng sanh. Chỉ cần đủ niềm tin như vậy

một cách vững vàng kiên cố thì bước đi đến Cực Lạc chắc chắn phải tới.

Niệm là cất bước đi, tin là phương tiện giúp cho việc đi mau tới. Riêng về tán tâm niệm Phật cũng đừng lo ngại chi cả, vì có ai lại biết được là mình nhất tâm, nếu biết mình đang nhất tâm niệm Phật thì cái biết này đã là tán tâm rồi. Cho nên có thể hiểu nhất tâm niệm Phật là giờ phút chót của đoạn đường đến Cực Lạc.

Nhưng nói vậy không có nghĩa là ta không có được giây phút nhất tâm



nào lúc đang niệm Phật. Dĩ nhiên là phải có, mà có đây cũng được xem như không, vì đã nói khi biết được nhất tâm là đã có sự động (biết) trong khi niệm Phật rồi. Thành ra có nhất tâm hay không điều này ta đừng lo ngại.

Cái lo ngại nhất của người niệm Phật là quên niệm Phật. Khi ta quên niệm Phật thì ngay lúc đó ta đã dừng lại bước đi tới hướng về Cực Lạc, mà đứng lại cũng còn may mắn chỉ sợ ta bị đẩy lùi nữa là khác. Người ta thường nói không tiến át phải lùi nghĩa là vậy. Những hình ảnh tư tưởng tham vọng, sân hận là sức đẩy xô ta lùi lại sau. Sức đẩy của chúng có thể mạnh hơn câu niệm Phật nếu ta niệm lo là biếng trễ.

Chúng ta cũng đừng lo ngại rằng niệm Phật xen vào công việc giao tế sinh hoạt, ăn uống, vệ sinh là bất kính. Trong hoàn cảnh vậy, đây mới là sự niệm Phật chí thành tinh tấn, bởi đó chứng tỏ định lực nhớ ghi của ta đã vững vàng. Hơn nữa niệm Phật là niệm cái tánh giác Phật tánh của mình thì việc khắc ghi mãi tánh giác ấy vẫn hợp với Phật pháp. Và hẳn nhiên trong tình huống như thế không thể nào niệm ra tiếng được, mà chỉ nhớ ghi thôi. Nhớ rằng ta đang biết câu niệm Phật trong đầu đang tuôn chảy. Do vậy nếu có lo ngại là lo ta có thường nhớ câu niệm Phật hay không?

Với công việc lao động bằng tay chân thì còn dễ niệm, chứ việc làm tính toán nghĩ suy bằng trí óc hay vào những lúc hẫu chuyện với người làm sao niệm được! Trường hợp như thế ta phải giải quyết hoàn tất công việc đó, nhưng cố gắng làm sao trở về với câu niệm Phật được lúc nào hay lúc đó. Đây không phải là điều gượng gạo phân tâm, khó xử mà là phương tiện luyện tâm niệm Phật vậy.

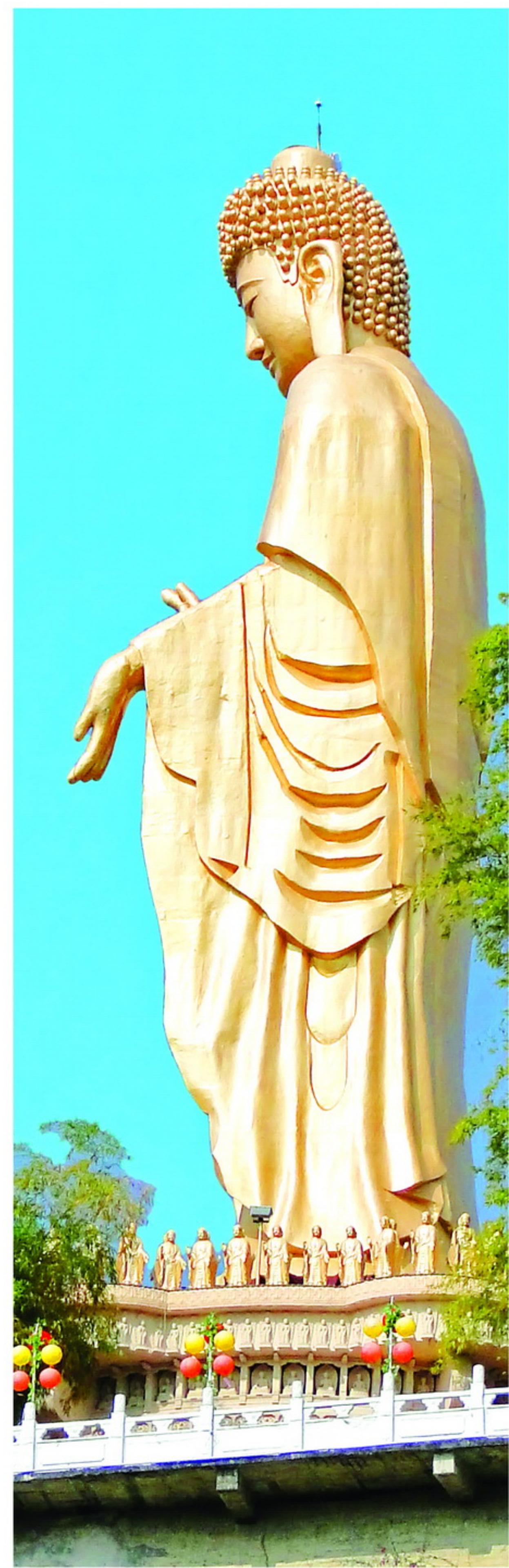
Trong cuộc sống hằng ngày tâm niệm của ta thường lảng xăng chạy theo muôn chuyện, đầu óc chẳng bao giờ muốn ngừng nghỉ, bởi vậy mỗi câu niệm Phật hay bị xen vào những tạp niệm. Nhưng thử nghĩ nếu ta không niệm ngay lúc này mà đợi đúng giờ đúng khắc trì kinh mới niệm thì làm sao định lực niệm Phật có đủ sức để trừ khử tạp niệm ngày càng dung dưỡng trong ta. Chẳng nói gì ngoài giờ tụng

kinh lễ Phật mà ngay luôn giờ phút trang nghiêm thanh tịnh trước bàn Phật tạp niệm vẫn tấn công vào. Việc này cho ta thấy, là ta đã quá xem thường tạp niệm, nên dễ duôi, tự do cho nó vào ra thoải mái. Hay đúng hơn là ta đã không thực tập niệm Phật ngay trong tạp niệm. Nếu ta thực sự không ngại gì niệm Phật trong lúc bận bịu, rộn ràng, lúc đi, đứng, nằm, ngồi, ăn uống, làm việc, tiếp chuyện v.v... mỗi mỗi giây phút niệm Phật, có mặt trong giờ phút vừa thức dậy đi vào cuộc sống, cho đến đặt lưng xuống ngủ, kể cả đến lúc nhắm mắt ngủ quên mới thôi, thì ta có lo gì tạp niệm nổi lên trong giờ phút trì kinh trước điện Phật.

Hay dù cho tạp niệm có móng lén trong lúc trang nghiêm đó, thì cũng chỉ tồn tại trong khoảnh khắc rồi sẽ biến mất đi. Bởi đó là do ta có thực tập, sẵn sàng ứng phó với tạp niệm, và vậy không còn lo lắng. Thế là ta trở về với lời kinh tiếng kệ một cách dễ dàng.

Chúng ta có thể đồng ý rằng còn sống là còn có tạp niệm. Vì tạp niệm là do duyên căn (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý) tiếp xúc với cảnh trần (sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp) tạo ra bao hành động của thân và tâm. Bằng hình thức này, mức độ kia bất cứ người nào trong xã hội vẫn không tránh chạy được tạp niệm, tuy vậy chúng ta cũng thấy có tạp niệm con người mới có phân biệt điều tốt việc xấu, và như không có phân biệt, thì làm sao con người phát triển được những tư duy. Các vị Thánh, Tổ ban so cũng từ tạp niệm mà cuối cùng đi dần đến nhất niệm, cũng như mượn phương tiện trở về cứu cánh. Vậy thì niệm Phật trong tạp niệm vẫn là một việc rất quý, khó hành, huống chi muốn có nhất niệm phải từ tạp niệm mà ra, chỉ sợ là, ta có niệm được trong lúc tạp niệm hay không! Hay suốt đời sống chìm trong tạp niệm.

Nói rõ lại con đường đi đến Cực Lạc trước sau gì cũng hiển lộ rõ ràng trước mắt người niệm Phật. Và phương tiện để đưa hành giả niệm Phật đến đích mau hay chậm, chắc chắn hay không là do sức niệm Phật của hành giả. Cuối cùng thì niệm Phật muốn được nhất tâm thì phải niệm ngay trong tạp niệm.■



GIỚI HẠN của đồng tiền

● TT. Thích Nhật Từ

Kim Long đánh máy
bài giảng tại chùa Giác Ngộ
và Giác Minh Duyên
hiệu chỉnh phiên tâ



Tiền không phải là tất cả

Phần lớn chúng ta đều biết giá trị tích cực của đồng tiền, nhưng phân tích về giới hạn và sự tiêu cực của nó thì ít người đề cập vì nhiều lý do khác nhau.

Thứ nhất, người ta cho rằng “tiền là tiên là Phật, là sức bật tuổi trẻ, là sức khỏe tuổi già, là cái đà danh vọng, là cái lọng che thân, là cán cân công lý”. Quan niệm sai lầm về giá trị giao hoán của đồng tiền khiến con người chạy theo bằng nhiều hành động phi pháp, dẫn đến kết quả ngồi tù. Hậu quả đó còn đeo bám chúng ta từ kiếp này sang kiếp khác dưới hình thức nhân quả.

Thứ hai, khi không thấy mặt giới hạn của đồng tiền thì việc có nhiều tiền sẽ làm cho người ta tiêu xài hoang phí và đánh mất chính mình trong sự hưởng thụ, mà cứ nghĩ rằng đó là nguyên nhân dẫn đến hạnh phúc. Rơi vào sai lầm này, chúng ta bỏ quên giá trị tương lai mà việc hối hận đôi lúc đã muộn màng.

Thứ ba, để thấy rõ giới hạn của đồng tiền thì việc so sánh đối chiếu giúp chúng ta thấy và tránh được nó dễ dàng hơn.

Trong bài pháp thoại này, tôi chủ yếu dựa vào các câu ngạn ngữ Trung Quốc hiện nay được dịch và khá phổ biến. Nguyên văn gồm gần hai mươi câu phát biểu. Tôi chọn lọc nêu ra vài câu để thông qua đó, chúng ta cùng thấy rõ những giới hạn và tránh được tác hại tiêu cực do sử dụng đồng tiền sai phương pháp. Nếu hiểu đồng tiền là kẻ đầy tớ trung thành phụng sự cho hạnh phúc chân chính của con người thì đồng tiền đó được gọi là đồng tiền khôn. Nhưng nếu hiểu đồng tiền là chủ nhân sai sứ, định đoạt tất cả

mọi thứ thì đó là đồng tiền dại hay đồng tiền ma, dẫn dắt ta vào con đường đọa lạc và mất hạnh phúc.

"Tiền có thể mua được ngôi nhà nhưng không thể mua được tổ ấm"

Ngôi nhà thuộc về vật chất với không gian lớn nhỏ, trang trí nội thất ngoại thất, cảnh sân vườn, các vật dụng trong nhà nhiều hay ít, một phần lệ thuộc vào tài chính của gia đình, một phần lệ thuộc vào thói quen và phong cách sống. Người Trung Hoa có khuynh hướng không thích trang trí nhà cầu kỳ mặc dù họ rất giàu, vì đôi lúc nó thu hút kẻ trộm ghé mắt, đánh hơi. Bên trong căn nhà tuy nhiều vàng nhưng màu sắc trang trí căn nhà chẳng hấp dẫn chút nào.

Mái nhà có thể là phương tiện tốt để tạo ra mái ấm gia đình nếu ta biết cách. Một túp lều tranh hai quả tim vàng chỉ là mô hình tình yêu lý tưởng. Hễ cái gì lý tưởng, cái đó không có thật, hoặc nếu có cũng chỉ tồn tại trong khoảng thời gian rất ngắn. Do đó, tiền rùng biển bạc nếu không biết cách chăm sóc thì nhà sang trọng cỡ nào đi nữa cũng không thể mang lại hạnh phúc cho đời sống vợ chồng và mối liên hệ thiêng liêng với con cái. Các tỷ phú, triệu phú, đại gia có thể mua vài chục căn nhà khác nhau, mỗi căn trị giá vài tỉ đồng, nhưng nếu không biết cách vun bón thì hạnh phúc vẫn cất cánh bay cao.

Hình ảnh tượng phản ở đây là ngôi nhà và tổ ấm. Tổ ấm chỉ có trong ngôi nhà. Tổ ấm không thể tồn tại lâu dài ở ngoài đường, ngõ hẻm, vỉa hè,



mà nó phải có chỗ để phát triển. Cũng giống như các con chim phải tự xây tổ lầy. Không chịu treo lơ lửng trên cành cây hay nhánh cây để tránh sức gió, chúng đầu tư xây dựng tổ ấm, và sau khi xây xong, chúng có thể sống gần một kiếp đời. Như vậy, cái tổ ấm đối với loài chim và một số loài động vật chỉ là căn nhà chứ không có giá trị tinh thần như thế giới loài người.

Tổ ấm trong văn hóa con người bao gồm hạnh phúc, sự tâm đầu ý hợp, tương nhượng, hài hòa, chia sẻ, nâng đỡ, dùi dắt nhau. Dành thời gian cho đời sống vợ chồng mỗi ngày vài ba tiếng có thể quá dài so với các doanh nghiệp lớn vì họ chỉ bận tâm tạo ra tiền, đôi lúc không quan tâm đến người thân thương. Đem tiền, tài sản nhà cửa về cho con cái, nhiều người nghĩ rằng như thế là xây dựng hạnh phúc gia đình. Phần lớn con các đại gia thường sử dụng số tiền thu nhập của cha mẹ ăn xài không tiếc tay, hưởng thụ sai phương pháp, cuối cùng bị hệ lụy và bế tắc trong cuộc đời.

Do đó, sống với năm điều đạo đức Phật dạy: Không giết người, không trộm cắp, không lường gạt, không ngoại tình, không rượu chè ma túy, là một trong những yêu cầu rất cần thiết để chúng ta có được một tổ ấm, theo nghĩa hạnh phúc mà con người và xã hội cần phải có. Sự phẫn đấu phần lớn của các cặp tân hôn là dành dụm để mua nhà, vì nếu không mua được giá trị yên ấm của ngôi nhà thì tổ ấm cũng sẽ không có mặt. Nhưng có căn nhà mà không có hạnh phúc thì cũng chẳng giá trị gì, trước sau rồi sẽ có bên để

nghị ly thân, và con cái trở thành nạn nhân trực tiếp. Do đó, phải quan tâm đến tổ ấm. Người biết quan tâm đến tổ ấm thì dù ngôi nhà vật lý có nhỏ, nằm ở khu vực không mấy thuận lợi vẫn có thể đảm bảo được hạnh phúc.

Ở hải ngoại luôn đặt nặng không gian sống. Cũng là một căn nhà, chất liệu đó, chất lượng đó, nhưng nếu mua ở khu vực sang trọng thì giá có thể cao gấp ba đến năm lần. Người ta dành lòng bỏ tiền vì môi trường sống tại đây an toàn về tính mạng, không có kẻ nghèo, ít tệ nạn. Ở những nơi như thế, người ta cảm giác bình an hơn và tổ ấm gia đình được siết chặt hơn. Nó không có bất cứ mối đe dọa nào, nhất là những gia đình nuôi con nhỏ cần sự chăm sóc mà phần lớn cha mẹ phương Tây không có cơ hội này. Cho nên, môi trường tốt giúp cho ngôi nhà trở thành phương tiện tạo ra một tổ ấm tốt.

Theo Phật giáo, môi trường đóng vai trò khá quan trọng trong đời sống của chúng ta. Bên cạnh môi trường, ta cũng cần phải quan tâm lẫn nhau. Thủ hình dung một gia đình, vợ chồng gặp nhau mỗi ngày chỉ khoảng một giờ, về nhà thì việc ai nấy làm, không ai hỏi han ai, nếu có hỏi cũng chỉ toàn về công việc. Mang công việc vào nhà bếp, trên bàn ăn, trên giường ngủ hay những lúc bên cạnh nhau thì không thể nào đảm bảo được hạnh phúc một cách lâu dài. Rất nhiều quý bà, quý cô muốn chồng mình cảm nhận trên nền tảng cảm thông với tất cả khó khăn mà mình đang gặp, hoặc những người chồng muốn vợ hiểu được phần nào như người tâm đầu ý hợp, cho nên



thời gian sinh hoạt gia đình thay vì dành cho nhau hạnh phúc thì họ toàn dành cho nhau nỗi lo, sự căng thẳng trong mỗi công ăn việc làm.

Học theo tinh thần Phật dạy, không gian nào công việc đó, giờ nào việc đó, là hai tiêu chí của hiện tại lạc trú. Về đến nhà thì chỉ nhớ đến vợ chồng và con cái, nhớ đến trách nhiệm trong mái ấm, chứ không nên nỗi kêt công việc của công sở, giao dịch, mua bán, lời lỗ, hòn thua, tranh chấp, kiện tụng. Bởi vì mang căng thẳng đó về nhà thì mái ấm gia đình biến mất, mặc dù ta ở nhà cao cửa rộng.

"Tiền có thể mua được chiếc giường nhưng không mua được giấc ngủ"

Ai cũng hiểu rõ, giường là phương tiện để ngủ. Ngủ dưới đất vẫn có thể ngủ ngon vài ngày nhưng không được lâu, vì yếu sức khỏe có thể dẫn đến cảm cúm, đau nhức xương khớp, do độ ẩm dưới lòng đất tấn công vào cơ thể chúng ta. Cho nên, chiếc giường tốt được hiểu là phương tiện đảm bảo sức khỏe và giấc ngủ.

Nhiều người không quan tâm đến sự đảm bảo về giấc ngủ này mà chỉ mong mỏi được êm ám trong lúc nằm hoặc ngồi trên nó. Do đó, thiếu kiến thức về lĩnh vực thì dù ngủ trên giường tiện nghi nhưng bệnh tật vẫn phát sinh; nhất là những chiếc giường nệm quá thụng. Cột xương sống con người đòi hỏi nằm trên mặt phẳng không quá cứng cũng không quá mềm, để cơ thể được hoạt động một cách tự nhiên. Nệm dày sẽ khiến sự thoát chất thải từ lỗ chân lông không được thực hiện. Nệm quá thụng dẫn đến cúp xương, thoát vị đĩa đệm hoặc những chứng tê liệt. Do đó, nên giảm hết tất cả phương tiện này, thậm chí không sử dụng đến gối. Nếu có, hãy dùng lớp khăn mỏng thì giấc ngủ sẽ diễn ra một cách tốt hơn. Ta cũng cần phải giữ hai tư thế ngủ. Tư thế thứ nhất là nằm ngửa, duỗi thẳng tay chân, đứng co quắp, lạnh thì lấy mền đắp. Cơ rút tuy có cảm giác ngủ ngon, lạnh thân nhiệt bên ngoài và tỏa thân nhiệt bên trong chống chế cái lạnh giúp chúng ta ngủ ngon; nhưng thực tế lại tổn hao sức khỏe đáng kể hoặc dẫn đến tình trạng nghẽn máu và ác mộng.

Tư thế thứ hai là ngủ theo thế con sư tử. Tức là nằm nghiêng phía tay phải. Cái gối vừa khoảng cách của vai. Tùy theo mỗi người, độ vai từ cổ có chiều dài hơn một tấc, ta đặt gối bằng như vậy để khi nằm nghiêng, đinh đầu, cột xương sống, và mọi xương sườn trở thành một đường thẳng.

Phần lớn, các vị xuất gia theo lời khuyên của đức Phật đều chọn tư thế ngủ này. Nó phù hợp với quy luật vận hành của vũ trụ về âm dương, ngày đêm và do vậy sức khỏe duy trì. Suốt cuộc đời, đức Phật ngủ nghiêng về phía tay phải. Khi qua đời, đức Phật cũng nằm ở tư thế đó, nên không bao giờ gặp ác mộng. Tránh nằm sấp vì nằm sấp gọi dục và làm máu huyết không lưu thông, đè ép tim, hơi thở khó đều. Và khi đọc sách tránh nằm sấp ngừa cổ lên đọc.

Giường là phương tiện dẫn đến giấc ngủ nhưng nó không thể mua được giấc ngủ. Như vậy, để có được giấc ngủ thì ta phải làm gì? Trong kinh, đức Phật dạy, cứ mỗi ngày, người đệ tử Phật nên thực tập bài quán từ bi để năng lượng của tình thương được lan tỏa, phủ trùm lên những người thân, và sau đó đến kẻ thù hoặc những người quan niệm chúng ta là kẻ thù. Thể hiện lòng từ bi với người thân, người biết tôn kính mình thì dễ vì ta và họ ăn khớp nhau như một liên minh; nhưng thể hiện

tình thương với những kẻ đối lập và những người hại mình mới khó.

Đạo Phật dạy chúng ta làm như thế là vì trăm nghìn người bạn đôi lúc vẫn chưa đủ. Nhưng một kẻ thù cũng đủ làm ta sất bất sang bang. Do đó, cố gắng tháo mở hận thù, thiết lập tình bạn; và phương pháp quán từ bi ít nhất giúp chúng ta thành công ở chỗ, không có gút mắt gì với ai. Người ta có thể có gút mắt với mình nhưng gút mắt đó là một chiêu. Cái gì một chiêu, cái đó không hệ lụy nặng; và về lâu về dài sẽ được tháo mở một cách tốt đẹp. Như vậy, thực tập quán từ bi trước khi đi ngủ sẽ làm cho chúng ta không còn nỗi ám úc đối với những bức dọc, những người không ưa, những đối tượng thiểu dãy thương, những kẻ gây hấn góp phần tạo nỗi khổ niềm đau cho ta.

Sự thực tập thứ hai là buông xả. Hiện tại lạc trú theo tinh thần Phật dạy còn bao gồm công việc nào phải ăn khớp với thời khắc đó. Ví dụ, buổi sáng từ bảy giờ đến mười một giờ, chiêu từ một giờ đến năm giờ là giờ công việc văn phòng, công xưởng. Đến giờ nghỉ giải lao là chỉ hiểu đơn giản hít thở, thư giãn, bớt căng thẳng, giảm áp lực, chứ không ngồi tán gẫu, cũng không rượu bia. Về đến nhà chỉ chuyên tâm lo việc nhà. Đến giờ ngủ thì chỉ nhớ duy nhất giấc ngủ an lành không mộng mị. Tất cả những cái còn lại bỏ quên hết. Ai tập như thế thì có thể khắc phục được tình trạng mất



ngủ. Rất nhiều người khó tính, nằm trên giường quen thuộc ở nhà thì ngủ được, nhưng khi sang phòng khác cũng trong căn nhà ấy lại trằn trọc thâu đêm. Như vậy, sự khó tính này cho thấy sự dính chấp của chúng ta về phuơng tiện vật chất quá cao, khiến chúng ta không thích ứng môi trường mới và mất ngủ diễn ra nhiều lần, ảnh hưởng đến sức khỏe và tinh thần.

Buông xả tất cả những căng thẳng trong ban ngày thì về đêm, ta nằm chỉ cần hít thở thật sâu, nhẹ nhàng, thư lǎng, tư thế thoải mái không co duỗi, giấc ngủ sẽ có mặt rất nhanh. Ngủ không mộng mị cho chúng ta tuổi thọ lâu bền, sống cũng khỏe mạnh. Cho nên, hãy cố gắng thực tập. Muốn có giấc ngủ ngon thì tâm phải hoan hỷ. Tất cả những gút mắc, những vướng bận trong cuộc đời phải buông xả hết. Trước khi nhắm mắt phải biết quán tình thân, tình thương trên nền tảng của rộng lượng và tha thứ.

Tôi ký đọc sách, xem truyền hình hay xem báo trước giấc ngủ bởi vì hoạt động này khiến ý thức tiếp tục hoạt động và do đó giấc ngủ không thể nào thư lǎng được. Hãy tập thể dục khoảng mười lăm phút trước khi ngủ. Nằm xuống ta quán tưởng: "Nam Mô Quan Thế Âm Bồ Tát, cho con ngủ ngon lành, cho con ngủ an giấc không mộng mị". Nếu là sinh viên học sinh thì ngoài câu quán tưởng đó, ta còn nhẩm thêm câu: "Con sẽ thi đỗ đạt cao" với sự tự tin

lớn. Hoặc đối với người đang nỗ lực đầu tư các công trình thì ngoài tâm niệm như vừa nêu, ta còn tự nhủ: "Năng lực ở mỗi con người là vô tận, xin cho con chiết chia khóa để khai mở các năng lực đó". Ta nạp dữ liệu của sự tự tin với chức năng tự điều chỉnh tất cả rối loạn của ý thức do suy nghĩ quá nhiều và vì thế, cảm giác thư lǎng có mặt giúp ta đạt giấc ngủ an lành. Sẽ là một sai lầm nếu nghĩ rằng phuơng tiện của giường, mùng mền, chiếu gối tốt thì giấc ngủ sẽ tốt.

Trong các chùa, phần lớn ngủ trên giường gỗ. Chùa nào khá có thể thêm cái chiếu, cái mền đơn sơ. Hầu như không ai sử dụng gối ôm, chỉ có một cái gối mỏng lót đầu. Ấy vậy mà phần lớn thầy tu nằm xuống đều ngủ dễ dàng, vì họ vốn không có những bận tâm. Người tại gia nếu thực tập vài mươi phần trăm như thế, hiệu quả sức khỏe thông qua giấc ngủ sẽ rất cao. Cho nên, đừng nên nghĩ rằng có tiền mua phuơng tiện tốt là có thể ngủ ngon.

Một số người mua chiếc giường trị bệnh, bên dưới có lớp điện tử truyền nhiệt. Thỉnh thoảng báo chí vẫn đưa tin giường chập điện gây tử vong. Do đó, ta đừng sợ hãi đến độ lúc nào cũng bật các loại mền nhiệt hay giường nhiệt cả trong mùa lạnh. Chỉ cần trước khi đi ngủ ta tập thể dục, rồi với cái mền giản đơn đủ ấm vừa với khí hậu và nhiệt độ xung quanh, ta vẫn ngủ ngon lành. Còn sử dụng nhiệt quá nhiều, khiến chúng ta dần dần trở nên yếu hơn khi ta rời khỏi cái mền, cái giường nhiệt đó. Hãy để cơ thể tự thích ứng với khí hậu xung quanh, ngoại trừ người già cần đến những hỗ trợ này, còn bằng không, hãy sử dụng các biện pháp tự nhiên, những chuyển hóa tâm lý đừng để cho gút dính trong tâm mình.

"Tiền có thể mua được một quyển sách nhưng không thể mua được kiến thức"

Sách là nhịp cầu đi đến kiến thức nếu sách đó chứa nội dung tích cực, chứ không phải lúc nào mua sách cũng đều tốt cả. Sách nhiều rác rưởi thường chiếm thị trường hơn những sách hay. Phần lớn, những quyển sách đoạt giải Best Seller, Pulitzer hay những giải thưởng quốc tế lại

không phải là những quyển sách quá hay mà là những quyển sách phổ thông. Cái gì mang tính phổ thông càng được nhiều người đọc bởi dễ hiểu, dễ cảm nhận và dễ tiếp thu.

Sách cực kỳ uyên bác chỉ đáp ứng cho giới chuyên gia hoặc nhà nghiên cứu. Thời gian đầu tư để viết thành một tác phẩm sách đôi lúc mất vài chục năm. Còn những sách bán chạy đôi lúc chỉ viết trong vòng vài tháng. Cho nên đừng dựa vào tiêu chí bán chạy hay thuộc danh sách Best Seller mà cho rằng đó là sách tích cực. Nội dung tích cực không lệ thuộc vào các giải thưởng mà sách được trao tặng. Người phuơng Tây có câu ngạn ngữ: "Hãy cho tôi biết bạn đọc cái gì mỗi ngày, tôi sẽ cho bạn biết bạn là người như thế nào".

Sách là loại thực phẩm tinh thần có thể làm tăng dưỡng chất và kiến thức. Nhờ đó, ta có những túi khôn của loài người, kinh nghiệm của thế hệ đi trước, các kiến thức chuẩn mực về mọi lĩnh vực ngành nghề để ta rút ngắn thời gian mà vẫn có thể trở thành chuyên gia giỏi ở một lĩnh vực chuyên môn nào đó. Cho nên phải chọn đúng sách hay chứ không đọc tràn lan; vì đọc hoài sẽ không bao giờ hết; thậm chí ta có thể chết trước khi đọc được những quyển sách hay.

Mỗi ngành nghề dù ở cấp cử nhân, thạc sĩ, tiến sĩ, chỉ cần đọc khoảng chừng năm quyển sách của năm tác giả hay nhất lĩnh vực đó là ta có thể nắm bắt vấn đề. Cho nên bằng kiến thức liên ngành và có phương pháp trong việc tiếp xúc, sàng lọc kiến thức, ta vẫn có thể tự học mà không nhất thiết phải đến trường lớp. Tự học thông qua tư vấn của nhà chuyên môn, chuyên gia. Ví dụ, chỉ đọc một hai tác phẩm về xã hội học, ta biết được nội dung xã hội học là cái gì, giá trị và khuynh hướng ứng dụng của nó ra sao. Đọc vài ba quyển sách hay của các triết gia về lĩnh vực triết học, ta biết toàn bộ phạm vi ứng dụng của nó, chứ không cần phải đọc ngấu nghiến hết cuốn này đến cuốn kia như thể con mọt sách. Như thế không giá trị.

Đọc sách không nên nhầm mục đích tiêu khiển thời gian mà phải ghi chú những yếu tố ấn tượng. Nhiều





người bỏ hàng chục năm đọc sách nhưng rốt cuộc lại không gặt hái được gì. Trong khi đó, mỗi năm chúng ta đọc vài ba quyển sách hay, đọc ngẫu nhiên, đọc hiểu rành mạch như thể mình là tác giả, thì dần dà kiến thức đó trở thành của mình. Rồi trên nền tảng của những gì mình đang có, chúng ta phát huy cái mới. Không bộ nhớ nào siêu việt đến độ có thể giữ lại hết tất cả những dữ liệu kiến thức từ sách, nên chúng ta phải ghi chú.

Các khoa học gia, bác học, triết gia, các nhà tư tưởng lớn thường được nghĩ rằng kiến thức của họ mênh mông. Thực tế nằm ở phương pháp giữ kiến thức và sử dụng nó một cách đúng đắn. Muốn có kiến thức, ta phải tiêu hóa những giả thuyết mà tác giả của quyển sách đưa ra. Có hai khuynh hướng để tạo ra một kiến thức chuẩn:

Giai đoạn một, khi đọc một tác phẩm nào đó, ta đặt giả thuyết mình chính là tác giả chỉnh sửa tác phẩm như đứa con tinh thần của mình. Phát xuất từ mỗi đồng cảm với tác giả, ta mới cảm nhận được chiều sâu của quyển sách và giải phóng cái "tôi" cống cao ngã mạn rằng kiến thức mình hơn tác giả quyển sách này. Từ đó, ta học những cái hay của tác giả.

Giai đoạn hai, phải đặt mình trong tư thế phản biện. Nếu được quyền trình bày bằng quan điểm khác thì cũng cùng vấn đề đó, ta cố gắng tạo ra giá trị tương đương hoặc hay hơn để giải quyết. Cách đọc thứ hai này giúp chúng ta khám phá nhiều giá trị mới.

Ví dụ, con đường từ chợ An Đông sang chùa Giác Ngộ thông thường

nhất là đường Sư Vạn Hạnh rẽ qua đường Nguyễn Chí Thanh. Một số người lại thích đi từ Hùng Vương rẽ qua Nguyễn Chí Thanh, hoặc đi đường Nguyễn Duy Dương rẽ vào. Còn nhiều cách khác nữa. Như vậy, nếu có nhiều cách thức để đi đến một địa điểm thì tại sao chúng ta phải đồng tình tuyệt đối với một tác giả nào mà không tạo ra sáng kiến mới về vấn đề tương tự. Hãy nghĩ rằng mình không có những tác phẩm đó, không có những kiến thức đó, và bây giờ mình buộc phải tạo ra lối đi giải quyết những vấn đề mà tác giả đang quan tâm; tự động ta sẽ có hướng đi mới. Nhưng cố gắng làm sao để nó tối thiểu bằng giá trị cũ. Phương pháp này giúp ta tích lũy rất nhiều kiến thức.

Người đọc sách một cách nghệ thuật thường theo khuynh hướng đồng thuận với tác giả và phản biện lại các quan điểm chưa chuẩn của tác giả nên không rơi vào chủ nghĩa của cái "tôi", làm cản mắt mình, không cho mình tiếp xúc những giả thuyết mới. Do đó, muốn có kiến thức hay, ta phải đọc sách và sử dụng kiến thức đọc sách này để viết ra tác phẩm. Không nhà bác học nào, khoa học gia nào ngồi vắt óc từ đầu chí cuối cho một tác phẩm. Các nhà văn, nhà thơ làm bất cứ lĩnh vực nào cũng đều phải tham khảo với những người khác.

Dữ liệu kiến thức là của chung. Biết sử dụng kiến thức đã có để tạo ra những giả thuyết mới, học thuyết mới thì khám phá minh sẽ ít nhất có tính thuyết phục vài chục phần trăm. Nếu ta áp dụng công thức tham khảo

để viết một quyển sách cho lĩnh vực làm thơ, tôi tin rằng, suốt cuộc đời chuyên làm thơ, ta không chỉ viết vài chục bài mà đến vài ngàn bài. Vấn đề là phương pháp luận, phải để dòng cảm xúc dâng trào ở mức độ không thể né tránh nữa, nó phải vỡ tung ra thì lúc đó mới chấp bút viết một mạch được. Đó là phản ứng tự nhiên khi tư duy đã đến lúc chín muồi cho một vấn đề. Còn sử dụng phương pháp nhân tạo bằng tham khảo nghiên cứu, ta cũng vẫn có được những bài thơ độc đáo. Tương tự đối với lĩnh vực họa, kiến trúc.v.v... Nếu ta biết tham khảo thì giá trị kiến thức tăng trưởng rất nhanh mà không bị quy chụp là người sao chép lề lối cũ của người đi trước.

Đôi khi đọc những quyển sách dó nhưng ta vẫn tích lũy kiến thức hay, bởi vì tinh thần phản biện thúc đẩy ta phát sinh ra một học thuyết mới. Các nhạc sĩ nếu chịu khó sáng tác nhạc bằng phương pháp nghiên cứu và tham khảo thì suốt cuộc đời không chỉ có vài chục bài mà có thể vài trăm kiệt tác vẫn không trùng gai điệu của người khác, không trùng ý tưởng sáng tác của người khác.

Do đó, việc thu nạp kiến thức thông qua một quyển sách là không khó nếu ta có chìa khóa để thực tập. Dĩ nhiên phải đọc sách hay. Đọc sách dó, ta sẽ bị roi vào ma trận của kiến thức, rồi đầu óc trở nên rối tung, không nhận biết tác giả nào chuẩn, tác giả nào sai; không biết quyển sách nào hay, quyển sách nào dó. Càng đọc càng thấy các quyển sách mâu thuẫn nhau, dẫn đến mất phương hướng.■ (Còn tiếp)

7 KỲ QUAN Phật giáo thế giới

● Phim tài liệu của BBC
Thích Ngộ Phương dịch



3. WAT PHO TEMPLE, BANGKOK, THAILAND



Fó là một hợp thể chùa cổ xưa và lớn nhất Bangkok, ngôi chùa của hơn một ngàn tượng Phật. Quần thể bao gồm một ngôi chùa, khung viên ứng dụng và sân chùa rộng lớn, một rùng tháp dày đặc, những họa tiết hoa sen thủ công tinh tế ở bên trong cung điện lộng lẫy là tượng Phật nằm bằng vàng, tượng Phật này dài gần 43m cao 15m, phải mất 5 năm xây dựng, bắt đầu từ năm 1788. Đây là một trong những công trình nghệ thuật tượng đài kỳ vỹ và lộng lẫy nhất mà tôi từng chứng kiến, phải nói rằng tôi thích sự hoành tráng của nó. Tôi thích điều mà nó muốn nói “hãy xem tôi, xem những gì con người có thể làm”, “con người có thể tạo ra cái đẹp từ những thứ bỏ đi”, bởi vì ở đây cả hàng ngàn mảnh ngọc trai được sử dụng và 153 lá vàng nhưng nó có vẻ không đơn giản như những gì tôi nói, mà đây là hiện thân của con đường

trung đạo, khái niệm chính yếu của đạo Phật về sự thái quá cũng như cực đoan nên tránh ở mọi trường hợp, vì không có sự nghi ngờ đây là một điêu phung phí tượng Phật nằm, qui mô lớn được xây dựng trên khắp trung tâm nước Thái. Để xây dựng một tượng Phật nằm, không phải là một quá trình đơn giản vì hầu hết tượng Phật không được đúc mà được làm từ gạch, thạch cao, xi măng. Đó là một hình ảnh rất được tôn kính, vì vậy nó phải được trang trí bằng những vật liệu giá trị và dĩ nhiên vật liệu quý nhất được tô điểm cho Đức Phật bằng vàng.

Trong Phật giáo, vàng được tượng trưng cho mặt trời và lửa. Điều giá trị nhất của kim loại, nó phù hợp cho những bức tượng linh thiêng là qua sự kết hợp của nó với mặt trời, thần mặt trời trong đền thờ Ấn giáo. Phật giáo Thái Lan và những nước Nam Á khác thì vàng là minh chứng tối thượng cho lòng mộ đạo của một con người.

Công đức ép vàng lên thân Phật là để tưởng niệm Đức Phật khi còn sống. Ngài là một vầng hào quang vàng rực rõ tỏa sáng. Họ tin như vậy, nhưng vàng tượng trưng cho sự giàu có hùng mạnh của nó trở thành cái có cho các vua Thái thể hiện lòng mộ đạo của mình nhằm tạo dựng một mối quan hệ vững chắc giữa tư tưởng của đạo Phật với quyền lực nhà nước. Vua Rama thứ III là người sở hữu một bức tượng Phật nằm được phục hồi tráng lệ trong thời đại hưng thịnh của ông vào giữa thế kỷ thứ XIX, nó được gọi là "tượng nằm sư tử" khi nhập Niết Bàn, Ngài cũng ở trong tư thế sư tử ngạo. Nó được mô tả Ngài nằm nghiêng phía bên tay phải nâng đầu trong tư thế nghỉ ngoi.

Lý do mà Đức Phật có một nụ cười thanh thản là do Ngài đã đạt giác ngộ Niết Bàn. Điều này đồng nghĩa Ngài thoát khỏi những gì được gọi là luân hồi trong đạo Phật, vòng sanh tử vô tận của cuộc đời, của ái dục và vô minh mà nó chỉ dẫn tới đau khổ. Chính luân hồi tạo nên vòng tái sanh một cách hiệu quả cũng như chúng ta sinh ra vô số lần trong luân hồi chuyển từ kiếp này sang kiếp khác, ta có thể sanh làm người, làm trời hay bạn có thể bị tái sinh làm loài vật.

Kể cho tôi nghe bạn nghĩ gì về luân hồi, với tôi nó không chỉ là một bức tranh vật chất, như bạn biết, của cái vòng tròn sinh, già và chết. Với tôi nó cũng là một cái gì đó thuộc trạng thái tâm thức. Bạn phải xử lý cảm xúc tiêu cực nếu bạn có nhiều vấn đề, nếu bạn đang đau khổ, hay cảm thấy thất vọng, bạn sẽ không biết làm thế nào để giải quyết nó, nhưng nó chỉ là một điểm nhỏ trong nhiều điều xấu xảy ra với bạn, chỉ cần liên tục quán chiếu về nó bạn sẽ tìm thấy được hạnh phúc và an lạc thật sự. Bánh xe cuộc đời là một hình ảnh miêu tả quen thuộc trong Phật giáo. Vào thời Đức Phật bắt đầu truyền giáo, nhiều người đã hiểu cuộc đời như một vòng quay bất tận mà trong đó mọi loài được sinh ra, già, yếu và chết đi để rồi tái sanh trong một kiếp khác. Đó là đầm lầy vĩnh viễn, trong đó không có sự tự do nhưng được Đức Phật cảm thấy có một lối

thoát có thể thực hiện. Ngài dạy rằng qua hành động của người, nghiệp và qua cách sống được thiết lập bằng trí tuệ, đạo đức và từ bi, bằng thiền định, sự chuyển hóa tâm khỏi những tham ái, dục vọng, sự phóng túng thì có thể đạt được giải thoát Niết Bàn. Ngài tin rằng sự giác ngộ này sẽ tạo nên năng lực để giúp họ thoát khỏi luân hồi.

Tụng kinh: Tư tưởng này tạo nên đặc tính riêng biệt cho những vấn đề tang ma trong Phật giáo, những người hiện diện này đang khóc thương cho sự mất mát của họ nhưng cũng hy vọng rằng nhờ nghiệp tốt đã tạo, người chết ít nhất cũng tiến được một bước gần đến giác ngộ, họ có cơ hội tái sinh tốt hơn và một ngày nào đó có thể thoát khỏi luân hồi. Chỉ là sự lẩn quẩn của luân hồi, tôi tin như vậy, thân này giống như ngôi nhà tạm mượn ở trong giây lát, sau khi chết ta phải tìm một nơi ở mới, nó chỉ là vật tạm bợ mà thôi. Vì vậy những người Phật tử thuần thành tin rằng nếu ta sống tốt ở kiếp này thì bảo đảm được một nơi tốt hơn sau khi ta chết.

Đạo Phật cho rằng chỉ có duy nhất một con đường để thoát khỏi luân hồi là chấm dứt những khao khát, dục vọng và những nỗi phiền trong cuộc sống thường nhật. Nói được bây giờ rất dễ nhưng thực hiện thì rất hết sức khó khăn, nên qua nhiều thế kỷ, người Phật tử đã ứng dụng nhiều phương pháp nghiêm túc để loại trừ những trắc trở và cám dỗ của thế gian, họ tự đặt mình vào con đường giác ngộ, đi đến Niết Bàn, mà chính đạo Phật là một tấm gương điển hình để noi theo, Ngài tin rằng trong mỗi chúng ta đều có khả năng đạt được sự giải thoát và sự giác ngộ của riêng mình.

Phải mất nhiều năm Đức Phật mới có được niềm tin triệt để này. Ngài đã phát triển tư tưởng qua kinh nghiệm cá nhân của riêng Ngài, nhất là trong cảnh giới thiền định đặc biệt, và đó là thiền định Phật giáo mà tôi sẽ tìm hiểu ở kỳ quan Phật giáo thế giới kế tiếp của chúng ta. Phật giáo vẫn tiếp tục truyền bá trong suốt thời kỳ Trung cổ đến thế kỷ thứ XIII. Phật giáo hưng thịnh tại vương quốc Khmer, ngày nay là Campuchia.■





4. TEMPLE OF THE TOOTH, KANDY, SRI LANKA

Tại ngôi Chùa Răng ở Kandy, Sri Lanka cũng là kỳ quan Phật giáo kế tiếp của chúng ta. Phật tử Sri Lanka tin rằng Xá lợi Răng Phật được đất nước họ mua vào khoảng năm 300 trước TL. Việc giữ gìn Xá lợi đã trở nên trách nhiệm của các vị vua trong nhiều năm qua, những người giám hộ Xá lợi đã trở thành biểu trưng cho quyền cai trị. Đức Phật được cho là đã có hai tài cho các thế hệ tương lai là lời dạy từ bản thân Ngài là Giáo pháp, và cũng chính từ thân thể vật lý của Ngài là Xá lợi. Và ngày nay nó được phân tán trong nhiều đền thờ khắp toàn

cầu và một trong những cái quý nhất được giữ ở đây, trong Chùa Răng này, Xá lợi làm sinh động hình ảnh Đức Phật với mọi người, nó tiếp thêm nguồn năng lượng cho họ. Thực tế thì Xá lợi có khắp nơi trong nhiều chùa chiền trên thế giới, một mảnh xương hay một cái gì đó, cũng giống như ở châu Âu, bạn có nhiều Xá lợi của các vị Thánh, đó là một cách làm cho sự hiện diện của một người trở nên gần gũi hơn, tạo ra nhiều năng lượng hơn, như một nam châm thu hút những ai tín ngưỡng.

Đền thờ đứng ngay trong tâm của một khoảng sân lát đá, trần nhà được trang trí với đá hình mặt trăng và

nhiều thiết kế hoa văn, có nhiều phù điêu hình mặt trăng và hình ngà voi trên các cửa ra vào. Phòng bên trong có chứa xe răng và nhiều vật thiêng liêng khác bao quanh là một dãy hành lang rực sáng màu sơn, các Tăng sĩ thực hiện việc thờ cúng hằng ngày ở bên trong tháp bảo vì nghi lễ được tiến hành vào lúc bình minh, giữa trưa và buổi tối, Xá lợi Răng ở tầng trên của một tháp vàng, và chỉ được hé một phần nhỏ. Xá lợi linh thiêng được tắm biển bằng "nước thơm" từ nhiều loại hương hoa thảo dược, nước thiêng này được tin là có đặc tính chữa bệnh, nó được chia cho những người có mặt ở đó. Mỗi tuần một lần, nhiều người

mẹ cùng với con của họ tập trung tại chùa, tất cả những bé thơ này đang đợi các vị Tăng sĩ chúc phúc để được sự tiếp nhận, sự hộ trì của Đức Phật cho đời sống sau này của chúng.

Chúng được quấn quanh cổ tay một xâu chuỗi màu trắng, điều này có nghĩa là từ đây Đức Phật sẽ bên chúng cho đến hết cuộc đời. Nhận được phước lành ở độ tuổi thơ bé này là hết sức quan trọng với bọn trẻ, vì mọi thứ mà chúng làm từ đây, những hành động tác ý của chúng, từ suy nghĩ, lời nói đến việc làm, nói chung là nghiệp của chúng sẽ ảnh hưởng đến việc tái sinh của chúng ở đời sau. Nghiệp là một trong những khái niệm chính yếu của Phật giáo. Đó chính là niềm tin về bất kỳ một hành động tác ý nào của chúng ta, dù suy nghĩ hay việc làm sẽ được phản ánh lại bởi một cái đó tương tự xảy ra trong tương lai của chúng ta. Vì vậy, nếu bạn hại một ai đó, bạn sẽ bị hại lại. Luật nhân quả này có thể mang đến hiệu quả hoặc tốt xấu trong tương lai tùy thuộc những gì chúng ta đã làm. Bởi vì nhiều Phật tử tin chúng ta có nhiều kiếp sống nên kết quả có thể ảnh hưởng hết kiếp này đến kiếp sau.

Nghiệp có nghĩa là những gì bạn làm, nghĩa đen của nó là hành động. Phật dạy rằng: tất cả nghiệp bao gồm cả

thiện trong bất thiện do bạn tự quyết định lấy. Nay giờ chúng ta nhớ rằng với đạo Phật, cuộc đời của bạn sẽ tiếp tục nhiều hơn là những gì bạn thường nghĩ chỉ có trong đời này. Thực tế, bạn được tái sinh từ vô số lần cho đến khi bạn có khả năng kết thúc chúng.

Phật giáo dùng một ẩn dụ để giải thích nghiệp, họ nói rằng nếu bạn gieo hạt giống cây kế (một loại cây gai), bạn không thể mong đợi cây táo lớn lên sau đó, và nó rất rõ ràng. Đó là luật nhân quả cơ bản và như là một sứ gia, tôi biết rằng nguyên tắc đó hết sức hợp lý, chúng ta đều bị ảnh hưởng từ quá khứ và tương lai của chúng ta sẽ bị chi phối bởi quá khứ và hiện tại. Do đó Phật dạy rằng chúng ta nên chánh niệm với những hành động của mình và Ngài cũng làm sáng tỏ một điều gì đó về con người, tất nhiên, vấn đề là nghiệp có cả tốt và xấu.

Ở Sri Lanka những năm gần đây, luật nhân quả đã được kiểm chứng. Trong gần ba thập niên đất nước này bị tàn phá trong cuộc nội chiến đẫm máu gần 100.000 người đã thiệt mạng. Hiện nay Sri Lanka đang phục hồi từ cuộc xung đột làm suy kiệt đất nước giữa nhóm nhỏ người Án giáo Tamil và phần lớn người Phật giáo Singhalese. Ngôi chùa Răng hưng hổ nặng vì sự tàn phá suốt cuộc chiến tranh, ngày

nay nó được trùng tu đầy đủ. Phật tử tin rằng họ có thể chấm dứt cái vòng quay của sự chết và hủy diệt này. Họ chắc chắn rằng thực hành một con đường sáng suốt nào đó có thể giải thoát sự sanh tử liên tục, mà trong Phật giáo nó có cái tên là: Luân Hồi. Và bây giờ tôi sẽ tìm hiểu về khái niệm luân hồi. Khi đến kỳ quan Phật giáo thế giới tiếp theo, vì tư tưởng Phật giáo đã phát triển mạnh ở Sri Lanka, quốc vương xứ này gởi nhiều vị sứ giả đến các quốc vương lân cận ở Đông Nam Á để truyền bá đạo Phật.

Vào thế kỷ thứ XI, Phật giáo nguyên thủy đã được thiết lập rộng rãi ở Thái Lan, và ở tại Bangkok này, gần 90% người Thái là Phật tử. Lý do mà Phật giáo phát triển mạnh mẽ và bền bỉ ở đây là vì ngay từ buổi ban đầu của nó, đã có sự hỗ trợ của vua Thái. Một vị vua khao khát thành Phật. Ông đã là một vị tu sĩ thực thụ trong 25 năm trước khi lên ngôi. Mỗi khi những gia đình hoàng gia xây dựng một cung điện mới, họ cũng thiết lập bên cạnh một tu viện hay một quần thể thờ tự như một loại dấu hiệu biểu lộ sự công chính của mình và do vậy tạo ra một Phật giáo đầy hứa hẹn, quần thể chùa tại Bangkok này chắc chắn dành cho một vị vua. Đó là Wat Pho, kỳ quan Phật giáo thế giới đã trình bày ở trên.■



1. Vài nét về tôn giáo Tây Tạng

Phật giáo có nguồn gốc lâu đời từ Ấn Độ, ra đời vào khoảng thế kỷ thứ V trước Công nguyên. Lịch sử truyền thuyết, và nhân loại đều công nhận Phật giáo được khai sáng bởi đức Phật Thích Ca Mâu Ni (Shakyamuni Buddha). Truyện kể về cuộc đời của đức Phật từ khi đản sinh cho đến khi lập gia đình là năm 16 tuổi; năm 29 tuổi thái tử Tất Đạt Đa (Siddhārtha) quyết chí xuất gia tu hành tìm đường diệt khổ; đến năm 35 tuổi giác ngộ ra chân lý, đắc đạo và trở thành Phật. Trong suốt 45 năm sau đó Ngài đi thuyết pháp, giáo hóa chúng sinh rồi cuối cùng viên tịch nhập Niết bàn vào năm 80 tuổi.

Trong Phật giáo chia ra làm 2 trường phái chính: Phật giáo

Đại thừa và Giáo lý Tiểu thừa. Tiểu thừa (Hīnayāna) nghĩa là cỗ xe nhỏ. Đặc điểm của giáo lý Tiểu thừa là không đưa ra lý thuyết về Niết bàn, mà lấy sự giác ngộ bản thân làm trọng. Trái lại, Phật giáo Đại thừa (Mahāyāna) – tức cỗ xe lớn – thì đa dạng hơn, tập trung vào việc mở đường giác ngộ cho chúng sinh.

Bản thân Đại thừa lại được chia ra nhiều bộ phái khác nhau truyền qua các vùng Tây Tạng, Trung Quốc,

Hàn Quốc, Nhật Bản và Việt Nam. Về mặt thời gian, Đại thừa Phật giáo gồm ba kỳ: Sơ kỳ, Trung kỳ và Văn kỳ. Phật giáo Tây Tạng là sự khai triển độc đáo của Đại thừa Mật giáo thời Văn kỳ kết hợp uyển chuyển với những nét văn hóa lâu đời của người bản xứ đã có mặt trước đó trên cao nguyên Thanh – Tạng hàng trăm năm, trải qua quá trình sàng lọc, tôn vinh, và cả những cách tân, biến cải, song song là sự giao thoa liên tục với Phật giáo Nepal và Trung Quốc; đã xây dựng nên một thế giới tâm linh huyền bí, một tinh hoa Phật giáo có lẽ là rực rỡ nhất trong lịch sử nhân loại!

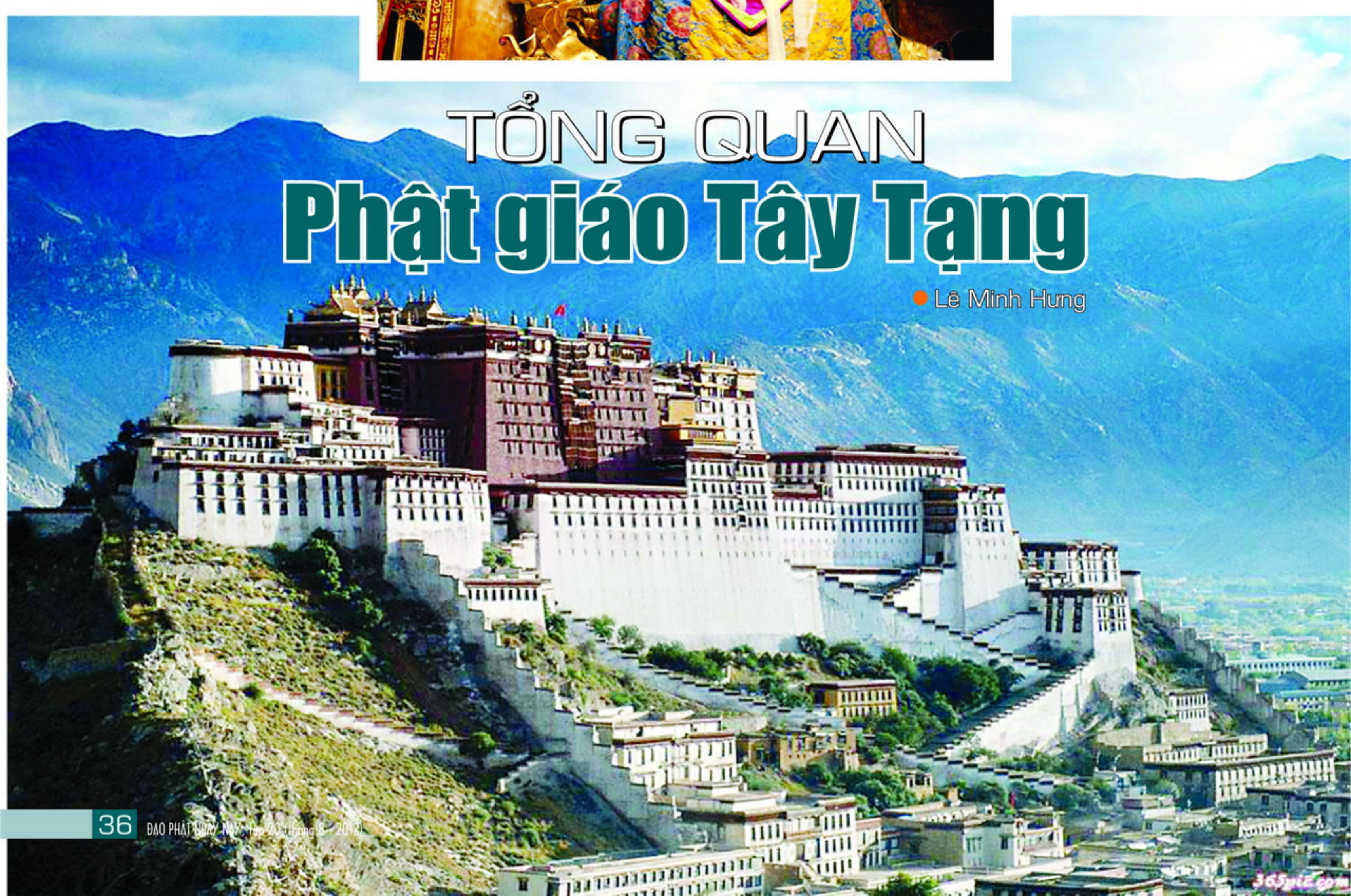
a. Thời Phật giáo Tiền truyền:

Đi ngược dòng thời gian, sử cũ chép chuyện vua Nam Nhật Tùng Tân (hay Luân Tố Tân, Namri Song-



TỔNG QUAN Phật giáo Tây Tạng

● Lê Minh Hưng





tsen) – vị vua đời thứ 32 của Tây Tạng – đã xây dựng vương triều Nhã Lung (Yarlung) trong lòng thung lũng Nhã Lung, quân đội của người Tạng khi đó hung mãnh, bách chiến bách thắng. Nhưng phải đến thời con trai ông là vua Tùng Tán Cương Bố (hay Khí Tông Lộng Tán, Songtsen Gampo) (629-650) thì quốc gia Thổ Phồn mới thực sự thống nhất và hùng cường. Sau khi tiêu diệt nước Thổ Cốc Hồn (1 hãn quốc ra đời trong loạn Ngũ Hồ thập lục quốc của Trung Hoa – nay thuộc tỉnh Thanh Hải), ông tiến về phía Đông và bang giao với nhà Đường (nhắm vào thời kỳ vua Đường Thái Tông). Bước ngoặt lịch sử bắt đầu từ đây, vua Đường Thái Tông đem cháu gái của mình là công chúa Văn Thành (Princess Wencheng) gả cho vua Songtsen Gampo. Cùng lúc đó, trong cuộc chiến đánh xuống phía Nam chinh phục nước Ni Bạc Nhĩ (hay Nepal ngày nay), vua kết hôn với công chúa Nepali Ba Lợi Khố Cơ (Princess Bhrikuti Devi). Hai cuộc hôn phối với hai công chúa đều là đệ tử Phật giáo, lại thêm những ảnh hưởng tất yếu đến từ vùng biên ngoại (mà ở đây là Ấn Độ và Trung Quốc), đã hun đúc tinh thần Phật giáo từ từ nhưng mạnh mẽ giữa lòng Tây Tạng – mà khi đó vẫn còn theo quốc giáo cũ Bon.

Vua Songtsen Gampo sau đó cho ban hành Thập Hiền Thiện (mười điều hiền thiện) và Thập lục Yếu (mười sáu yếu luật) lấy Phật giáo làm kim chỉ nam để răn dạy dân chúng. Còn hai hoàng hậu của ông mang theo những tài sản vô giá từ đất nước mình như tượng Phật A Súc Kim Cương, tượng Phật Di Lặc, tượng Quán Thế Âm Bồ

tát, tượng thái tử Tất Đạt Đa, tượng đức Phật Thích Ca Mâu Ni Phật, cùng kinh luận và văn vật khác, kèm theo các Tăng Ni tháp tùng. Có lẽ là nhân duyên hay cũng là định mệnh lịch sử, sự khác nhau về hình thái và triết lý Phật giáo của Ấn Độ – Nepal – Trung Quốc không những không bài trừ nhau mà còn dung hòa, bổ sung cho nhau, tô thắm sắc màu đa dạng của Phật giáo Tây Tạng. Do đó, người ta sau này ghi công khai phá Phật giáo lớn nhất cho vua Tùng Tán Cương Bố, và tất nhiên không thể quên vinh danh hai hoàng hậu của ông. Họ sùng bái hai bà như Đa La Thiên Nữ (Tara), là người mẹ cứu độ chúng sinh (Độ Mẫu nữ tôn của Mật tông): Coi công chúa Văn Thành là hóa thân của Thanh Đa La (Green Tara), và công chúa Ba Lợi Khố Cơ là hóa thân của Bạch Đa La (White Tara). Cũng phải để ý rằng, từ đây người dân Tây Tạng không chỉ sùng bái Phật giáo mà còn coi trọng các vị vua của họ ngang với Phật, coi các vị vua và những người nổi tiếng là hóa thân nhiều kiếp của Phật.

Để có nơi thờ cúng và lễ kính Tam bảo (Tam bảo bao gồm Phật bảo Buddha – nơi thờ Phật, Pháp bảo Dharma – lưu trữ kinh sách giáo pháp, và Tăng bảo Sangha – nơi học tập tu dưỡng của Tăng Ni), vua Songtsen Gampo đã lấy vùng Lạp Tát (Lhasa) làm trung tâm và cho dựng hành cung Bố Đạt La (Potala). Đồng thời để có sự phân biệt giữa hai hoàng hậu, vua đã cho xây 2 ngôi chùa: Đại Chiêu Tự (Jokhang Temple) và Tiểu Chiêu Tự. Đại Chiêu Tự dành cho công chúa Văn Thành thờ tượng Phật Thích Ca Mâu Ni, còn Tiểu Chiêu Tự dành cho công

chúa Ba Lợi Khố Cơ thờ đức Đông Phương A Súc Phật (Kim Cương Phật). Nếu bạn đọc hứng thú tìm hiểu sâu hơn nữa có thể tham khảo cuốn truyện Mật mã Tây Tạng của dịch giả Lục Hương vừa ra mắt ở Việt Nam năm 2010, tuy câu chuyện pha màu dã sử hư cấu nhưng ít nhiều đều dựa theo chính sử vùng Thanh – Tạng mà chép lại. Đại Chiêu Tự ngày nay vẫn còn được bảo quản tốt và đón du khách vào tham quan, chỉ có Tiểu Chiêu Tự đã bị hủy hoại sau Cách mạng văn hóa.

Vua Songsten Gampo mất đi, vương triều Thổ Phồn lại tục truyền thêm 4 đời nữa và tiếp bước khuyếch trương Phật giáo. Đến giai đoạn những năm 680-742, vua Xích Đức Tổ Tán (hay Khí Đãi Xúc Tán, Me Agtsom) lại được vua Đường Trung Tông đem công chúa Kim Thành (Princess Jincheng) gả cho. Kim Thành công chúa cũng là một Phật tử, bà đã mang vào Tây Tạng vô vàn Phật điển và Dược học, Sổ học của Trung Quốc. Từ đây các tài liệu quý báu này được dần dần dịch ra Tạng văn và lưu truyền rộng rãi. Đặc biệt hơn, con trai bà, mà sau này trở thành vua Xích Tùng Đức Tán (hay Cật Phiêu Song Đề, Trisong Detsen) (755-780) là người có công lớn trong việc đưa Phật giáo lên một tầng hưng thịnh nữa, thoát khỏi vòng suy vong do sự bài xích phe phái cũng như áp lực ngầm của cổ giáo Bon. Sức mạnh quân sự của thời vua Xích Tùng Đức Tán thậm chí còn vượt xa giai đoạn vua Tùng Tán Cương Bố; biên giới Tây Tạng bành trướng ra Thanh Hải, Tứ Xuyên; có lúc quân đội Thổ Phồn còn vây hãm Trường An và đánh sang Ấn Độ. Vua cũng là người

cho xây dựng tu viện Phật giáo đầu tiên ở Tây Tạng: Tu viện Tang Diên (Samye Monastery), thuộc địa giới vùng U. Tu viện này được xây trong vòng gần 20 năm, có kiến trúc độc đáo gồm 3 tầng lớn mà tầng 1 theo phong cách người Tạng, tầng 2 xây theo phong cách nhà Đường, và tầng 3 là dựa theo cấu trúc Ấn Độ.

Một sự kiện quan trọng khác đó là việc vua Xích Tùng Đức Tán khi còn tại vị đã thỉnh được đại sư Liên Hoa Sinh (Padmasambhava) từ Ấn Độ sang Tây Tạng để truyền đạo. Không giống như những người đã từng đi truyền đạo Phật ở Tây Tạng trước đó, đại sư Liên Hoa Sinh đã là người đạt được đại thành tựu (Guru Rinpoche) về Mật tông, hiểu được sự khác biệt của cổ giáo Bon so với Phật giáo: Đó là sự tôn sùng quỷ thần và bùa chú của Bon giáo! Ông cùng 25 đệ tử dùng lý luận Phật môn kết hợp với Mật chú hàng phục yêu ma, đem sức mạnh yêu ma biến thành uy lực hộ pháp cho cửa Phật, dần dần như thế đã cảm hóa và dẫn dụ người dân Tây Tạng tinh nguyện quy y Tam bảo. Từ đây đánh dấu sự ra đời của tông Ninh Mã (Nyingma Sect) – tông đầu tiên của Phật giáo Tây Tạng mang hoàn toàn bản sắc riêng của mảnh đất cao nguyên này Phái Ninh Mã có sắc phục mũ đỏ, nên còn được gọi là Hồng Mạo Giáo; Liên Hoa Sinh được coi là sư tổ của tông phái này. Dấu ấn của phái Ninh Mã rõ ràng nhất ở vùng Kham – phía Đông Tây Tạng, thể hiện ở những tu viện như Lamaling Monastery (thuộc Nyingchi), Tsozong Monastery (trên hồ Basum-tso).

Dòng thời gian lại trôi chảy, đến giai đoạn 818-838, vua Tạng đời thứ 41 là Xích Tổ Đức Tán (Tri Ralpacan) lại xây dựng sức mạnh quân sự của Thổ Phồn đến mức cực thịnh và tiếp tục chiến tranh với nhà Đường. Khiếp sợ uy thế Tạng vương, nhà Đường với nước Thổ Phồn đã đồng ý ký minh thê Sinh Cửu Liên Minh Bia để thương thuyết hòa bình cho vùng biên cảnh (the Sino-Tibetan treaty); cho lập 3 bia đá khắc lại văn kiện này: Một bia giữ ở cửa đền Jokhang trong thành phố Lhasa, một bia giữ ở biên giới 2 nước, và một bia giữ trong kinh thành

Trường An (Xian). Đến nay 2 văn bia sau đã mất, chỉ còn lại văn bia trong Lhasa nhưng chữ khắc phần lớn đã mai một không đọc được. Theo bản sao văn bia mà người Anh có ở London, trên bia khắc: "... Dân Phồn thổ an noi Phồn thổ, Hán tộc trọn vui noi Đường quốc, ấy là nghiệp lớn của vua hai nước. Đôi bên giữ gìn minh thệ, vĩnh viễn không đổi dời ...". Vua Xích Tổ Đức Tán cũng chính là người cho dịch mới và dịch lại tất cả kinh sách cho nghiêm trang và phù hợp với Tạng văn hơn, chuyển thể tất cả những tinh túy Phật môn từ tiếng Phạn (Sanskrit) sang tiếng Tạng (Tibetan), từ đó tổng hợp thành đại Từ điển Phạn-Tạng (Mahavyutpaatti) nổi tiếng. Với những cống hiến to lớn ấy, người dân Tây Tạng luôn thờ phụng vua Xích Tổ Đức Tán (Tri Ralpacan) cùng với vua Tùng Tán Cán Bố (Songtsen Gampo) và vua Xích Tùng Đức Tán (Trisong Detsen) là Tam Tạng Vương vĩ đại nhất (three Dharma Kings).

Nhưng phàm ở đời có sinh có diệt, có thịnh có suy, Phật giáo Tây Tạng chứng kiến những thời khắc huy hoàng trải qua mười mấy đời Tạng vương cũng đến lúc suy vi mà nguyên nhân chính xuất phát từ hình thái xã hội phức tạp của Tây Tạng lúc bấy giờ. Vì Phật giáo được vương triều hoằng trương, kéo theo sự ra đời của Tăng chế và những quy định về Tăng dường (cung phụng chu cấp cho Tăng Ni), kể đến là sự gia tăng của Tăng số đã đặt nặng gánh suru thuế cho người dân. Trong hoàn cảnh đó, vua Xích Tùng

Đức Tán bị em trai mình là Lãng Đạt Ma (Langdarma) – 1 người cổ xúy cho giáo pháp Bon – hăm hại. Sau khi lên ngôi, vua Lãng Đạt Ma (839-841) ra tay bức hại Phật giáo, đốt hết kinh sách, tiến hành bài Phật phá Phật trong vòng 5 năm, gần như thiêu hủy hết những công tích gây dựng được cho Phật giáo bởi các Tạng vương đời trước!

Đến năm 842, vua Lãng Đạt Ma bị nhà sư Kiết Tường Kim Cang (Pelgyi Dorje) nhân màn múa Black Hat Dance bắn tên ám sát. Sau sự kiện đó, Phật giáo không những không được chấn hưng, ngược lại đẩy Tây Tạng rơi vào giai đoạn tranh quyền đoạt vị, nội chiến liên miên, cục diện thống nhất của vương triều Thổ Phồn đến đây coi như chấm dứt, thay vào đó là tình trạng cát cứ kéo dài gần trăm năm.

b. Thời Phật giáo Hậu truyền:

Sau 300 năm từ khi đại sư Liên Hoa Sinh vào Tây Tạng và có công khai tông lập phái cho Ninh Mã; người ta nhắc đến tên tuổi thứ hai: Đại sư A Đề Sa (Atisha) đến từ Thiên Trúc, Ấn Độ năm 1042, là người có công chấn hưng Phật giáo lúc đó đang suy vong ở Tây Tạng. Từ đây trở về sau, lịch sử chứng kiến sự ra đời của 3 tông phái lớn còn lại của Tây Tạng mà ít nhiều đều chịu ảnh hưởng trực tiếp từ A Đề Sa.

Phái Ca Nhĩ Cư (Kagyupa Sect) là tông lớn thứ hai của Phật giáo Tây Tạng, tên của phái có nghĩa là dòng khẩu truyền được sáng lập bởi sư Mã Nhĩ Ba (Marpa Lotsawa) (1012-1097), học trò của đại sư A Đề Sa. Học trò chân truyền của Mã Nhĩ Ba là Mật Lặc Nhật



Ba (Milarepa) là người rất giỏi thi ca với văn phong sắc diệu, đã thuyết giảng Đại thừa – Tiểu thừa – Mật thừa để giáo hóa dân gian, trở thành người có công lớn trong việc hưng lại Phật giáo Tây Tạng, mà cụ thể ở đây là dòng Ca Nhĩ Cư. Một số thiền viện nổi tiếng của dòng Kagyupa Sect: Tsurphu Monastery (thuộc vùng U), Palpung Monastery (thuộc Tứ Xuyên ngày nay).

Phái Tát Ca (Sakya Sect) là tông lớn thứ ba của Phật giáo Tây Tạng do đại sư Cổn Khúc Già Bảo (Konchog Gyalpo) sáng lập nhằm thế kỷ XI, tương đương với nhà Bắc Tống bên Trung Hoa bấy giờ. Ông cũng cho xây tu viện Tát Ca (Sakya Monastery) nổi tiếng ở Shigatse thuộc vùng Tsang. Con cháu của ông sau này kế nghiệp tổ phụ tiếp tục khuyếch trương giáo pháp, đồng thời lại giữ quan hệ giao hảo với giới chính trị. Chính vì thế mà vào giai đoạn những năm 1260, khi cháu nội của Thành Cát Tư Hãn là Nguyên Thế Tổ Hốt Tất Liệt dựng cơ đồ Mông Cổ trong quan nội, Tây Tạng đã thần phục theo nhà Nguyên. Đây đánh dấu một mốc lịch sử lớn mà người Tạng từ đó quy thuận theo Trung Hoa, mất dần sự độc lập cường thịnh về chính trị quân sự so với mấy trăm năm trước. Đi cùng với sự cuốn hút của Tát Ca phái theo chính trị là sự tha hóa trong đạo đức và lối sống của các Lạt ma do cậy có nhà Nguyên bảo hộ. Đến khi nhà Nguyên thoái trào cũng là lúc ảnh hưởng của Sakya Sect mai một đi.

Ba tông: Nyingma Sect, Kagyupa Sect, và Sakya Sect do đặc điểm trang phục tương tự nhau, dùng màu hồng đỏ làm trọng, nên thường được gọi chung là Hồng Mạo Giáo. Như vậy là để phân biệt với tông giáo thứ 4, cũng là tông giáo cuối cùng cực thịnh huy hoàng nhất của Phật giáo Tây Tạng, để lại nhiều dấu ấn văn hóa nhất cho đến cả ngày nay; đó là tông Cách Lỗ (Gelugpa Sect) hay còn gọi là Hoàng Mạo Giáo (Yellow Sect).

Phái Cách Lỗ (Gelugpa Sect) được một nhà cải cách lỗi lạc Tông Khách Ba (Tsongkhapa) (1357–1419) sáng lập, khi đó nhằm vào thời Vĩnh Lạc Minh Thành Tổ (con trai thứ hai của Minh Thái Tổ Chu Nguyên Chương). Xung quanh sự ra đời và tuổi trẻ của Tông Khách Ba có nhiều truyền kỳ và điển tích, người viết sẽ điểm qua trong bài viết ngày cuối khi đi thăm tu viện Taer Monastery ở quê ông thuộc vùng Amdo xưa, nay thuộc Tây Ninh, tỉnh Thanh Hải. Tông Khách Ba vốn xuất thân từ Hồng Giáo, đã tu học qua giáo pháp của cả Kagyupa và Sakya Sect nhưng chú tâm hơn vào chấn chỉnh Phật giáo với mục đích đem các Lạt ma đã bị thế tục hóa trở về lại đời sống của Tỳ kheo có đầy đủ phạm hạnh thanh tịnh. Sự uyên bác về giáo pháp, lại cẩn trọng nghiêm kính chuyên tâm tu học của Tông Khách Ba như thời luồng gió mới vào Phật giáo Tây Tạng mà các cựu phái chưa có được, đã khích lệ Tăng lữ theo về rất đông. Sứ chép trong Đại Tập Hội lần thứ nhất (Monlam Great Prayer Festival) quy tụ gần 12.000 vị Lạt ma

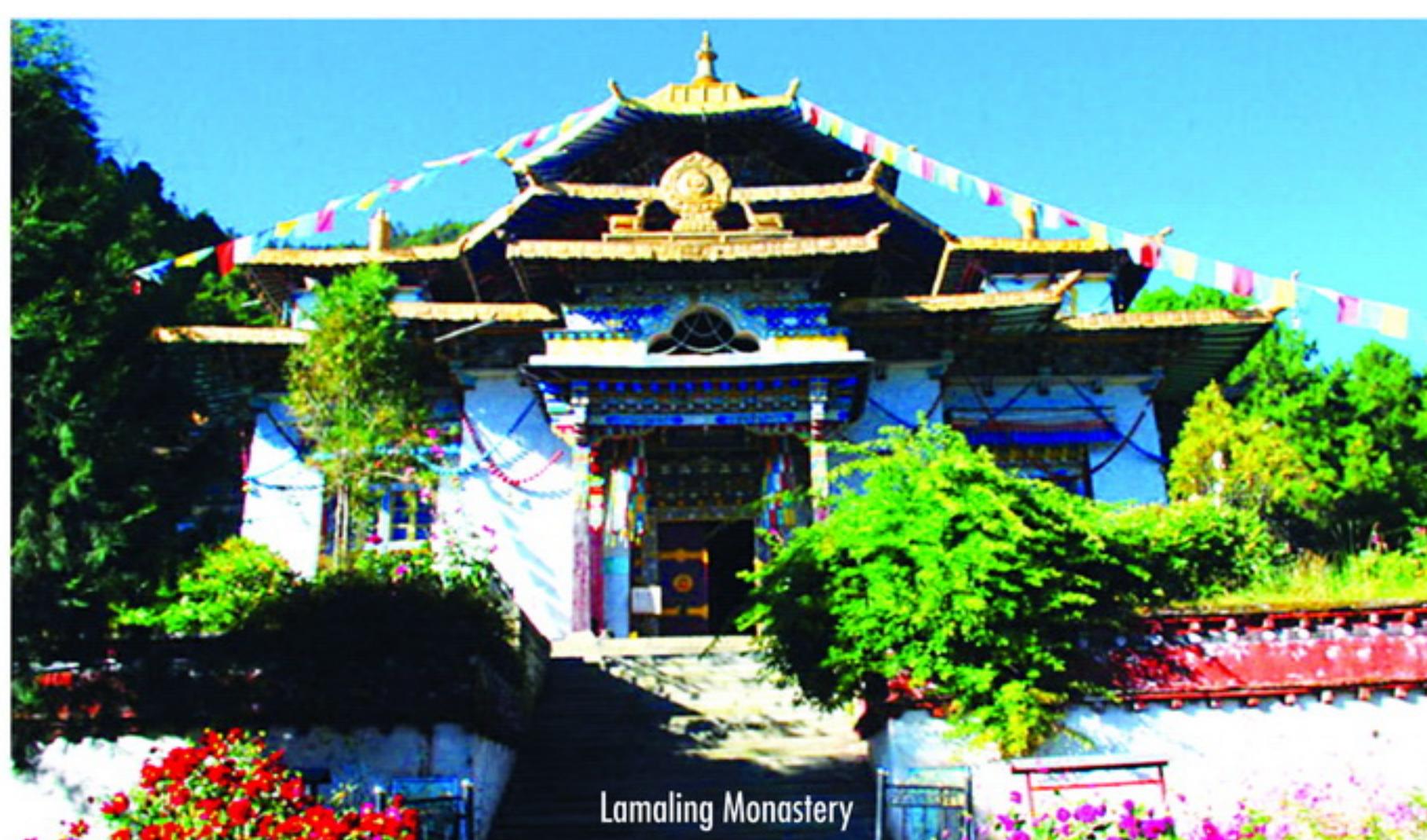
dưới tông Hoàng giáo. Sau này Gelugpa Sect lấy ngày rằm tháng giêng hàng năm làm ngày đại hội nhưng đến giai đoạn thế kỷ XX đã bị chính quyền Trung Hoa cấm tổ chức.

Theo “Nhập Tạng Báo Cáo” của Ngô Trung Tín viết năm 1940 có ghi rõ những tu viện chủ yếu của Tây Tạng thì Hồng giáo có bảy ngôi, còn Hoàng giáo lên đến sáu mươi hai ngôi; cho thấy các tông phái Tây Tạng, Hoàng giáo tuy đến sau nhưng đứng đầu về số tu viện. Ngày nay những tu viện nổi tiếng nhất mà khách du lịch thường đến thăm đều thuộc Hoàng giáo, ví dụ như: Tu viện Cam Đan (Ganden Monastery) ở Lhasa, tu viện Triết Phong (Deprung Monastery) ở Lhasa, tu viện Sắc Nhạ (Sera Monastery) ở Lhasa, tu viện Trát Thập Luân Bố (Tashilhunpo Monastery) ở Shigatse, tu viện Taer (Kumbum Monastery) ở Tây Ninh (Xining). Ở các đại tu viện này đều thờ phụng đại sư Tông Khách Ba, coi ông là đệ nhất tập đại thành, là bậc trí giả đã có thành tựu cải cách và xiển dương phái Cách Lỗ cũng như Phật giáo Tây Tạng.

c. Giai đoạn sau đại sư Tông Khách Ba cho đến ngày nay:

Nên chú ý rằng sau khi vương triều Thổ Phồn diệt vong, Tây Tạng chưa được thống nhất thành 1 chính thể. Phải đến khi Hoàng giáo cường thịnh thì tông này mặc nhiên giữ vai trò quyết định trong cả chính trị và tôn giáo toàn vùng; các triều vua Trung Hoa sau này đều thương thuyết mọi việc quốc gia với tập đoàn đứng đầu Hoàng giáo, coi đó là lãnh đạo tối cao của Tây Tạng – thể chế độc đáo này được gọi là chính-giáo hợp nhất.

Lãnh tụ tối cao của Phật giáo Tây Tạng được gọi là Đạt lai Lạt ma (Dalai Lama). Danh hiệu này thực ra phải đến năm 1578 vua A Nhĩ Đát Hãn mới ban tặng cho Toả Lãng Gia Mục Thố (Sonam Gyatso) – tương đương với đời Đạt lai Lạt ma thứ 3; chữ có nghĩa là đức rộng như biển. Tổng cộng từ năm 1391 đến nay, Tây Tạng đã có tất cả 14 vị Đạt lai Lạt ma, từ vị đầu tiên là Căn Đôn Châu Ba (Gendun Drub) – vốn là đại đệ tử của Tông Khách Ba – cho đến vị thứ 14 là Đăng Châu Gia Mục Thố (Tenzin Gyatso); tương đương với



các giai đoạn triều Minh, Thanh, và Trung Hoa Dân Quốc. Người Tây Tạng luôn sùng kính Đạt Lai Lạt Ma, coi đây là hiện thân của Phật sống và được đầu thai qua mỗi kiếp.

Đáng chú ý là vào đời Đạt Lai Lạt ma thứ 5 La Bốc Tạng Gia Mục Thố (Losang Gyatso), ông đã phong tặng danh hiệu Ban thiền Lạt ma (Panchen Lama) cho thầy học của mình La Tang Khúc Kết (Lobsang Choegyal), chữ có nghĩa là đại học giả. Danh hiệu "Ban thiền" ra đời từ đó; Ban thiền Lạt ma luôn song hành với Đạt Lai Lạt ma, trở thành người giữ vị trí quan trọng thứ hai trong xã hội Tây Tạng, có trọng trách đi tìm Đạt Lai Lạt ma mới và ngược lại! Người Tây Tạng cũng cho rằng Ban thiền Lạt ma là dòng tái sinh, sẽ được đầu thai qua nhiều đời. Từ giai đoạn 1358 đến nay đã có tổng cộng 11 vị Ban thiền Lạt ma. Giống như Đạt Lai Lạt ma, Ban thiền Lạt ma đều thuộc dòng Hoàng Mạo.

Đạt Lai Lạt ma đời thứ 5 cũng là vị đại sư nổi danh nhất và được kính trọng nhất trong cộng đồng Tây Tạng. Ngài cũng là người đã cho trùng tu và mở rộng, xây mới lại cung điện Potala – vốn được xây từ thời vua Tùng Tân Cán Bố (Songtsen Gampo) nhưng đã bị hủy hoại rất nhiều theo thời gian.

Quay trở lại dòng chảy lịch sử, giai đoạn từ những năm 1391 đến nay, Phật giáo Tây Tạng gần như không chuyển biến nhiều mà là sự duy trì và bảo tồn bản sắc riêng của tông phái Gelugpa vốn đã bén rễ rất sâu vào tín ngưỡng người dân nơi đây. Tuy nhiên, những biến động về mặt chính trị thì quả kinh người! Năm 1652, vua Thuận Trị nhà Thanh vẫn còn giữ quan hệ giao hảo với đức Đạt Lai Lạt ma đời thứ 5; nhưng dần dần mối quan hệ Thanh-Tạng xấu đi. Khi Thanh triều sụp đổ, năm 1904, nước Anh đưa quân vào chiếm đóng Tây Tạng, biến nơi đây thành xứ bảo hộ thuộc về Đế quốc Anh. Cũng trong giai đoạn này, Trung Quốc nổ ra cuộc chiến Tân Hợi 1911 và liền sau đó là Thế chiến thứ nhất (1914-1918) nên đế quốc Anh và Trung Hoa gần như 'buông tha' cho Tây Tạng – khi đó nhằm thời Đạt Lai Lạt ma thứ 13 – Tây Tạng đứng trước một cơ hội lịch sử để lấy lại quyền tự trị và xây dựng



chính thể độc lập cho riêng mình! Tiếc thay cơ hội đó không được tận dụng triệt để; Tây Tạng gần như không đủ thời gian để đổi mới và củng cố đất nước mà lý do sâu xa nằm chính trong hình thái xã hội phức tạp của vùng này, kèm theo đó là xích mích quyền lực giữa Đạt Lai Lạt ma đời thứ 13 và Ban thiền Lạt ma đời thứ 9! Năm 1933, khi mọi việc còn đang dang dở, Đạt Lai Lạt ma đời thứ 13 viên tịch, Đạt Lai Lạt ma đời thứ 14 được tìm thấy vào năm 1940, khi đó ngài chưa đầy 5 tuổi. 9 năm sau, Trung Hoa tiến vào Tây Tạng, tuyên bố đây là một vùng không thể tách rời của Trung Quốc; chính thể độc lập còn mong manh chưa thành hình của mảnh đất cao nguyên được cáo chung từ đây. Chỉ vọn vẹn trong hơn 50 năm (1950-2000), Tây Tạng

dưới sự trấn áp của chính quyền Trung Quốc chứng kiến những trang tối tăm nhất trong lịch sử nhiều nghìn năm của mình, trong đó có những dòng được viết bằng máu và nước mắt của người Tạng! Năm 1959 nổ ra xung đột ở thủ phủ Lhasa, hàng chục ngàn người Tạng đã bị giết, Đạt Lai Lạt ma thứ 14 phải rời bỏ Tây Tạng sống lưu vong ở Dharamsala, Ấn Độ. Năm 1961, do những sai lầm về đường lối canh tác nông nghiệp mà Trung Quốc áp đặt lên Tây Tạng, hơn 70.000 người Tạng đã chết đói. Giai đoạn 1967-1976, con bão Hồng Vệ Binh (Red Guard) theo chân Cách Mạng Văn Hóa (The Cultural Revolution) sau khi càn quét Trung Quốc đã đổ ập lên Tây Tạng: Những di sản văn hóa, tu viện, đền chùa cùng vô vàn Pháp vật quý giá bị đốt phá, cướp bóc, thất lạc, vĩnh viễn biến mất trong lịch sử nhân loại; ước tính gần 200.000 thường dân và Tăng Ni Phật tử bị bức hại hoặc cầm tù. Chỉ đến giai đoạn sau 1980 thì trật tự mới được lập lại, Tây Tạng dần chuyển mình sang thời kỳ hiện đại hóa và phát triển đi lên trong vai trò khu tự trị thuộc Trung Quốc; chủ đề Tây Tạng cho đến nay vẫn là vấn đề thời sự nhạy cảm ở các quốc gia.

Đến đây người viết xin dừng phần Tổng quan lịch sử tôn giáo Tây Tạng, hy vọng bạn đọc đã có cái nhìn rõ ràng hơn về những biến chuyển theo thời gian đóng góp vào tiến trình hình thành và phát triển của Phật giáo Tây Tạng. Nói tóm lại, Tây Tạng có một nền văn hóa tín ngưỡng độc đáo lâu đời mà hạt nhân xuyên suốt nhiều thế kỷ chính là nền Phật giáo Đại thừa Mật tông với lý luận mạch lạc khúc chiết và không kém phần thâm sâu, ảo diệu; là minh chứng rõ ràng nhất về tính dung và dị đặc thù của tông giáo; đồng thời bao hàm trong nó là sự vượt trội về giá trị nghệ thuật, văn hóa, và trí tuệ thu hút không chỉ riêng người Tạng mà nhân loại toàn thế giới. Phần viết này tham khảo tư liệu từ các nguồn: Thư Viện Hoa Sen, Giáo hội Phật giáo Việt Nam, sách Tây Tạng Phật Giáo Sử Lược của Chương Gia, sách Lonely Planet – Tibet (2008), sách The Potala (Unesco, 1993).■

(Nguồn: Tổng hợp từ icouple.sg)



Mười lăm học viên người Áo
được trao bằng Phật học

Vienna, Áo: Sau khi trải qua kỳ thi được tổ chức bởi Đại Học Phật Giáo và Pali của Tích Lan thông qua Viện Phật Giáo và Kytô Giáo của Đại Học Vienna, mười lăm học viên đã được trao bằng Cao Đẳng Phật học. Trong buổi lễ trao bằng Hòa Thượng Wijayaratna Seelawansa Thero, Giám đốc của Hội Phật Giáo Vienna Centrum đã trao bằng cho những vị tốt nghiệp này.

Tiếp theo đó là lời giáo từ của Hòa Thượng Wilachchiye Kassapa Thero gởi từ Tích Lan. Vị Giám đốc trưởng của Hội Phật Giáo Vienna Centrum đã nhấn mạnh tầm quan trọng của việc làm hướng tới hòa bình và hòa hợp giữa các tôn giáo khác nhau. Hòa Thượng Wijayaratna là người đã đi tiên phong trong quá trình nghiên cứu Phật học tại Học Viện trong một thỏa thuận ký kết giữa hai trường đại học của Tích Lan và Áo với sự giúp đỡ của Đại Sứ Quán Tích Lan.

Mười Lăm sinh viên tốt nghiệp đã bày tỏ tầm quan trọng trong việc theo đuổi các nghiên cứu cao hơn trong lãnh vực này tại Đại học Phật giáo và Pali.



Thờ cúng Tổ tiên bằng kỹ thuật hiện đại



Lòng từ vô lượng

Penang, Mã Lai: Ngôi chùa Than Hsiang tại Bayan Lepas là ngôi chùa đầu tiên đã dùng kỹ thuật hiện đại để thay thế cho phương pháp thờ cúng cổ truyền cho người đã mất.

Thượng Tọa Wei Wu đứng bên màn hình LCD 15 inch giải thích "Theo truyền thống tổ tiên tên tuổi người đã mất được viết lên mảnh giấy và dán lên tường." Ngày nay ngôi chùa đã dùng hai màn ảnh LCD đặt trong hội trường, màn ảnh LCD sẽ được thay đổi mỗi ba giây với tên tuổi của người đã mất trong hình thức hoa sen trên lòng bàn tay của đức Phật A Di Đà. Đây là cách tượng trưng cho người quá cố đã có sự tái sinh trong cảnh giới Tịnh Độ.

Trong quá khứ mỗi năm có khoảng 1000 tấm giấy cỡ A4 được đốt sau buổi lễ. Vì thế, chùa đã quyết định khởi động các phiên bản kỹ thuật cho các lời cầu nguyện trong năm nay nhằm bảo vệ cho môi trường. Đồng thời chùa cũng cấm đốt que hương và nến, để thay vào đó là những que LED vì nó vừa an toàn và vừa thân thiện với môi trường.

Colombo, Tích Lan: Thượng Tọa Modarawane Amilasiri Thera sau khi thấy một vị tỳ kheo lớn tuổi nằm co ro tại trạm xe buýt, Thượng Tọa đã đem vị sư này về chùa chăm sóc. Sau khi Thượng Tọa tìm hiểu và được biết vị sư lớn tuổi này được đệ tử đưa đến bệnh viện chính phủ và không quay trở lại đón vị sư này về, kể từ khi đó Thượng Tọa Modarawane đã quyết định thành lập Trung Tâm Amilasiri nhằm giúp đỡ cho những vị tu sĩ lớn tuổi không nơi nương tựa.

Trung tâm đã được thành lập hơn 8 năm và chăm sóc cho 35 vị sư lớn tuổi đến từ những thành phố khác nhau. Từ khi Trung tâm mới được thành lập, hàng ngày Thượng Tọa phải đi khất thực để thu thập thức ăn cho những vị sư ốm yếu và bệnh hoạn.

Ngoài ra, Thượng Tọa đã tự hiến một quả thận cho một cô gái nghèo 22 tuổi người công giáo mới kết hôn. Từ những việc làm phát sinh từ lòng từ bi vô lượng đến với chúng sanh, những việc làm quý báu này được đánh giá cao nên vào tháng 6 năm 2011 Thượng Tọa đã được trao giải thưởng Viru Jana Weera.



THÔNG TIN Phật giáo thế giới

● Hải Hạnh lược dịch



Phật giáo Đài Loan tạo niềm hy vọng cho trẻ mồ côi tại Phi châu



Xã hội Thái Lan khám phá trở lại giá trị của Phật giáo nhằm chiến đấu với chủ nghĩa vật chất và khủng hoảng kinh tế



Phật tử Thái Lan biểu tình việc không tôn trọng hình ảnh đức Phật trong thương nghiệp

Dài Bắc, Đài Loan: Hòa Thượng Hui Li, Chủ tịch Hội A Di Đà tại Nam Phi đã quyết định thành lập Viện Mồ Côi tại Nam Phi sau chuyến thăm Nam Phi năm 1992. Trong chuyến viếng thăm Hòa Thượng chứng kiến những cảnh đau thương của những đứa trẻ mồ côi bị nhiễm HIV/AIDS.

Trong buổi phỏng vấn bởi Đài CNA, Hòa Thượng nói “Nền tảng trong đạo Phật là bình đẳng trong mọi người” và “Thực hành đạo Phật là giúp trẻ em chữa lành nỗi khổ trong nội tâm và giáo dục các em làm sao đối xử với người khác bằng sự tôn kính.” Hiện tại, Hội từ thiện đã nhận hơn 3000 trẻ em mồ côi từ 3 đến 18 tuổi từ khắp nơi như Malawi, Swaziland and Lesotho trong Châu Phi.

Phương pháp giáo dục là đặt các em vào từng nhóm với nhiều lứa tuổi khác nhau. Như vậy, tạo cho các em có nhiều kinh nghiệm trong cuộc sống. Các em không chỉ sống và học tập mà điều quan trọng là phải chăm sóc lẫn nhau. Ngoài ra, Hòa Thượng còn nói “Bất luận chúng tôi giúp đỡ thế nào, điều tối ưu là người dân Nam Phi phải quyết định họ muốn gì trong cuộc sống.”

Bangkok, Thái Lan: Kể từ ngày 4 đến 30 tháng 6 nhân kỷ niệm 2600 năm đức Phật thành đạo, vào ngày cuối Phong Trào Quần Chúng sẽ tổ chức một buổi hội thảo tại Trung tâm Phật giáo Buddhamondhol ở thủ đô Bangkok.

Buổi hội thảo bao gồm hàng trăm Tăng Ni thảo luận giá trị của số phận và sự thử thách trong xã hội hiện đại, sự tai hại của chủ nghĩa vật chất, sự chống đối với chủ nghĩa vật chất, sự ham muốn tiền tài và thế giới đã bỏ quên tinh thần đạo đức và tâm linh, đồng thời giới thiệu hệ thống học tập để đào tạo những công dân gương mẫu cho tương lai.

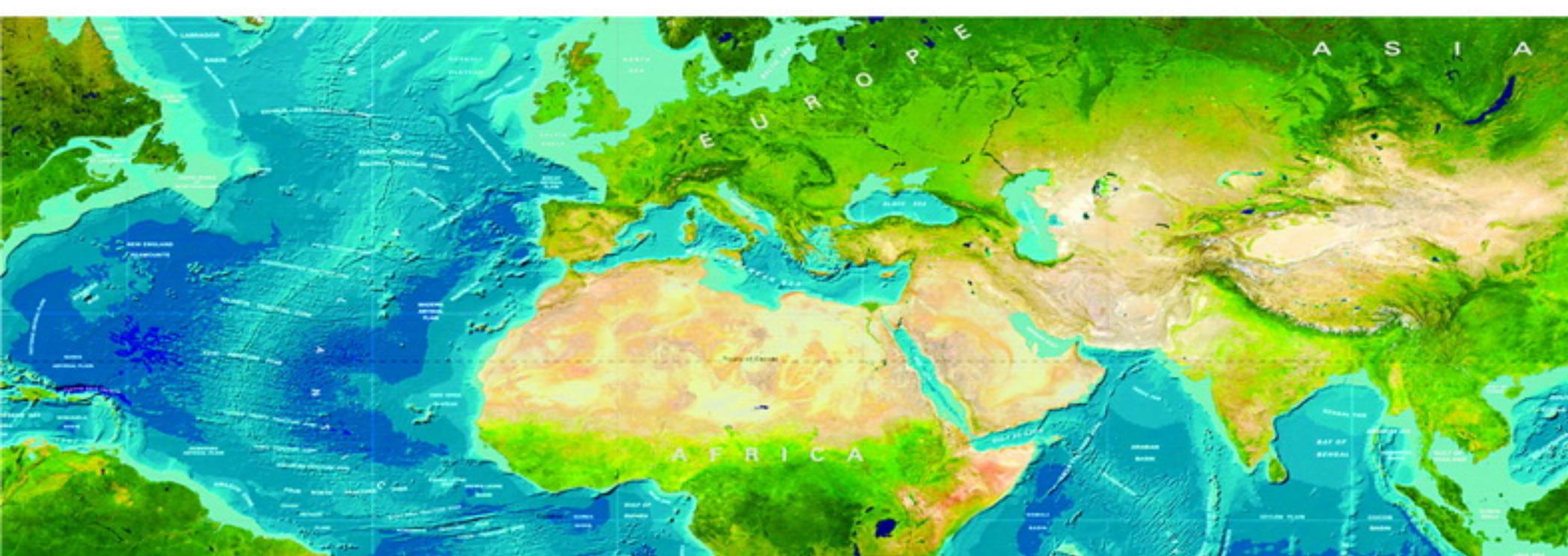
Thái Lan với tổng dân số là 62.8 triệu người, 10 triệu hiện sống tại Bangkok, gần 95% là Phật giáo trong khi đó 4% là Hồi giáo, 1% là Tin Lành bao gồm 300 ngàn là Công giáo. Vì thế, Thái Lan được coi là Trung tâm Phật giáo Thế giới. Để đào tạo những công dân tốt trong tương lai Buddhist Path School (BPS) sẽ thành lập nội quy rằng “Tất cả học sinh tiểu học sẽ tụng kinh vào buổi sáng và thiền tập về những lời dạy của đức Phật ít nhất 5 phút vào mỗi ngày, rồi áp dụng nó để giải quyết mọi vấn đề xảy ra hàng ngày trong cuộc sống.”

Bangkok: Vào lúc 5 giờ chiều ngày thứ bảy 30 tháng 6 tại thủ đô Bangkok, Thái Lan, Hội Thông Hiểu Phật Giáo tổ chức một cuộc biểu tình mang tên “Đền on Phật pháp” tại đường Khao San. Đây là con đường rất nổi tiếng tại thủ đô Bangkok. Cuộc biểu tình nhằm mục đích lên tiếng với thế giới về sự thiếu tôn trọng đến đức Phật.

Cuộc biểu tình phản ánh việc sử dụng hình ảnh đức Phật một cách bừa bãi. Đoàn biểu tình mang những biểu ngữ “Đức Phật là người cha của Phật giáo” và những biểu ngữ lớn với hàng chữ “Đủ rồi” trên tấm hình “Buddha Bar” và chữ “Không” trên quảng cáo của bộ phim “Snow Buddies” do nhà sản xuất phim Disney. Nhà sản xuất đã dùng đức Phật đặt tên cho một con chó trong bộ phim.

Hội Thông Hiểu Phật Giáo gửi lời khuyến cáo đến các nhà thương nghiệp nên cẩn thận đối với hình ảnh đức Phật trong việc quảng cáo.

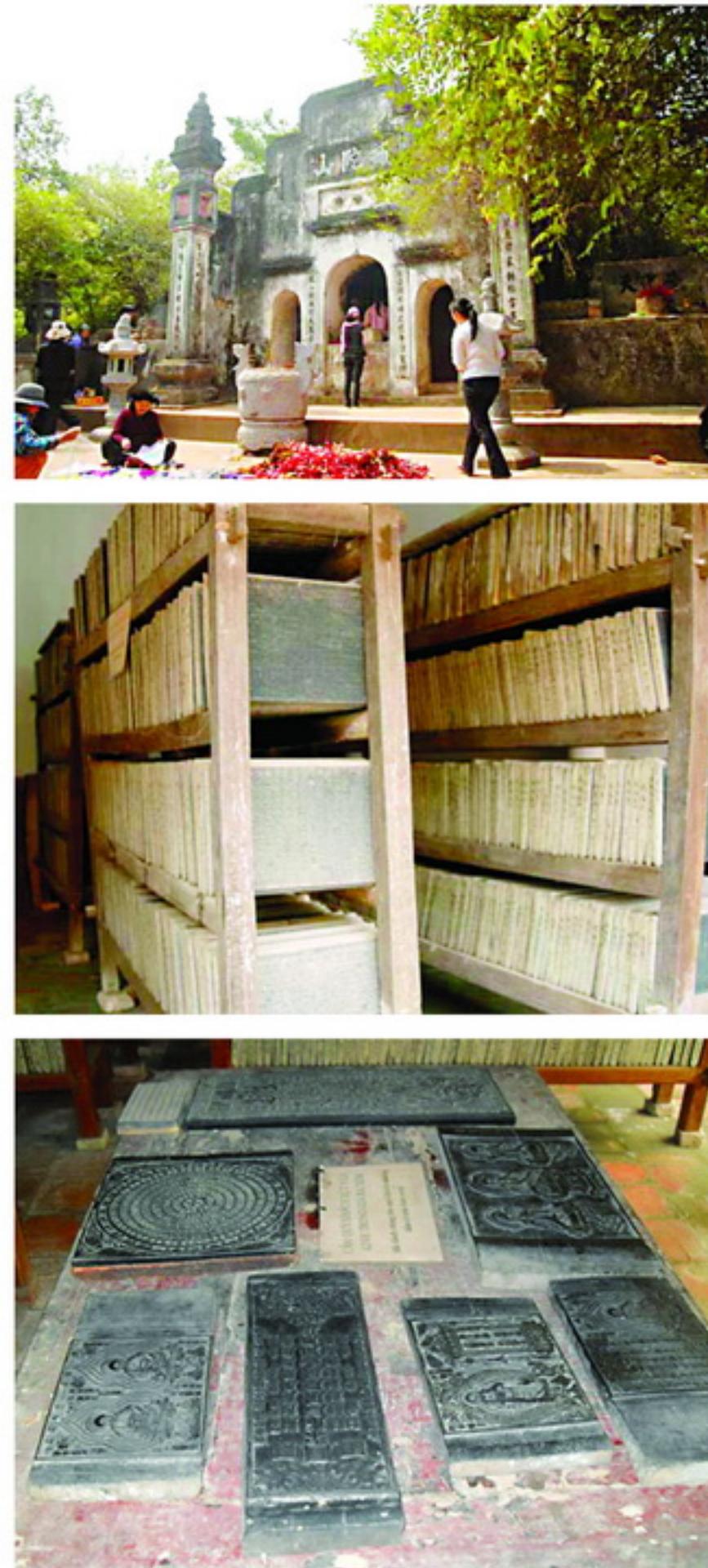
Bà Acaharavadee Wongsakon, chủ tịch Hội Thông Hiểu Phật Giáo nói “Đức Phật là giáo chủ của tôn giáo chúng tôi, vì vậy đây là việc làm rất bình thường để đức Phật được tôn trọng như những vị giáo chủ của các tôn giáo khác.” Hội Thông Hiểu Phật Giáo cho thấy thế giới đã quá đáng trong vấn đề này. “Buddha Bar” là một thí dụ cụ thể cho thấy thương nghiệp này không biết xấu hổ cho việc dùng quảng cáo. Đồng thời Hội cũng kêu gọi nhà sản xuất phim Disney ngưng ngay việc dùng tên đức Phật đặt cho một loài chó trong phim. Họ sẽ tiếp tục lên tiếng đến khi nào thế giới không còn sử dụng hình tượng đức Phật một cách bừa bãi trong việc quảng cáo nữa. ■



Bên cạnh mộc bản chùa Vĩnh Nghiêm (Yên Dũng) vừa được vinh danh là di sản tư liệu thế giới khu vực châu Á- Thái Bình Dương, Bắc Giang còn một kho mộc bản khác cũng khá độc đáo với những giá trị vượt thời gian mà chưa được “trình làng”. Đó là kho mộc bản chùa Bồ Đà tại xã Tiên Sơn, huyện Việt Yên.

Giữa một vùng đồng bằng trù phú bên dòng sông Cầu thơ mộng, nổi lên một dãy núi kỳ vĩ, đẹp tựa trong tranh đó là núi Phượng Hoàng), nơi đây người xưa đã biết gửi mơ ước của mình vào từng cột gỗ, đường vân thớ đá mang dáng dấp Phật đùong. Đây cũng là nơi sơn thủy giao hòa, nhìn sông tựa núi, cảnh sắc, không gian nhuộm màu huyền thoại, người xưa có tho ca ngợi rằng: “Bốn bề phong cảnh lạ thay/Bồng lai kia cũng thế này mà thôi”. Đó chính là chùa Bồ Đà (Tứ Ân tự) nơi được xem là chốn tổ của dòng Thiên Lâm Tế - dòng Thiền có ảnh hưởng mạnh mẽ tại Việt Nam, hàng năm kết hạ an cư, các vị Tăng Ni, tín đồ ở nhiều nơi về tham thiền học đạo. Chùa Bồ Đà có kiến trúc độc đáo và khác biệt so với những ngôi chùa truyền thống ở miền Bắc Việt Nam, bởi lối kiến trúc “nội thông ngoại bế”, các tòa ngang, dãy dọc, tường bao bằng đất nén và tiểu sành, tạo vẻ u tịch, thanh vắng, linh thiêng... Đặc biệt, tại đây hiện còn lưu giữ hơn 2000 mộc bản khắc ngược (âm bản) bằng chữ Hán - Nôm và chữ Phạn trên gỗ thị - loại gỗ được trồng nhiều trong vùng thời xưa, bởi đặc tính gỗ nhẹ, mềm, bền, dai, không bị mối mọt, cong vênh nên các vị tổ sư đã chọn làm vật liệu để đúc kinh Phật. Cùng với mộc bản chùa Vĩnh Nghiêm, mộc bản chùa Bồ Đà được xem là một trong những bộ mộc bản cổ nhất Việt Nam.

Trao đổi với Đại đức Tự Túc Vinh, trụ trì nhà chùa được biết, chùa Bồ Đà có từ thời Lý (thế kỷ XI), xây dựng lớn vào thời Lê (thế kỷ XVIII). Trải qua gần ba trăm năm, hiện nay chùa còn lưu giữ được nhiều tài liệu, hiện vật, cổ vật quý có giá trị lớn về mặt văn hóa, lịch sử, kiến trúc và mỹ thuật, trong đó có



Độc đáo mộc bản CHÙA BỒ ĐÀ

● Kim Sa

kho mộc bản cổ kể trên. Mộc bản chùa Bồ Đà được hình thành từ ý tưởng của các vị tổ sư muốn truyền thừa, giảng dạy đạo Phật cho thế hệ mai sau. Trong đó các bộ kinh tiêu biểu như: Lăng Nghiêm Chính Mạch, Yết Ma Hội Bản, Nam Hải Ký Quy... thời gian san khắc các tấm mộc bản này sớm nhất là từ năm 1740, đời vua Lê Cảnh Hưng. Trên những mộc bản đó, người xưa đã để lại dấu ấn qua nội dung, đường nét, họa tiết, hình khối điêu luyện và tinh xảo, phản ánh những tư tưởng, triết lý sâu xa của đạo Phật nói chung và dòng thiền Lâm Tế nói riêng, nổi bật trong số đó là các hình khắc đức Phật tổ Như Lai, Phật Thích Ca tọa trên đài sen, Quan Thế Âm Bồ tát, các vị La hán... Bộ kinh còn nói đến cõi Niết bàn, vòng luân hồi chuyển kiếp của một đời người, giải thích thế nào là sự tu nhân

tích đức, cõi vô vi..., thể hiện những tư tưởng của Phật giáo Việt Nam. Đây có thể xem là những di vật Phật học đặc biệt quý giá và độc đáo. Hiện nay, các bộ kinh vẫn khá nguyên vẹn, với hơn 2000 bản kích thước trung bình dài 50cm, rộng 25cm và dày khoảng 2,5cm. Ngoài ra còn có những ván kinh khổ rất lớn dài 150cm, rộng 30cm. Cũng theo Đại đức Tự Túc Vinh, nếu so sánh với số lượng 3050 tấm mộc bản tại chùa Vĩnh Nghiêm thì mộc bản chùa Bồ Đà có phần khiêm tốn, nhưng theo xét về mặt giá trị thời gian, kỹ thuật điêu khắc, nội dung, nghệ thuật... mỗi nơi có những ý nghĩa, nét độc đáo và tầm vóc riêng.

Ông Nguyễn Văn Phong, Phó Giám đốc Bảo tàng tỉnh cho hay, nếu mộc bản tại chùa Vĩnh Nghiêm chỉ có một phần nhỏ là kinh Phật, số còn lại là những tác phẩm văn học, kiến thức y thuật, bùa chú gắn với dòng Thiền Trúc Lâm do vua Trần Nhân Tông tạo lập, thì kho mộc bản chùa Bồ Đà chủ yếu là kinh Phật và một số bùa chú, sớ, điệp. Mặc dù một số nhà nghiên cứu văn hóa đã tiếp cận kho mộc bản, tuy nhiên chưa có một sự nghiên cứu khoa học, kiểm kê, đánh giá chi tiết nào về nội dung, ý nghĩa kho mộc bản tại chùa Bồ Đà. Mang trên mình những giá trị vô giá, nhưng từ lâu kho mộc bản chùa Bồ Đà chưa được quan tâm nghiên cứu, bảo quản trong điều kiện tốt nhất có thể. Theo tìm hiểu của chúng tôi, hiện nay kho mộc bản tại chùa Bồ Đà được cất giữ tại gian phòng phía sau chùa, tuy nhiên ở đó môi trường ẩm mốc lại không được bảo vệ nghiêm ngặt, vì vậy tình trạng mốc cắp, hư hỏng là điều khó tránh khỏi. Thiết nghĩ, để mộc bản chùa Bồ Đà còn mãi với thời gian và được nhiều người biết đến, ngành chức năng cần sớm có sự quan tâm đúng mức, trước mắt là tạo lập cơ chế bảo vệ, bảo quản an toàn, loại trừ các yếu tố gây mốc mét, hư hỏng. Cùng với đó, các chuyên gia trên lĩnh vực ngôn ngữ, lịch sử, văn hóa, khoa học cần tập trung nghiên cứu, đánh giá về nội dung, ý nghĩa cũng như giá trị, từ đó là cơ sở để có hướng bảo tồn, phát huy giá trị của kho mộc bản độc đáo này.■

Từ 14 đến 16-5, tại thủ đô Bangkok (Thái Lan) diễn ra phiên họp toàn thể lần thứ 5 của Ủy ban Ký ức thế giới khu vực châu Á - Thái Bình Dương. Tại đây, hồ sơ mộc bản ở chùa Vĩnh Nghiêm (Yên Dũng) đã được ghi danh là di sản tư liệu thế giới, khu vực châu Á - Thái Bình Dương. Vậy là sau mộc bản triều Nguyễn; 82 bia đá tiến sĩ tại Văn Miếu Quốc tử giám (Hà Nội); mộc bản chùa Vĩnh Nghiêm (Bắc Giang) là di sản thứ 3 của Việt Nam được công nhận là di sản tư liệu thế giới.

MỘC BẢN CHÙA VĨNH NGHIÊM

đã bước ra thế giới

● Nguyễn Đào

TIẾNG THƠM NGÔI CHÙA CỔ

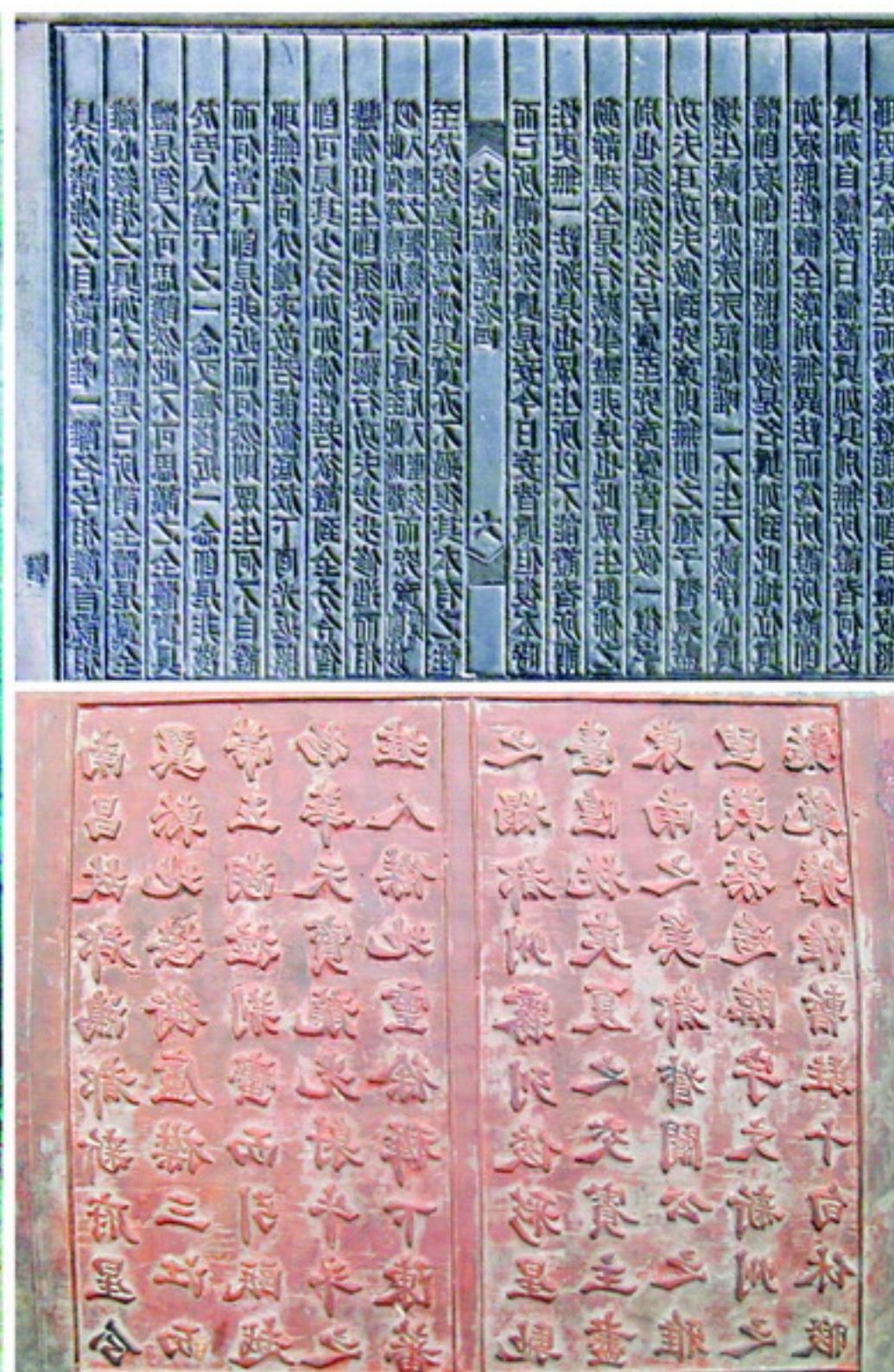
Chùa Vĩnh Nghiêm hay còn gọi chùa Đức La nằm tại ngã ba sông Phượng Nhõn, nơi gặp gỡ của 2 con sông lớn (sông Thương và sông Lục Nam) thuộc xã Trí Yên, huyện Yên Dũng Bắc Giang. Đây từng là trung tâm Phật giáo lớn của Việt Nam thời Trần (thế kỷ XIII-XIV), nơi đào tạo tăng đồ của cả nước và cũng là nơi tu hành của 3

nhân vật sáng lập ra thiền phái Trúc Lâm Yên Tử gồm: Điêu Ngự Giác Hoàng vua Trần Nhân Tông, Pháp Loa thiền sư Đồng Kiên Cương và Huyền Quang đại sư Lý Đạo Tái.

Chỉ vài năm gần đây người ta mới nhắc nhiều đến chùa Vĩnh Nghiêm và kho mộc bản độc đáo- nhờ vậy mà ngôi chùa cổ kính này cũng có dịp được "vua biết mặt, chúa biết tên". Với số lượng hơn 3.050 nghìn mộc bản khắc ngược (âm bản) trên gỗ thị bằng chữ Hán, Nôm thuộc nhiều thời gian



khác nhau từ thế kỷ XVII- XIX. Bản khắc lớn nhất là các loại sớ điệp chiêu dài hơn 100cm, rộng 40cm - 50cm, bản nhỏ nhất chỉ khoảng 15cm x 20cm, nhưng phần lớn mộc bản có kích cỡ 33cm x 23cm x 2,5cm, trong đó hầu hết là kinh, sách, luật giới nhà Phật và một số trước tác (thơ, phú, nhật ký...) của một số vị cao tăng dòng thiền Trúc Lâm, với các bộ kinh tiêu biểu như: Yên Tử nhật trình, Di Đà kinh, Sa di ni giới kinh, Kính tín lục, Đại thừa chỉ quán... mộc bản chùa Vĩnh Nghiêm



được xem là “độc nhất vô nhị”. Ông Ngô Văn Trụ, Phó giám đốc Sở Văn hóa - Thể thao và Du lịch tỉnh Bắc Giang cho biết, khác với mộc bản kinh Phật khác, mộc bản chùa Vĩnh Nghiêm mang tư tưởng nhập thế của Trần Nhân Tông. Nhấn mạnh yếu tố tu tại tâm, bởi các cụ xưa thường nói “thứ nhất tu tại gia, thứ nhì tu chợ, thứ 3 tu chùa”. Nó nhập thế phù hợp với tư tưởng, tín ngưỡng của người Việt, thể hiện tư tưởng của Vua Trần Nhân Tông, mang giá trị bản sắc rất cao cũng như giá trị mỹ thuật của người Việt xưa. Hiện nay, tại Việt Nam có hàng nghìn ngôi chùa thuộc Thiền phái Trúc Lâm. Trên thế giới tư tưởng của Thiền phái Trúc Lâm cũng phát triển mạnh mẽ và có ảnh hưởng sâu rộng. Mộc bản chùa Vĩnh Nghiêm là căn cứ quan trọng để các nhà nghiên cứu khẳng định sự khác biệt, độc đáo của dòng Thiền Trúc Lâm so với những dòng Thiền khác trên thế giới.

Cũng theo ông Ngô Văn Trụ, trước khi xuất hiện Phật phái trúc lâm thì tất cả các ngôi chùa Việt đều do Nhà nước (triều đình) bỏ tiền xây dựng ở những nơi non cao cảnh đẹp, có quy mô lớn giống như các thiền tông khác ở các nước phương Đông,

nhưng khi giáo lý của Trúc Lâm ra đời (được thể hiện qua thơ ca) thì người Việt đã thấm nhuần tư tưởng và tự hưng công xây dựng lên những ngôi chùa ở làng xã để thuận tiện cho việc thu hành, vì vậy dân gian có câu “đất vua, chùa làng”. Để có mặt và vinh danh tại kỳ họp này, hồ sơ mộc bản chùa Vĩnh Nghiêm đã được chúng ta chuẩn bị khá chu đáo trước đó. Từ khâu xây dựng kế hoạch, nghiên cứu lập hồ sơ, dịch thuật, quá trình vận động ngoại giao cho đến bố trí bị con người. Hồ sơ được xây dựng và trình bày công phu, khoa học, đầy đủ thông tin, có bản thuyết minh tiếng Việt và Tiếng Anh, tư liệu ảnh, video... kết quả đã giành được 100% số phiếu ủng hộ. Đây là món quà ý nghĩa, thể hiện sự tri ân công đức của hậu thế đối với các bậc tiền nhân đã có công khai sáng và tạo dựng lên những di sản độc đáo.

ĐI TÌM SỰ ĐỘC ĐÁO

Chương trình Ký ức thế giới của UNESCO ra đời từ năm 1993. Mục đích để ghi nhận các di sản thuộc dạng tư liệu (Documentary Heritage) trên thế giới, đó có thể là cuốn sách, bộ phim, bức ảnh, giọng nói (băng ghi âm) hay bút tích... Tuy nhiên, để được UNESCO công nhận thì di sản

phải là tư liệu xác thực, độc đáo, độc bản, quý hiếm và có sự ảnh hưởng rộng ở tầm khu vực, quốc tế.

Ông Phạm Cao Phong, Tổng Thư ký Ủy ban UNESCO Việt Nam đồng thời là trưởng đoàn Việt Nam tham dự kỳ họp toàn thể lần thứ 5 của Ủy ban Ký ức thế giới khu vực châu Á - Thái Bình Dương tại Thái Lan cho biết, để được UNESCO công nhận thì di sản phải là tư liệu xác thực, độc đáo, độc bản, quý hiếm và có sự ảnh hưởng rộng ở tầm khu vực, quốc tế. Khó khăn lớn nhất của chúng ta là phải chứng minh mộc bản ở chùa Vĩnh Nghiêm đáp ứng đầy đủ các tiêu chí trên. Lần này chúng tôi đã chứng minh, lập luận một cách thuyết phục và đã thành công. Trong số 9 cuốn sách mộc bản ở chùa Vĩnh Nghiêm thì chỉ có 2 cuốn là kinh Phật, số còn lại là luận giải của các Thiền sư và những kiến thức liên quan đến y thuật chữa bệnh, tác phẩm văn học... mặt khác dòng Thiền Trúc Lâm do vua Trần Nhân Tông là người sáng lập, mang những dấu ấn riêng của người Việt Nam. Đặc biệt cuốn mộc bản “Thiền tông bản hạnh”, được Hội thảo bảo tồn di sản chữ Nôm (the Vietnamese Nôm Preservation Foundation, USA) lấy

làm mẫu cho font chữ Nôm trên mã Unicode (kí hiệu Nôm Na-TongLight.ttf) và được cài đặt vào máy tính trên toàn thế giới. Điểm khác biệt nữa của mộc bản chùa Vĩnh Nghiêm là dùng cả chữ Hán và chữ Nôm trong khi mộc bản của Hàn Quốc, Nhật Bản, Trung Quốc chỉ dùng chữ Hán... Những mộc bản giúp đời sau hiểu một cách chính xác và đầy đủ về lịch sử Phật giáo Việt Nam, Thiền phái Trúc Lâm, thân thế, sự nghiệp của Phật hoàng Trần Nhân Tông và các danh nhân lịch sử văn hóa của đất nước, lịch sử nghề khắc in mộc bản, tư tưởng, văn hóa.■



Dứng trước bức tượng Phật nghìn mắt nghìn tay cổ nhất Việt Nam hiện được lưu giữ tại chùa

Thánh Ân (hay còn gọi là chùa Đào Xuyên, thuộc xã Đa Tốn, huyện Gia Lâm, Hà Nội), nhiều người ngỡ ngàng không chỉ bởi nét điêu khắc độc đáo mà còn bởi trong đó ẩn chứa những điều bí ẩn của thế giới Phật pháp, của quan niệm nhân sinh quan gắn bó mật thiết với cuộc sống đời thường.

Bức tượng ẩn chứa triết lý muôn đời của nhà Phật

Theo Thượng tọa Thích Thanh Tuy, trụ trì chùa Thánh Ân, gốc tích của tượng Phật nghìn mắt nghìn tay được xuất phát từ quê hương Phật giáo Ấn Độ. Trước khi xuất hiện kiểu bức tượng này thì trước đó các tín ngưỡng cổ của Ấn Độ cũng coi một số vị thần có nghìn mắt nghìn tay như vị thần Inra, Siva, Vihnu: "Tượng Phật Quan Âm nghìn mắt nghìn tay được ra đời nhờ sự kế thừa và phát triển từ những quan niệm tôn giáo trước đó", vị trụ trì cho biết.



Tượng Phật nghìn mắt nghìn tay cổ nhất Việt Nam

Từ buổi sơ khai, tín ngưỡng Ấn Độ đã coi các vị thần nghìn mắt có năng lực vô biên. Sau khi Phật giáo kế thừa và phát triển tín ngưỡng này đã nâng tầm năng lực của bức tượng này trở nên "siêu phàm" hơn để có khả năng cứu

độ chúng sinh. Đây là một hình tượng đẹp và mang nhiều triết lý sâu xa của nhà Phật, bởi vậy từ khi được hình thành ở Ấn Độ, cùng với sự lan tỏa của văn hóa Phật giáo đến các nước xung quanh thì hình tượng Phật nghìn mắt nghìn tay cũng được phát triển rộng ra nhiều nước khác. Theo nhà nghiên cứu văn hóa dân gian Nguyễn Hùng Vĩ (Đại học KHXH&NV-ĐHQGHN), vào thời nhà Đường, đời Vũ Đức (618-626) vị Tăng Cà-đa-đì-bà đã mang kinh, mang tượng nghìn mắt nghìn tay đến Trung Quốc. Đến năm Trinh Quán (649), nhà sư Trí Thông đã dịch "Thiên thủ kinh" ra chữ Hán. Đây là bộ kinh thể hiện nhân sinh quan của nhà Phật được gửi gắm qua bức tượng nghìn mắt nghìn tay. Bắt đầu từ đó "Thiên Thủ Thiên Nhẫn" lan tỏa rộng và nhanh trong không gian văn hóa Phật giáo phương Đông.

Ở Việt Nam, vào thế kỷ XVI trong một số chùa đã tạc tượng này. Tượng Phật nghìn mắt nghìn tay của Việt Nam được coi là xưa nhất hiện nay ở chùa Thánh Ân. Qua khảo sát và nghiên cứu, các nhà khảo cổ học cho biết bức tượng

BÚC TƯỢNG CỔ BẬC NHẤT ẩn chứa triết lý muôn đời nhà Phật

● Minh Ninh



này được làm từ thời nhà Mạc. “Đây là tượng Phật nghìn mắt nghìn tay cổ nhất đang còn lại ở Việt Nam. Trước đó có thể có nhiều nhưng đã bị mất đi”, nhà nghiên cứu văn hóa dân gian Nguyễn Hùng Vĩ cho biết.

Cũng theo ông Vĩ, tượng Phật nghìn mắt nghìn tay trong dân gian thường gọi là Phật Bà hoặc Quan Thế Âm Bồ tát. Nếu gọi đầy đủ thì có đến khoảng 10 tên gọi khác nhau như: Thiên thủ thiên nhãn Quán Thế Âm Tự Tại, Thiên thủ thiên nhãn Quán Tự Tại, Thiên tí thiên nhãn Quán Tự Tại... Xuất phát điểm tượng có nguồn gốc từ Ấn Độ, coi tượng Phật là vô nam vô nữ; sang đến thời Đường nam nữ hòa với nhau. Khi du nhập vào Việt Nam, dân gian nhìn giống mặt nữ nên thường gọi là Phật Bà Quan Âm nghìn mắt nghìn tay.

Ông Vĩ khẳng định tượng nghìn mắt nghìn tay chỉ là cách gọi mang tính tượng trưng. Bởi mỗi noi tạc tượng với số lượng tay, mắt khác nhau nhưng đều mang tên gọi chung là “Thiên thủ thiên nhãn”. “Cho dù số lượng khác nhau nhưng theo triết lý nhà Phật, hình tượng Phật nghìn mắt nghìn tay đều mang ý nghĩa Phật dùng tay, mắt để xem xét, đáp ứng ước nguyện của chúng sinh, giúp chúng sinh thoát khỏi bể khổ. Cũng vì vậy mà khi cầu nguyện người ta thường cầu “Quan Thế Âm Bồ tát cứu khổ cứu nạn chúng sinh”, dù hiểu trong tâm linh họ cầu mong vị Phật này mang lại cho họ những giá trị tinh thần lớn lao”, nhà nghiên cứu Nguyễn Hùng Vĩ giải thích.

Cũng bởi tượng Phật nghìn tay nghìn mắt có tính tượng đối và không đồng nhất nên mỗi bộ kinh lại có cách miêu tả tượng này khác nhau. Có cuốn kinh miêu tả thân Phật màu vàng của gỗ, có một mặt và nghìn tay. Có cuốn lại miêu tả là thân Phật màu vàng ròng, có 11 mặt và 40 tay. Lại có ghi chép cho rằng: Thân Phật màu vàng, có nghìn tay mắt và 500 mặt. Kinh của phái Thái Tạng cho rằng: Phật có 27 mặt, 1000 tay. Dù được miêu tả khác nhau về màu sắc và số lượng tay, mắt, mặt



Nhà nghiên cứu văn hóa dân gian Nguyễn Hùng Vĩ

nhưng nhìn chung tượng có hai thế ngồi là thế ngồi bán già kiết già. Thế ngồi bán già là một chân để bằng, một chân xếp lên đùi chân kia. Thế kiết già là hai chân xếp lên hai đùi. Tượng ngồi trên một tòa sen đỏ. Bức tượng nghìn mắt nghìn tay cổ nhất Việt Nam hiện đặt tại chùa Thánh Ân (Gia Lâm- Hà Nội) có 10 mặt, 42 tay chính, 610 tay phụ, cao 132cm và ngồi trên tòa sen theo thế kiết già.

Mơ ước cứu độ chúng sinh

Bức tượng Bồ tát Quan Thế Âm thiên thủ thiên nhãn xưa nhất Việt Nam đang ở chùa Đào Xuyên, được đặt trong một chùa nhỏ là mô hình chùa Một Cột ở cạnh một cái ao. Khi đến đây chiêm ngưỡng bức tượng cổ, người ta như lạc vào thế giới của Phật, không khí bình lặng với tiếng gỗ mõ cầu kinh yên lành, vị trí đặt tượng hài hòa với thiên nhiên, có hồ nước trong veo, hàng cây xanh hai bên thăng túng. Không chiêm nhiều diện tích nhưng đây được coi là vị trí trang nghiêm của chùa, được bảo quản, thờ cúng cẩn thận. Bước lên bậc thềm đá, du khách không nhìn thấy tượng ngay mà điều đặc biệt là phải đi vòng mặt sau mới thấy bức tượng thờ Phật quý giá và cổ kính.

Trong không gian thanh tịnh chốn cửa thiền, bức tượng ánh lên vẻ hào quang. Phía dưới cùng là con long chung đầu đội tòa sen đang há to

mặt, hai tay giơ lên cao đỡ lấy tòa sen (long chung là một trong sáu chủng bộ ủng hộ cho Phật giáo đi hoằng pháp nên được chọn là con vật đội tòa sen). Tòa sen màu đỏ có 3 lớp, lớp dưới cùng là hình cánh sen lật, còn hai lớp trên là hình cánh sen úp. Tượng ngồi theo thế “Hàng ma tọa” (chân phải ra ngoài kiểu thế kiết già), tay đặt theo thế “tổng nghiệp thiên tí thủ”. Trên hai tay cao nhất bên trái là nhật tinh còn bên phải là nguyệt tinh. Ngoài ra trên mỗi bàn tay Phật có các hình búp sen, ngọc, bình, ấn Phật, thoi vàng với các thế tay kết ấn khác nhau. Mỗi tư thế này lại biểu đạt cho một quan niệm nhân sinh

quan khác nhau của nhà Phật. Bức tượng Bồ tát Quan Thế Âm thiên thủ thiên nhãn này được tạc bằng chất liệu gỗ, sơn son thếp vàng. Thông thường tượng có 3 loại vầng hào quang: Hình tròn, hình lá đề, hình cây và ở bức tượng này vầng hào quang có hình tròn. “Về mặt thẩm mỹ điêu khắc, dù bức tượng này được làm từ thời nhà Mạc đến nay, đã trải qua mấy trăm năm nhưng kỹ thuật tạo tác rất tinh xảo, đường nét hài hòa. Người nghệ nhân năm xưa đã tạc ra được một kiệt tác cho hậu thế, mang ý nghĩa nhân sinh quan lớn lao”, vị trụ trì nhận xét.

Nhà nghiên cứu Nguyễn Hùng Vĩ khai quát về ý nghĩa của bức tượng: “Nhà Phật mơ ước ở trên đời sẽ có một vị Bồ tát nghìn mắt nghìn tay để đủ năng lực soi xét nguyện vọng, giúp đỡ chúng sinh. Bởi vậy mà nhà Phật đã sáng tạo ra hình tượng Phật nghìn mắt nghìn tay với dụng ý Phật Bồ tát có nghìn mắt nghìn tay để cứu độ con người”.

Ở nhiều nơi trên đất nước ta, hình ảnh Bồ tát Quan Thế Âm nghìn tay nghìn mắt không phải là hình ảnh xa lạ, nhưng để hiểu được ý nghĩa cũng như giá trị của tượng thì không phải điều đơn giản. Bức tượng cổ về Phật Bà nghìn mắt nghìn tay này có lịch sử lâu đời nhất ở Việt Nam nên cần được bảo tồn để lớp hậu sinh hiểu thêm về giá trị văn hóa, kiến trúc cũng như tinh linh mà người xưa để lại.■

TÁI ÔNG MẤT NGỰA

Sau đây là chuyện cổ tích "Tái Ông thất mã".

Ở gần biên giới miền bắc Trung Hoa, có một người tên Tái Thượng Ông, mà người ta quen gọi là Tái Ông.

Tái Ông có nuôi một con ngựa mà cả làng đều khen đẹp. Bỗng một hôm, con ngựa này xổng chuồng chạy đâu mất. Nghe tin sững sốt, hàng xóm của Tái Ông cùng nhau đến thăm và an ủi vì sợ ông buồn. Nhưng Tái Ông không buồn mà còn vui vẻ nói:

- Mất ngựa chưa chắc là một tai họa. Biết đâu không chừng đó là một điều tốt.

Nghe ông nói như vậy, bà con lối xóm ngạc nhiên, tiu nghỉu bỏ ra về.

Ba ngày sau, con ngựa đi hoang trở về và dắt theo một con

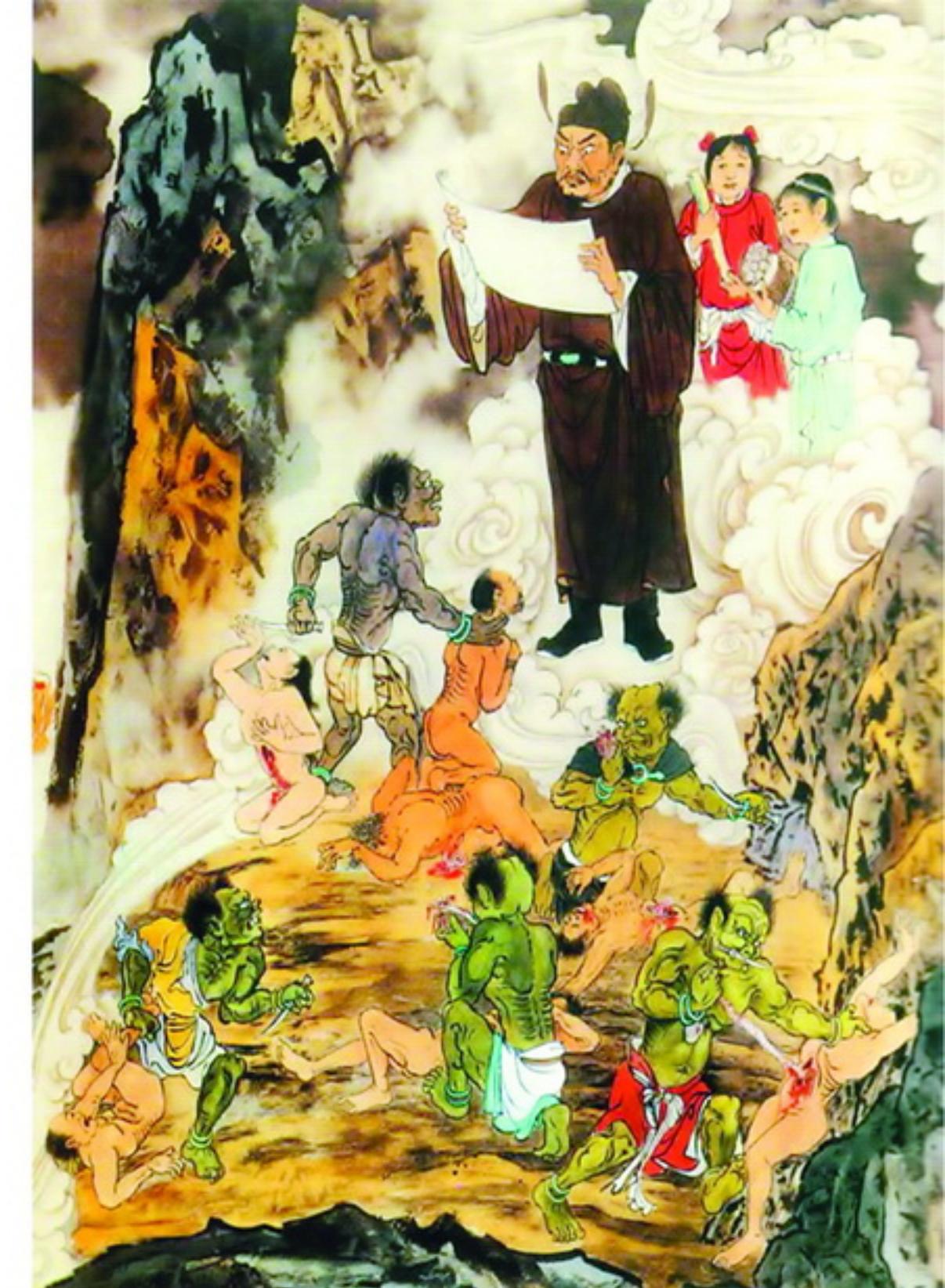
ngựa cái. Nghe tin lạ, bà con lại rủ nhau đến thăm Tái Ông và chúc mừng. Ai ngờ Tái Ông không mừng mà còn bình thản nói:

- Tự nhiên có được một con ngựa cái chưa chắc là hên. Biết đâu nhiều khi đó là điềm xui.

Nghe ông nói như vậy, bà con hàng xóm chưng hửng bỏ ra về và ngạc nhiên hơn lần trước.

Con trai của Tái Ông, trong tuổi thanh niên, rất ưa thích con ngựa cái này. Hàng ngày, anh cưỡi nó chạy rong trong rừng. Một hôm nọ, không biết anh cưỡi làm sao mà bị té gãy chân. Nghe tin dữ, bà con lại rủ nhau đến thăm và an ủi. Ai dè Tái Ông vẫn bình thản, điềm nhiên trả lời:

- Gãy chân chưa chắc là xui. Biết đâu đó là điềm lành.



Nghe ông nói như vậy, bà con mất hửng bỏ ra về. Ai nấy đều nghĩ bụng, Tái Ông thật là lạ, ăn nói chẳng giống người bình thường chút nào.

Sau đó không lâu, giặc cướp nổi dậy khắp nơi, nhà vua ban lệnh bắt tất cả trai tráng trong làng phải tòng quân dẹp giặc. Cậu con trai của Tái Ông, vì gãy chân nên không phải đi lính, nhờ vậy mà được ở nhà yên ổn với cha, trong khi nhiều chàng trai khác ra đi không hẹn ngày trở về.

Chuyện Tái Ông chỉ đơn giản có thể thôi. Nhưng tôi tự hỏi không biết Tái Ông có tu thiền hay không? Vì Tái Ông hành xử không khác một thiền sư, tức là mất không buồn, mà được cũng chẳng vui, tâm an nhiên tự tại đúng với tôn chỉ "bát phong xuy bất động" của nhà thiền.

Đa số chúng ta giống như những người hàng xóm của Tái Ông, tức là mất thì buồn, được thì vui. Đó là để cho hoàn cảnh làm mình đau khổ, cho phép hoàn cảnh làm chủ mình, và giật giây mình. Mỗi khi gặp chuyện không may thì than trời trách đất, than thân trách phận. Sống ở đời không thể nào tránh khỏi mất mát, nhưng chúng ta có thể tránh khỏi đau khổ, bởi vì đau khổ hay không tùy thuộc vào sự nhận thức và tiếp đón sự vật của mình.

XUỐNG ĐỊA NGỤC

Ông Hai là một viên chức cao cấp của chính phủ, có nhiều quyền thế nên

Họa & Phúc Nhân & Quá



● TT. Thích Trí Siêu



lợi dụng làm ăn bất chánh, buôn lậu, đút lót cấp trên, mở nhiều sòng bài, phòng trà, túu điếm. Hễ người nào hám he tố giác mà không mua chuộc được thì ông thuê du đăng thủ tiêu. Chẳng may tham lam, trác táng quá độ nên ông bị đứt mạch máu chết khi chưa đến tuổi lục tuần.

Vì lúc sống làm ác, giết người, cướp của, tham nhũng bóc lột của dân nên khi chết, thần thức của ông đọa xuống địa ngục. Trước khi bị quỷ sứ đem đi hành hình thì ông được dẫn ra trước mặt Diêm vương để định tội. Diêm vương mở quyển sổ ghi tội ra đọc lên từng tội một và hỏi ông lúc sống có phạm như vậy hay không? Ban đầu theo thói lưu manh, chuyên lừa bịp nên Ông Hai cãi bùa, nói rằng không hề làm những tội ác đó. Thấy thế Diêm vương bèn kêu quỷ sứ đem cái gương "nghiệp kính dài" ra và bảo ông hãy nhìn vào đó. Mỗi khi Diêm vương đọc lên tội nào thì Ông Hai nhìn thấy những hành động xấu ác của ông hiện rõ trong gương, chẳng khác nào ngồi xem cuốn video hay DVD của đời mình. Lúc đó Ông Hai cứng họng hết đường chối cãi. Ông bèn đổi giọng xuống nước nắn nỉ quan lớn: "Thưa Diêm vương, con thiệt tình lỡ dại xin Diêm vương tha thứ cho. Nếu con biết làm như vậy là ác và chết xuống đây bị quỷ sứ hành hình thì con đâu dám làm".

Diêm vương nói: "Ngươi đừng nói là ngươi không biết. Trong mỗi con người đều có tánh linh biết thế nào là thiện ác, phải trái, đạo Phật gọi là Phật tánh, người đời gọi là lương tâm. Mỗi khi làm điều gì sai quấy thì trong lòng bị cắn rút, bất an. Khi nào làm được việc thiện thì trong lòng cảm thấy an vui, nhẹ nhàng. Mỗi khi buôn lậu, ngươi thừa biết là sai quấy nên mới đút lót cấp trên để bưng bít. Mỗi khi tham nhũng ăn chia, ngươi dư biết là sai quấy nên có ai hám he tố cáo thì ngươi thuê du đăng đâm lén hoặc cán chết. Thâm tâm ngươi biết mình làm việc sai quấy, ác nhân ác đức, nhưng vì lòng tham không đáy nên ngươi tảng lờ không thèm nghe theo tiếng nói của lương tâm. Trong gia đình có người tốt nhắc nhở ngươi đừng làm ác, coi chừng chết đọa địa ngục, thì ngươi nổi giận nói chết là hết, chẳng có thiên đàng hay địa ngục gì hết!"

Ông Hai thấy coi bộ không xong, nên đổi kiểu mặc cả: "Xin ngài từ bi tha cho con! Thời nay kinh tế khó khăn, nên con mải lo lợi dụng quyền thế làm ăn kiếm tiền nuôi gia đình. Con tính đến tuổi về hưu, sẽ dành thì giờ đi chùa học đạo, làm phước bố thí để chuộc tội tham nhũng bóc lột dân nghèo. Ai dè ngài sai tử thần đến rước con đi quá sớm mà không báo trước, nên con chưa kịp làm phước chuộc tội. Xin ngài thương tình ân xá cho con".

Diêm vương nói: "Ai bảo ngươi là ta không báo trước?"

Ông Hai lóe chút hy vọng: "Dạ con đâu có thấy ai tới báo trước là con sắp chết đâu?"

Diêm vương hỏi: "Lúc còn sống, ngươi có thấy người già không?"

Ông Hai đáp: "Dạ có thấy!"

Diêm vương nói: "Đó chính là sứ giả đầu tiên của ta gửi đến báo cho ngươi coi chừng vô thường sắp tới, nhưng ngươi làm ngơ, ý mình còn khỏe nên mặc sức tham nhũng".

Ngài hỏi tiếp: "Lúc còn sống, ngươi có thấy người bệnh không?"

Ông Hai đáp: "Dạ có thấy!"

Diêm vương nói: "Đó chính là sứ giả thứ hai của ta gửi đến báo cho ngươi coi chừng ăn chơi quá độ sẽ sinh bệnh mà chết, nhưng ngươi cũng làm ngơ, tự hào mình có tiền, lỡ bệnh hoạn thì vào nhà thương sẽ có bác sĩ chăm sóc, khỏi lo".

Ngài hỏi tiếp: "Lúc còn sống, ngươi có thấy người chết không?"

Ông Hai đáp: "Dạ có thấy!"

Diêm vương nói: "Đó chính là sứ giả thứ ba của ta gửi đến báo cho ngươi coi chừng sắp tới phiền minded, nhưng ngươi cũng tinh bợ, mặc ai chết thì cứ chết chứ mình thì sống ít nhất tới 80 tuổi mới chết. Ta đã ba lần gửi sứ giả đến báo trước cho ngươi, nhưng vì si mê, tham lam, không biết nhân quả, nghiệp báo, luân hồi, nên ngươi làm

ngo, tiếp tục tạo ác. Lúc còn sống người tham nhũng, lợi dụng quyền thế, bóc lột nhà cửa, cướp đất của dân. Dân oan kéo đến từng đàn, van xin người trả lại cho họ, nhưng người có trả không? Bây giờ xuống đây trả quả thì kêu oan, làm sao ta tha thứ cho người được?"

Than ôi, đúng là "Bồ tát sợ nhân, chúng sinh sợ quả". Chúng sinh khi làm ác thì không biết sợ, đến khi trả quả thì sợ hãi van xin.

ĐỪNG QUÊN CÁI CHÍNH

Có một phụ nữ nghèo trên tay bỗng một đứa bé lang thang đi xin ăn. Đi ngang qua một cái hang nọ, bà bỗng nghe một giọng nói huyền bí. Giọng nói này hình như vang lên từ trong tâm bà: "Hãy vào đây lấy tất cả những gì người muốn, nhưng đừng quên cái chính. Và hãy nhớ một điều: Sau khi người trở ra thì cửa hang sẽ đóng lại vĩnh viễn. Tuy vậy, hãy lợi dụng cơ hội hiếm có này và nhớ đừng quên cái chính".

Người phụ nữ đi vào hang, thấy trong đó có rất nhiều bảo vật quý giá.

Lóa mắt bởi vàng bạc, châu báu, nữ trang, bà đặt vội đứa bé xuống đất và nhanh tay thâu lượm tất cả những gì bà có thể nhét vào quần áo.

Lúc đó tiếng nói huyền bí kia lại vang lên: "Người chỉ có tám phút để lấy mà thôi".

Tám phút trôi qua như chớp mắt, người phụ nữ khệ nệ ôm vác đầy người và quàng trên vai vàng bạc, châu báu cùng đá quý, bước nhanh ra khỏi hang động và cửa hang đóng lại vĩnh viễn. Ngay lúc đó bà sực nhớ tới thằng bé còn nằm trong hang và không có cách nào trở về lại. Bà vứt tất cả vàng bạc, châu báu xuống đất và ngã lăn ra gào khóc thảm thiết, nhưng đã quá muộn!

Chúng ta có khoảng 80 năm để sống ở đời, và sâu thẳm từ đáy lòng luôn có một âm thanh nội tại âm thầm nhắc nhở chúng ta: "Nhớ đừng quên cái chính".

Cái chính là gì? Đó là những giá trị đạo đức, niềm tin yêu, sự tinh giác, tình thương, sức khỏe và sự sống.

Nhưng rất tiếc chúng ta bị lóa mắt và chỉ cắm đầu chạy theo tiền bạc, sắc đẹp, danh vọng, phung phí sức lực ăn chơi hoặc đi làm ngày đêm kiếm tiền, bỏ quên hạnh phúc gia đình, lơ là với con cái, cha mẹ, người thân, v.v...

Rồi cứ thế 80 năm trôi qua như chớp mắt, đến khi cánh cửa đời khép lại vĩnh viễn, đó là lúc chúng ta phải từ giã ra đi, mới sực nhớ suốt đời chỉ lo vo vét của cải mà quên đi cái chính, không biết sống một cuộc đời ý nghĩa, không đem lại hạnh phúc cho người thương mà nhiều khi còn gây đau khổ cho kẻ khác. Lúc đó có khóc than, hối hận thì đã quá muộn!

QUẢ BÁO HIỆN ĐỜI

Anh Huân (1) là trung úy biệt động quân, tướng người đẹp trai cao ráo, nhưng tính tình rất hung bạo, binh sĩ trong đơn vị rất nể sợ vì anh nổi tiếng mỗi khi bắt được kẻ địch thì đích thân rút dao găm xéo một cái tai đem về phơi khô rồi trưng làm thành tích. Đến khi anh cưới vợ, sinh ra bốn đứa con trai, đứa nào cũng thiếu một cái tai. Nói đúng ra chúng vẫn có đủ hai tai, nhưng một cái bình thường và một cái nhỏ xíu như tai chuột nên nhìn xa giống như không có tai vậy. Sau khi đẻ ra bốn thằng con "một tai" như vậy, vợ chồng anh không dám sinh đẻ thêm nữa vì nếu lỡ sinh ra một thằng thứ năm cũng "một tai" nữa thì sợ người ta gọi là "ngũ quý một tai". Đến khi thằng con út lên hai tuổi thì trong một chuyến hành quân, xe của anh bị trúng mìn nhưng anh không chết mà chỉ bị cháy toàn thân. Sau khi điều trị ở bệnh viện quân y về, mặt anh bị theo nám đen trông rất dễ sợ, nhìn vào chẳng khác một con quỷ.

Đa số những việc ác tạo trong đời này thường trổ quả trong đời sau hoặc những đời kế tiếp, vì thế ít có ai thấy quả báo của việc ác nên không sợ luật nhân quả. Nhưng trường hợp của anh Huân là một trong những chuyện hy hữu, quả báo trổ ra ngay trong đời này mà không cần chờ sang đời sau. Có lẽ việc ác của anh quá nặng, giống như trái quá chín thì phải rụng sớm không cần người hái. ■

Cuộc đời như ngôi nhà Ông có bốn chiếc cửa. Bất kể ai, từ thảo dân cỏ rả đến hoàng đế quyền uy đều phải lần lượt đi qua bốn chiếc cửa đó. Đi hết ngôi nhà này là ta đã hoàn thành hành trình từ Không đến Không của một đời người.

Điều này đúng với tất thảy dù mệnh riêng chẳng ai giống ai. Mọi hạnh phúc bất hạnh, sung sướng khổ ải, may mắn rủi ro đều diễn ra trong ngôi nhà Ông hun hút hay ngắn ngủi có bốn chiếc cửa có tên gọi: Sinh-Lão-Bệnh-Tử này.

Trước cửa Sinh: Ta Không có. Mốc này phải được tính từ khi ta được tượng hình trong cuộc giao hoan của cha và mẹ chứ không phải bắt đầu từ lúc bé bỏng sơ sinh cất tiếng oa oa. Ta cất tiếng oa oa khi tuổi đời của mình đã được khoảng chín tháng mười ngày. Nếu cha mẹ ta không phải lòng nhau từ cuộc gặp gỡ lưu luyến ban đầu mà dấu ấn của nó có thể vẫn được lưu lại cho đến mười đời sau và tình yêu ấy chối từ hay thoái thác sự hiến dâng hòa trộn vừa nguyên thủy vừa bay bổng, vừa con vừa người của cả hai trái tim, hai thân thể đáng kính thì chắc chắn không có ta.

Ta Không có. Hoàn toàn Không có. Bốn mươi sáu nhiễm sắc thể có trong tế bào ta, một nửa mang dấu cộng (+) của cha một nửa mang dấu trừ (-) của mẹ. Hút vào nhau, cái cặp dấu cộng dấu trừ dương âm vĩ đại và diệu kỳ ấy đã hút vào nhau để làm nên ta từ Không. Và ta đã có từ tình yêu người con trai dành cho người con gái trong cuộc cấy trồng đơn sơ và phúc hợp. Ta có, từ lúc mẹ cảm nhận rõ rệt hay mơ hồ về sự khác thường trong mình. Cảm giác ấy khó diễn tả được thành lời bởi nó gần như là bản năng của một nửa nhân loại chưa bao giờ thoát trong hành trình tiến hóa vòi voi. Ta có, qua những con thèm khế, thèm chanh, qua những thâm thi êm đềm lung bờ vai của mẹ. Rồi những chiêm mù ta được chở che, được quây đắp, được gửi gắm, được lo toan, được hy vọng trong bóng tối ấm áp của người. Ta lớn dần lên trong bóng tối, ngày một gần hơn cửa ánh sáng của loài người mà không ai khác người đại diện là mẹ kính yêu.

Thôi nào, mọi sự hiền lành và bình dị hơn ta ngẫm nghĩ. Hiền lành và bình dị như dòng sữa và câu ru mẹ đã chuẩn bị sẵn cho ta. Oa oa, khúc khải hoàn của mẹ, của cha đang ở phía

trước. Điện khúc ấy ta sẽ cất lên sau con đau vượt cạn của mẹ. Và, ta đã làm được điều ấy. Oa oa...con của mẹ đã cất lên bài ca vĩnh hằng của nhân loại từ cửa ánh sáng. Hạnh phúc đầu tiên ta được hưởng là đây. Với mệnh này nó trở thành hiện thực để còn đi tiếp, bước tới mai sau song với mệnh khác thì nó xa vời không bao giờ chạm tới. Có những hạt mầm bị thuỷ chột ngay trong bóng tối, tiếng oa oa vĩnh viễn không được cất lên. Một sinh thể vừa nhú thành chưa hoàn hảo đã trở thành vong linh. Nỗi đau ấy là vô cùng tận. Vô cùng xót xa.

Ta đã có. Hiện thân bằng da bằng thịt, bằng chân bước tay nắm, bằng tai nghe mắt nhìn, bằng ngũ quan và linh giác. Một sinh vật cao cấp có ý thức. Một sinh vật mang tên người. Nói đầy đủ là con người để nhắc nhớ cội nguồn muôn trùng xa xôi của chúng ta là một loài động vật có vú trước đi bằng bốn chân sau đi bằng hai chân. Vượn. Theo thuyết tiến hóa là thế nhưng tôn giáo không thừa nhận sự lý giải đó. Tin ai bây giờ? Phi hành gia vũ trụ vẫn làm dấu thánh trước khi chui vào con tàu mang nhiên liệu làm ra tốc độ vượt sức hút quả đất để bay vào quỹ đạo không trọng lực. Đức Chúa Trời, Phật, Thánh

NGÔI NHÀ ỐNG có bốn chiếc cửa

● Nguyễn Hữu Quý



Thần có mặt muôn nơi, từ nơi sung sướng hả hê đến chốn khổ ái đau buồn. Tôn giáo can dự ngày càng sâu vào cuộc sống, từ chính trị đến kinh tế, từ tư tưởng đến văn hóa, từ quan điểm đến lối sống, từ trẻ đến già; khi xuôi tay nhắm mắt vẫn không thoát được những quy tắc lề luật của nó.

Từ cửa Sinh đến cửa Lão là giai đoạn bí ẩn nhất của cuộc đời. Không biết trước được điều gì xảy ra cả. Học hành. Làm việc. Hưởng thụ. Xoay quanh mây cái trụ cơ bản ấy là bao nhiêu cảnh ngộ, tình huống, quan hệ xảy ra. Trong quãng này, phần lớn con người ta ngo ngác, bơ vơ trong cõi đời. Rất nhiều câu hỏi chập chờn trước ngực cửa thanh xuân. Ta là ai sau này? Vinh hay nhục? Sướng hay khổ? Là người có danh hay là kẻ vô danh? Vợ ta, nàng là ai? Ta là bố của những đứa con ra sao? Ta trưởng thọ hay yếu mệnh? Và, chết là thế nào nỗi? Eo ôi, chết! Tuổi thanh niên tôi rất kinh hãi và thật sự bàng hoàng khi nghĩ tới nó.

Trong những năm chiến tranh đánh Mỹ tôi luôn sống trong nỗi bồn chồn lo lắng. Trẻ con mà vẫn canh cánh câu hỏi: Bom đạn thế này mình có thoát chết không? Quanh tôi, đã có nhiều người chết vì bom đạn. Bạn tôi bị chết vì bom bi. Mẹ tôi bị chết vì bom bi. Tuổi thơ tôi bị ám ảnh những cái chết như thế. Có lúc chúng tôi gào lên những bài hát hào hùng, đọc những bài thơ hào hùng cũng là để vợi bót đi nỗi bồn chồn thấp thỏm. Trước tôi, có rất nhiều người đã chết vì chiến tranh.

Sau tôi, có rất nhiều người đã chết vì chiến tranh. Tôi được gọi nhập ngũ. Đêm đầu tiên nằm trong cánh võng quân trang ngủ mảnh trăng thượng huyền nghiêng nghiêng bàng bạc phía Trường Sơn cái chết lại lớn vờn trước mắt tôi. Tôi hình dung cảnh chiến trường với những cuộc đấu súng, đấu lê, đấu lựu đạn và một nỗi bất an cứ dâng lên cồn cào. Chết. Đó là tiếng vọng rõ nhất lúc này. Với người lính trận thì cái chết gần hơn tất thảy. Tôi cũng không hình dung ra mình sẽ như thế nào khi lâm trận.

Tôi sống qua chiến tranh tàn khốc. Những gì tôi mường tượng trong đêm quân ngũ đầu tiên ấy đã không hề xảy ra. Thần binh đao chê tôi gầy gò xanh xao đã tha bổng cho tôi chăng? Hay, mệnh tôi là thế? Mệnh tôi là phải tiếp tục sống để còn gánh những nỗi đau khác chăng? Nhiều nghĩa trang liệt sĩ tôi đến có không ít người cùng tuổi tôi thậm chí còn trẻ hơn rất nhiều nằm đó. Nghĩa trang liệt sĩ Trường Sơn ở Quảng Trị, nghĩa trang liệt sĩ Tân Biên ở Tây Ninh có muôn vàn cái chết thanh xuân. Tuổi mười tám, mười chín, hai mươi. Trẻ hơn nữa, mười bảy, mười sáu. Chiến tranh phá hết quy luật thông thường của cuộc sống, trên cánh đồng Thần binh đao ngắn ngang bao cái chết trẻ. Mệnh người gắn với mệnh hệ non sông. Ơi những con người sống đầy đủ, sung sướng trong hòa bình đừng quên, đừng bao giờ quên điều đó nhé!

Tôi có một người bạn gái cùng học, cùng chơi với nhau thời niên thiếu

đã ngã xuống trên Trường Sơn. Liên. Mảnh mai. Hay cười. Học không giỏi nhưng rất vui vẻ hiền lành. Một người vợ đôn hậu tần tảo của mai sau. Đã một lần dính bom bi Mỹ thả vào lớp 7C của chúng tôi nhưng Liên vẫn tai qua nạn khói. Thế mà, lại không qua khỏi trận bom ở Trường Sơn trong mùa khô năm 1971. Tôi chưa bao giờ nghĩ Liên đã mất, đang nằm giữa mười nghìn đồng đội ở thượng nguồn sông Bến Hải. Giữa miên man vọng tưởng của tôi, Liên đang là vợ, là mẹ trong một gia đình có ngôi nhà lợp ngói đỏ ở cuối sông Gianh trông ra biển Đông sóng vỗ ầm.

Có nỗi thiệt thòi mất mát nào sánh được với nỗi thiệt thòi mất mát của những người như Liên. Hàng nghìn, hàng vạn con người cùng thế hệ chúng tôi đã ngã xuống. Rất nhiều nước mắt và rất nhiều hương khói. Rất nhiều xa xót và rất nhiều tri ân. Sống là để tri ân, dù đó chỉ là câu thơ khóc bạn, khóc đồng đội rất thật. Mười nghìn khát vọng được về bên nhau. Ai đọc câu thơ đó, bài thơ đó cho tôi? Có phải là Liên không Liên ơi?

Tất cả đều do con người, từ con người. Chiến tranh. Hòa bình. Không đáng siêu nhiên nào làm ra, làm được điều đó. Chúa Giêsu, Đức Phật, Thánh Ala nếu có cũng không sở hữu quyền năng ban phát hạnh phúc hay trùng phật dày dặn con người. Tất cả mọi hiểm họa trên thế gian này đều khởi đầu từ lòng tham vô độ, sự đố kỵ hẹp hòi của con người. Lòng thiện xây tổ

trong con người và cái ác cũng khu trú di căn từ con người. Nếu con người không tự mình thánh thiện thì cuộc sống khó bình ổn trong lành. Nói như vậy là to tát, thôi thì cứ diễn đạt dân giã thế này: Thương người như thể thương thân. Việc gì tốt, dù nhỏ cũng nên làm, điều gì xấu dù bé cũng nên tránh. Thiện tâm cũng tại lòng ta/ Chữ tâm kia mới bằng ba chữ tài.

Có lẽ như thế mới nhẹ lòng bước tiếp trong cuộc đời. Trước khi mong xã hội tốt đẹp, trong sạch hơn phải thau rửa thanh lọc mình đã. Mỗi giờ, mỗi ngày, mỗi tháng, mỗi năm thanh lọc dần dà chắc cái xấu sẽ bớt đi và cái hay cái tốt dần tụ lại nhiều hơn. Nên nghĩ tới cái mình chưa làm được nhiều hơn cái đã làm được. Thành thực hiểu được điều đó thì sẽ sửa chữa và tránh được điều chưa tốt. Chớ nên thấy mình hoàn hảo vì điều ấy chả bao giờ đạt tới cả, chả bao giờ.

Chọn chữ Nhẫn để sống là cách thích ứng tốt nhất với xã hội. Bởi, nó cho ta cơ hội để dung hòa với những cá tính khác ta hay ngược chiều ta. Là chiếc ba rìe ngăn cản những cỗ xe nóng giận vượt tốc độ cho phép và cũng là chốt an toàn của những sự bùng nổ của chúng ta. Nhẫn không phải là sống theo kiểu ngậm miệng ăn tiền hay khom lưng quỳ gối mà là sự tự vệ bình tĩnh trước những thách thức biến cố không thuận lợi với ta. Chẳng phải ngẫu nhiên mà nhân loại phải lựa chọn và hướng tới phuong châm chung sống hòa bình để tồn tại và phát triển. Từ thời xa xưa ông cha ta đã đúc rút ra điều đó nên mới khuyên nhau giản dị thế này: Một điều nhịn chín điều lành. Nhịn để lành, đó không phải là sự nhảm mắt làm ngo trước bất công ngang trái xã hội mà là thông điệp của thân thiện, của sẻ chia cảm thông và hòa đồng. Muốn hòa thuận trước hết phải hiểu nhau. Những phản ứng nông nỗi sẽ kích thích bạo lực, là chiếc kim châm hỏa cho những đồi đầu lớn nhỏ. Con người ta có quá nhiều nông nỗi, nhiều tự ái, nhiều kiêu ngạo nên cần phải có cái phanh để phanh nó lại. Chiếc phanh đó chính là sự Nhẫn. Nhẫn là một đức hạnh cần có, nên có của mỗi người.

Không ít người biết điều đó, tôi tin thế. Nhưng để học hết và làm được thì vô cùng cực nhọc khó khăn. Cực nhọc khó khăn vô kể. Như là sự tu luyện dày công của con người vậy. Ngộ ra và làm được một phần nào điều đó thì tóc đã lém dém bạc rồi, đời đã bước qua tuổi tri thiên mệnh. Bóng chiều đã tà tà đổ vào ta trước cửa lão rêu phong man mác heo may...

Chẳng mấy chốc đâu ta sẽ tới cửa Tử khi đã khập khiêng ở trong cửa Bệnh. Bệnh đây là bệnh già, bệnh của sự thoái hóa cằn cỗi thân xác. Không có gì xa lạ cả. Tôi không muốn các nhà khoa học tìm ra được thứ thuốc làm cho con người trẻ lâu, trẻ mãi và trường thọ. Trẻ lâu, trẻ mãi và sống dài quá để làm gì cơ chứ. Một cánh rừng nguyên sinh phải có nhiều tầng cây mới đẹp; nhiều cổ thụ quá sẽ âm u chạng vạng. Cứ để cho mọi cái tự nhiên đi thì sẽ cân bằng. Một đời người sống được tới bảy mươi là lãi rồi; ngôi nhà ống có chiều dài xấp xỉ như thế là đẹp, là vừa vặn. Mênh mông như vũ trụ, huyền diệu như vũ trụ cũng phải có những giới hạn, những lim. Rực rõ như Mặt trời cũng không thèm câu giờ, hết ngày thì lặn vào đêm để còn nhường chỗ cho trăng sao vằng vặc lấp lánh. Bóng đá còn có hiệp phụ để phân thắng bại giữa hai đội nhưng con người thì chẳng cần thế, cứ hết mình với thời gian thi đấu chính thức thế là xong. Ta chẳng cần thắng ai cả. Thắng mình mới là quan trọng. Ngày hôm nay làm được nhiều điều thiện, điều tốt hơn hôm qua thế là thắng. Ngày hôm nay, bót cau có lầu bàu hơn hôm qua thế là thắng. Ngày hôm nay, bình tĩnh an nhiên hơn hôm qua thế là thắng. Ngày hôm nay, vợ con, người thân, đồng nghiệp bạn bè bót phàn nàn ta hơn hôm qua thế là thắng. Ngày hôm nay, thanh thản hơn hôm qua thế là thắng. Tiền của không mang theo được khi ta bước sang cửa Tử. Mang theo sự thanh thản thế là ổn. Cuối ngôi nhà ống của chúng ta chắc gì đã có thiên đường, niết bàn và địa ngục. Tôi nghĩ chắc chỉ có sự bao la trong suốt, trong ngắn của cõi Không mà thôi...■



BẠCH THẦY, con và chồng con sống với nhau hơn 5 năm và đã có hai con trai. Chồng con hơn con 13 tuổi nhưng anh gia trưởng và khô khan lắm. Mọi công việc to nhỏ trong gia đình anh tự làm và tự quyết, không bao giờ bàn bạc hay hỏi ý kiến của con. Thậm chí ngay cả kinh tế anh cũng là tay hòm chìa khóa. Con chỉ là người làm và sinh con, chăm con thôi. Động tí thì anh mắng mỏ, nhiếc móc con khi công việc không suôn sẻ. Con buồn lắm thầy ơi. Là con gái ai cũng muốn được yêu thương và được chồng quan tâm. Nhưng con chưa hề được anh quan tâm như một người vợ thực sự. Cảm giác của con cứ như người thừa trong nhà ấy. Nhiều đêm con chỉ khóc một mình thôi. Ngay cả chuyện chăn gối vợ chồng con cũng ít gần gũi nhau. Anh tham công tiếc việc lắm, chỉ lo kiếm tiền thôi. Con chỉ mong một ngày nào đó gần đây thôi anh sẽ cho con cảm giác có anh bên cạnh và là người để cho con có thể dựa vào vai anh suốt đời. Nhưng liệu cảm giác đó có đến với con khi một người chồng gia trưởng suốt ngày chỉ lo làm kinh tế. Chẳng nhẽ con phải sống mãi trong tâm trạng u sầu suốt đời như một người đàn bà ăn bám chồng sao? Mà con cũng phải làm ăn chứ có phải ngồi không để chồng nuôi đâu. Con phải làm thế nào để tư tưởng con được thoái mái khi sống trong gia đình mà người chồng không cho mình một tí quyền của người làm vợ đây. Con buồn lắm thầy ơi.

Thanh Hương, 49 Mai Dịch – Cầu Giấy – HN. Điện thoại: 0976 677 546



GIÚP CHỒNG VƯỢT QUA thói gia trưởng

● TT. Thích Nhật Từ



Trả lời: Đọc những dòng tâm sự của chị về hoàn cảnh “chồng gia trưởng” đã làm chị rơi vào trạng thái “buồn lắm”, tôi cảm thông và mong chị không nên bi quan với “tâm trạng u sầu suốt đời,” vì mọi thứ có thể thay đổi được, ngay cả cá tính khó khăn, cợc cằn và gia trưởng của chồng chị. Để có được “tư tưởng thoái mái”, chị phải xem đó là cái quyền quan trọng của bản thân và nỗ lực đạt được nó đúng phương pháp.

Nhận diện tác hại của thói gia trưởng

Về phương diện lịch sử, thói gia trưởng có từ thời phong kiến, khi xã

hội có khuynh hướng trọng nam khinh nữ, giới hạn các quyền căn bản của người nữ, khi chỉ trao cho họ vai trò chăm sóc chồng con và gia đình. Về phương diện nhân cách, thói gia trưởng có mặt với chồng do tính cách độc đoán và bao biện, khi chồng nghĩ rằng mình giỏi hơn vợ mọi mặt và chỉ có quyết định của mình là đúng. Từ đó, dẫn đến tình trạng chồng “tự làm và tự quyết”, không thích “bàn bạc hay hỏi ý kiến” vợ. Với lối sống này, chồng trở nên “khô khan”, cứng nhắc, và sẵn lòng “mắng mỏ, nhiếc móc” vợ để đở thừa, khi “công việc không suôn sẻ”.

Thói gia trưởng thường đồng hành với thói bạo hành, khi các mệnh lệnh ích kỷ, không biết tôn trọng ai không được tuân phục. Tình trạng tự cô lập hoặc bị vợ con cô lập, mất dần sự yêu quý của người thân sẽ xuất hiện với chồng gia trưởng. Nỗi đau hồn nhân sẽ gậm nhấm trái tim vợ chồng, đẩy gia đình vào sự bế tắc, không lối thoát.

Dù là thời xưa hay thời nay, sống với chồng gia trưởng, người vợ mất dần tiếng nói trong gia đình, không có "tí quyền của người làm vợ", luôn hứng lấy các áp lực nặng nề, dẫn đến các bất ổn tâm lý như căng thẳng, buồn chán và trầm cảm. Để vượt qua khổ đau bản thân và giúp chồng chuyển hóa, chị không nên tiếp tục "khóc một mình", cảm giác "như người thừa trong nhà" và tệ hơn là mặc cảm cho rằng mình chỉ là "người làm và sinh con, chăm con". Nên nhớ rằng hạnh phúc của gia đình luôn bao gồm của chồng công vợ nên chị đừng nghĩ rằng chị là "người đàn bà ăn bám chồng". Tìm cho mình một công việc thích hợp, nỗ lực "làm ăn," dù tiền lương không như mong đợi, sẽ giúp chị vượt qua ám ảnh "ngôi không để chồng nuôi." Tập trung vào công việc với tinh thần trách nhiệm và cam kết, tâm chị sẽ không còn chố để lo lắng, buồn rầu, mặc cảm, khổ đau về các ứng xử của người chồng gia trưởng, nhờ đó sống hạnh phúc và có ý nghĩa hơn.

Tìm kiếm sự cảm thông và chia sẻ

Khi hôn nhân của chị với anh ấy đang còn hiệu lực, mọi giải quyết vấn đề nên dựa vào tinh thần trách nhiệm về những gì mà hai bên đã gầy dựng và tạo nên. Trong quan hệ gia đình, anh ấy là chồng chị và chị là vợ anh ấy. Sự thật này không thể phủ định. Các trực trặc trong gia đình chị dẫn đến hai vợ chồng chưa có được sự đồng cảm, chia sẻ, là do anh ấy chưa tìm hiểu và cảm nhận những đau khổ ở chị.

Cá tính không muốn thua ai của anh ấy đã tạo ra tình thế không quan tâm đến vợ. Người gia trưởng thường hay cộc cằn. Kẻ cộc cằn thì thích nói ngọt, nói vui, ứng xử hoan hỷ của đối tác, ở đây chính là chị với tư cách làm vợ của anh ấy và là mẹ của con anh ấy.

Để giúp anh ấy vượt qua thói "mắng mỏ, nhiếc móc", chị cần trau dồi ba phương diện truyền thông sau đây. Lời hòa giải, hòa hợp và thân ái sẽ giúp chị không đổ thêm dầu vào lửa sân hận và gia trưởng của chồng, nhờ đó, chồng không bị lâm vào nết xấu. Lời lịch sự, không văng tục, không nặng nhẹ, không hờn trách của chị sẽ giúp anh ấy không thể hồi đáp thô bạo với chị. Lời ái ngữ thể hiện sự quan tâm, quý mến, nhẹ nhàng trong ngữ điệu và đậm chất thương yêu trong diễn đạt sẽ làm chồng suy nghĩ lại sự cộc cằn của anh ấy và thay đổi tích cực. Bằng cách trò chuyện khéo léo, chị chỉ cho chồng thấy thói gia trưởng có ảnh hưởng tiêu cực và cần nỗ lực thay đổi. Chị sẽ phải giúp chồng trong nỗ lực thay đổi này.

Khi truyền thông và góp ý chồng, chị nhớ đừng quên nở những nụ cười thật tươi, duyên dáng, hoan hỷ với chồng. Điều này sẽ giúp chồng chị hài lòng và hạnh phúc với lời lẽ dịu hiền và dễ thương của vợ. Nhu thắng cương là sự thật đã được chứng minh, chị nên tận dụng cách thế này. Trong thời gian đầu, dù chị đã nỗ lực nói lời hòa nhã, nhẹ nhàng, nụ cười hoan hỷ nở trên đôi môi rạng rỡ, chồng chị vẫn tiếp tục thói thô lỗ và gia trưởng. Dùng buồn và nản chí. Người gia trưởng cần thời gian để thay đổi. "Nước chảy đá mòn" hay "mưa dầm thấm đất" là quy luật cho ta tin rằng thái độ mềm mỏng và vui tươi của chị sẽ có khả năng chuyển

hóa tánh thói của chồng. Cụ cãi, hờn thua, hay im lặng đè nén sẽ làm cho vấn đề trở nên nghiêm trọng hơn.

Khéo thể hiện và sống với các giá trị cao quý

Giá trị cao quý nhất của phụ nữ là nhân cách và phẩm chất. Thể hiện và duy trì các phẩm chất có giá trị này, chị xứng đáng đón nhận sự quý trọng của chồng. Chị cần khéo léo nâng cao vị thế của mình trong gia đình bằng việc nâng cao kiến thức, trình độ hiểu biết, kỹ năng làm vợ, làm mẹ. Để tăng kiến thức và trình độ hiểu biết, chị có thể tham dự các lớp kỹ năng sống hạnh phúc, tham gia các câu lạc bộ phụ nữ, chia sẻ với những người phụ nữ có kinh nghiệm. Nhờ đó, chị sẽ có thêm sự chững chạc trong việc thay đổi tình thế gia đình.

Lối sống phụ thuộc vào chồng về kinh tế sẽ làm cho tính gia trưởng của chồng lớn theo năm tháng. Tính cam chịu, chấp nhận số phận an bài sẽ làm cho tính gia trưởng của chồng tăng thêm. Khéo léo thể hiện tiếng nói riêng, nhưng đừng hờn thua vì quyền bình đẳng đang bị chà đạp. Thắng chồng về chuyện này cũng chẳng có khả năng mang lại hạnh phúc đích thực. Cần khôn ngoan và khéo léo, để chồng nhận ra rằng lối sống gia trưởng và bao biện của anh ấy làm cho anh ấy mệt mỏi hơn, không còn thời gian để hưởng hạnh phúc với vợ con. Khi nhận diện và hiểu được các tồn tại đang diễn ra với anh ấy, anh ấy sẽ tự nỗ



lực chuyển hóa cá tính xấu này. Hỗ trợ tinh thần này, hơn là đối lập với cá tính khó ưa, chị sẽ dần dần chuyển đổi được thói gia trưởng của chồng.

Thay đổi lối sống tích cực sẽ giúp chị cải thiện hạnh phúc cho riêng mình và góp phần cải thiện hạnh phúc gia đình. Thực tập yoga, tham gia lớp thể dục thẩm mỹ, hay chọn một loại thể thao thích hợp với nữ giới sẽ giúp chị có được niềm vui sức khỏe và thẩm mỹ, vốn là yếu tố làm cho chồng thương yêu. Ngoài việc chăm sóc con cái và gia đình, bốn phận và cũng là tình yêu thương, chị nên tìm cách bận rộn vào các tham gia xã hội có giá trị. Điều này sẽ giúp chị không quá bị vướng kẹt vào chồng, không bị khổ đau vì chồng, trải nghiệm các giá trị tích cực hơn.

Giúp chồng từ bỏ cá tính tiêu cực

Tiếp tay chồng phát huy tính xấu là một sai lầm mà chị nên tránh. Sợ và chiều theo chồng, chị sẽ biến anh ấy trở thành "cụ non khó tính." Thiếu khéo léo trong ứng xử, chị sẽ bị lép về dài dài và gây ra các ức chế tâm lý ở chị. Nhịn tiêu cực và lớn tiếng chống đối lại chồng là hai lỗi ứng xử thái cực nên tránh. Học cách thay đổi bản thân và theo đó thay đổi chồng để cả hai được hạnh phúc.

Người gia trưởng thích tạo ra hình ảnh vợ "ngoan hiền", nói gì nghe đó, chứng tỏ quyền lực bằng sự ra lệnh, quát tháo. Khéo léo cư xử để chồng không bị "quê đập" trước sự diện hảo với vợ, nhất là trước mặt người thân và bạn bè. Chị cũng không nên quá dễ dãi chạy theo các quy chuẩn, khuôn mẫu mà chồng chị nghĩ là chân lý rồi áp đặt lên chị. Một mặt, chị không nên chấp nhận các ý kiến quá chủ quan của chị, mặt khác chị cũng không nên ứng xử đối chọi với chồng.

Chị cần chia sẻ rằng lối sống khắt khe, "tham công tiếc việc lăm, chỉ lo kiếm tiền" của anh ấy đã góp phần giết chết hạnh phúc mỗi giờ. Khéo đặt chồng vào hoàn cảnh của chị để chồng sớm hiểu và thông cảm với những khổ đau mà chị đã chịu đựng. Điều quan trọng là giúp chồng nhận ra rằng lối sống của anh ấy là có vấn

đề, rất vô lý và không thể mang lại hạnh phúc cho chính anh ấy (vì quá mỏi mệt và căng thẳng), huống là mang lại hạnh phúc cho vợ con.

Bằng mọi giá, đừng khơi dậy sự tự ái và cơn nóng giận của chồng. Cũng đừng tạo cơ hội cho chồng tiếp tục "gây hấn" với chị. Do đó, chị không nên chỉ trích, đốm chọi, kháng cự như cuộc đấu tranh giành quyền bình đẳng. Bình tĩnh với sức chịu đựng, mềm mỏng trong tính cách, khôn khéo ứng xử, chị sẽ thành công trong việc thay đổi cá tính tiêu cực của chồng. Tập phớt lờ như không nghe thấy gì khi chồng thái quá, để không làm cho xích mích trở nên nghiêm trọng hơn. Duy trì phẩm chất tốt, đức tính hy sinh, tiếp tục nỗ lực không ngừng trong việc thay đổi tính cách của chồng, tôi tin rằng trước sau gì chị cũng vượt qua được các thử thách này.

Tìm sự giúp đỡ tích cực từ gia đình

Gia đình là điểm tựa tinh thần quan trọng cho các thành viên trong gia đình. Chồng chị cũng không phải là một ngoại lệ. Sau khi đã tự mình nỗ lực cải thiện tình hình, giúp chồng nhận ra thói gia trưởng đang làm hạnh phúc vợ chồng rạn nứt, mà không thành công, chị có thể khéo tìm kiếm sự giúp đỡ tích cực từ phía gia đình chồng. Chia sẻ với người thân mà chồng chị kính trọng, lắng nghe. Các góp ý của người thân được quý trọng này sẽ làm chồng chị nhận ra được sự thái quá trong ứng xử, tự kiểm

điểm, rút ra các kinh nghiệm quý báu, nhờ đó, hướng đến sự thay đổi tích cực có thể. Các thay đổi mà chồng chị cần tiến hành là thể hiện sự quan tâm, chăm sóc đến vợ hơn, chia sẻ cuộc sống lứa đôi.

Thừa nhận các quan hệ gia đình với sự quý trọng sẽ giúp chồng chị có các ứng xử thích hợp. Từ bỏ thói gia trưởng không bao giờ là quá muộn. Tuy nhiên chị không nên kỳ vọng vào thời gian thay đổi quá nhanh của chồng. Do đó, đang khi nhận được sự giúp đỡ tích cực của người thân, chị nên thể hiện sự nhún nhường, kiên nhẫn và khéo léo hơn để đón nhận được sự thay đổi từ chồng.

Ngay cả trong tình huống hỗ trợ của người thân vẫn chưa có kết quả thì chị nên cố gắng thêm nữa. Dành nhiều thời gian trò chuyện, nhỏ nhẹ góp ý và xây dựng. Hạnh phúc gia đình chỉ có thể đạt được khi cả hai tôn trọng nhau, bỏ đi các dị biệt, biết lắng nghe lẫn nhau. Nếu chỉ có một người quyết định tất cả tất tần tật thì không thể có hạnh phúc lứa đôi và cũng không phù hợp với lối sống lứa đôi, vốn tương thân và tương thuộc. Từ bỏ tính áp đặt, độc đoán, làm quen với tính cách chiều ý người khác sẽ giúp cho cuộc sống trở nên hài hòa và hạnh phúc. Chiều chuộng nhau là một hạnh phúc trong hôn nhân. Giúp chồng hiểu được điều này là cách giúp chị vượt qua bất hạnh.

Chúc chị sớm vượt qua những bất hạnh và tái xây dựng hạnh phúc gia đình bền vững. ■

CƠ SỞ MAY **An Huy Igwi**

Chuyên cung cấp:

- Đồ bộ lâm Phật tử, áo tràng, túi xách
- Tọa cụ, bồ đoàn
- Đè chuông, mõ

ĐC: Số 19 Đường số 6, KDC II Bùi Minh Trực, P.5, Q.8, TP.HCM
ĐT: (08) 3981-2919; 0938-106-639

NGHỆ THUẬT Vượt qua chướng ngại

● Lưu Đinh Long

Khi gặp chướng thì người ta thường... ngại; phải chăng vì thế mà từ “chướng ngại” mới ra đời? Tôi ngờ như thế vì cũng từng dùng cách ấy để giải thích cho những từ như “giàu sang” (ở thì giàu, có tiền nhiều, người ta sẽ biết cách chăm chút, làm cho mình sang lên, chả là “người đẹp vì lụa” là gì); nghèo hèn (ở thì nghèo nên có muốn làm gì đó cho ai cũng không có điều kiện, thậm chí phải ngừa tay xin xỏ, sống tạm bợ cho qua ngày đoạn tháng, thậm chí nghèo quá, đói quá sanh ra tham lam, cướp giật; chả là người ta đã nói “bần cùng sanh đạo tặc” là gì)...

Cứ thế mà suy, mà ngẫm để rồi từ đó thấm cái ý “có thực mới vực được đạo” hoặc “vật chất quyết định ý thức” trong triết học hiện đại...

Tất nhiên, không phải con người nào, ai trong xã hội này cũng đều đi theo quỹ đạo thuận chiều, yếu đuối của lý lẽ ấy. Bởi cũng có người nghèo nhưng thanh cao, nên mới có từ thanh bần; cũng có người giàu nhưng lại hèn hạ, bòn rút của người nghèo khó, thấp cổ bé miệng nên mới có từ ti tiện... Và cũng có người gặp chướng nhưng không ngại, vượt qua và đi tới, thậm chí còn nhờ vào cái chướng ấy làm động lực để tiến bộ hơn trong cuộc đời, thành công trên con đường tu tập, chuyển hóa. Thế nên mới có cụm từ “nghịch tăng thượng duyên”, nghĩa là gặp chướng nhưng sanh ra năng lượng vững chãi, thúc đẩy sự thành tựu nhanh hơn, tròn đầy, ý nghĩa hơn.

Dân gian gọi đó là “cái khó ló cái khôn”, bởi khi bị đưa tới đường cùng, đối mặt với sanh tử thì con người ta trở nên thông minh, mẫn cán hơn trong tư duy, hành động. Và thực tế, có chuyện những người nữ dân công, trong tình thế chạy giặc đã có thể khuân vác hàng tạ, chạy băng băng không nể chi, trong khi nếu bình thường thì “chân yếu tay mềm”.

Đức Phật của chúng ta là một bậc hiền triết, đạt được trí tuệ xuất thế gian. Công hạnh tu tập của Ngài đã vượt thắng được ma quân và chướng ngại rất nhiều. Vượt thắng hoàn cảnh xuất thân (chắn êm nệm ấm, vợ đẹp con ngoan, quyền uy tối thượng...) để xuất gia đã là một sự “vượt chướng ngại vật” rất dũng mãnh của một bậc xuất sĩ. Những danh, sắc, quyền lực, tiền tài... ấy khôi người mong ước thì Ngài lại từ bỏ. Đó là lựa chọn, là vượt chướng vì lòng thương tưởng chúng sinh, thao thức tìm đường giải thoát. Đến đây, chúng ta sẽ trực ngộ ra rằng, chướng ngại không phải

chỉ có những nghịch duyên, sự trái khuấy của cuộc sống, của lòng người đầy dẫy tham-sân-si trút lên mình mà còn là của những điều quá tốt đẹp như quyền lực, sắc đẹp, tài sản, danh vọng... Những thứ đó có thể tồn tại dưới dạng vi tế hoặc thô, đầu độc tâm con người rất kinh khủng.

Chúng ta nhớ chuyện của ngài Ngộ Đạt Quốc sư (duyên khởi của Thùy sám pháp)? Mười đời tu miên mật để rồi chỉ vì khởi lên tâm vui mừng khi được nhận một vật quý vua ban đã phải chịu nghiệp (mỗi hận theo trả thù suốt 10 đời). Chướng là chỗ đó, khởi lên tâm luyến ái, dính mắc thì sẽ liền đổ nghiệp, biểu hiện của việc tổn phước đức. Chướng bởi những sự sung sướng, hanh thông là cái chướng đương nhiên, thường gặp và khó qua, kiểu như “anh hùng khó qua ải mỹ nhân” vậy. Chính vì vậy mà những bậc thầy khi dạy đệ tử thường rất cẩn trọng trong việc giao công việc, giao quán xuyến những vị trí có thể sinh ra quyền lực, danh vọng, tiền bạc... hoặc chư Tổ thường không vội vàng để học trò mình “nhập thế” khi sự “ngộ đạo” chưa tới nơi tới chốn. Bởi, nếu quá dễ dàng khi đạt được những giá trị thì kiêu mạn và chấp ngã sẽ tăng; nếu chưa “thấm tương chao” hòa lẫn vào đời làm việc thì dễ nhiễm ô thế tục, phá nát đời tu trước đó - vốn khiêm hạ, tinh tấn...

Tuy nhiên, trong vòng xoáy ấy, nếu hành giả vượt qua chướng này thì level của vị ấy sẽ tăng lên, cái đó được gọi là kinh nghiệm vượt qua thử thách.

Đức Phật cũng từng vượt qua những chướng (sự cám dỗ) của ma quân, giả danh người thân-thương, hiện tướng sắc-dục để mời gọi khi Ngài ngồi dưới cội Bồ đề quán niệm trong 49 ngày trước khi thành tựu ngôi vị Chánh đẳng Chánh giác (quả vị Phật). Hay, ngài Trần Huyền Trang, pháp sư Trung Hoa trong Tây Du Ký cũng là biểu tượng của người vượt chướng như vậy.

Ở đây ta thấy, bên cạnh chướng êm ái thì cái chướng khổ đau cũng dễ làm lùi bước, thậm chí bỏ cuộc của nhiều người, trong mọi sự nghiệp.

Chướng trong học hành, trong sự nghiệp, trong tình yêu... Những khúc quanh của cuộc sống không hanh thông, thiếu thuận lợi (vốn dĩ do nghiệp chướng đã tạo) thường đưa đẩy người ta vào con đường thối chí, trở nên mất hết niềm tin, bất cần... Đó là một phản ứng mang tên tha hóa, thậm chí để vượt chướng ấy người ta đã dùng cách luôn lách hoặc sử dụng kỹ xảo để phù phép, biến hóa và bước qua trong sự lương leo, lạng lách của mình. Nếu

nhìn bằng đôi mắt đạo Phật sẽ thấy người ấy đã có nghiệp còn tạo thêm tội nghiệp, tương lai chắc chắn chướng sẽ càng to hơn. Cụ thể, hiện tượng người ta mua bằng cấp, rồi đến mua quan chức, tham nhũng và dùng tiền bất chính ấy để bao biện, bảo vệ mình thì trước sau gì cũng gặp họa lớn. Minh chứng từ Tàu sang ta, từ Âu sang Mỹ không phải ít, chỉ cần mỗi sáng đọc báo hoặc bật tivi, radio lên sẽ đọc, nghe, thấy liền.

Gặp chướng ngại mà vượt qua, tức là chướng mà không ngại thì sẽ gặp phúc; dân gian cho rằng như thế nhưng người ta không lý giải được nguyên nhân. Đến khi học Phật, mình quán chiếu và thấy rằng người gặp hoạn nạn không thối thất là thể hiện cái tâm dũng mãnh, sự vững chãi... Chính hạt giống mạnh mẽ trong tâm thức vừa tưới tắm, nẩy nở ấy chính là nguyên nhân dẫn tới thành tựu đạo nghiệp cũng như mọi thành tựu khác trong cuộc sống. Đó là nhân quả, là đương nhiên.

Chúng ta phải vượt chướng ngại trong hoan hỷ, nhất là những chướng ngại vốn do oán cừu mà sanh. Như khi mình tu tập, làm việc thiện hoặc làm những công việc mưu sinh thường ngày mà cứ bị người ta chống báng. Đó là điều dễ gây ra nỗi sân hận, thù hận, và nếu mình tưới tắm điều này lâu ngày thì hạt giống vị tha, từ bi trong mình sẽ lặn mất tăm. Do vậy, gặp chướng, ở một khía cạnh nào đó, phải quán chiếu ngay, rằng, người gây chướng cho mình là chủ nợ tới đòi, mình từng vay, phải trả, và trả trong hoan hỷ. Đồng thời, họ cũng tới để rèn mình thành người biết nhẫn nhục, biết tha thứ, biết khoan dung, độ lượng, biết thương những người không dễ thương... Bao giờ mình thành tựu được pháp hành như vậy thì mình sẽ thấy rất nhẹ nhõm. Người ta đến cười vui, xung tụng mình mình cũng vui mà người ta tới nặng nhẹ mình mình cũng vui, và không quên cảm ơn. Khi đó là mình đã phá chấp, mình không còn chấp bởi lời khen, tiếng chê - kết quả của việc quán chiếu chướng ngại và rủi ro, đau khổ trong cuộc đời mà mình gặp, do ai đó tạo ra, dành “tặng” mình. Đức Phật chính là bậc đã làm điều này một cách mô phạm, suốt cả cuộc đời hoằng pháp của Ngài, nhất là khi Đề Bà Đạt Đa, người anh em trong dòng tộc, cũng là anh em trong cội nguồn tâm linh đã bao phen hãi hại, tìm đủ phương cách hạ nhục Ngài. Thế mà Ngài vẫn vui vẻ, hoan hỷ cảm ơn và trân trọng gọi Đề Bà Đạt Đa là “thiện tri thức của ta”.

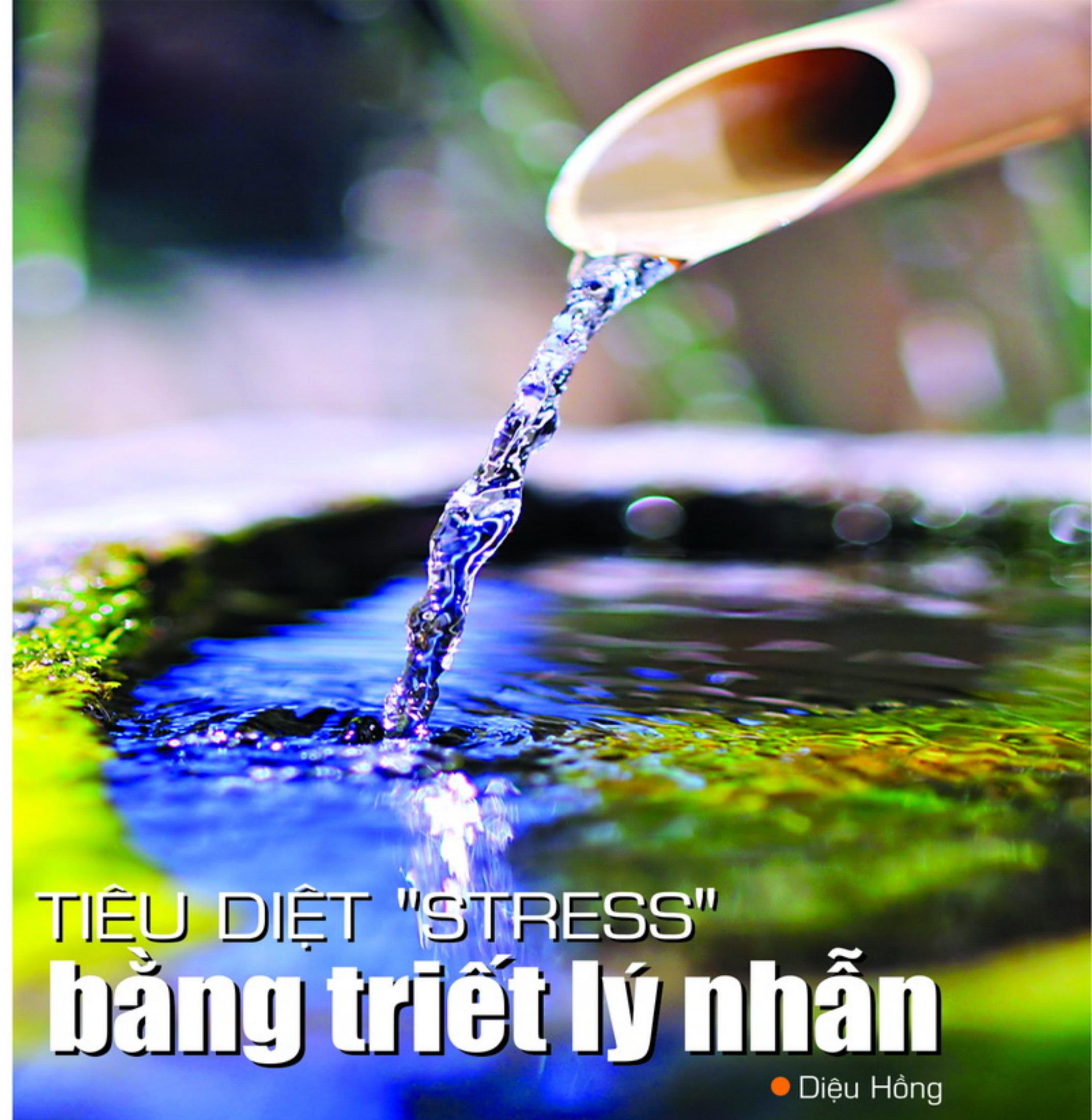
Đối với phàm phu, không dễ làm như vậy, nhưng muốn làm được thì phải tập dần dần, từ chướng nhỏ tới chướng lớn, từ người này tới người khác, họ gây cho mình khổ đau, mình thương, mình cảm ơn, và tha thứ... Cứ thế, chướng ngại đối với mình là lò luyện tâm, và người đời nợ hay người ác hâm hại mình trở thành người truyền cho mình sức mạnh để tiến tu, để vững chãi, thông đồng... ■

Trong cuộc sống thường nhật, vui vẻ an lạc, tinh thần thoải mái luôn là một mong ước lớn lao nhất của con người. Tuy nhiên, trên thực tế, có những sự việc ngoài ý muốn hoặc bản thân tự tạo ra, gây bức bối, nóng giận trong lòng. Đôi khi vì không biết cách hóa giải nó nên thể hiện ra bằng hành động tiêu cực mà sau đó khiến chúng ta phải hối hận. Đó cũng là một dạng "khó chịu tâm hồn" theo quan niệm người hiện đại gọi là stress.

Nhẫn nhục là gì?

Trong giáo lý nhà Phật, "nhẫn" (hay "nhẫn nhục") là một trong sáu cách tu để vượt qua bể khổ trần gian, ý nghĩa của nó nhằm chỉ sự tu dưỡng khiến bản thân và những người xung quanh đều đạt được sự thanh tịnh, yên ổn trong tâm hồn. Nếu một người không biết nhẫn nhục thì sẽ khiến bản thân và người xung quanh không đạt được trạng thái yên ổn. Có thể nói như vậy là do giáo lý nhà Phật tin rằng người không biết nhẫn nhục thì cái tâm "sân" (nóng giận hay tức giận), hận thù sẽ rất nặng. Khi tức giận và hận thù ngự trị thì trong lời nói, trong suy nghĩ, trong hành vi đều sẽ làm tổn thương đến người khác. Nhiều người do không nhận thức hết được triết lý chữ "nhẫn" trong giáo lý nhà Phật nên nhầm hiểu rằng: Nhẫn nhục chỉ là sự đè nén tức giận xuống một cách thông thường, là một biểu hiện của sự bất lực, nhu nhược, cam chịu, chấp nhận định mệnh. Vì vậy, nhiều người thà chết chứ không chịu nhục. Thế nên, đôi khi chỉ vì một va chạm giao thông nhỏ, một lời nói thiếu lịch sự, một ánh mắt thiếu thiện cảm, tranh chấp nhỏ trong gia đình... mà dẫn đến cãi vã, xúc phạm, thậm chí động chân động tay gây án mạng đau lòng hoặc gia đình tan vỡ, người trong nhà không nhìn mặt nhau... Những hành động và hậu quả trên đều là do sự tức giận, không biết cách nhẫn nhục mà ra cả. Tuy vậy, để hiểu và thực hiện được triết lý trong chữ "nhẫn" lại không hề đơn giản.

Vì vậy trong giáo lý nhà Phật mới nói: "Không có cái nhân nào gây ra cái



TIÊU DIỆT "STRESS" bằng triết lý nhẫn

● Diệu Hồng

nghiệp tội lỗi nặng hơn cái nhân nóng giận và hận thù, không có việc tu hành nào khó hơn là nhẫn nhục". Hay "nhất niệm sân tâm khởi, bát vạn chướng môn khai", do nóng giận được coi là ngọn lửa nghiệp chướng, nên mỗi khi phát tán ngọn lửa sẽ lập tức bùng lên, thiêu đốt tất cả. Mọi tội ác ngôn hành đều từ đó mà sinh ra, tức tự mở cánh cửa nghiệp chướng cho bản thân. Khi nóng giận có thể phạm tội ác滔天, vi phạm quốc pháp nhân tình, tạo ra ác nghiệp. Vì vậy Phật mới nói: "Nóng giận là ngọn lửa trong lòng, có thể thiêu đốt cả rừng công đức". Trong mỗi con người luôn tiềm ẩn, tồn tại cái tâm "sân"-nóng giận, có thể xuất hiện bất cứ lúc nào khi gặp điều kiện thích hợp. Do đó, mỗi khi con nóng giận xuất hiện, chúng ta phải sử dụng lực "nhẫn" lớn nhất không để nó hoành hành. Ở đây, nóng giận là một trong những yếu tố gây đau khổ, nhẫn nhục là cách hóa giải, vượt qua những đau khổ ấy.

Với ý nghĩa trên, có thể hiểu rằng "nhẫn" trong giáo lý nhà Phật là dùng để đối trị với trạng thái tâm lý "tức

giận" hay "sân", là cách hóa giải nó tạo cho mình sự thanh thản, tự tại. Diễn giải một cách dễ hiểu nhất, nếu coi tức giận là một "căn bệnh" dễ phát tác thì "nhẫn" là một liều thuốc giải, một liệu pháp tâm lý hữu hiệu cho căn bệnh ấy. Nhưng tác dụng của liều thuốc giải tốt hay xấu, có triệt được tận gốc căn bệnh hay không lại nhờ vào việc sử dụng đúng cách các vị thuốc cần thiết.

Trong giáo lý nhà Phật, tức giận được chia làm ba loại là "thân" (thân thể), "khẩu" (lời nói) và "ý" (ý nghĩa). Về thân thể con người không muốn phải chịu đau đớn, bất kể sự đau đớn đó là do tự nhiên hay con người gây ra. Về ý nghĩ, chúng ta đều không muốn bị người khác khinh thường, muốn được người khác tôn trọng và yêu thương. Về lời nói, chúng ta đều không thích nghe những lời nói thô bỉ mang tính xúc phạm... Cũng có nhiều người trước mặt thì rất tốt, nói những lời nói hoàn toàn bình thường. Nhưng sau lưng lại nói những điều không tốt hòng tác động người khác suy nghĩ không tốt về một người nào đó. Đồng thời, đối với bạn bè, người thân của

mình chúng ta đều không muốn họ phải chịu đau khổ. Nhưng đối với kẻ thù thì hoàn toàn ngược lại, chúng ta luôn hy vọng họ phải chịu đau khổ và bị trừng phạt. Những điều vừa nói trên đều là biểu hiện của sự tức giận cần phải hóa giải (dùng nhẫn) mới đem lại tinh thần vui vẻ thoải mái.

Tức giận-kẻ thù của sức khỏe

Theo giáo lý nhà Phật, tức giận là một kiểu phiền não, nó không có lợi cho con người, sẽ đem đến đau khổ và làm người ta mất đi sự yên định trong tâm hồn.

Có thể nói như vậy vì trong giáo lý nhà Phật cho rằng tức giận vốn dĩ đã là mặt trái, là cái xấu, nếu sử dụng tức giận để cải thiện hoặc thay đổi hoàn cảnh bi đát trong hiện tại tức là lấy cái tiêu cực để cải thiện cái tiêu cực. Như vậy không phải là một phương pháp đúng đắn. Theo quan niệm nhà Phật, tức giận mang lại rất nhiều hệ quả xấu, như những điều tốt đẹp chúng ta xây dựng trước đó, đôi khi chỉ vì một lần

tức giận mà bị xóa sạch. Nhà Phật gọi đó là "thiện căn". Tức giận khiến tâm hồn không được vui vẻ thoải mái. Chắc chắn trong cuộc sống mỗi người đều đã trải qua những con nóng giận và đều có thể cảm nhận được điều này. Cho dù là người thường xuyên giúp đỡ người khác, nhưng vì thường xuyên nóng giận thì đôi khi cũng không tránh khỏi bị người khác xa lánh, thậm chí lấy oán báo ân.

Tuy chúng ta đều biết tức giận là không tốt nên đôi khi muốn đối phó với nó, tức cần phải có nhẫn để tránh làm tổn thương người khác, cũng là làm lợi cho mình. Nhưng "nhẫn" như thế nào mới đúng cách? Nhiều người cố đè nén cảm giác tức giận vào trong lòng và cho rằng như vậy là đã "nhẫn" rồi. Nhưng đây thực chất lại là cách "nhẫn" chưa đúng cách.

Nhiều kết quả nghiên cứu cho rằng, kìm nén tức giận cũng có mặt trái của nó, gây tác hại không kém gì so với việc thể hiện tức giận ra ngoài. Kìm nén có thể làm tổn hại đến sức khỏe, tạo ra sự tấn công thụ động, đánh mất bản thân, vi phạm nguyên tắc sống, tổn hại đến công bằng xã hội... Ngoài ra, việc kìm nén khiến ta không thể hoặc không muốn biểu lộ sự tức giận sẽ dễ dẫn đến bệnh cao huyết áp. Trong các mối quan hệ thân thiết cũng không được tín nhiệm cao.

Có thể thấy, việc biểu lộ sự tức giận ra ngoài hay kìm nén nó vào bên trong đều có hại, vì thực chất cách chúng ta vẫn thường làm là nén tức giận xuống nên nó vẫn tồn tại chứ chưa thực sự được hóa giải, chưa tiêu tan. Trường hợp này tương đối nguy hại do nó giống như quả bom nổ chậm, do có thể kìm nén lâu ngày không được giải tỏa, lúc gặp duyên đến tức điểu kiện chín muồi thì sức công phá càng lớn, mức độ sát thương càng mãnh liệt hơn.

Vì vậy dễ thấy nhiều trường hợp cho rằng mình đã nhẫn nhịn nhưng các mối quan hệ vẫn không được cải thiện. Thực chất "nhẫn" nhưng trong lòng chưa hóa giải được tức giận thì đó chưa phải là nhẫn, ngược lại tức giận sẽ được thể hiện ra ngoài theo nhiều cách, một trong những cách đó là



"chiến tranh lạnh". Tức khi bạn không ưa thích một ai đó, hoặc người đó trước đây xúc phạm đến mình, nay người đó đến hỏi bạn nhưng thái độ của bạn lại rất lạnh nhạt, thờ ơ, khinh khỉnh khiến người đó rất khó chịu nhưng không thể nói được ra. Ở đây có thể hiểu bạn đang dùng sự lạnh nhạt để tấn công người đó chứ không phải đang thực hiện chữ "nhẫn". Nếu đối phương cũng sử dụng loại vũ khí này thì hy vọng cải thiện mối quan hệ gần như bằng không.

Chính vì vậy, để giảm bớt tác hại do sự tức giận gây ra, người xưa dạy rằng "một điều nhịn là chín điều lành", hoặc "chữ nhẫn là chữ tương vàng, ai mà nhẫn được thì càng sống lâu". Trong giáo lý nhà Phật, "nhịn" hay "nhẫn" được gọi là "nhẫn nhục", thực chất nó là một phương pháp làm chủ bản thân (yếu tố bên trong) và ứng xử với tác động từ bên ngoài (yếu tố bên ngoài); tức hóa giải những yếu tố tiêu cực (nóng giận, bức tức, thù hận...) kẻ thù của tâm hồn. Từ đó hướng tới tích cực, tạo cho mình một tinh thần thoải mái, tự tại, duy trì các mối quan hệ khiến xã hội ngày càng tốt đẹp hơn.■



Phật giáo Việt Nam ngày nay phần nhiều chịu ảnh hưởng của Phật giáo Trung Quốc do sự "Bắc truyền" từ Phật giáo Ấn Độ cách nay gần 2.000 năm. Nói đúng hơn thì Phật giáo Trung Quốc chính là cái nôi cho những gì hiện có trong Kinh sách và danh xưng của Phật giáo Việt Nam. Do đó, hầu như mọi tư liệu liên quan đến Phật giáo Việt Nam đều được dịch từ bản Hán văn, câu chữ theo âm Hán vẫn còn được ưa chuộng và chưa được dịch hẳn sang tiếng Việt quốc ngữ. Vấn đề này không phải do Việt Nam không có người hiểu đạo để có thể dịch trọn vẹn mà do thói quen lâu đời của người tụng niệm, họ đã quen âm Hán nên không thể chuyển đổi được, và lại phần lớn cũng do sự mê tín dị đoan còn nặng trong tư tưởng người học Phật sơ cơ nên họ dù không hiểu nội dung Kinh văn âm Hán nhưng vẫn xem đó là quý báu vì nghĩ rằng đây mới đúng là Kinh Phật, tụng Kinh âm Hán mới linh nghiệm, mới được Phật



LUẬN BÀN

danh xưng Phật tử

● Phong Trần Khánh

phù hộ cho tai qua nạn khói, làm ăn may mắn, còn Kinh văn tiếng Việt đã bị thay đổi rồi nên chỉ là sách xem chơi mà thôi. Nhưng họ không biết rằng nếu thật sự theo suy nghĩ đó thì phải tụng Kinh văn bằng tiếng Phạn, là ngôn ngữ Ấn Độ cổ, thời Phật còn tại thế mới là đúng nhất, còn Kinh âm Hán cũng chỉ là sách xem chơi do người Trung Quốc dịch sang ngôn ngữ của họ mất rồi. Thêm nữa, trong tiếng Trung Quốc số âm tiết không đầy đủ để chuyển ngữ hết những tinh túy của tiếng Phạn, nên nếu nói về chính xác từng câu, từng chữ của Thần chú thì tụng bằng âm Hán là sai lệch nhiều nhất.

Phật tử, một danh xưng chủ yếu của người đã quy y Tam Bảo, cũng xuất phát từ Kinh văn âm Hán của Trung Quốc, theo đúng tiếng Phạn thì không có chữ này. Hai chữ "Phật tử" nghe qua thật đơn giản nhưng chứa đựng bên trong nó đầy tinh túy mà nếu không hiểu đầy đủ sẽ là con dao làm hại chính mình, nó sẽ dẫn dắt người học Phật đi vào con đường mê tín dị đoan, xa lìa chánh pháp của Đức Thế Tôn.

Ngày nay nhiều Tăng Ni khi thuyết pháp đã dịch "Phật tử" sang tiếng Việt, gọi là "con Phật". Việc dịch này không sai nhưng chưa đầy đủ nên đã góp phần đưa một lượng không

nhỏ người học Phật sơ cơ đi theo "ngoại đạo" mà tưởng rằng mình đang tu theo "chánh đạo". Muốn hiểu đầy đủ nghĩa "Phật tử" chúng ta không đơn giản dịch từng chữ được, không thể dịch "tử" là "con" rồi chuyển ra đúng trước theo đúng ngữ pháp là xong, mà phải hiểu rằng người Trung Quốc là vua "choi chữ", ngay trong ngôn ngữ của họ mà dân họ còn không hiểu hết nghĩa thì không trách sao người Việt hiện đại hiểu sai vì bây giờ có ai được học tiếng Hán đến nơi đến chốn đâu, chỉ là biết để giao tiếp và dịch vài tư liệu hiện đại thôi chứ còn sách cổ thì có mấy ai hiểu được tinh hoa và ý tứ chính xác bao giờ.

"Phật tử" là do người Trung Quốc một ngàn năm sau khi Phật nhập Niết Bàn đặt ra, nhưng thật sự có nguồn gốc từ Ấn Độ, thời Phật còn tại thế. Lúc ấy Phật là người thầy đã giác ngộ, hàng đệ tử theo học rất đông, trong đó có cả người con duy nhất của Ngài là La Hầu La. Tất cả mọi người, từ em họ A Nan, con ruột La Hầu La, cho đến hàng cư sĩ tại gia theo Phật đều gọi Ngài là THẦY. Bởi đúng thật Ngài chỉ là người thầy chỉ đường dẫn lối cho học trò đi theo con đường sáng, con đường giác ngộ, con đường đến được bến bờ an vui Cực Lạc, Người không ban phước





giáng hoạ cho một ai, bởi Đức Thế Tôn không có cái khả năng đó, Ngài cũng không tuyên bố mọi người phải theo phủ phục dưới chân Ngài, tuân theo mệnh lệnh của Ngài nếu không sẽ bị Ngài trù ếm cho đến chết. Không, Đức Thế Tôn chỉ đơn giản là một người thầy của một tu tưởng giáo dục mới tại Ấn Độ thời bấy giờ, Ngài chỉ dẫn đường còn học được hay không, tìm thấy được hạnh phúc hay không phụ thuộc tất cả ở người học trò, Ngài không có khả năng ban cho ai sự giác ngộ, ngay cả em họ và cũng là thị giả thân cận của Ngài là A Nan vì tự phụ vào sự đa văn bậc nhất nên không trao đổi học hỏi để cuối cùng khi Đức Phật nhập Niết Bàn thì A Nan vẫn chưa đắc quả A La Hán.

Khi Phật pháp truyền tới Trung Quốc, người Trung Quốc vẫn gọi Phật Thích-ca là thầy và xem Phật là Đức Bổn Sư, tức vị thầy ban đầu của mình. Tiếng Trung Quốc gọi thầy là "sư phụ" bởi trong đó mang tư tưởng của giáo dục Nho học Phương Đông. "Sư" dịch là thầy, còn "phụ" dịch là cha. Một người được gọi là "sư phụ" vừa có bốn phận chỉ dạy kiến thức cho học trò, lại còn có thêm trách nhiệm trao đổi đạo đức cho học trò nên người có ích cho xã hội, người học trò lúc ấy được gọi là "đệ tử" là tương ứng với hai chữ "sư phụ", vì "đệ" là em tương ứng với tiếng gọi thầy, "tử" là con tương ứng với tiếng gọi cha. Thế thì người đệ tử theo Phật học hỏi để tìm con đường sáng được gọi là

"Phật tử", nói đầy đủ phải là "đệ tử Phật" vì Phật là "sư phụ" chứ không phải là "cha đẻ" hay "cha nuôi" mà chỉ đơn giản tự gọi mình là "con Phật".

Hiểu như thế rồi mới thấy hai chữ "con Phật" gây nguy hại cho người học Phật sơ cơ biết chừng nào. Tại sao chúng ta theo làm đệ tử Phật? Vì chúng ta thấy Phật là người thầy tốt, là người có thể dạy cho ta điều hay lẽ phải nên chúng ta theo cầu xin Phật nhận chúng ta làm học trò để ngày đêm được thân cận và học hỏi. Đã là người đệ tử thì chúng ta phải tin và hành theo lời dạy của Phật, đó mới đúng là người đệ tử chân chính, biết tôn sư trọng đạo, hiểu nghĩa trọng vẹn. Còn nếu lời Phật dạy mà chúng ta không nghe theo và hành không đúng thì "đệ tử Phật" chỉ là danh hào tự gọi tự xưng mà thôi, nói đúng ra những người như thế không còn là đệ tử Phật nữa, họ đã không còn theo Phật học nữa mà họ theo người khác mất rồi. Ví như thầy dạy đây là cái bàn, nhưng ta lại nói với mọi người rằng đây là cái ghế, người nghe xong hỏi lại ta rằng ai dạy thì ta bảo thầy đã dạy thế, người có học với thầy biết đó không phải do thầy dạy nên chỉ vào mặt ta mà mắng "ông không phải là huynh đệ với tôi, ông chỉ giả danh mà thôi".

Nếu nói "Phật tử" là "con Phật" thì thật là khủng khiếp! Vì "ông làm cha thì ông phải có trách nhiệm nuôi tôi, phải chăm lo cho tôi, tôi lớn lên phải kiêm việc làm cho tôi, nếu ông có chức

quyền thì cũng phải ban cho tôi chức quyền". Thế là dựa vào thế lực của cha nên "tôi không cần phải học nhiều, tôi cũng chẳng hơi sức đâu mà lo cái ăn cái mặc vì gia tài của cha nhiều quá rồi". Gia tài ở đây ý nói là phước báu của Phật đây. Ấy thế mà khá đông "Phật tử" Việt Nam tự xem mình là "con Phật" để rồi không thèm chú tâm tu học vì nghĩ sau khi quy y Tam Bảo rồi thì xem như Phật đã nhận mình làm "con nuôi" nên phải chia chút gia tài cho, vì vậy nên cứ suốt ngày cầu khẩn với Phật xin cho con tai qua nạn khói, xin cho gia đình của con được hạnh phúc, xin cho con làm ăn khấm khá, xin cho con làm điều phi pháp không bị phát hiện... Chưa hết, đã có cha thì tất nhiên phải tìm đến "mẹ" chứ, thế là Ngài Bồ-tát Quán Thế Âm được xem như mẹ hiền cứu khổ cứu nạn. Ngày qua ngày không biết bao nhiêu "Phật tử" ngẩng mặt lên trời cầu xin chút phước lành của "cha mẹ", xin "cha mẹ" vì lòng từ bi mà ban cho con chút ân huệ. Quá tội lỗi! Thực là điều phi báng Phật và Bồ-tát quá lớn. Ngài Quán Thế Âm cũng là đệ tử Phật, ta cũng là đệ tử Phật nhưng Ngài Quán Thế Âm theo làm học trò Phật trước ta lâu lắm rồi, suy cho cùng thì chính là sư huynh của ta, có sao ta lại xem Ngài và Phật là thần thánh để cầu xin ban phước giáng hoạ. Trong Kinh, thần thánh và ngay cả vua trời Đế Thích còn phải quy y làm học trò Phật thế mà giờ đây ta lại hạ Phật, Bồ-tát xuống làm thần thánh thì chẳng phải ta đang phi báng Phật và Bồ-tát hay sao! Người như thế sao còn gọi mình là "Phật tử", thử nghĩ có xứng đáng hay không?

Cuối cùng, tóm lại "Phật tử" là "đệ tử Phật", là học trò theo Phật học hỏi và tu hành, quý trọng Phật như cha như thầy nhưng không phải là "con đẻ" hay "con nuôi" của Phật. Phật không ban cho đệ tử giác ngộ hay chứng đạo bao giờ mà phải do chính người đệ tử tu hành ngộ đạo. Hãy lấy tấm gương của nhị tổ A Nan mà quán chiếu hồi những huynh đệ còn lầm lạc để chúng ta cùng về Liên Bang, cùng hóa sanh nơi Liên Đài, cùng làm Liên Hữu noi cõi Cực Lạc kia. ■

Nhiều nhân viên rất sợ họp, thường tránh họp hay im thin thít trong buổi họp. Điều dễ hiểu là người chủ trì cuộc họp hay người quản lý đã biến cuộc họp thành buổi Bao Công xử án và ráng sức tận dụng họp để kiểm soát, la rầy hoặc ép nhân viên hoàn thành mục tiêu bằng bất cứ giá nào mà không cần hiểu rõ tình trạng của họ. Có cuộc họp chỉ mang tính một chiều, rất ít người nói chuyện, thông tin phản hồi kém cỏi và chỉ có công việc được đặt lên bàn cân để đong đếm. Ý kiến không được lắng nghe, nếu có nghe thì không được nghe từ đầu đến cuối, hoặc nghe từ đầu đến cuối nhưng không đưa ra thông tin phản hồi. Nhân viên cảm thấy không được chia sẻ và quan tâm, dần dà họ không thiết tha với họp, họ xem họp như một buổi luận tội, buổi nhận thêm việc, hay buổi bị chê trách. Người chủ trì cuộc họp phải biết họp là để sẻ chia những ý kiến phát huy công việc, giải

quyết vấn đề hay lấy quyết định tập thể. Trong cuộc họp không nên phê bình, chê bai ý tưởng, lúc nào cũng sẵn sàng tấn công ý kiến người khác mà không cho họ bất cứ cơ hội nào để bày tỏ. Sẽ chia là cách loại bỏ mọi phe nhóm trong phòng ban, mọi ý kiến đều được ghi nhận và quyết định dựa trên tiêu chuẩn thống nhất để nhân viên không cảm thấy tự ái vì ý kiến mình không được chọn trong khi ý kiến người kia được chọn. Lời khen thích họp nhằm khuyến khích nhân viên nói ra điều họ suy nghĩ, cảm nhận và sáng tạo. Lời chỉ trích hay chê bai chỉ khiến nhân viên sợ hãi, chán nản và tự ti với bản thân. Khi ý kiến của nhân viên không được chấp thuận, người đưa ra quyết định cuối cùng đừng vì sợ mất thì giờ mà không giải thích cặn kẽ lý do vì sao chưa chấp nhận ý kiến đó, lời lẽ sử dụng cần nhẹ nhàng nhưng dứt khoát, nhân viên sẽ rút được kinh nghiệm để có ý kiến thích hợp trong tương lai.

Hiểu nhau hơn trong cuộc họp là mục đích lớn nhất, không chỉ hiểu về dự án hay kế hoạch, mà hiểu đồng nghiệp của mình. Ý kiến của nhân viên hay đồng nghiệp thể hiện suy nghĩ của họ, khi lắng nghe họ, về mặt thực tế họ đang nói về kế hoạch hay dự án, nhưng kỳ thực ta đang nghe suy nghĩ và tâm tư tình cảm của họ. Cách họ làm việc, cách họ nói chuyện, cách họ trình bày phản ánh rất rõ cách họ suy nghĩ, từ lời nói, từ ánh mắt, hay từ cử chỉ. Quan sát và lắng nghe để hiểu nhân viên hơn, nhân viên là người bạn của ta, đi với ta một chặng đường dài và nhân viên thành công có nghĩa ta thành công. Tâm tư tình cảm của nhân viên có liên quan mật thiết đến ta, ta và nhân viên kết nối với nhau không đơn thuần là công việc mà còn ở truyền thông giao tiếp và con người trở nên gắn bó nhờ hiểu rõ tình cảm chính đáng của người kia. Một món ăn thiếu hành ngò, tiêu ớt hay hương vị đặc trưng nào đó thì món ăn dễ trở nên vô vị. Cuộc họp cũng vậy, thiếu những

HỌP LÀ ĐỂ CHIA SẺ & THẤY NHAU

thực tập cân bằng công việc

● Minh Thạnh



gia vị cần thiết sẽ trở nên nhảm chán. Ta nên thực tập tạo không khí dễ chịu cho buổi họp bằng những câu nói dễ chịu, lời phản hồi dễ chịu, lời khen ngợi dễ chịu hay tạo lập không gian dễ chịu. Thực tập im lặng khoảng một đến hai phút trước cuộc họp để quán niệm “chúng ta có duyên gặp gỡ nhau đây cùng làm việc chung, chúng ta hãy nhân cơ hội của buổi họp này để thực tập tình huynh đệ, lắng nghe, sẻ chia và trân quý sự có mặt của nhau”. Chỉ cần một chút xíu thời gian quán niệm như vậy nhưng kết quả hữu ích mang lại rất to lớn. Cả ngày làm việc và tận dụng cuộc họp để biết tất cả nhân viên và ta đều có mặt cho nhau.

Họp như thế nào để không cảm thấy đơn độc hay cô đơn. Người chủ trì cuộc họp luôn thực tập không kỳ thị nhân viên. Bất cứ nhóm làm việc hay tổ chức nào cũng đều có cá nhân này hay cá nhân khác, nên cho tất cả mọi người cơ hội để nói lên quan điểm của mình hay thường xuyên khuyễn khích họ nói. Yếu tố con người là quan trọng nhất, chó nên lầm tưởng kế hoạch hay dự án là quan trọng nhất. Kế hoạch hay dự án chỉ là phương tiện, con người mới quyết định phương tiện như thế nào và đi về đâu. Nếu cuộc họp mà im phăng phắc và ta cũng lười biếng hay không biết cách đẩy nhân viên phải nói thì coi như buổi họp đi tong, người đi vào buổi họp đó chắc chắn đang ở tình trạng thất thiểu và lang thang. Ta có thư ký giúp lên kế hoạch cho cuộc họp nhưng điều quan trọng là làm sao kiểm soát cuộc họp và bảo đảm nó được lèo lái theo đúng hướng. Mọi ý kiến đưa ra cần được tóm tắt ngắn gọn để ý kiến đó được hiểu đúng và không bỏ sót. Ý kiến của nhân viên chưa giỏi cũng phải được chú ý đến, dù không chọn nó nhưng cũng là cách đào tạo nhân viên, nhân viên chưa giỏi thôi chứ không hẳn là sẽ không bao giờ giỏi. Ý tưởng sử dụng cuộc họp như một buổi đào tạo trong đó tất cả người đều là huấn luyện viên hay chuyên viên đào tạo. Người chủ trì chỉ kiểm soát buổi họp, không phải là người đào tạo mà chính các nhân viên tham gia là người đào tạo hay nhất.

Họp là cơ hội sum họp doanh nghiệp như bữa cơm chiều là cơ hội sum họp gia đình. Doanh nghiệp là nơi để đi tới hàng ngày và chiếm nhiều thời gian của ta. Có nhiều người vì bận rộn quá không có mặt nổi cho bữa cơm gia đình thì hãy tranh thủ việc họp như buổi sinh hoạt cộng đồng. Chia sẻ kinh nghiệm và trách nhiệm nên được thực hiện trong các cuộc họp hơn là chỉ trích, lên án hay phê phán. Cuộc họp phải trở thành niềm vui, niềm khát khao, sự chờ đợi hay vun xới niềm tin và những điều khích lệ. Lời nói chân tình đưa ra cùng nhau sẻ chia và cùng tiến bước dù thời gian gặp gỡ không nhiều nhưng giúp ta hun đúc tình đồng nghiệp thông qua các phương tiện công việc. Buổi họp còn là lúc để giao lưu, giao lưu về kiến thức, giải quyết tình huống hay đưa ra phương án hành động tiếp theo. Ta không để phương tiện điều khiển mình mà mình phải điều khiển phương tiện đó.

Đức Phật dạy lấy yếu tố con người làm nền tảng xây dựng hạnh phúc cho cộng đồng, trong doanh nghiệp đó là nhóm làm việc hay phòng ban. Chính yếu tố con người quyết định tất cả sức mạnh của mọi doanh nghiệp và quốc gia. Dù có rất nhiều vốn liếng và thời gian, nhưng bên cạnh không có ai, làm thế nào ta có thể sử dụng nguồn lực đó thành công được. Con người đã làm nhiều điều để có hạnh phúc, nên con người đáng được hưởng hạnh phúc, và điều hạnh phúc lớn nhất là sự có mặt của con người, có mặt người này, có mặt người kia. Không cuộc họp nào mà chỉ có một người, cuộc họp phải có nhiều người. Giống như pháp đàm hay hội nghị bàn tròn, không thể nào chỉ có một vị ngồi đó và nói chuyện với mình. Tranh luận giữa các ứng viên tranh cử tổng thống Hoa Kỳ không thể diễn ra nếu chỉ có mỗi mình Barak Obama hay mỗi mình John McCain. Phải có ít nhất hai người trở lên mới thành ra họp, dù họp thông qua phương tiện gần hay phương tiện từ xa. Ta hay xây dựng biểu tượng doanh nghiệp qua kiến trúc trụ sở, văn phòng, biển hiệu, tên gọi, khẩu hiệu, đồng phục... nhưng ta chẳng chú ý



đây chỉ là phương tiện, điều cốt lõi mà ta cần xây dựng là chính ta, chính những nhân viên, hay chính bản thân con người. Khi ta thực sự biết chia sẻ, thực sự thấy được nhau thì các yếu tố biểu tượng phương tiện kia dễ dàng được định hướng. Họp hành phải là nơi nói cho nhau nghe, trò chuyện cùng nhau, tạo không khí cân bằng trong công việc hay thấy được nhau trong nhóm nhân viên. Con người vì công việc đã quá nhiều căng thẳng, họp hành còn khiến cho căng thẳng nữa thì các yếu tố biểu tượng kể trên trở thành ra vô nghĩa. Các rủi ro, khó khăn, dự án, kế hoạch đã đầy dẫy những căng thẳng, họp làm cân bằng những thứ đầy dẫy như vậy. Họp là lúc tìm niềm vui và hạnh phúc, là lúc sẻ chia và hoàn thiện, là lúc thông hiểu và thông cảm nhau, là lúc giúp nhau bày tỏ cống hiến và thành tựu. Hãy thực tập cân bằng công việc khi họp, bạn sẽ thấy thoải mái và lúc nào cũng sẽ ở tâm trạng chờ đợi đi họp để mà có thể thấy được nhau. ■



Phật giáo đến Việt Nam từ hai nguồn: Nguồn Ấn Độ đến trước vào khoảng thế kỷ thứ III, nguồn Trung Hoa đến chậm hơn.

Nhưng có điểm đặc biệt hơn là trong bối cảnh Việt Nam, Phật giáo dung hòa được với Nho giáo và Lão giáo thành tam giáo hợp nhất trên cơ sở thích nghi với tín ngưỡng thần linh của dân tộc bản địa. Lớn hơn nữa là các tôn giáo và tín ngưỡng đó đều hòa nhập vào thực tế cuộc đấu tranh của cộng đồng dân tộc Việt Nam để tồn tại và phát triển. Đời nhà Lý (1010-1225), đạo Phật phát triển mạnh nhất và trở thành quốc giáo. Chùa mọc lên khắp nơi và các nhà sư có vị trí cao trong bộ máy Nhà nước, có trình độ học vấn uyên thâm. Tư tưởng Phật giáo thấm đẫm trong đời sống tinh thần của nhân dân và trong văn hóa dân gian. Đời Lý

Trần, Phật giáo phát triển song song với Nho giáo. Hai ngôi chùa cổ nhất ở Hà Nội được xây dựng từ đời Lý vẫn còn, đó là chùa Trấn Quốc (548) và chùa Một Cột (1409- đời Trần).

Chùa Một Cột là đặc trưng nghệ thuật mang tính tôn giáo từ Bà la môn giáo của Ấn Độ đã được Việt hóa, trên cột đài sen có tượng Phật Bà Quan Âm, một nữ thần trong Phật giáo Đại thừa được dựng lên giữa một đầm sen thủ đô. Từ xưa tục ngũ ca dao dân gian có hình tượng: "Đất vua, chùa làng, phong cảnh Bụt" gắn liền với hình ảnh bông sen từ tâm thức của người nông dân hướng theo vẻ đẹp trong sáng của tâm Phật:

Trong đầm gì đẹp bằng sen
Lá xanh bông trắng lại chen nhí vàng
Nhí vàng, bông trắng lá xanh
Gần bùn mà chẳng hôi tanh mùi bùn.

(Ca dao)

Văn học dân gian có chuyện *Tấm Cám* gắn liền với triết lý Phật giáo thời Lý. Cô Tấm là hình ảnh người con gái Việt Nam dịu hiền, nhẫn nhục lao động, chịu đựng mọi bất công của xã hội, chỉ trông đợi vào tấm lòng từ bi vô hạn của Bụt. Quả thật Bụt đã xuất hiện bốn lần để cứu Tấm thoát khỏi thói độc ác của hai mẹ con mụ dì ghẻ. Cuối cùng, mặc dầu bị dì ghẻ giết chết, lại được sống qua kiếp khác, gặp vua trong hạnh phúc. Và rõ ràng cái ác của mẹ con Cám đã bị trừng phạt theo luật nhân quả của Phật giáo.

Tuy ra đời hàng nghìn năm trước, và từ xa xưa đã được dựng thành vở chèo, ngày nay lại được dựng thành kịch, nhạc kịch, thành phim... hình ảnh cô Tấm vẫn là tấm gương đẹp trong đời sống hàng ngày để nói lên tư tưởng thiện và ác, "ở hiền gặp lành" của đạo Phật ở Việt Nam.

Ở thế kỷ XVIII, truyện thơ Nôm khuyết danh phát triển hết sức phong phú, trong đó có nhiều tác phẩm khá hay mang tư tưởng Phật giáo như: *Truyện Thạch Sanh, Nam Hải Quan Thế Âm...* mà nổi tiếng nhất là truyện *Quan Âm Thị Kính* gồm 788 câu thơ lục bát. Về thực chất, trong dân gian câu chuyện đã được truyền miệng từ hàng ngàn năm trước. Chúng có là *Phật Bà Quan Âm* đã được nhân dân thờ trong các chùa từ khi Phật giáo đến Việt Nam vào khoảng thế kỷ thứ III. Có ý kiến cho rằng, nguồn gốc câu chuyện xảy ra từ Hàn Quốc (Triều Tiên) (?) đến Việt Nam từ khi nào không rõ. Tình tiết câu chuyện được thể hiện tập trung ở hai nỗi oan liên tiếp rơi vào số kiếp của Thị Kính (Kính Tâm) mà thơ ca dân gian từng mô tả nàng rất đẹp và có đức hạnh tuyệt vời:

Đuadem nhuần sắc nước, dịu dàng nết hoa

*Não nùng chim cũng phải sa,
Người tiên cung ở đâu ta trên trời
Gồm trong túc đức vẹn mươi...*

Từ chỗ bị vu oan giết chồng là Thiện Sĩ, nàng phải giả trai để nương nhờ cửa Phật, nhưng bị Thị Mầu - một cô gái lảng lơ con nhà giàu đã chửa hoang rồi đổ oan cho Kính Tâm để mong lấy được Kính Tâm. Bị làng phạt vạ, bị bắt ném ra sân đình đánh

đòn, nàng vẫn cam chịu. Hơn thế nữa, Thị Mầu đem con bỏ ở cổng chùa, Kính Tâm động lòng từ bi đem về nuôi. Đứa trẻ lên ba tuổi, Kính Tâm chết, lúc đó mọi người mới biết nàng là nữ, bị oan từ lâu.

Thế là pháp Phật mâu nhiệm đã rước linh hồn Kính Tâm vào Niết bàn làm Phật Bà Quan Âm. Rõ ràng là tác phẩm đề cao Phật giáo Đại thừa, đồng thời còn có tác dụng tố cáo sự bất công của chế độ phong kiến, trọng nam khinh nữ, mà chính Thị Mầu cũng là một nạn nhân của xã hội đó.

Câu chuyện đã được dựng thành "Chèo sân đình" từ lâu. Năm 1954 miền Bắc được giải phóng lại được dựng thành vở chèo sân khấu rất nổi tiếng, rồi được dựng thành phim. Ngày nay ở Việt Nam, giữa nhịp sống công nghiệp của thành phố, vở chèo "Thị Mầu lên chùa" vẫn là một trong những tác phẩm xuất sắc của chèo hiện đại Việt Nam và từng được mang đi biểu diễn ở nhiều nước trên thế giới và được đánh giá khá cao về nội dung lẫn nghệ thuật.

Văn học bác học thời Lý-Trần hình ảnh Phật giáo được thể hiện khá rõ nét, tuy vậy phần lớn chỉ mới dừng lại ở các bài thơ ngắn nhằm giải thích, ca ngợi đạo Phật hoặc thuyết giáo về tâm linh, về vũ trụ.

Đọc bài thơ Trương Tịch tặng vị Tăng Nhật Nam ở trong núi, chúng ta có thể hình dung rõ nét một vị chân tu thời Lý-Trần ở Việt Nam (thời bấy giờ nhiều vị vua nhà Lý-Trần đã sớm nhường ngôi cho con để vào núi đi tìm cuộc sống tâm Phật):

Trong núi một sư già
Cửa không khép mưa sa,
Mở kinh trên lá chuối
Phơi áo dưới bông hoa
Đắp đá mới, đào giếng
Phá rãy tự trồng trà
Gặp khách biển Nam tới
Tiếng bản xú hỏi thăm nhà.

(Mật Thể dịch)

Sư Mân Giác (1052-1096) đời Lý lúc bị ốm vẫn lạc quan yêu đời, tin tưởng vào cuộc sống và tâm sự với các môn đồ:

Xuân đi trăm hoa rụng,
Xuân đến trăm hoa cười.

*Trước mắt, việc đi mai,
Trên đầu, già đến rồi.
Chó bảo xuân tàn, hoa rụng hết
Đêm qua sân trước một nhành mai.*

(Nguyễn Đỗng Chi dịch)

Sáu câu thơ tuy ngắn, nhưng đã nói được sự vận động của đời người, của vũ trụ theo quy luật của tự nhiên và của triết lý Phật giáo.

Ở thế kỷ XVIII, hai tác phẩm thơ Nôm lớn nhất đều đã bàn đến Phật giáo. Đó cũng là *Cung oán ngâm khúc* và *Truyện Kiều*.

Câu chuyện về những người cung nữ, sau khi vào cung được vua ân ái một thời gian, rồi bị ruồng bỏ cho đến già, sống trong cô đơn tủi phận là đề tài phổ biến ở các chế độ phong kiến Đông Tây. Nhưng dưới ngòi bút tài hoa của Nguyễn Gia Thiều (1741-1798), tác phẩm với 356 câu song thất lục bát đã có giá trị lớn về nội dung và nghệ thuật. Mặc dù thế giới quan của nhà thơ không rõ ràng lắm, song ông đã nói nhiều về đạo Phật, về kiếp người, về định mệnh, về cuộc đời là bể khổ:

*Nghĩ thân phù thế mà đau,
Bọt trong bể khổ bèo đàm bến mê
... Ai bảy trồ bãi bể nương đâu...
... Mượn thú tiêu dao nơi cửa Phật,
Môi thất tình, quyết dứt cho xong...*

Còn *Truyện Kiều* của Nguyễn Du kể về cuộc đời suốt mười lăm năm lưu lạc của nàng Kiều, cứ mỗi lần gặp nạn bế tắc, Kiều lại tìm đến cửa Phật để nương nhờ và cầu mong đức Phật từ bi cứu giúp. Bốn lần Kiều vào chùa, tuy không hoàn toàn tự nguyện, nhưng rõ ràng tác giả đã vận dụng tư tưởng Phật giáo để dẫn dắt đường đời đầy hoạn nạn của nàng đi tới cõi phúc và tác giả triết luận về số mệnh, về tâm, về nghiệp, về kiếp sống theo quan điểm Phật giáo:

*... Tu là cõi phúc, tình là dây oan...
... Kiếp sau chó vụng đường tu...
... Cho hay muôn sự tại trời,
Trời kia đã bắt làm người có thân
Bắt phong trần phải phong trần,
Cho thanh cao mới được phân thanh cao...
... Thiện căn ở tại lòng ta,
Chữ Tâm kia mới bằng ba chữ Tài...*

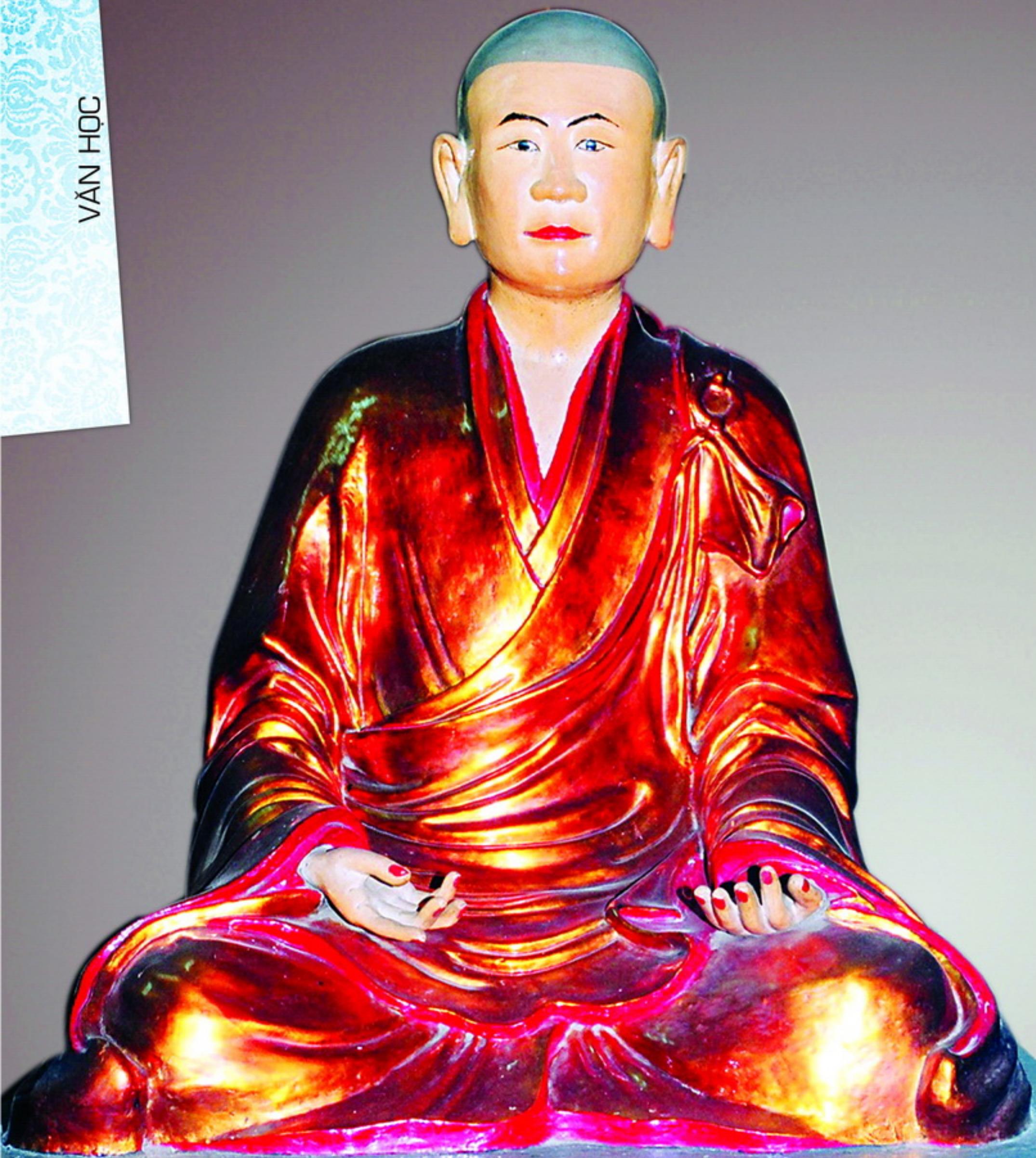
Tuy vậy, hình ảnh nhà chùa và sư, vãi ở Việt Nam không phải lúc nào cũng đẹp, cũng từ bi bác ái, mà ở thế kỷ XVIII, trong hoàn cảnh chiến tranh liên miên, nhiều ngôi chùa bị biến thành nơi chứa chấp một số người xấu. Chúng lợi dụng Phật giáo và nhà chùa để kiếm sống, thậm chí để hưởng lạc, làm cho uy tín của Phật bị giảm sút. Hãy đọc những vần thơ châm biếm của Hồ Xuân Hương-bà chúa thơ Nôm thời bấy giờ, ta có thể thấy rõ bước suy thoái của Phật giáo so với thế kỷ XI đến thế kỷ XIII. Ngòi bút nhà thơ đã khắc họa rất sinh động một chân dung vị "sư hổ mang" (sư xấu):

*Chẳng phải Ngô, chẳng phải ta,
Đầu thì trọc lốc, áo không tà.
Oán dâng trước mặt dăm ba phẩm,
Vãi núp sau lưng sáu bảy tà...*

Cuối thế kỷ XIX, nhà thơ tài hoa Chu Mạnh Trinh (1862-1905) đã viết bài "*Hương Sơn phong cảnh ca*". Chùa Hương Tích là nơi thờ Phật vào loại lớn nhất ở Việt Nam và đặc biệt phong cảnh núi non nơi đây vừa đẹp, vừa trữ tình, vừa hấp dẫn. Chính bài thơ này đã thể hiện hết sức sinh động vẻ đẹp nên thơ của phong cảnh chùa Hương là *Nam Thiên đệ nhất động* (động đẹp nhất trời Nam). Sức cuốn hút của bài thơ nổi tiếng này còn ở chỗ nhà thơ viết theo thể tự do, kết hợp với điệu nhạc lâng lâng khiến cho người đọc hình dung được bầu trời cảnh Bụt chốn này.

Ở thế kỷ XX, văn học Việt Nam vẫn còn một số tác phẩm chứa đựng tư tưởng Phật giáo, tuy không phong phú như các thể kỷ trước. Hình ảnh chùa và cửa Phật vẫn là chốn từ bi, là nơi nương tựa của tâm linh, nơi gửi gắm niềm khát vọng thanh thản, hướng thiện, xa lánh cái ác.

Chính vì thế mà trong sự nghiệp đấu tranh giải phóng dân tộc, nhiều chùa trong cả nước cùng các nhà sư, Tăng Ni đã tinh nguyện biến thành những cơ sở cách mạng hoạt động tích cực, góp phần đáng kể vào chiến thắng vẻ vang của hai cuộc kháng chiến. Hình ảnh họ cũng được khắc họa qua một số tác phẩm văn học nghệ thuật và lưu truyền qua nhiều thế hệ người dân Việt Nam.■



TRẠNG NGUYÊN HUYỀN QUANG

&nỗi oan thiền sư

● Diệu Hồng

Thiền sư Huyền Quang sinh năm Giáp Dần 1254, mất năm Giáp Tuất 1334 với tên thật là Lý Đạo Tái, người hương Vạn Tải, châu Nam Sách, lộ Lạng Giang (nay thuộc thôn Thái Bảo, huyện Gia Bình, tỉnh Bắc Ninh). Từ nhỏ ông đã có trí thông minh hơn người, được mệnh danh là “thần đồng” nổi tiếng ở xứ Kinh Bắc và cả nước. Lên 9 tuổi đã giỏi thơ và sáng tác thi phẩm “Ngọc tiên thi” được các danh sỹ như Lê Quý Đôn và Phan Huy Chú khen ngợi.

Truyền kể: Lý Đạo Tái có dung mạo vô cùng xấu xí. Thừa thiếu thời vừa nghèo lại vừa xấu nên Lý Đạo Tái thường xuyên bị những người xung quanh hắt hủi. Ông từng đi hỏi vợ ở nhiều nơi nhưng đều bị người ta từ chối vì dung mạo ông quá xấu xí. Tuy nhiên, bù lại với vẻ bẽ ngoài không lấy gì làm khôi ngô tuấn tú của mình, Lý Đạo Tái lại sở hữu một trí thông minh hơn hẳn người thường. Tư chất thông minh cộng thêm tính cần cù hiếu học nên Lý Đạo Tái học rất giỏi. Năm ông 20 tuổi, Lý Đạo Tái đỗ thi Hương rồi

Là vị tổ thứ ba của Thiền phái Trúc Lâm Yên Tử, thiền sư Huyền Quang được hậu thế tôn xưng là một Đại thiền sư Việt Nam, có vị trí ngang hàng với sáu vị tổ của Thiền tông Trung Quốc và 28 vị tổ của Thiền Ấn Độ. Thế nhưng, ngoài một vài giai thoại được lưu truyền rộng rãi trong dân gian, cho tới tận ngày nay câu chuyện về cuộc đời của vị thiền sư từng là trạng nguyên nước Việt này vẫn còn là một bí ẩn với rất nhiều người...

năm sau đỗ thi Hội. Tới năm Bảo Phù trong khoa thi Giáp Tuất 1274 đài vua Trần Thánh Tông, Lý Đạo Tái đã đỗ trạng nguyên ở tuổi 28. Tới lúc này, nhiều gia đình giàu có mới lân la tới nhà ông để xin gả con gái cho vị tân khoa trạng nguyên, song Lý Đạo Tái đều từ chối. Thậm chí, vua Trần thấy ông là người tài năng, đức độ, đỗ đạt cao, muốn gả công chúa Liễu cho nhưng ông không nhận. Người ta nói rằng, khi đó, Lý Đạo Tái đã chua chát viết hai câu thơ rằng: “Khó khăn thì chẳng ai nhìn/ Đến khi đỗ trạng chín nghìn nhân duyên”.

Kể từ đó, trên dưới 30 năm, ông làm quan tận tụy nơi viện Nội Hàn. Với trí thông minh, giỏi đối đáp ứng xử cộng với sự uyên bác của mình, Lý Đạo Tái từng nhiều lần được giao nhiệm vụ tiếp sứ giả phương Bắc. Một hôm, Lý Đạo Tái cùng vua Trần Anh Tông đến chùa Vĩnh Nghiêm huyện Phượng Nhãn, nghe Thiền sư Pháp Loa giảng kinh. Khi nghe những lời giảng của Pháp Loa, bỗng nhiên, vị đại quan triều Trần bỗng thấy “chạnh lòng”, bèn thốt lên rằng: “...Phú quý vinh hoa thích thú, đáng lo như lá vàng mùa thu, mây trắng ngày hè, sao ta có thể lưu luyến lâu dài được?...”.

Cũng kể từ đó, Lý Đạo Tái bắt đầu ý định xuất gia theo Phật. Nhiều người nói rằng, chính bài giảng của thiền sư Pháp Loa đã khiến Lý Đạo Tái, vốn là hiện thân của tôn giả A-nan-đà nhớ lại “duyên xưa” theo lời dặn của Phật Tổ. Dẫu là vì lý do gì thì việc Lý Đạo Tái quyết tâm từ bỏ cuộc sống vinh hoa phú quý của một vị đại quan noi triều đình để xuất gia theo Phật thì hoàn toàn là sự thực.

Lúc bấy giờ, nhà Trần rất sùng tín đạo Phật, vì thế chỉ sau vài lần dâng biểu xin từ quan để đi tu, Lý Đạo Tái đã được vua Trần chấp thuận. Năm 1305, Lý Đạo Tái chính thức xuống tóc xuất gia. Năm đó ông đã 51 tuổi. Ban đầu, Huyền Quang đến học đạo với thiền sư Bảo Phác, một học trò giỏi của Pháp Loa, noi chùa Lễ Vinh.

Năm Hưng Long thứ 14 (1306) Trần Nhân Tông trụ trì chùa Siêu Loại lập Pháp Loa làm giảng chủ, Lý Đạo Tái theo Bảo Phác đến nghe giảng, được Nhân Tông cho làm thị giả. Sau đó ông theo Trần Nhân Tông khoảng 2 năm để giúp việc biên soạn kinh sách, được vị sơ tổ của dòng thiền Trúc Lâm hài lòng khen: "Phàm sách đã qua tay Huyền Quang biên soạn, khảo đính thì không thể thêm bớt được một chữ nào nữa".

Khi Trần Nhân Tông viên tịch, Huyền Quang lại theo Pháp Loa làm đồ đệ người thầy trẻ hơn mình đến 30 tuổi (Pháp Loa sinh năm 1284, mất năm 1330). Năm 1309, niên hiệu Hưng Long thứ 17, Huyền Quang được Pháp Loa cho về trụ trì chùa Hoa Yên trên đỉnh núi Yên Tử, nơi phát tích dòng thiền Trúc Lâm. Hằng ngày ông giảng đạo cho các đệ tử, biên tập kinh... và gần như không còn liên hệ với chốn quan trường. Đây cũng là thời gian xảy ra câu chuyện mà người thời này vẫn còn truyền tai nhau về nỗi oan của thiền sư với cung nữ Diêm Bích. Theo sách "Tổ gia thực lục" sự việc này xảy ra thời vua Trần Anh Tông năm Quý Sửu 1313. Lúc bấy giờ, dù mới đi tu chưa được bao lâu song Huyền Quang đã trở thành một tôn giả lừng danh, tiếng đồn lan truyền tới triều đình. Nhưng nhà vua Trần Anh Tông thì chưa thật tin điều này, nên đã thử ông xem sao. Vua ban cho Huyền Quang 10 dật vàng có in dấu quốc khố. Vua ép mãi ông mới đồng ý nhận 7 dật để về biếu mẹ, còn 3 dật giữ lại để phòng thân khi bắt trắc. Sau đó Huyền

Quang về tu ở chùa Hoa Yên, núi Yên Tử (Quảng Ninh). Một thời gian sau để thử đức độ của thiền sư Huyền Quang, vua sai nàng Diêm Bích-một cung nữ trẻ đẹp lại thông kinh sử đến dặn dò: "Vị Tăng kia vốn giới hạnh cao nghiêm, ngươi hãy đến Yên Tử tìm hiểu cho trẫm. Nếu quả vị Tăng ấy còn quyền luyến dục tình thì ngươi hãy tìm cách xin một thoi vàng về đây cho ta".

Nàng Diêm Bích vâng lệnh, giả làm người đi lễ lặn lội từ kinh thành Thăng Long về chùa Hoa Yên để thử lòng nhà sư. Diêm Bích đến chùa Hoa Yên vào một đêm trăng thanh gió mát và xin nhà sư cho ngủ lại chùa. Thiền sư lấy làm ái ngại nhưng thương tình Phật tử mà cho nghỉ lại. Đến đó, khi Huyền Quang đang ngồi đọc kinh trong phòng thì Diêm Bích tìm tới. Ban đầu, Diêm Bích chỉ hầu chuyện, đối đáp thơ ca với Huyền Quang nhưng sau đó đã giở trò ong bướm hòng quyến rũ ông. Sư Huyền Quang giật mình vì bỗng nhiên bị ôm chầm liền vùng ra. Diêm Bích thấy vậy càng níu kéo. Hai bên giằng co một hồi làm đổ đèn dầu bắn tung tóe cả vào yếm của nàng Diêm Bích.

Khi giằng được ra khỏi tay Diêm Bích, Huyền Quang giận run người đuổi Diêm Bích về phòng. Sự việc ấy khiến Diêm Bích hiểu rằng, Huyền Quang là người giữ giới hạnh khó có thể dùng sắc đẹp quyến rũ được. Tuy nhiên, vốn là người thông minh, Diêm Bích này ra một kế. Sáng sớm hôm sau, Diêm Bích lại tìm đến gặp sư Huyền Quang giả vờ than khóc nói là con nhà khoa bảng, cha làm quan thu thuế bị cướp sạch bạc tiền, nếu không hoàn trả, cả nhà sẽ bị tội nặng. Vốn giàu lòng từ bi, Huyền Quang lấy vàng do vua ban tặng đưa cho Diêm Bích...

Sau khi có được vàng, Diêm Bích trốn về cung và bịa đặt nhiều chuyện gán cho thiền sư. Nàng nghĩ ra một bài thơ tình rất hay và nói với vua

rằng đó là bài thơ nôm của thiền sư làm để tròng ghẹo mình đêm hôm ấy ở chùa Hoa Yên, nội dung là: "Vầng vặc trăng mai ánh nước/ Hiu hiu gió trúc ngâm sênh/ Người hòa tươi tốt, cảnh hòa lạ/ Mâu thích ca nào hữu thủ tình". Nhà vua thấy bài thơ rất là lời, lại nhận ra đúng 3 dật vàng có dấu quốc khố mà mình đã trực tiếp ban tặng cho Huyền Quang, bèn than: "Nếu việc ấy có thực thì ta đã đạt được mưu kế giăng lưới bắt chim, mà nếu việc ấy không có thì Huyền Quang cũng không tránh khỏi sự ngờ qua ruộng dưa mà sửa giầy".

Để kiểm chứng chắc chắn Huyền Quang vẫn chưa thoát khỏi thất tình lục dục như người ta đồn đại, vua Anh Tông liền sai mò hội Vô Già ở phía Tây đô thành và sai sứ đi Yên Tử mời Huyền Quang về làm án pháp. Huyền Quang tới, thấy trên án bầy biện vàng lụa, các món tạp vật liền biết vua Anh Tông có ý thử thách mình.

Truyện kể rằng, khi đó, sư Huyền Quang thở dài, lên xuống đàn ba lần rồi bái vọng ra mười phương. Ngay lúc ấy, một đám mây đen xuất hiện, gió nổi lên, các tạp vật bay đi hết, chỉ còn lại đèn nhang và đồ cúng. Vua thấy Huyền Quang đạo pháp thấu đến trời đất liền vái tạ lỗi với Huyền Quang và bắt phạt, không cho Diêm Bích làm cung nhân nữa mà đi quét chùa Cảnh Linh trong cung điện.

Sau vụ minh oan ở kinh thành Thăng Long, Huyền Quang trở về miền Đông Bắc, tiếp tục viết sách, giảng kinh, trở thành học trò xuất sắc của Pháp Loa. Năm 1330, Pháp Loa viên tịch, Huyền Quang được truyền làm tổ thứ ba của dòng thiền Trúc Lâm Yên Tử. Bốn năm sau đó, vào năm 1334, vị thiền sư lừng danh của Việt Nam qua đời ở tuổi 81. Xét trong lịch sử khoa bảng và Phật giáo nước ta Lý Đạo Tái (Huyền Quang) là bậc thiền sư có học vị cao nhất của cả nước.■



Hàng năm, Phật giáo Việt Nam thường có tổ chức lễ kỷ niệm về ngài Phật hoàng Trần Nhân Tông, vị tổ thứ nhất của dòng thiền Trúc Lâm nhập Niết bàn. Nhân sự kiện này, tôi muốn lật lại bài thơ *Thiên Trường văn vọng* của ngài được nhiều người biết đến, và đã được đưa vào chương trình Ngữ văn bậc trung học cơ sở (lớp 7), nhưng chắc chắn phần huyền nghĩa của nó vẫn còn nhiều điều phải lắng lòng suy ngẫm:

Thiên Trường văn vọng
Thôn hậu thôn tiên đậm tự
yên

Bán vò bán hữu tịch dương
biên

Mục đồng địch lý ngưu
quy tận

Bạch lộ song song phi hạ
diễn.

Dịch thơ:

Xóm trước thôn sau tựa khói lồng

Bóng chiếu đường có lại
đường không

Mục đồng thổi sáo trâu về
hết

Cò trắng từng đôi hạ xuống đồng.

Trong những năm tháng trị vì đất nước vua Trần Nhân Tông đã cùng thượng hoàng Thánh Tông lãnh đạo nhân dân tạo nên kỳ tích lịch sử: Hai lần (1285, 1287-1288) chiến thắng giặc Nguyên Mông - một đế quốc hung hãn nhất của thời đại - để giữ yên bờ cõi cả phương Bắc; rồi bình ổn cả phương Nam làm rạng ngời hào khí Đông Á. Nhà vua cũng đã có công trong việc xây dựng và phát triển mọi mặt của đất nước. Kết quả của ngoại lực ấy bắt nguồn từ những nội lực: "Ta thường tới bữa quên ăn, nửa đêm vỗ gối, ruột đau như cắt, nước mắt đầm đìa..." của Trần Quốc Tuấn; "Công danh nam tử còn vương nợ / Luống hẹn tai nghe chuyện Vũ Hầu" của Phạm Ngũ Lão; "Thà làm ma nước Nam còn hơn làm vương đất Bắc" của Trần



UNG DUNG TỰ TẠI một biểu tượng nhất thể trong bài thơ "Thiên trường văn vọng"

● Đinh Công Tôn

Bình Trọng... đã chầu quanh một nội lực lớn - nội lực của Phật hoàng Trần Nhân Tông. Liên tưởng và nối tiếp những điều này ta càng dễ thấy sự sung mãn của tâm lực, thiền lực thể hiện trong bài thơ trên. Một chủ thể đã từng làm chủ mọi gian khổ, mọi thách thức, mọi trở lực, mọi quyền lực, mọi vinh hoa phú quý thì lại càng tỏ rõ sự ung dung trong cách nhìn ngoại cảnh. Bài thơ không hướng vào chốn hoàng cung nguy nga tráng lệ mà lại vọng về nơi dân dã, đơn sơ. Có lẽ nhà thơ muốn để cõi lòng nơi ấy vì nó vừa là quê hương thân thiết của mình lại vừa là cảnh rất tự nhiên nhí nhảnh, phù hợp với xúc cảm lúc này. Từ thôn xóm, đến mục đồng và những cánh cò yên ả đều hòa vào trong cái bóng chiếu bán hưu bán vô, hư thực. Nó không hề gọn một cảm

giác nhó nhung, sầu muộn kiểu như cái bóng chiều trong thơ Thôi Hiệu "Quê hương khuất bóng hoàng hôn / Trên sông khói sóng cho buồn lòng ai", trong thơ Bà Huyện Thanh Quan "Dẫu xưa xe ngựa hôn thu thảo / Nên cũ lâu dài bóng tịch dương" hoặc sau này trong thơ Huy Cận "Không khói hoàng hôn cũng nhớ nhà"... Điều đó chứng tỏ trong cái nhìn đầy nội lực của vị vua anh minh này rất an lạc, vững tin trước cảnh đất nước, triều đình, nhân dân đều một ý chí. Cái tôi của nhà vua đã hòa nhập vào cái ta thiên hạ đại định. Đúng là tâm bình thế giới bình.

Về phía khách thể, hình ảnh đầu tiên chính là "Xóm trước thôn sau tựa khói lồng". Cảnh vật nhu hòa vào nhau, chìm trong sương khói của sự yên tĩnh đầy thanh thản. Cả không gian rộng lớn đều bao phủ bởi cái bóng chiều hư hư, thực thực. Có nắng mà không thấy nắng; nói bóng mà không nói hình. Không khẳng định - có mà không phủ định - không. Thật đúng là một cách nói bất khả thuyết của nhà thơ

mang tâm cảm thiền. Những chi tiết nghệ thuật: Mục đồng thổi sáo trâu về hết, cò trắng từng đôi hạ xuống đồng vừa làm đẹp cho bức tranh quê vừa tăng thêm vẻ thanh tịnh của hồn thơ. Chính cái động đã làm nổi bật lên cái tĩnh đạt đến cõi tịch tĩnh. Đây chính là điểm nhất thể hóa các đối tượng. Tính nhất nguyên này xuất phát từ một cái tâm đại định của vị Phật hoàng.

Tất nhiên khi cảm nhận điều này tâm của ta còn lấm bụi trần vẫn đục, lòng của ta thì xao động trên mây néo ưu tư dễ gì tiếp cận được thiền cảnh vị đại giác. Nhưng tôi vẫn tin rằng mình đã có một phút ngộ, một phút nhập vào tác phẩm để cảm thức một thần thái vô ngại của Điều Ngự Giác Hoàng đã ấn chứng cho cảnh vật từ đa chủ thể thành nhất thể hóa ung dung tự tại. ■

Tỉnh thoảng hào phóng mua một niềm vui, kết thêm chút thiện duyên, niềm vui và sự hài lòng mà nội tâm nhận được, hẳn không thể đánh đồng với số tiền mà bạn đã bỏ ra là bao nhiêu.

Mua đồ vật, tất nhiên phải yêu cầu hàng thật giá thật, thậm chí hàng đẹp giá rẻ, có lúc mặc cả, để miễn bị lừa gạt, chịu thiệt; hành động như thế không chỉ hợp tình hợp lý, có lúc cũng rất cần thiết, bởi vì thương nhân vốn không phải mua bán gì cũng đều chân thật, không lường gạt. Cách nói phổ biến mới nhất là: "Không nên để quyền lợi của bạn ngủ quên." Để khiến thương nhân coi mình như là kẻ ngốc nghếch, khờ khạo. Điều đó càng làm cho mình không cam lòng.

Nhưng đôi lúc, trong môi trường thời- không khác nhau, tình cờ gặp đối tượng "không bình thường", thì nên tiến hành giao dịch khác đi một chút, tính toán chi li trong trường hợp ấy, thì là hoàn toàn không cần thiết. Rõ ràng mua một niềm vui thích hợp, kết thêm

một chút thiện duyên, thì niềm vui và sự hài lòng mà nội tâm nhận được, hẳn sẽ không thể đánh đồng với số tiền mà bạn đã bỏ ra mua là bao nhiêu.

Lần thứ nhất có kinh nghiệm này, là vào mùa Xuân năm 1988, tùy tùng Đại sư Tịnh Vân tham gia Đoàn Nghĩa châm hoằng pháp Thái bắc Phật Quang Sơn, viếng thăm các chiến sĩ du kích bị giam giữ tại biên khu Thái bắc (Bắc bộ Thái Lan) gần 40 năm. Ở gần Mỹ Tư Lạc (แม่สลอง)- Thánh địa du lịch và nơi sản xuất trà quan trọng của Thái Lan, chúng tôi tham quan một bộ lạc dân tộc thiểu số, tôi đã bỏ ra 5 đồng Thái, mua một pho tượng Phật điêu khắc thủ công tuy không thật tinh xảo, nhưng trông rất chân phương và đáng yêu; Đại sư cũng đã mua một pho, nhưng trái lại phải mất đến 10 đồng.

"Thầy, thầy mua đắt rồi." Tôi ấm ức cho thầy.

"Hiếm gặp, mua một niềm vui mà!" Trên khuôn mặt của thầy lộ ra niềm vui, làm cho tôi có ấn tượng sâu sắc.

Sau nhiều năm, tôi có lần từ Thành Đô đến Tây Tạng, chạy trên quốc lộ Thanh Tạng qua cao nguyên Thanh Khang Tạng, trở về Thiểm Tây. Trên đường từ thành phố Tây An về sân bay, tôi xin phép người bạn đưa tiền tôi dừng xe, muốn mua một vài trái táo tươi bên lề đường.

"Một cân bao nhiêu tiền?" Bạn tôi hỏi giùm tôi.

"Hai đồng hai." Một người phụ nữ bày bán trả lời.

"Cái gì? Không phải một đồng tám sao?"

"Không sao!" Tôi nói: "Chị để tôi chọn năm quả thật tươi."

"Sáng sớm hôm nay mới hái từ trên cây xuống, tất cả đều còn rất tươi." Người phụ nữ vừa tỏ ra vui mừng, vừa hoi họn thùng nói, đôi má ửng hồng.

Tôi và cô ấy xưa nay vốn không hề quen biết, tại chỗ này không hẹn mà gặp, cũng được xem là có duyên với nhau, một đời người đại để chỉ có một cơ hội như thế; năm quả táo bán bốn, năm đồng Nhân dân tệ, chỉ mới bằng hai mươi mấy đồng Đài tệ, con số nhỏ nhoi, sao so sánh với sự quý giá của duyên phận? Lúc chia tay, ánh mắt và nét mặt của người phụ nữ ấy, phúc tạp vừa lại tỏ ra vui mừng và biểu lộ cảm ơn một cách mộc mạc chân thành, và cũng đã nhiều lần hướng về phía tôi vẫy tay chào từ biệt; hình ảnh nay đã lưu lại trong đáy mắt, và tôi cảm thấy vui vui từ tận sâu thẳm cõi lòng.

Chúng ta đều là khách qua đường của trời đất, tiền tài là vật ngoại thân, danh lợi chỉ là thoáng qua như mây khói; thỉnh thoảng rộng rãi một tí, biểu lộ chút hiền hòa trung hậu, thêm chút ấm áp thơm nồng cho xã hội đang ngày một đầy rẫy giành giật lừa gạt này, đầy không phải là một việc làm tốt sao?

Bỏ ra một ít tiền, mua một niềm vui; chia sẻ trái táo với bạn bè, trao cho nhau niềm vui; làm cho nhân sinh ngập tràn sự ấm áp, quả thực là một việc vui lớn mà đời người khó thể có được. ■

*Dịch từ *Chìa khóa trí tuệ* (智慧的鑰匙) của Trương Bồi Canh, do Trung tâm Chí nghiệp Văn hóa Từ Tế, Đài Bắc xuất bản, năm 2003, tr.126-128.





Cây cung tàn nhẫn

• Nhã Tịnh dịch

Còn người lấy tài trí thông minh cao độ sáng tạo ra văn minh, vì vậy càng phải có trách nhiệm lớn lao gìn giữ bảo hộ môi trường sinh thái nơi mà chúng ta cư trú, làm cho tất cả sinh vật không bị tàn hại tiêu diệt, cùng tồn tại cùng phồn vinh.

Cây cung, chính là hai đầu phân nhánh hình móng ngựa có tay cầm, quấn vào dây thun, ở giữa có một cái túi nhỏ đặt những viên đạn, sau khi kéo mạnh rồi bất thình lình buông tay, thì viên đạn sẽ vút bay bắn trúng mục tiêu.

Cây cung vốn dĩ không có sự phân biệt thiện ác; được coi là đồ chơi tập bắn, có thể huấn luyện sức kéo của đôi tay và độ chuẩn xác ngắm trúng; nếu như dùng để hại người hoặc chim thú, thì nó trở thành công cụ sát thương tàn ác.

Có một hôm, tôi đi tản bộ trong công viên gần nơi tôi cư ngụ, cây cối trong công viên mọc um tùm, có một chú chim sẻ vui chơi nhảy nhót trong đó, tiếng hót trong trẻo vui tai, khiến cho tinh thần vui tươi, tấm lòng rộng mở, lúc ấy đột nhiên tôi phát hiện, một người đàn ông trung niên đang chăm chú, tập trung tinh thần kéo dây cung ngắm đúng vào con chim đang đậu trên cành cây; rõ ràng ông ta có chủ ý giết chết chú chim ấy, đang phạm vào giới sát.

Xã hội ngày nay, các quan hệ giữa cha con, vợ chồng, anh em, bạn bè, động một tí là rút vũ khí ra choảng nhau chan chát, sát hại nhau thành một phong trào, xu hướng; luôn thường bại

hở, nhân tính trầm luân, khiến cho con người lòng nóng như lửa đốt. Tôi đang ra sức cố gắng khuyên ngăn ông ấy là không nên sát hại những sinh mệnh vô tội, “vù!” một cái, chú chim nhỏ trên cành cây đã theo tiếng roi tôm xuống đất. Một chú chim nhỏ khác bên cạnh giật mình vút bay trong sự hãi hùng, tầm chồ trú thân trên một cành cây cao khác, trông nhìn ra xa như đang tìm kiếm đồng bạn của nó, rồi kêu gào thảm thiết, giọng điệu kinh hoàng thất sắc; tiếng kêu nghe rất thê lương và đầy nỗi ai oán, làm cho lòng người chua xót thương tâm!

Tôi đi lên phía trước nói với người đàn ông ấy một cách rất khách khí:

“Này ông, ông có biết không? Ông đã không những tiêu diệt đi một sinh mệnh, mà còn phá hủy làm hỏng đi một gia đình.”

Người đàn ông ấy trố mắt nhìn chằm chằm lấy tôi, vẻ giận dỗi hiện lên trên khuôn mặt, sau đó ông ta miễn cưỡng mà lại không cho là như vậy và nói với tôi:

“Gia đình! Nực cười, chim kia làm gì có tổ ấm gia đình?”

“Gia đình không chỉ là một căn nhà ờ. Nếu như không có ái tình (tình yêu), thân tình (tình thương của những người thân), ôn tình (tình cảm dịu dàng ôn hòa), thì cho dù là nhà cửa lộng lẫy xa hoa đến mức nào, cũng đơn thuần chỉ là một ngôi kiến trúc vô tri.” Tôi trải lòng và nói với ông ta một cách tha thiết ân cần rằng: “Nếu như có tình thương của cha mẹ, có tình yêu của vợ chồng, có tình cảm của thân tử (cha mẹ và con

cái), thì mặc dù chỉ là một tổ chim trên cành cây, đấy cũng là một gia đình ấm cúng. Böyle giờ, vì một chút thịt chim ít ỏi, ông giết đi một sinh mệnh, cũng đã phá hủy một gia đình.”

“Thật kỳ lạ! Hùm cọp có thể ăn dê cừu, dê hâu có thể ăn thỏ, chim chóc thì có thể ăn côn trùng, con người tại sao không thể ăn chim? Điều này có lý không?”

“Lý hay đạo lý chính là chúng ta là con người. Con người tất có tâm từ bi, trắc ẩn (thông cảm), thị phi và tâm thiện ác, được mệnh danh là ‘vạn vật chi linh’. Lấy tài trí thông minh cao độ sáng tạo văn minh, do vậy càng có trách nhiệm lớn lao gìn giữ bảo hộ môi trường sinh thái-nơi mà chúng ta đang cư ngụ, làm cho tất cả sinh vật không bị tàn hại tiêu diệt, cộng tồn cộng vinh. Chúng ta là con người, hy vọng ông hiểu ý của tôi?”

Ông ta cúi lưng xuống và nhặt lấy chú chim vừa bị hạ gục, hậm hực bỏ đi, còn không quên ném ánh mắt đầy lòng căm giận về phía tôi. Cây cung tàn nhẫn, bởi vì trong trái tim chủ nhân của nó không có lòng từ bi bao dung độ lượng, đã lấy lang tâm và hận ý thay cho lòng trắc ẩn, lòng cảm thông mà loài người nên có. Đúng trầm lặng dưới ánh chiều tà còn vương lại những vệt sáng cuối cùng, trong tôi không néo nổi cảm xúc chua xót, bất giác tự tận đáy lòng trào dâng một nỗi xót xa vô bờ.■

* Dịch từ *Chìa khóa trí tuệ* (智慧的鑰匙) của Trương Bồi Canh, do Trung tâm Chí nghiệp Văn hóa Từ Tế Đài Bắc xuất bản, năm 2003, tr.182-184.

Thơ Đông Tùng

Chuyện ngày qua

Hôm qua mưa gió tơi bời
Bỗng dung lòng thấy cái tôi không còn
Bên trời trăng vẫn còn non
Sao hồn thơ vẫn mãi tròn nguyệt xưa!

**Sa-la
cánh mỏng**

Từng cánh sa-la rụng
Xếp cho vẹn hình hài
Nhớ rừng cây Bụt ngự
Hương tỏa đôi bàn tay

Từng cánh sa-la nhỏ
Niềm yêu thương đong đầy
Chiếc lá qua mùa nắng
Pháp vị vẫn còn đây

Từng cánh sa-la nở
Đất mẹ hóa nồng say
Bước chân con chính niệm
Tan vỡ đôi mộng hài

Quán niêm

Em ngồi trong tĩnh tại
Quán niêm lẽ vô thường
Thân nhỏ này từ đại
Cội nguồn ngàn yêu thương.

Em ngồi nơi vô trụ
Quán niêm trái tim hồng
Sương hạt về kết tụ
Sắc vàng trăng thái không

Lắng nghe

Lắng nghe nơi tiếng lòng
Để hiểu về thái không
Sương hạt ngày hóa kiếp
Hồn thơ ta mênh mông...

Lắng nghe tự tính này
Mấy độ chuông thiền lay
Nhịp bước chân lữ thứ
Quê hương ơi... tháng ngày!

Thắp một...

Thắp một chút trầm hương
Cúng dường mười phương Phật
Tình đời bao tất bật
Nay nguyện nương dài sen

Thắp một chút bình yên
Nắng thu về trước ngõ
Bướm vàng vài cánh nhỏ
Ghé đậu vai mẹ hiền

Thắp một chút hương thiền
Nghe hồn mình thanh thản
Trái tim bên ngày tháng
Tươi thắm một tình thương

Thắp một chút lẽ thường
Cho an bình nhịp thở
Trần gian này quán trọ
Nhưng vẫn ngát đạo tình

Tĩnh

Phan Minh Đức

Tĩnh say mấy cuộc luân hồi
Lắng nghe chuông đổ bên đồi thanh lương
Rũ lòng nhớ, bỏ niềm vương
Lụy phiền gởi lại bên đường trần lao.

Sen

Diệu Anh

Hoa sen tùng cánh hé
Như bàn tay mở ra
Yêu thương và chia sẻ
Giữa biển đài bao la
Búp sen thon chum vào
Mười ngón tay chắp lại
Kính ngưỡng và thắm sâu
Tâm đồng tâm Như Lai
Cuống sen gầy guộc thế
Cánh tay trần vươn lên
Chắp bùn nhơ ô uế
Giữ hương thơm vẹn nguyên
Lá sen xanh mướt quá
Như tấm lòng bao dung
Chở che và nâng đỡ
Đến vô tận vô cùng
Gương sen đẹp rạng rỡ
Khiêm nhường mà cao sang
Có nhân cùng có quả
Mà lợi danh chẳng mang
Ôi, hoa sen tinh khiết
Minh triết và lắng sâu
Thầy của vạn tha nhân
Muôn kiếp chẳng dễ cầu.



T rước đây, với tính cách bảo thủ, tôi cứ nghĩ bốn phận đàn ông đi ra ngoài kiếm thật nhiều tiền về lo cho gia đình thì được gọi là việc lớn. Còn người vợ chỉ làm những việc cỏn con ở nhà như: Bếp núc, chăn con, thêu thùa

may vá... Thế nhưng tôi đã nhận ra cái suy nghĩ nông cạn của mình từ khi một hôm vợ tôi bệnh.

Chiều hôm đó tôi đi làm về, thấy vợ nằm trên giường ú rũ bên cạnh thằng con đang ngồi chơi đùa một mình, thấy lạ, tôi ân cần đến bên nàng lo lắng thì mới biết nàng bị sốt. Sò trán nàng nóng ran, chẳng nói chẳng rằng, tôi bế nàng dậy, giục nàng đến bác sĩ khám. Nàng thều thào bảo:

- Em đã đến bệnh viện khám rồi! Chỉ sốt nhẹ thôi, không sao đâu anh. Hôm nay em bệnh nên không đi chợ. Trong tủ lạnh còn ít thức ăn sống, anh lấy ra mà chế biến.

Nghe nàng bảo nấu ăn, tôi cảm thấy oái nén viện cớ:

- Em ạ, nếu bây giờ nấu ăn thì lâu quá trong khi anh và con đang đòi meo. Hay là anh chạy ra quán cơm trước ngõ mua về ăn cho tiện?

Nàng tỏ vẻ không đồng ý, bác bỏ ý kiến mang tính "lười biếng" của tôi:

- Cơm hàng quán nấu không hợp khẩu vị đâu anh ạ! Với lại cơm nhà vẫn an toàn vệ sinh hơn. Thôi anh "làm vợ" một bữa giúp em đi!

Thấy nàng đang bệnh, lại quá thành khẩn nên tôi đành chiều theo ý nàng, mặc dù trong lòng cũng "bứt rứt" lắm.

Thực ra, đối với một người phụ nữ vào bếp thì quả là chuyện dễ dàng, còn

với một thằng đàn ông như tôi thì thật là í ẹ. Nhưng tôi lại nghĩ "chuyện lớn" mình làm ngon o mà "chuyện nhỏ" này lại bó tay thì thật là "nhục". Thế rồi tôi đứng tần ngần trước chiếc tủ lạnh, rồi lôi ra được bốn quả trứng gà, một nửa con gà, một trái bầu non cùng với mó rau sống. Cầm mó thực phẩm chưa qua chế biến, cái đầu hận hẹp về kiến thức ẩm thực của tôi không thể nào mường tượng ra được món gì cả. Tôi phải hỏi vợ:

- Em ơi, những thứ này sẽ làm được các món gì đây?

Nàng nhăn mặt, tỏ vẻ như không hài lòng về một người chồng không đảm đang như tôi:

- Mỗi ngày em đều nấu cho anh ăn, vậy mà anh không nghĩ ra được món gì sao? Khổ ghê! Nay nhé, bầu non anh đem nấu canh. Trứng có thể anh luộc hoặc chiên. Còn thịt gà thì anh đem kho xà, ăn cùng với rau sống. Chỉ vậy thôi, anh yêu ạ!

Bản lĩnh đàn ông nổi lên nên tôi thoáng chút tự ái với câu chê bai thằng thắn của nàng. Tuy nhiên vì nàng đang bệnh, với lại bụng tôi cũng đã sôi lên ùng ục nên chẳng nói chẳng rằng, tôi lao ngay vào bếp và bắt đầu chế biến. Chọn được món rồi, nhưng việc chế biến quả là không dễ chút nào. Tôi khó khăn lắm mới hoàn thành được món canh vì nhờ có bột nêm canh và lời "tư vấn" của nàng. Xong món canh, tôi lại đi hỏi vợ món gà kho xà ớt nấu ra sao, món trứng chiên làm như thế nào. Nàng lại tiếp tục càu nhau:

- Anh thật dở hơi. Tại sao lại nấu từng món cho nó chậm như vậy? Trong lúc đợi nồi canh sôi, anh có thể làm món trứng chiên và ướp nồi thịt gà.

Rồi nàng chỉ tôi cách ướp và nêm nếm món gà kho xà ớt. Thế rồi tôi loay hoay mãi gần một giờ mới hoàn tất các món ăn. Cái bụng của tôi và con trai sắp vỡ tung vì con đói nên không chần chừ gì nữa, vội bỏ ngipsis mọi thứ trên bếp và vội vàng đi dọn bữa cơm tối ra để thưởng thức. Hai cha con tôi ngồi chung bàn, còn nàng vì còn sốt nên tôi bảo nàng cứ nằm trên giường, để tôi bê một mâm nhỏ đến cho nàng dùng bữa. Lần đầu tiên nấu cơm cho cả

nhà ăn, tôi phán khởi lầm, cứ vừa ăn vừa cười thầm trong bụng cùng với những nghĩ ngợi bay bổng lên tận mây xanh: "Chuyện bếp núc thật dễ! Vậy mà nàng cứ cầm rầm mãi về việc mình là ông chồng dở hơi, chỉ biết ăn chứ chẳng biết làm". Đang thỏa thích với những gì mình đã làm được thì thằng con chen vào, làm cụt hứng:

- Ba ơi, trứng mặn quá! Đường như con ăn phải hạt muối.

Bên góc giường, nàng cũng than phiền:

- Anh nêm canh gì mà lạt như nước lã. Còn món gà kho đường như anh không dùng nghệ thì phải?

Tuy nhiên, để xoa dịu và an ủi tôi, nàng phán thêm một câu "có hậu":

- Dù sao chuyện bếp núc của anh như vậy là tạm ổn rồi. Em thấy những ông chồng của các bạn gái em, họ hoàn toàn "mù tịt" về chuyện bếp núc một cách tệ hại.

Sáng sớm hôm sau, thay vì như mọi ngày nằm ngủ nướng trong chăn chờ vợ gọi dậy ăn sáng thì hôm nay tôi phải già gật thức dậy từ 5 giờ sáng để làm điểm tâm. Thường ngày thì vợ tôi thay đổi món liên tục, hôm thì bún bò, hôm thì phở, hủ tiếu... Còn với tôi, chỉ món trứng ốp la bánh mì là dễ làm nhất nên tôi chọn. Chỉ trong chốc lát, món điểm tâm đã được hoàn tất. Tôi đi vào phòng ngủ đánh thức con dậy, vệ sinh cá nhân giúp nó rồi dọn bữa ăn sáng lên cho hai cha con dùng. Riêng nàng, tôi nấu gói cháo ăn liền cho nàng ăn, rồi còn uống thuốc. Đâu vào đấy, tôi giúp con thay quần áo đi học rồi dắt xe ra cổng, miệng không quên bảo nàng: "Em nhớ khóa cửa nha. Nghỉ ngơi cho khỏe nha vợ!".

Chờ con đến trường, tôi lại như con thoi chạy ngay đến công sở cho kịp giờ làm, mặc kệ trong túi chiếc điện thoại cứ réo ầm ĩ. Hôm nay trời trong xanh, mát dịu, nhưng tôi chẳng có thời gian để ngắm phố, mà cứ cầm đầu chạy.

Trưa hôm đó, tôi xin phép với sếp cho mình nghỉ trước 10 phút để đến trường đón con về nhà. Tôi cố chạy thật nhanh, nhưng đến trường vẫn trễ. Nhìn thằng bé bấu chặt tay cô giáo và

khóc sướt mướt, tôi càng xót dạ hơn. Đón con từ tay cô giáo, tôi dỗ dành nó:

- Thôi nào, cho bố xin lỗi nhé con trai!

Trên đường về, hai bố con ghé ngang siêu thị mua một ít thức ăn về nhà chế biến. Tôi không dám mua cơm hộp vì chiều theo ý "người bệnh".

Về đến nhà, tôi vội chào vợ một câu thân mật rồi lao ngay vào việc nấu ăn cho kịp giờ làm. Thực ăn ở siêu thị đã làm sạch, nên việc chế biến không mấy khó khăn. Trong thời gian nấu ăn, tôi phải nhanh tay cho quần áo dơ vào máy giặt. Cơm vừa dọn ra thì quần áo cũng đã giặt xong. Tôi ăn qua loa rồi đem quần áo ra sau nhà phơi. Không còn kịp thời gian để dọn dẹp chén đĩa nên tôi bảo con:

- Con cứ từ tốn ăn. Xong rồi cứ để đấy, chiều về ba rửa. Nhớ là quanh quần bên mẹ, đừng đi đâu hết đấy!

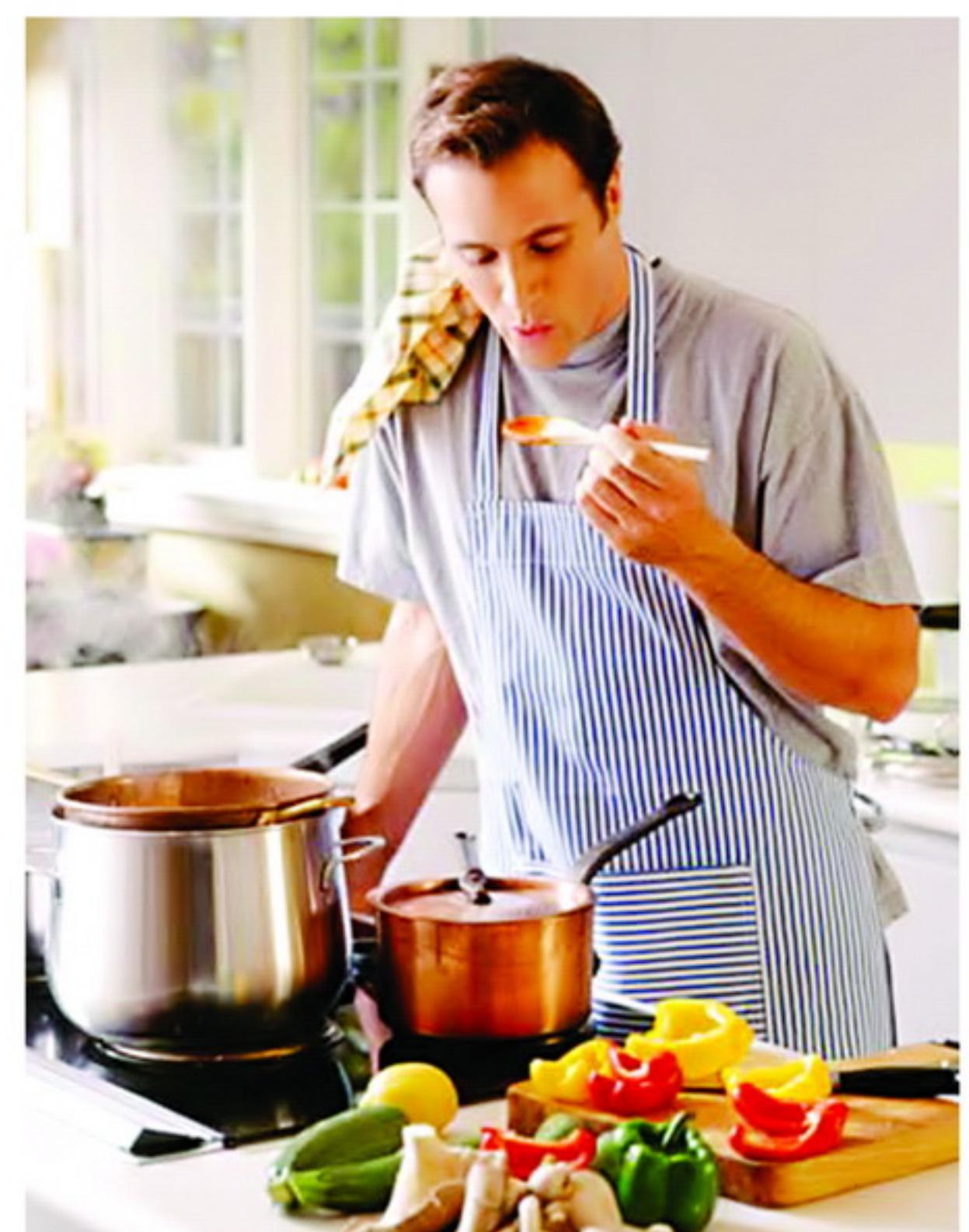
Dặn dò con kỹ lưỡng xong, tôi phóng xe một mạch đến cơ quan.

Chiều về, tôi ghé vào chợ gần nhà mua cá lóc nấu cháo cho vợ ăn, cùng với món canh chua cá điêu hồng và cá rô kho tiêu. Thực đơn này chính do vợ tôi dặn lúc ban trưa. Tôi nhắc người bán làm cá sạch giùm vì vốn dĩ tôi chưa bao giờ đánh vảy cá. Thấy tôi xách đồ lỉnh kỉnh dạo quanh chợ, lầm bà nhìn chòng chọc vào tôi với những câu hỏi to tướng đặt trong đầu họ.

Về đến nhà, tôi hỏi thăm vợ con vài câu qua loa rồi dọn mó bát đĩa khi sáng đi rửa. Đặt bát đĩa vào kệ xong, tôi quay qua ra sau nhà lấy quần áo vào. Cũng may là trời không mưa. Sau đó tôi phải lau nhà, tắm rửa cho con sạch sẽ. Rồi tôi lại lao vào việc lặt rau, rửa sạch cá, ướp cá... Tất cả những giai đoạn nấu ăn tôi đều phải "tư vấn" vợ, kể cả việc khi nào tắt bếp là vừa. Trong lúc làm "thần bếp", thằng con của tôi cứ hỏi thúc mãi: "Ba ơi con đòi bụng lắm!" làm tôi quáng quàng lên, chén đũa cứ vứt tung tung như mó bòng bong. Xong một "cuộc cách mạng" nấu ăn, tôi dọn cơm ra ngay cho hai cha con dùng. Rồi tôi bê tô cháo cá lóc nóng hổi đến bên giường vợ, đỡ nàng dậy cho nàng dùng cháo...

Tôi đến, tôi nấu nồi nước nóng cho nàng đi tắm. Nàng chưa khỏe hẳn nên tôi phải dùi nàng đi vào nhà tắm. Bên ngoài phòng khách, thằng con tôi réo inh ôi: "Ba ơi, dạy con học toán" làm tôi phải vội vã đến bên con, dạy cho nó những bài toán học búa. Đợi con học bài xong, tôi lấy quần áo ra ủi để ngày hôm sau đi làm.

Xong một ngày lao động vất vả (vừa ở cơ quan, vừa ở nhà), tôi ngả lưng vào ghế salon thư giãn cho khuây khỏa. Nghĩ đến những việc nữ công gia chánh mà mình làm quần quật cả ngày hôm nay tôi mới thầm thía nỗi vất vả to lớn của người phụ nữ. Tuy chuyện nội trợ không có gì to tát cả, nhưng nó đã thể hiện sự đảm đang, khéo léo vai trò làm vợ, làm mẹ của người phụ nữ. Ngoài ra, những công việc tưởng chừng như bình thường này lại tác động rất lớn đến gia đình, cộng đồng, xã hội. Từ sự việc của ngày hôm nay, đã cho tôi một cách nhìn khác về người phụ nữ. Những suy nghĩ nông cạn của ngày hôm qua sẽ không còn nữa, thay vào đó là một suy nghĩ vĩ đại hơn, tuyệt vời hơn về vợ của mình. Chợt nghĩ đến câu thành ngữ: "Đàn ông xây nhà, đàn bà xây tổ ấm", tôi cảm thấy yêu vợ mình hơn bao giờ hết! ■





CHA CHUNG KHÔNG AI KHÓC

Hầu hết với người con Phật, 5 giới cấm của Phật dành cho Phật tử mọi người đều quá quen thuộc. Đó còn là thước đo chuẩn mực nơi một người Phật tử trên ngưỡng cửa vào đạo. Trong đó giới thứ hai – một trong 5 giới căn bản chúng ta thuộc nằm lòng: Không trộm cắp. Nó như cánh cửa giúp ta ngăn chặn mọi tâm tham, sống trung thực với lòng mình và với xã hội. Vì hành vi trộm cắp được dẫn dắt bởi lòng tham lam, muốn chiếm đoạt của người làm của riêng mình. Nên hon hết, hàng Phật tử chúng ta tuyệt đối giữ mình, lập hạnh sống trong sạch, không tham của người.

Điều này ai cũng rõ và đa phần chấp hành giữ giới như điều đương nhiên. Thế nhưng ít ai chú ý đến những việc nhỏ, những việc xảy ra hằng ngày, giữ gìn chung cho... cộng đồng. Tất cả từ tâm lý “cha chung không ai khóc” nên phần lớn, vô tình ta đều thờ ơ xem nhẹ, bàng quan xem như “không phải việc của mình”. Trong đó có khá nhiều Phật tử.

Vì là của chung, nên việc “xài chùa” mọi thứ (từ điện, nước cho đến nhiều vật dụng khác) được xem như chuyện đương nhiên. Diễn hình nhất là ĐIỆN và NUỐC – hai nguồn tài nguyên quan trọng đang khan hiếm của quốc gia. Thế nhưng, người viết nhiều lần chứng kiến vấn đề điện – nước (của nhà nước hoặc của nhà chùa) được tiêu xài phung phí của người dân, trong đó không ít người công qua hằng ngày cho chùa.

Tại những ngôi chùa lớn quận 10, quận 2... hiện trạng xài nước thoải mái của các Phật tử (làm công quả) khiến những người có ý thức đều phải xót xa. Thậm chí có Phật tử chẳng buồn tắt vòi nước, mặc nước từ vòi chảy tràn cả mặt thau khi cô đang rửa chén. Điều đáng nói là những chiếc thau được bộ phận làm bếp sử dụng (vào việc rửa chén, rửa rau quả) vào cỡ lớn nhất (đường kính không dưới 1m), dấu cho vài mó

rau, rửa dăm cái chén. Thật buồn thay khi mà nạn thiếu nước đang trầm trọng trên toàn xã hội thì việc lãng phí nước lại xảy ra nhiều nhất ngay nơi... nhà chùa. Trong khi không cách xa thành phố chúng ta, hiện tại, ở Hiệp Bình Phước - Q. Thủ Đức, từng người dân phải xếp hàng mua từng can nước lẻ và có đến 5000 hộ dân phải chịu đói sô sát thiếu thốn nước dùng sinh hoạt, hoặc phải sử dụng nước giếng lọc phèn mỗi ngày. Hộ nào không đủ tiền đầu tư hệ thống lọc thì mua nước can bán lẻ (theo PV Phan Quang báo SGTT).

Đối với điện (xài chùa) thì sự thản nhiên trong phần đông chúng ta cũng không kém. Mọi người bàng quan qua lại trước những dây đèn (neon) công cộng (dùng thấp sáng các con hẻm đêm) tiếp tục chiếu sáng cả ban ngày (vì quên tắt). Dẫu có nhìn thấy cũng chẳng ai quan tâm vì cho rằng không thuộc nhiệm vụ của mình, dù công tắc nguồn điện được đặt nơi mọi người (trong xóm) đều rõ. Song có lẽ vì tâm niệm "của chùa" nên chẳng ai buồn "xót của" tắt hộ nguồn điện cho... nhà nước.

TẠO NHÂN LÀNH

Có lời dạy: "Muốn bình an và hạnh phúc trong cuộc sống hiện tại và tương lai, mỗi người phải tự tạo nhân lành cho chính mình" (Trong Lời Phật Dạy – Thân nghiệp – tập 3). Hành động "không trộm cắp" không chỉ giới hạn bằng hành vi lấy cắp vật cụ thể không thôi mà bao hàm cả việc gìn giữ, bảo vệ của chung, không xâm phạm bất cứ một điều gì không phải của mình, từ mình làm ra. Mỗi người dân chúng ta tập ý thức sống như công dân Nhật. Từ khi các nhà máy điện hạt nhân đóng cửa, tất cả cơ quan, các cửa tiệm, siêu thị đến từng hộ gia đình đều ý thức chấp hành giảm thiểu lượng điện năng tiêu thụ. Thiết nghĩ, khi ý thức người dân được nâng cao, cùng chung tay tiết kiệm điện (như của chính mình), gìn giữ nguồn nước quý giá, không lãng phí mọi thứ trong sinh hoạt, hạn chế tối đa việc "xài chùa"... là ta đã góp phần hoàn thiện mình vì đâu là ít ỏi cũng là hình thức của tâm tham.

"Mỗi người phải tự tạo NHÂN LÀNH cho chính mình". Ngoài việc



"nguyện không lấy của không cho", chúng ta hãy góp phần gìn giữ bảo vệ của công. Bởi mọi sự bắt đầu từ "Nhân". Từ một lần cho đến... nhiều lần (lãng phí của công), vô tình ta tự "nạp" thêm tánh tham (thân nghiệp), lâu dần hình thành một tập khí khó bỏ và trở thành thói quen. Từ đó đưa đến nghiệp quả đói sô sát thiếu thốn (mai sau) chính ta phải gánh chịu.

Đừng xem thường những việc nhỏ. Những hành động tuy nhỏ nhưng góp phần tạo nên nhân cách. Tâm lý thường tình nơi số đông chúng ta thường xảy ra trước những chuyện nhỏ, cụ thể những đồng tiền lẻ (bởi chẳng đáng là bao). Vì thế ta hay cho qua. Là trường hợp thường thấy của nhiều bệnh viện hoặc từ các bộ phận thu cước (Truyền hình Cáp, Internet, Điện thoại v.v...) đều thường làm chẵn con số (tiền) 480đ, 500đ... thành 1000đồng vì chẳng buồn thõi lại tiền dư cho khách. Trong khi những đồng bạc lẻ (500, 200) nhà nước vẫn phát hành và xã hội vẫn đang sử dụng.

Song quan trọng, không ai nhìn thấy được những vật dụng, những món tiền không bao nhiêu ấy, dầu ít dầu nhiều khi "được" đàng hoàng công khai sở hữu... đều sinh ra từ tâm tham chúng ta. Nhưng hầu hết ta đều cho đó không quan trọng và xem nhẹ nó. Dẫu 500đ chỉ có giá trị bằng một viên kẹo hoặc vài quả ót nhưng những đồng bạc lẻ luôn đán trọng đối với người hành khất hằng ngày.

Vậy nên số bạc lẻ tuy nhỏ nhạnh nhưng mỗi chúng ta tự tập cho mình thói quen ý thức sống trung thực, ngay thẳng, không tham lam của ai vật gì dù là trong ý nghĩ. Qua những hành động tuy nhỏ nhặt đó nhưng chính từ đây đã nói lên đạo đức của người sống có nhân cách vẹn toàn. Và nhất là người con Phật, càng cần biết trân trọng hơn những nguồn điện, nước của quốc gia, cụ thể là của "bá tánh" khi mà hằng ngày ta nêu cao việc hành thiện, giữ gìn đối với thiên nhiên, đối với muôn loài. Vậy việc làm thiết thực nhất là xây dựng cho mình một nội tâm với ý thức sống tốt qua những việc nhỏ nhặt đói thường chẳng cần ai hay, ai biết.■



Sinh năm 1934 tại Seattle, Washington, Hoa Kỳ. Ajahn Sumedho đã thể phát như một Tăng sĩ Nam tông tại Thái Lan năm 1966. Ông đã dành mươi năm để tu thiền với ngài Ajahn Chah, một vị đại sư duy trì theo lối tu truyền thống ở trong rừng như thời của đức Phật. Năm 1976 Sumedho được Giáo hội Tăng già Anh quốc mời đến nước Anh, thời gian sau đó, ông đã thành lập hai trung tâm thiền viện chính tại đất nước này - thiền viện Chithurst và Amaravati - và một số chi nhánh nhỏ khác. Ông được bầu làm chủ tịch Giáo hội Phật giáo Anh quốc vào năm 1984.

Khi tâm trong trạng thái tĩnh lặng, chú tâm lắng nghe, bạn có thể cảm nhận ra âm thanh rung động của nó - "âm thanh của sự im lặng". Âm thanh đó là gì? Phải chăng đó là âm thanh được cảm nhận qua tai bình thường hay đến từ bên ngoài? Âm thanh đó xuất phát từ tâm hay từ hệ thần kinh của bạn, hoặc từ một cái gì đó khác? Dù âm thanh đó là gì, nó vẫn luôn hiện hữu ở đó, và nó có thể được ứng dụng trong thiền định như một phương tiện để chúng ta hướng vào bên trong.

Khi chúng ta đã nhận biết rằng mọi biểu hiện của tâm khi khởi lên rồi sau đó sẽ mất đi, đây cũng là lúc chúng ta bắt đầu nhận ra mọi niệm tưởng sẽ không còn khởi lên nữa, nhưng nó vẫn không mất đi mà vẫn luôn hiện hữu. Nếu bạn bắt đầu khởi nghĩ về âm thanh, gán cho nó một tên gọi, và bằng mọi cách để có được nó, như thế bạn đã ứng xử sai về nó. Âm thanh đó không phải là một tiêu chuẩn để bạn tham cứu nếu bạn muốn vươn tới chỗ uyên áo của bản tâm, nó không là mục đích cuối cùng của tâm để chúng ta quán sát. Từ cách nhìn đó, chúng ta chỉ quan sát nó mà thôi. Bạn có thể nghĩ và nghe được âm thanh đó (nếu bạn cẩn trọng ứng xử với nó), nhưng một khi bạn đắm chìm trong niệm tưởng, bạn sẽ quên nó và không còn nghe nó nữa. Cho nên, khi niệm tưởng khởi, bạn cần nhận biết bạn đang móng niệm, hãy định tâm lại và quay về với âm thanh, hãy chú tâm lắng nghe nó một lúc. Khi bạn cảm xúc hay tâm trí bị ám ảnh, hoặc bất cứ chướng ngại nào nỗi lên, bạn nên ứng xử một cách nhẹ nhàng và kiên nhẫn quán xét

tâm mình, quán mọi cảm xúc khi nó đến, và xem tất cả trạng thái đều là vô thường, không thỏa mãn và vô ngã, sau đó bạn hãy buông xả và để cho nó ra đi. Mọi cảm xúc và ám ảnh trong bạn sẽ ra đi một cách nhẹ nhàng và vi tế mà bạn không cần phải chống đối. Cho nên, thái độ ứng xử và cách nhìn sáng suốt của bạn rất quan trọng. Bạn không cần phải giải thích gì cả khi cảm nhận âm thanh trong trạng thái tĩnh lặng. Nhiều người thường tỏ ra phấn khích và nghĩ rằng mình đang khám phá hay đạt được một điều gì đó, và đây cũng là suy nghĩ chung của nhiều người khi họ đối diện với trạng thái tĩnh lặng của tâm. Hãy tập ứng xử một cách khôn ngoan và tâm của bạn sẽ cảm nghiệm được sự tươi mát, không nên để tâm rơi vào trạng thái phấn khích; bạn cần phải ứng xử hết sức khôn ngoan và tế nhị, sau đó hãy buông xả và để cho mọi sự ra đi, không ôm giữ và tự cho mình đã được một trạng thái nào đó! Hành giả sẽ gặp chướng ngại trong thiền định nếu họ nghĩ rằng họ đã đạt được một điều gì đó từ âm thanh của sự tĩnh lặng.

Không & Tưởng

● Hòa thượng Ajahn Sumedho - Khánh Yên dịch



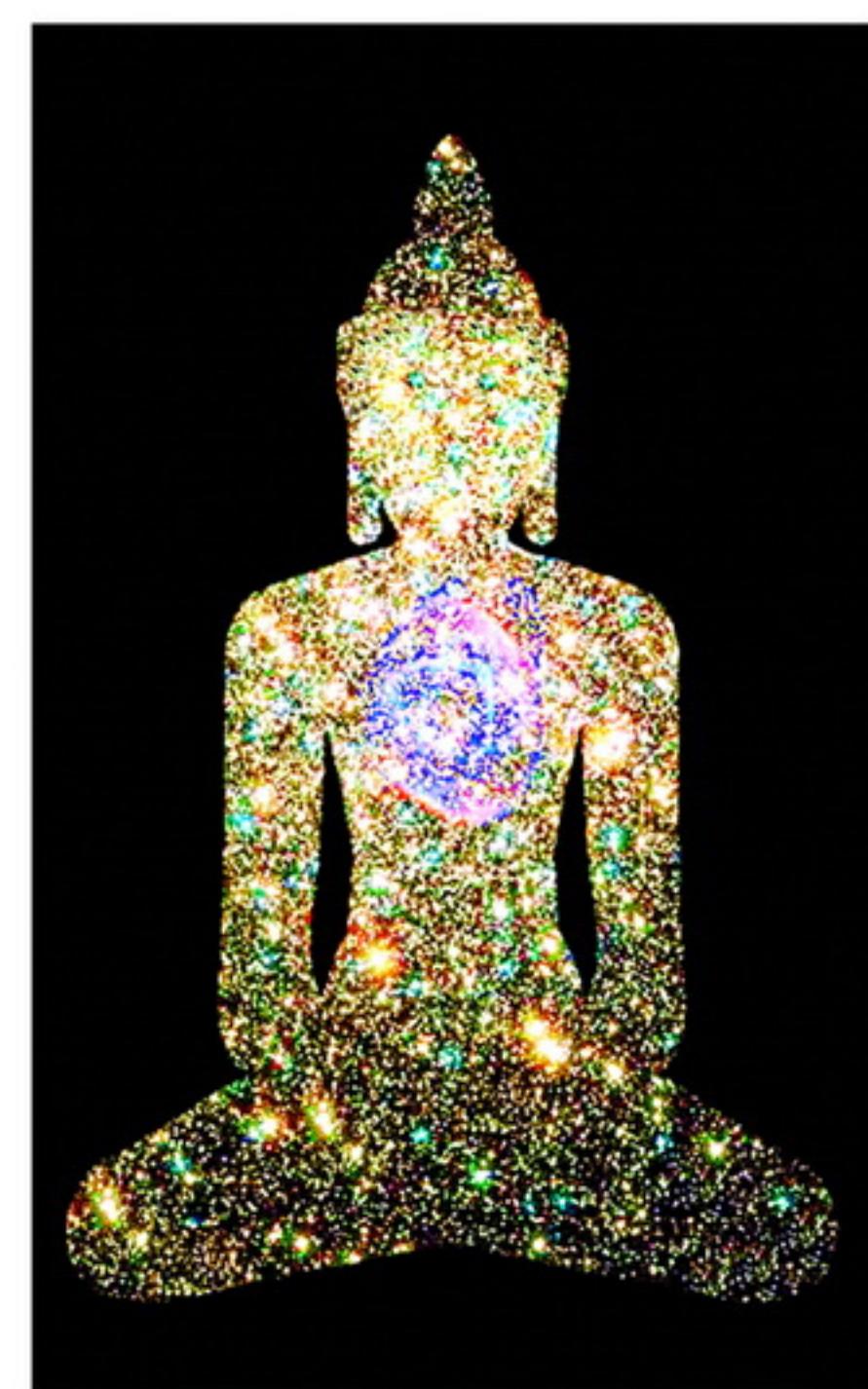
Đây là cơ hội để bạn quán xét mọi trạng thái của thân và tâm, tập trung kiểm soát mọi trạng thái và cảm nghiệm nó, chẳng hạn tập trung cảm nhận tay hoặc chân của bạn rung động như thế nào, hoặc chú tâm vào bất cứ điểm nào đó trên cơ thể của bạn. Cảm nhận lưỡi khi nó chạm vào bên trên khoang miệng, vào môi trên, môi dưới hoặc sự ướt át trong miệng của bạn ra sao, sức ép của quần áo lên bên trên cơ thể. Bằng những cảm nhận vi tế đó chúng ta sẽ không còn phải lo lắng trong lúc tập trung. Khi quán xét những xúc chạm vi tế như vậy, đòi hỏi tâm bạn phải tập trung, và thân bạn phải thực sự thư giãn. Thân là đối tượng để chúng ta chú tâm. Khi tập trung, tâm cần nhẹ nhàng và bình thản, nhưng nếu bạn cảm thấy thiếu tập trung và chán ghét thân mình, cũng chính là lúc thân bạn cảm thấy bất ổn. Hãy thức tỉnh và tập sống như thế trong quãng đời còn lại của bạn. Tập sống và ứng xử với thân mình bằng thái độ ứng xử tử tế. Có thể bạn sẽ nghĩ: "Ôi, cái thân này nó không là gì cả, nó đáng nhảm chán, rồi nó sẽ già, bệnh và sẽ chết đi. Thân này không giá trị gì, tâm mới là cái quan trọng." Đây là thái độ thường có ở hầu hết Phật tử! Cần phải kiên nhẫn làm việc với thân mình

là điều hết sức cần thiết thay vì quan tâm đến những chuyện phù phiếm khác. Xem thường thân mạng là thái độ hoàn toàn sai lầm, bạn phải luôn thức tỉnh tập trung vào thân và ứng xử với thân bằng thái độ khôn ngoan nhất. Nói như thế không có nghĩa là chúng ta tỏ ra quan trọng với cái ngã của chúng ta, mà đó là thái độ và là tình cảm thiện chí, thể hiện mỗi quan tâm của chúng ta đối với thân mình hiện có- dù biết rằng thân này là giả tạm.

Cho nên thiền định là tập trung vào quán năm thức của thân và cái trống rỗng của tâm. Quán sát mọi trạng thái cho đến khi bạn thực sự hiểu được nó, quán từ lúc nó khởi lên cho đến lúc nó tự mất đi, khi đó chúng ta mới thấy được bản chất của nó. Khi người ta không còn chấp thủ vào bất cứ điều gì và cũng không nhận thấy cái của riêng mình, chính là lúc bạn thực sự hiểu được vì sao cái thân này tồn tại dưới lớp vật chất, và tự giải phóng chính mình ra khỏi sinh tử.

Con đường để đến với minh triết không có nghĩa là tập trung cao độ vào những trạng thái của định, thể nhập vào những cảnh giới khác nhau, hoặc từ bỏ tất cả mà điều quan trọng là bạn cần phải thành tâm với những định hướng của mình. Thiền định không có

nghĩa là quay lưng chối bỏ mọi sự vật của thế gian. Cũng không phải cố gắng để đạt được một trạng thái nào đó bằng cách loại bỏ mọi suy tưởng. Pháp hành để đem lại cho chúng ta trí tuệ thực ra rất nhẹ nhàng, hãy để cho mọi niệm tưởng xấu tự do phát khởi, rồi sau đó hãy buông bỏ tất cả. Bạn không cần phải chế ngự tâm mình mà hãy dành cho nó một lối thoát, cũng như một cái valve an toàn mà bạn cần phải mở ra khi bên trong đường ống chứa quá



nhiều áp lực. Thông thường khi bạn có nhiều mong ước thì những mong ước đó sẽ được giải tỏa trong giấc ngủ của bạn. Nhưng sự minh triết không đến từ những điều mong ước. Vấn đề ở đây cũng giống như một con vật không có trí khôn, bạn cần phải huấn luyện cho nó một thói quen, khi nó mệt lă vì sự huấn luyện của bạn, nó sẽ gục ngã, khi nó tỉnh lại, bạn lại tiếp tục huấn luyện, và nó lại gục ngã. Nhưng con đường để đến với sự minh triết là phải biết quán xét sự vật một cách xuyên suốt, nhìn thấy những giới hạn của thân và tâm đang chết dần đi. Đây là lúc bạn cần phát huy năng lực chuyển hóa của mình để đối trị với những định kiến hạn cuộc của tâm và cảm nhận nó đang chết đi trong bạn.

Bạn đang phá tung mọi ảo tưởng trong tâm mình, cũng chính là lúc những niệm tưởng điên đảo trong bạn đang chết đi- Tôi không muốn nói bạn là một sinh vật bất tử vì e rằng bạn sẽ chấp vào ý niệm đó! "Bản chất đích thực của tôi là cái vô cùng uyên ảo, là chân lý tuyệt đối. Tôi và Thượng đế chỉ là một. Bộ mặt thật của tôi là cái bất tử, thường lạc, không giới hạn bởi thời gian." Nhưng bạn cũng cần nên lưu ý khi đức Phật đề cập đến cái chân lý tối hậu này, Ngài không dùng những lời lẽ truyền cảm như trong thơ ca để biểu



đạt, vì Ngài không muốn chúng ta rơi vào sự mê chấp, chúng ta có thể cảm nghiệm được chân lý tối hậu hoặc đồng nhất cùng với Thượng đế, hoặc sự an lạc vĩnh hằng trong một ngày nào đó. Có thể nói rằng khi bạn cảm nghiệm được cái trạng thái ấy, bạn có cảm giác như mình đang bay bổng và tràn ngập những cảm xúc vô cùng mới lạ. Đây là trạng thái vi tế, khó đặt tên, và người khác cũng khó cảm nghiệm khi biểu đạt bằng ngôn từ. Bạn cần phải cẩn trọng và thực sự tỉnh táo với trạng thái trải nghiệm đó, nếu không, bạn sẽ thất vọng.

Nếu bạn buông bỏ trạng thái trải nghiệm đó, thì ngay sau đó nó sẽ biến mất. Chắc chắn khi ấy bạn sẽ có cảm giác hối tiếc và tội lỗi, vì trạng thái phấn khích kia trong bạn không còn nữa. Nhưng bạn hãy bình tĩnh, hãy buông xả và để cho nó ra đi.

Bạn nên biết rằng người tu thường hướng vào bên trong và luôn quán tâm mình, nên tâm họ thường tĩnh lặng. Ngay cả những tín đồ Thiên Chúa giáo cũng có niềm tin mạnh mẽ, họ cũng có khả năng định tâm rất cao. Những người khi tâm của họ đạt được như thế, ở họ toát ra một ấn tượng vô cùng mạnh mẽ. Chính tôi cũng phải thừa nhận điều đó khi người ta bước vào trạng thái tâm hoàn toàn tĩnh lặng, trông vẻ bể ngoài của họ thật vô cùng an lạc và toát lên một sức mạnh vô cùng ấn tượng. Trong đạo Phật, trạng thái như vậy người ta gọi là "cuồng thiền" - (sanna vipallasa) - "meditation madness". Một vị thầy có nhiều kinh nghiệm tâm linh, khi nhận ra trạng thái đó ở người học trò, ông ta thường tách người học trò đó ra sống riêng tại một am tranh hoang vắng ở trong rừng và dặn dò người học trò đó không nên giao tiếp với bất cứ ai cả! Tôi nhớ năm đầu tiên thọ giáo tu học với ngài Ajahn Chah tại Nong Khai, tôi đã trải qua trạng thái đó, tôi nghĩ rằng tôi đã đạt được trạng thái giác ngộ hoàn toàn, tôi sống tách biệt trong một am thất dành riêng cho mình. Tâm trí tôi vô cùng sáng suốt và thấu triệt mọi sự trên cuộc đời này, và... Nhưng tôi không có ai để chia sẻ điều mình chứng nghiệm. Tôi không biết tiếng Thái, cho nên tôi



không thể đến gặp những tu sĩ người Thái để chia sẻ với họ. Nhưng rồi vào một ngày nọ, một vị lãnh sự người Anh từ thủ đô Vientiane Lào quốc ghé vào thăm thiền viện, nơi tôi đang tu học, và một người trong tu viện đã đưa ông ta đến am thất của tôi... thế là tôi đã có người để giải bày những gì tôi đã chứng nghiệm, nhưng vị lãnh sự kia hoàn toàn không hiểu tôi muốn nói gì cả! Ông ta có mặt tại am thất của tôi với một tâm trạng vô cùng sững sờ, là một người Anh nên ông tỏ ra rất lịch sự, và cứ mỗi lần ông ta có ý định đứng lên muốn cáo lui thì tôi lại ngăn ông ta nán lại. Tôi không ngừng nói với ông về trạng thái tôi đã cảm nghiệm, tâm tôi lúc ấy như cái thác nước Niagara, cuồn cuộn tuôn ra một nguồn nước vô cùng mạnh mẽ mà chính tôi cũng không thể ngăn được nguồn nước đó. Cuối cùng, vị lãnh sự kia cũng rời khỏi am thất của tôi, ông ta ra đi như một người chạy trốn: Sau này, tôi không có dịp gặp lại ông ta lần nào nữa, và tôi cũng không hiểu vì sao?!

Khi trải nghiệm qua trạng thái như thế, vấn đề quan trọng ở đây là chúng ta cần phải nhận biết nó. Trạng thái đó không có gì nguy hiểm cả nếu chúng ta hiểu rõ về nó. Chúng ta cần phải kiên nhẫn, đừng vội tin vào điều mình vừa trải nghiệm, cũng đừng tỏ ra

quá phấn khích. Bạn cũng nên biết rằng những tu sĩ Phật giáo không bao giờ đi đây đó để nói về "khả năng chứng nghiệm" của mình- nếu họ có nói ra đi nữa thì cũng chẳng liên quan gì đến trạng thái mà họ đã trải nghiệm.

Một khi có ai đó đến nhờ chúng ta hướng dẫn về thiền, chúng ta không dạy cho họ về những điều chúng ta trải nghiệm mà thường dạy cho họ về pháp Tứ Diệu Đế, một phương tiện để đưa họ đến với sự giác ngộ. Ngày nay, có nhiều người tự tuyên bố họ là những người đã giác ngộ hoặc tự xưng họ là hiện thân của Phật Di Lặc, một đấng đã liêng ngô (avatar) nhằm mục đích lôi kéo đồng đảo tín đồ đến với mình; thường những người đến với họ là những người nhẹ dạ cả tin! Đức Phật cũng đã từng khuyến cáo rằng hãy cân nhắc để nhìn rõ tính chất của vấn đề như thế nào thay vì vội vàng đặt niềm tin vào những điều người khác nói ra hoặc khuyên bảo. Đây là cách nhìn nhận vấn đề một cách khôn ngoan, trí tuệ, qua đó chúng ta sẽ khám phá và nhận ra được những giới hạn của bản thân. Hãy quán xét mọi hiện tượng đều là vô thường (sabbe sankhara anicca), và tất cả pháp đều là vô ngã (sabbe dhamma anatta).■

Dịch từ tác phẩm: Mindfulness: The Path to the Deathless/ Chánh Niệm: Con Đường Dẫn Đến Sự Bất Tử.



LTS: Hiện nay vẫn còn có một số người tin rằng những người ăn chay vẫn phạm vào giới sát và họ còn cho rằng cây cỏ cũng có linh hồn nên (họ cho rằng) việc không ăn chay của họ là hoàn toàn hợp lý. Chúng tôi giới thiệu bài viết dưới đây của tác giả Tâm Diệu. Bài viết, tuy có tính cách giải trình hai vấn đề nhưng không có ý thuyết phục những người đang ăn mặn chuyển đổi qua chế độ ăn chay vì đó là điều không cần thiết nữa. Nay giờ ai cũng rõ ăn chay có nhiều lợi ích hơn ăn mặn, nhất là trong bối cảnh công nghiệp chăn nuôi gia súc với nhiều hóa chất độc hại, gây ô nhiễm môi trường, làm cạn kiệt tài nguyên thiên nhiên và nguy hiểm đến con người.



ĂN CHAY có phạm tội sát sinh không & có cây có linh hồn không?

● Tâm Diệu

Trước hết cần định nghĩa rõ ràng ăn chay là gì và sát sinh là gì? Ăn chay, theo các nhà dinh dưỡng học định nghĩa là một chế độ dinh dưỡng mà thực phẩm được lấy từ các nguồn thực vật bao gồm rau đậu quả củ và ngũ cốc; còn sát sinh là giết hại sự sống hay nói một cách khác, sát sinh là hành động của một con người làm đoạn sự sống của một chúng sanh khác. Trong nhà Phật chúng sinh được phân chia làm hai loại: (1) **Chúng sinh hữu tình** là các

loài có tình thức, có hệ thần kinh, biết cử động, biết đi, biết bò, biết bay, biết lội, nói chung là tất cả động vật có sinh mạng, bao gồm cả con người, (2) **Chúng sinh vô tình** là những sinh vật không nằm trong các loài chúng sinh hữu tình như đất đá, cỏ cây. Cỏ, cây là sinh vật sống nhưng không được xếp vào hàng chúng sinh hữu tình vì chúng không có giác quan, không có hệ thần kinh, không có biểu hiện của ngũ ấm, không có cảm xúc, tư tưởng, hành nghiệp... Vì thế, nếu ăn các loài chúng sinh hữu tình được gọi là

ăn mặn (xuất xứ từ chữ “mạng” sống) và nếu ăn các loài chúng sinh vô tình được gọi là ăn chay.

Sát sinh là đoạn diệt sự sống của chúng sinh. Chúng sinh ở đây bao gồm cả hai loại như đã nói trên và theo như kinh Phật thì mọi chúng sinh đều bình đẳng, như vậy không phải chỉ có những người giết mổ thịt hoặc đánh cá mới là phạm giới sát sinh mà những người giết hại cây cỏ hoa màu cũng vậy....Điều này không hoàn toàn sai, nhưng cỏ cây là sinh thể sơ đẳng nhất, không có hệ thần kinh và có cấp độ tiến hóa thấp hơn rất nhiều so với động vật, khi bị cắt chúng không có cảm giác đau, có chảy máu nhưng sau đó lại lành và tiếp tục nảy nhánh mới, hoàn toàn không sinh khởi phản ứng của tâm thức chống trả hay oán thù; còn động vật khi đau đớn biết rên la, khi sợ hãi biết chạy trốn, khi bị giết có những sinh khởi phản ứng của tâm thức, oán thù với đối tượng giết chúng. Một động vật, khi bị giết chết là chấm dứt sinh mạng, không nảy mầm hay nảy cành non như loài thảo mộc. Loài thảo mộc có nhị đực và nhị cái ở trên cùng một cái hoa hay trên cùng một thân cây, nhò ong bướm hay gió thổi mà nhị đực rơi vào nhị cái, kết thành trái và hột để di truyền giống. Loài động vật thì con đực và con cái là hai thân thể, hai sinh mạng khác nhau, chúng có tình thức và lòng dục nên tìm đến nhau luyến ái và giao phối, để truyền giống.

Đạo lý cơ bản của người Phật tử là 5 giới cấm, trong đó có dạy là không sát sinh. Đối với cỏ cây cũng là chúng sinh, nhưng là **chúng sinh vô tình**, khác với con người và các loài động

vật khác (chúng sinh vô tình). Người Phật tử tu, cái chính là **không sát hại các loài hữu tình**, còn nếu ở cấp độ tu chứng cao hơn thì không sát hại cả các loài vô tình. Tuy nhiên, mục đích chính của việc không sát sinh mà đức Phật muốn nhắn nhủ là *để gieo trồng hạt giống từ bi và phát triển tâm từ bi đến với muôn loài chúng sinh từ gần đến xa, từ lớn đến nhỏ* (kinh Từ Bi).

Tưởng cũng nên bàn thêm ở đây, chúng ta đang sống trong thế giới nhị nguyên “tương đối”, luôn có sự phân biệt đối đãi, tốt và xấu, sướng và khổ.. Ở thế giới tương đối này, chắc chắn mọi người đều cho rằng mạng sống của nhà bác học Einstein quý giá hơn mạng sống của một con chuột rất nhiều... Tương tự, việc giết một con bò phải được xem là một hành động sát sanh lớn hơn việc cắt một cành hoa hay ngọn cỏ vì con bò có hệ thần kinh, biết cảm giác đau đớn. Nhờ sống trong thế giới tương đối này, chúng ta mới biết con người có giá trị vô cùng về sự hiểu biết, trí thông minh và có tâm phân biệt mà các loài động vật khác không có. Cũng vì thế mà chúng ta mới *không tin tưởng rằng mọi vật đều phải được nuôi sống bằng sinh mệnh của một loài nào đó*. Ngược lại với thế giới “tương đối” mà chúng ta đương sống là thế giới “tuyệt đối”, nơi đó hoàn toàn bình đẳng, không có sự phân biệt giữa thấp và cao, giữa tốt và xấu hay giữa hữu tình và vô tình chúng sinh. Ở đó, chúng ta không còn quan niệm hay ý tưởng cho rằng việc giết đi sinh mạng của một con bò là ác hơn việc cắt đi một nhánh hoa. Đây là thế giới của những người đã có trình độ tu chứng, đã tiến hóa



cao. Cũng như chuyện Tuệ Trung Thượng sĩ ăn mặn, không ăn chay, vì ngài là người đã giác ngộ, tâm không còn phân biệt, không còn vướng mắc, chấp trước vào chuyện ăn uống. Ăn chay hay ăn mặn đối với ngài chỉ là để nuôi thân và hành đạo.

Nói về sát sinh, còn một khía cạnh khác, đó là còn *tùy thuộc vào tâm ý của chúng ta vào giây phút chúng ta lấy đi sinh mạng của sinh vật khác*. Chính sát na đó quyết định rằng hành động đó có phải là phạm giới sát hay phạm đến một sự sai lầm về đạo đức không. Trong giới không sát sanh của người xuất gia, đức Phật có đề cập đến các vi sinh vật, nhưng nếu có phạm đến chúng thì chỉ là tội nhẹ chứ không phải là trọng tội. Ngày xưa khi Phật còn tại thế, có một Tỳ kheo đi qua một cánh đồng khô, trời nóng khát nước, gấp vũng nước thấy có nhiều vi sinh vật nên không dám uống. Tỳ kheo ấy đến bạch với đức Phật: Bạch Thế Tôn, con rất khát nước, con dùng thiền nhãn thấy vũng nước bên đường có vô số vi trùng nên không uống được. Phật bảo: Sao ông không dùng nhục nhã (mắt thường) mà nhìn?

Câu chuyện cho thấy “tác ý” trong hành động mới là điều quan



CƠM GẠO LỨC - BROWN RICE CHÂN NGUYỄN® Natural Food - Natural Life

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

- 96H Võ Thị Sáu, P.Tân Định, Q.1, TP.HCM - ĐT: (08) 38251659
- 184 Nguyễn Thiện Thuật, P. 3, Q. 3, TP.HCM - ĐT: (08) 2242 2951
- C1 Đường số 4, Khu Dân cư Tấn Trường, đường Gò Ô Môi, P. Phú Thuận, Q.7
- Website: www.gaolucmuoi.com



trọng. Nếu nhìn trong nước bằng con mắt thường sẽ không thấy những vi sinh vật và cát tự nhiên uống thì sẽ không tạo nghiệp vì không tác áy. Tương tự, khi uống thuốc trừ sinh diệt vi trùng hay vi khuẩn trong cơ thể để trị bệnh cũng thế.

Bàn về cỏ cây cũng có linh hồn thần thức thì có một số ít người nói kinh Phật dạy rằng “*mười phương cây cỏ cũng đều là hữu tình, cùng với người không khác. Cỏ cây chết làm người, người chết trở lại làm cỏ cây.*” Và họ còn viện dẫn nghiên cứu khoa học cho biết cây cỏ cũng có linh hồn tình thức (*). Điều này không đúng vì như phần thứ nhất chúng tôi đã trình bày, cỏ cây là sinh vật sống nhưng không được (Phật giáo) xếp vào hàng chúng sinh hữu tình vì chúng không có giác quan, không có hệ thần kinh, không có biểu hiện của ngũ ấm, không có cảm xúc, tư tưởng, hành nghiệp. Trong kinh Lăng Nghiêm đức Phật dạy rằng: “*Người tu thiền định, khi hành ấm hết, tướng sanh diệt đã diệt, chơn tâm tịch diệt chưa hiện bày, lúc bấy giờ thấy thức ấm biến khắp tất cả, rồi sanh tâm chấp:*” *“Mười phương cây cỏ cũng đều là hữu tình, cùng với người không khác. Cỏ cây chết làm người, người chết trở lại làm cỏ cây.”* Vì mê mờ tánh Bồ Đề, mất chánh kiến, nên sẽ làm bè bạn với hai chúng ngoại đạo Bà Tra và Tân Ni, chấp tất cả vạn vật đều có tri giác (biết).” (Phật Học Phổ Thông Khóa thứ 6-7, Đại Cương Kinh Lăng Nghiêm, Hòa Thượng Thiện Hoa, Phật Học Viện Quốc Tế tái xuất bản



năm 1987, Bài thứ 16: Mười Món Ma Về Thức Ām, phân đoạn 4, chấp cỏ cây cũng đều biết, trang 252).

Bản dịch Kinh Lăng Nghiêm do Hòa thượng Thích Duy Lực dịch như sau:

“*Người tu thiền định, khi dứt được Hành Ām, sanh diệt đã diệt, mà nơi tinh diệu của tịch diệt chưa được viên thông, nếu ở nơi sở tri, kiến lập tri giải, cho các loài cây cỏ mười phương đều gọi là hữu tình, với người chẳng khác; cây cỏ làm người, người chết rồi lại thành cây cỏ, cho đến loài vô tình đều có sự giác tri, hữu tình vô tình chẳng có phân biệt, sanh tâm thù thắng, thì bị đọa vào cái chấp “Tri vô tri”, làm bạn với hai thú ngoại đạo Bà Tra và Tiên Ni, chấp tất cả đều có sự giác tri, mê lầm tánh Bồ Đề, lạc mất tri kiến Phật. Ấy gọi là lập cái tâm viên tri, thành cái quả hư vọng, trái xa viên thông, ngược đạo Niết bàn, thành giống Diên Đảo Tri thứ tư.*” (Kinh Lăng Nghiêm, Từ ân Thiên đường xuất bản tại Hoa Kỳ, trang 253).

Ngoài ra, bản dịch của cụ Tâm Minh Lê Đình Thám cũng tương tự.

Như thế, trên đây đã trả lời rõ ràng về cây cỏ, cũng đồng thời trả lời luôn về một câu hát của nhạc sĩ họ Trịnh được một vị thầy lặp lại nhiều lần “làm sao em biết bia đá không đau?”. Bia đá không biết đau vì chúng là vô tình chúng sinh, là vô tri giác.■

Chú thích:

(*) Ingo Swann, một nhà Sinh Thực Vật (Biologist) viết trong quyển “*The Real Story-Chuyện Có Thật*”, Quyển sách được xuất bản ngày 15-11-1998, trong đó có đoạn: “*Sự nghiên cứu của Backster khởi đầu chỉ là một khám phá h้าu như tình cờ vào năm 1996 là thực vật có khả năng tri giác và đáp ứng tự nhiên những cảm xúc của con người...Những cây cỏ của bạn, biết là bạn đang nghĩ gì.*” (His research started with the 1996 almost accidental rediscovery, plants are sentient and respond to the spontaneous emotions of relevant humans... Your plants know what you are thinking).





CÁ có biết đau không?

Tâm Linh

Khi bạn câu được con cá hay đánh bắt được một mẻ lưới cá, có bao giờ bạn tự hỏi "liệu cá có biết đau đớn như cảm giác biết đau trong nhận thức của con người hay không?" Câu trả lời là có, theo một nghiên cứu mới cho biết như vậy.

Một số nhà nghiên cứu trước đây cho rằng cá khi bị móc phải lưỡi câu hay bị ném lên bờ thường đau đớn, giãy giụa, vật vã trước khi chết là phản ứng có tính cách phản xạ mà chúng không thực sự cảm thấy đau trong nhận thức, như cái đau của con người. Tuy nhiên, trong một nghiên cứu mới, các nhà nghiên cứu đã thử nghiệm bằng cách tiêm thuốc morphine, một loại thuốc giảm đau cho một nhóm cá, và tiêm một loại thuốc giả (placebo) cho một nhóm cá khác. Sau đó họ cho cả hai nhóm chịu dưới sức nóng gay gắt đến mức độ đau đớn nhưng không gây nguy hại đến sự sống của chúng, để quan sát xem chúng có những cảm giác như thế nào.

Kết quả là cả hai nhóm cá đều có những phản ứng giống nhau, chúng giãy giụa, quằn quại, máu đỏ chảy ra miệng và mang. Tuy nhiên, khi trả về môi trường tự nhiên, "Nhóm cá được

tiêm thuốc morphin hoạt động một cách bình thường, như không có chuyện gì xảy ra. Trong khi đó, nhóm cá được tiêm thuốc giả đã có những hành động cảnh giác phòng thủ, những hành động biểu tỏ sự thận trọng, nỗi sợ hãi và lo lắng," ông Joseph Garner, phó giáo sư tại đại học Purdue University đã cho biết như vậy.

"Thí nghiệm cho thấy rằng cá không những chỉ có cảm giác đau đớn mà còn có sự thay đổi về cách ứng xử sau đó," ông Janicke Nordgreen, một sinh viên tiến sĩ của trường đại học thú y Norwegian School of Veterinary Science nhận định sau đó. "Cùng với những gì chúng ta biết từ các thí nghiệm được thực hiện bởi các nhóm khác, điều này kết luận rằng loài cá có nhận thức đau đớn, sợ hãi và lo lắng, đồng thời có ý thức chuyển đổi cách ứng xử sau đó." Ông nói thêm.

Một nghiên cứu khác cho thấy tôm hùm và cua (lobsters and crabs) cũng có những cảm giác đau đớn tương tự. Garner và Nordgreen công bố kết quả của họ trong tạp chí khoa học *Applied Animal Behaviour Science*.

Nghiên cứu mới này đặt ra nhiều vấn đề đạo đức xã hội, nhất là ở những quốc gia có nền văn hóa ẩm thực biển. Trong các nhà hàng sang trọng cũng như bình dân, thỉnh thoảng chúng ta

thấy người ta bỏ cá, tôm hùm hay cua đang còn sống vào một chảo dầu thật nóng hay nồi nước đang sôi, đậy nắp nồi lại để mặc cho chúng vãy vùng trước độ nóng chết người, và chúng ta biết số phận của những con cá hay tôm cua sẽ ra sao. Sau đó chúng được biến thành những món ăn ngon cho một số người. Có thể nói ngay rằng đó là một nền văn hóa ẩm thực không mấy văn minh của loài người. Trước đây họ dựa vào các nghiên cứu được tài trợ từ các hiệp hội của kỹ nghệ đánh bắt cá cho rằng cá tôm cua không có cảm giác đau đớn, như là một biện minh cho hành động của mình. Kết quả nghiên cứu mới nói trên là bằng chứng tích cực của sự vô nhân đạo của ngành câu cá giải trí và công nghiệp đánh bắt cá. Liệu chúng ta có còn thích đi câu, đánh bắt tôm cá hay ăn uống theo lối hành hình chúng trong dầu sôi lửa đỏ như vừa kể không?

Xin cầu chúc mọi loài chúng sinh đều được sống an lành.■

(Theo *Applied Animal Behaviour Science & Discovery News*)





Để ung thư không còn đáng sợ nữa

● ThS.BS. Quan Văn Hùng

Mục tiêu của bài viết này là mong độc giả sẽ hiểu và áp dụng được:

1. Không còn lo sợ bệnh ung thư một cách thái quá nữa vì đã biết phương pháp để giảm nguy cơ- phòng ngừa ung thư, và phát hiện sớm bệnh ung thư (dù rằng các thông tin về các yếu tố gây ung thư như thực phẩm, môi trường độc hại càng ngày xuất hiện càng nhiều, luôn luôn bao vây rình rập tất cả chúng ta).
2. Nếu bị ung thư thì sẽ không còn lo sợ tương lai là những đêm dài đầy ác mộng vì hiểu biết cách điều trị toàn diện: Điều trị theo y học hiện đại (mổ- hóa –xạ trị) có hỗ trợ bằng y học cổ truyền (liệu pháp 4T).
3. Nếu chẳng may phát hiện trễ (ung thư giai đoạn cuối), nếu Tây y không can thiệp+ thì vẫn có thể kéo dài cuộc sống bằng y học cổ truyền (liệu pháp 4T).



I. ĐẶT VẤN ĐỀ

1 Tin tức từ báo chí: Ai cũng sợ bị ung thư? Nhưng thực tế không phải tất cả chúng ta đều bị ung thư, tại sao vậy?

* Khoảng cuối năm 2010 trên một tờ báo có đăng “Ăn bưởi bị ung thư!”. Rất nhiều người dân không cần biết tin sét đánh trên xảy ở quốc gia nào, ăn bưởi loại nào, ăn bao nhiêu? Và đồng loạt tẩy chay ăn bưởi! Và hậu quả bưởi đã trở nên ế nhẹ một cách khủng khiếp!. Nhiều vườn bưởi dù chín rục cũng không được thu hái vì không ai mua để ăn, bưởi lõi hái xuống phải bỏ đi, thả trôi đầy sông.! Nông dân trồng bưởi lâm vào cảnh khốn đốn vô cùng! Thật ra bưởi gây ung thư theo tin trên là loại bưởi đắng (ở Việt Nam là bưởi ngọt). Cho rằng có một số người bị ung thư sau khi ăn bưởi đắng trên, nhưng chắc chắn cũng có rất nhiều người ăn bưởi đắng, nhưng không bị ung thư. Tại sao vậy?

* Báo Tuổi Trẻ ngày 11-6-2010 có đăng trên trang nhất một tin chấn động “Ăn gì cũng sợ bị ngộ độc, ung thư!!!”. Như vậy chỉ còn cách nhịn ăn, nhịn uống? Thật hoang đường. Hay là phải lựa chọn thật cẩn thận thực phẩm, nhưng vẫn lo sợ vì thị trường thực



phẩm vô cùng phong phú phức tạp, thay đổi liên tục, khó có thể kiểm soát được 100%. Thế nào cũng có ngày ăn phải thực phẩm gây ung thư. Vậy là “dính chấu”? Cho dù bị “dính chấu” nhưng chắc chắn không phải tất cả bị ung thư. Chỉ một số người bị thối (xuất độ ung thư là 480,4/100.000 dân ở Mỹ, trong đó 568,2 cho nam và 424 cho nữ, ở Việt Nam thấp hơn, 144,94 cho nam và 91 cho nữ). Như vậy át là phải có yếu tố gì đó bảo vệ cơ thể trước nguy cơ lõi bị thực phẩm độc hại gây ung thư xâm nhập. Đó là yếu tố gì?

* Hút thuốc lá bị ung thư phổi?

Điều này chính xác, không ai phủ nhận. Nhưng thực tế trên bệnh nhân bị ung thư phổi có một vấn đề khiến ai cũng thắc mắc. Đó là một số bệnh nhân nữ bị ung thư phổi rõ ràng nhưng không hề hút thuốc. Còn ông chồng thân yêu lại là dân nghiện thuốc lá nặng, luôn phì phèo điếu thuốc trên môi lại không bị ung thư (đúng ra là chưa bị ung thư). Tại sao vậy? Hút thuốc lá gây ung thư đã được công nhận nhưng nếu ung thư chưa phát triển, chắc là trong cơ thể còn yếu tố gì đó ngăn chặn khối u hình thành. Yếu tố gì vậy?

2. Ung thư giai đoạn cuối chết nhanh, tại sao?

Nhân một trường hợp có thật. Bệnh nhân Nguyễn Văn N., 80 tuổi, quê An Giang. Cách đây 3 năm (2008) bị u hắc tố bàn chân phải, đã điều trị bằng cách đốt chi dưới (cưa chân, dưới đầu gối 1 tấc) và hóa trị đủ liều. Một năm sau u tái phát ngay trên đầu gối và tại hạch bẹn. Đi tái khám được bác sĩ đề nghị tiếp tục đốt chi đến tận khớp háng và hóa trị. Nhưng bệnh nhân và thân nhân từ chối vì sợ sức khỏe không cho phép. Bệnh nhân về điều trị bằng đông y từ 2009 cho kết quả khả quan là u không phát triển, có lúc bé lại, sức khỏe tốt (ăn ngủ tiêu biến bình thường, đi lại không đau, tươi tỉnh vui vẻ).

Đến tháng 9-2011 sức khỏe có yếu đi nhất là yếu chân đi lại khó khăn. Bệnh nhân xin vào Viện Y dược dân tộc để điều trị nội trú, được chẩn đoán u hắc tố tái phát nghi di căn não. Để xác định chẩn đoán bệnh nhân được chỉ



định chụp CT (chụp cắt lớp não). Sáng trước khi đi làm CT bệnh nhân vẫn còn tươi tỉnh, tiếp xúc vui vẻ với bác sĩ, còn ăn ngủ bình thường. Tại khoa chụp X quang-CT, khi được bác sĩ báo kết quả là ung thư giai đoạn cuối di căn não, không thể điều trị được và cho về!

Nghe tin này bệnh nhân tưởng chừng như sắp chết (mất hồn, thẫn thờ bất động, câm lặng, tay chân yếu hẳn so với lúc chưa đi CT, không ăn uống gì), và tai hại hơn khi thân nhân không kịp tham vấn bên y học cổ truyền đã vội vã chở bệnh nhân về quê, càng làm cho cú sốc thêm trầm trọng. Về quê bệnh nhân càng suy sụp, không chịu ăn uống nói năng vận động, tiêu tiểu tại chỗ và chết hẳn một tuần sau.

Tại sao bệnh nhân chết nhanh chóng như vậy? Bệnh ung thư tuy ở giai đoạn cuối cũng không giết bệnh nhân nhanh như thế. Vì trước khi chụp CT bệnh nhân vẫn còn tương đối khỏe, trò chuyện vui vẻ với bác sĩ, ăn ngủ còn khá. Chính tâm lý lo buồn và nhất là sợ đã giết bệnh nhân nhanh chóng, chết vì sợ!

Sự từ chối điều trị của y học hiện đại và thái độ của thân nhân (tức tốc chở về quê) như sắp chết đến nơi khiến

bệnh nhân lâm vào đường cùng, chờ chết, vì không còn con đường nào khác. Nhưng thật ra vẫn còn con đường khác, đó là con đường theo y học cổ truyền với liệu pháp 4T. Vậy liệu pháp 4T là gì, tuy không chữa hết bệnh nhưng tại sao có thể kéo dài cuộc sống của bệnh nhân ung thư giai đoạn cuối?

Tóm lại, phòng bệnh hơn chữa bệnh, để khôi phục hình thành rồi thì điều trị vô cùng khó khăn dù là phát hiện sớm, phải ngăn chặn khi nó còn là trứng nước, muốn vậy đầu tiên là phải biết rõ tất cả nguyên nhân gây bệnh, cần biết thực phẩm như bưởi đắng, ăn gì cũng sợ bị ngộ độc-ung thư... – vi trùng – môi trường độc hại, độc chất như khói thuốc lá, mới chỉ là nguyên nhân đầu tiên – cần có nhưng chưa đủ để khôi phục hình thành, từ rất bé- to dần gây đau khổ- tử vong. Cần phải nắm được các nguyên nhân còn lại thì cuộc chiến phòng chống ung thư mới đạt hiệu quả cao nhất.

II. NGUYÊN NHÂN GÂY BỆNH

Nguyên nhân gây ung thư thì cả hai nền y học hiện đại và cổ truyền đều tương đồng nhau. Điều đầu tiên mà tất cả chúng ta cần phải biết, đó là ai cũng có thể bị ung thư! Tại sao vậy? Vì ai cũng chứa trong người mầm mống ung thư mà y học hiện đại gọi là gien

sinh ung (oncogen), mầm mống này ngủ yên nhưng sẽ bùng tinh giác và phát triển thành khối u nếu bị kích động. Ai kích động? Đó là yếu tố gây ung, mà bên y học cổ truyền gọi là ngoại nhân hay "tà khí", gồm độc chất (có trong khói thuốc lá, khói xe, khí thải từ các nhà máy, trong thực phẩm nhiễm thuốc trừ sâu...), các loại vi trùng, vi rút (viêm gan, viêm cổ tử cung...), bức xạ mặt trời, tia phóng xạ nguyên tử. Như vậy có phải là 100% chúng ta bị ung thư chăng? Vì ai cũng có gien sinh ung mà yếu tố gây ung (tà khí) thì đầy rẫy, bao phủ chúng ta hàng ngày hàng giờ càng ngày càng nhiều, không biết đâu mà tránh. Nhưng thực ra không phải ai cũng sẽ bị ung thư.

Theo học thuyết âm dương của y học cổ truyền: "Mọi sự vật hiện tượng đều có hai mặt đối lập", suy ra nếu có cái gây ung, thì cũng có cái chống lại ung, và quả thực y học hiện đại đã tìm ra trong cơ thể con người có một gien chống lại gien gây ung, đó là gien đè nén bướu (tumor depressor gen), gien này nếu hoàn thành nhiệm vụ một cách xuất sắc sẽ ngăn chặn nguy cơ bị ung thư, muốn vậy gien cần được hoạt hóa bởi hệ miễn dịch mạnh mà y học cổ truyền gọi là "chính khí". Do đó nếu hệ miễn dịch mạnh, chính khí đầy đủ thì có phải chúng ta sẽ bớt lo sợ ung thư khi hàng ngày đọc báo nghe đài thấy các yếu tố gây ung thư rình rập bao quanh. Tà khí khó xâm nhập nếu ta đã trang bị một cái áo giáp chất lượng, đó là sức đề kháng- hệ miễn dịch- sức khỏe-chính khí tốt (tà chi sở tấu, kỳ khí tất hứ).

Tại sao hệ miễn dịch- chính khí suy yếu? Theo y học cổ truyền từ nguyên nhân bên trong (nội nhân) mà ra, từ "thất tình" thái quá mà ra. Thất tình là 7 loại tình chí- cảm xúc mà chủ yếu là "lo-buồn-giận-sợ". Từ ngàn xưa thấy thuốc y học cổ truyền qua theo dõi thấy rằng những người hay lo-buồn-giận-sợ, đã là thường xuyên lo-buồn-giận-sợ mà lại không được thể hiện ra ngoài, phải cầm nín, nén xuống (buồn không dám khóc, nuốt nước mắt vào trong, giận không dám la hét đậm bàn đá ghê, sợ chết khiếp nhưng vẫn phải tươi cười, không dám thổ lộ



cùng ai...), những người này thường sức khỏe suy kém, thường mắc các bệnh cấp tính (cảm cúm, viêm họng) và thường mang trong người nhiều bệnh mãn tính, dù điều trị thì cũng chỉ giảm bớt tạm thời, tái đi tái lại và hậu quả cuối cùng là chết yếu. Nguyên nhân gì làm ta "thất tình"? Từ Stress mà ra. Chính lối sống đầy stress thái quá- liên tục đã tác động lên hệ thần kinh- dịch thể, làm rối loạn tình chí mà thể hiện là trạng thái lo-buồn-giận-sợ. Thủ hỏi một người mà cứ thường xuyên lo-buồn-giận-sợ thì có khỏe không? Mà không khỏe có nghĩa là sức đề kháng với yếu tố gây bệnh nói chung, gây ung nói riêng (tà khí) chắc chắn suy yếu, thế là tà khí tấn công -

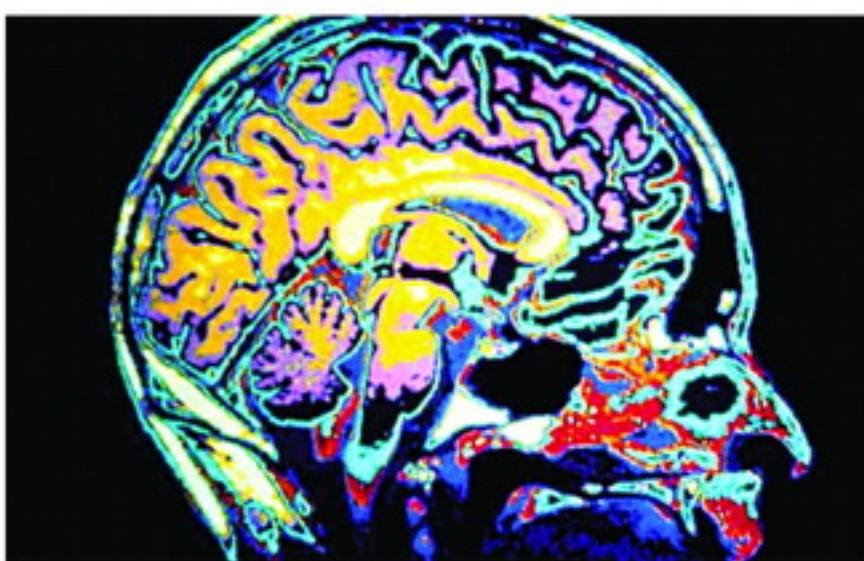
xâm nhập và bệnh sẽ xuất hiện thôi. Y học hiện đại cũng đã công nhận là lối sống đầy stress làm suy giảm miễn dịch, người xưa (YHCT) không dùng từ stress nhưng mô tả hậu quả về tình chí do stress, Đông và Tây y gặp nhau tại đây.

Một nguyên nhân khác góp phần phát triển khối u đó là yếu tố môi trường bao quanh tế bào: Huyết dịch. Theo lý thuyết của Otto Warbuer: Cho rằng môi trường huyết dịch nếu có pH kiềm - nhiều oxy sẽ tạo thuận lợi cho tế bào bình thường sinh sống, nhưng ức chế tế bào ung thư, ngược lại nếu huyết dịch có pH axit- ít oxy sẽ cản trở hoạt động tế bào bình thường nhưng vô cùng thuận lợi cho tế bào ung thư sinh sôi này nở. Vậy lý do gì làm huyết dịch trong cơ thể ít oxy và bị nhiễm axit, đó chính là chế độ ăn uống không cân bằng âm-dương hay axid-kiềm và lối sống tĩnh tại (ít vận động). Chính lối sống thời văn minh hiện đại- tự động hóa làm con người giảm vận động, ít thì giờ cho thể dục thể thao (tập TDTT làm tăng Oxy, thải nhanh CO₂) cùng khuynh hướng ăn quá nhiều thực phẩm sinh axit hơn là thực phẩm sinh kiềm đã đưa đến hậu quả làm huyết dịch, môi trường sống của tế bào trở nên axit, gây ức chế hoạt động tế bào bình thường nhưng đồng thời giúp tế bào ung thư phát triển dễ dàng.

Tóm lại, ngoài gien sinh ung và yếu tố gây ung (tà khí) là nguyên nhân hữu hình, dễ thấy, cụ thể, rõ rệt thì còn hai nguyên nhân vô hình, khó thấy, thầm lặng, nhưng vô cùng nguy hiểm vì nó tạo điều kiện cho yếu tố gây ung (tà khí) tấn công xâm nhập và phát triển, đó là lối sống và chế độ ăn. Nay đã biết nguyên nhân thì có thể phòng ngừa được, chỉ cần quyết tâm và kiên trì mà thôi.

Để phòng ngừa ung thư, với gien sinh ung là do "trời cho", ta không thể can thiệp. Còn lại yếu tố gây ung (tà khí) thì chỉ có thể hạn chế một phần mà thôi (vì yếu tố gây ung vô cùng phong phú, biến hóa, xuất hiện bất ngờ...), chính thay đổi lối sống và chế độ ăn là phòng ngừa chủ động nhất, kết quả nhiều ít tùy thuộc hiểu biết cẩn kẽ và quyết tâm- kiên trì của từng cá nhân và toàn xã hội. ■ (Còn tiếp)

1. HORMONE SINH DỤC NỮ GIÚP ĐIỀU TRỊ CHẤN THƯƠNG SỢ NÃO



Một nghiên cứu gần đây của Đại học Emory tại Atlanta (Georgia, Mỹ) cho biết hormone sinh dục nữ progesterone có thể được sử dụng trong việc điều trị chấn thương sọ não (TBI).

Kết quả nghiên cứu ban đầu cho thấy khả năng thành công là rất cao: sau 30 ngày tỷ lệ tử vong ở các nạn nhân TBI sau khi được tiêm progesterone là 13%, giảm đáng kể so với tỷ lệ thông thường là 30%. Thêm vào đó, ở các nhóm bệnh nhân được điều trị với progesterone, tỷ lệ tử vong giảm tới 50%. Ngoài ra, các bệnh nhân bị chấn thương nhẹ khi được sử dụng progesterone thì khả năng hồi phục chức năng cũng được cải thiện đáng kể. (AHN)

2. RETINOL GIẢM NẾP NHĂN DO TUỔI TÁC



Các nhà khoa học tại Đại học Michigan (Mỹ) phát hiện kem dưỡng da chứa retinol, một chiết xuất từ vitamin A, có thể làm giảm nếp nhăn xuất hiện do tuổi tác cũng như trang bị cho da khả năng chịu đựng tốt khi bị chấn thương và chống loét da.

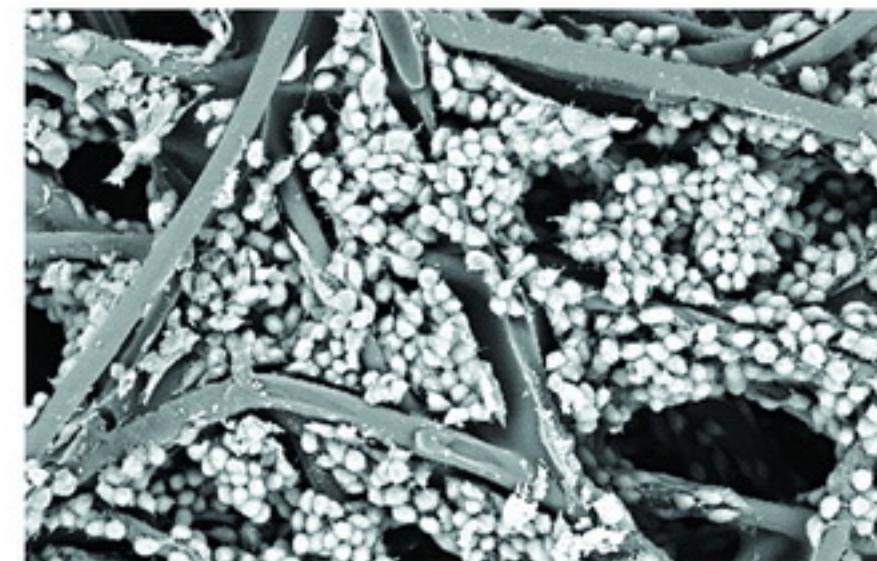
Nghiên cứu trên được rút ra từ cuộc thí nghiệm với sự tham gia của 36 người từ 80 tuổi trở lên. Những người này được chia làm 2 nhóm, một nhóm được thoa kem chứa retinol lên da ở cẳng tay, nhóm còn lại thoa kem không chứa retinol.

Vitamin & những điều cần biết (kỳ II)

● Vũ Thụy

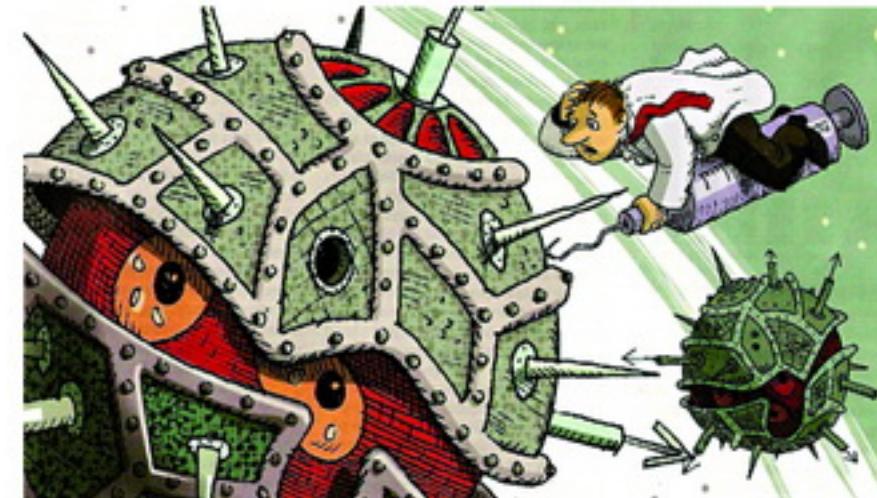
Sau 6 tháng, kết quả cho thấy phần da của nhóm có thoa kem retinol giảm hẳn vết nhăn, trong khi nhóm còn lại không có sự thay đổi nào.

3. SẢN XUẤT KHÁNG THỂ TỪ HẠT GIỐNG



Các nhà khoa học thuộc Đại học Ghent (Bỉ) đã nghiên cứu thành công phương pháp sản xuất kháng thể từ hạt giống cây trổng. Hạt giống cây dùng trong cuộc thí nghiệm này thuộc họ cải, có tên khoa học là *Arabidopsis thaliana*. Nhóm nghiên cứu cho biết kháng thể được tạo ra theo phương pháp nói trên dùng để chữa bệnh viêm gan siêu vi A. Bước đột phá trong khoa học này hứa hẹn sẽ tạo tiền đề để sản xuất các loại thuốc hiệu quả hơn trong chữa bệnh ung thư và các bệnh lây nhiễm. Tạo ra kháng thể từ hạt giống cây trổng cũng sẽ giúp tiết kiệm chi phí. (THX)

4. SIÊU KHÁNG SINH MỚI DIỆT VIRUT GÂY BỆNH



Các nhà khoa học Canada đang nghiên cứu chế tạo một loại thuốc siêu kháng sinh có khả năng đi thẳng vào bên trong tế bào nhằm tấn công vi khuẩn và vi-rút, ngay cả vi-rút HIV.

Tuy nhiên, loại thuốc này chỉ dùng để tiêm chứ không phải để uống vì nó không thể tồn tại trong dạ dày của chúng ta. Ngoài ra, quá trình điều chế thuốc cũng rất khó.

Các cuộc thí nghiệm cho thấy loại thuốc siêu kháng sinh mới sẽ đi thẳng vào tất cả mọi tế bào nhưng chỉ tích lũy lại trong những tế bào bệnh tật.

5. TÁC DỤNG MỚI CỦA VẮC XIN NGỪA HPV



Một cuộc nghiên cứu quốc tế, trong đó có sự tham gia của Đại học Miami (Mỹ), cho thấy vắc-xin ngừa ung thư cổ tử cung, bệnh do vi-rút human papillomavirus (HPV) gây ra, có thể giúp phụ nữ giảm nguy cơ ung thư âm hộ và âm đạo.

Theo Hãng tin Reuters, hơn 18.000 phụ nữ ở độ tuổi 16 tới 24 tại đã tham gia khảo sát, trong đó họ được chia thành 2 nhóm, một nhóm được tiêm giả dược, nhóm còn lại tiêm vắc-xin ngừa HPV.

Sau 3 năm theo dõi, các nhà khoa học phát hiện tỷ lệ mắc ung thư âm hộ và âm đạo là 0% đối với những người chưa từng nhiễm HPV và được tiêm vắc-xin. Đối với số phụ nữ từng nhiễm HPV và được tiêm vắc-xin thì giảm 71% nguy cơ.

6. TÁC DỤNG CỦA ASPIRIN PHỤ THUỘC VÀO GIỚI TÍNH



Nghiên cứu của Đại học Duke (Mỹ) khẳng định tác dụng của thuốc aspirin trong việc giảm nhẹ nguy cơ mắc các

bệnh liên quan đến tim mạch, nhưng lại có tác dụng khác nhau tùy thuộc vào giới tính của bệnh nhân. Sau khi kiểm tra kết quả của 95.456 bệnh nhân tại 6 bệnh viện tại Mỹ, nhóm khoa học phát hiện aspirin đặc biệt có tác dụng làm giảm nguy cơ bị lây các cơn đau tim ở nam giới và đột quỵ ở nữ giới.

Bên cạnh đó, nghiên cứu cũng cho thấy việc sử dụng aspirin thường xuyên trong khoảng thời gian gần 6 năm rưỡi dẫn đến 2,5/1.000 trường hợp chảy máu nội tạng ở nữ giới và 3/1.000 ở nam giới. (BBC)

7. THÊM MỘT LỢI ÍCH CỦA A-XIT FOLIC



Tờ Daily Mail (Anh) trích đăng kết quả một cuộc nghiên cứu được thực hiện tại Na Uy cho thấy rằng các thai phụ có bổ sung a-xít folic có thể giảm nguy cơ sinh con bị hở hàm ếch.

Theo dõi các em bé được sinh ra tại Na Uy từ năm 1996 đến 2001, các nhà nghiên cứu thấy rằng nguy cơ mắc dị tật bẩm sinh trong đó có tật hở hàm ếch ở trẻ giảm đến 1/3 ở các bà mẹ có bổ sung a-xít folic trong thời gian mang thai. Trước đó, thai phụ đã được khuyến cáo cần bổ sung vitamin B để giúp trẻ sinh ra không bị nứt đốt sống. A-xít folic là một dạng vitamin B, có trong rau lá xanh đậm, ngũ cốc, trái cây.

8. THIẾU CHOLESTEROL LÀM GIẢM KHẢ NĂNG NHẬN THỨC



Các nhà khoa học Mỹ đã đi đến kết luận trên sau khi thực hiện một

cuộc nghiên cứu trên 789 người đàn ông và 1.105 phụ nữ về mối quan hệ giữa lượng cholesterol trong cơ thể và khả năng nhận thức của họ.

Theo đó, những người có lượn cholesterol chưa đến 200 đơn vị thường gặp khó khăn trong nhận thức các nét tương đồng, đọc chữ không trôi chảy, mất khả năng tập trung...

Theo tiến sĩ Elias thuộc Đại học Boston (Mỹ) - tác giả công trình nghiên cứu, mặc dù lượng cholesterol trong cơ thể ở mức cao có hại cho sức khỏe nhưng khi lượng chất béo này bị thiếu đi, cơ thể phải đổi mới với nhiều nguy cơ vì cholesterol đóng vai trò rất quan trọng đối với não bộ.

9. LỐP BỌC NGOÀI THÔNG MINH CHO DƯỢC PHẨM

Các nhà khoa học thuộc Viện Công nghệ Massachusetts (Mỹ) đã chế tạo một loại hóa chất bọc ngoài dược phẩm cho phép phát tán thuốc vào thời điểm và địa điểm chính xác trong cơ thể theo ý muốn của tuyến tụy và máu.

10. VẮC-XIN NGỪA COCAINE



Các nhà khoa học thuộc trường Cao đẳng Y Baylor (Mỹ) đang nghiên cứu một loại vắc-xin ngừa cocaine mà họ tin là cách chữa trị nghiện ma túy đầu tiên thuộc loại này trên thế giới.

Theo Hằng tin AP, loại vắc-xin nói trên, vốn đang được thử nghiệm lâm sàng, kích thích tấn công cocaine khi nó được hấp thụ vào trong cơ thể.

Hệ miễn dịch không thể tạo ra kháng thể để tấn công cocaine và các phân tử ma túy do chúng quá nhỏ. Để giúp hệ miễn dịch nhận ra cocaine, các nhà nghiên cứu đã gắn cocaine bất hoạt bên ngoài các protein bệnh tật bất hoạt.

Kết quả là hệ miễn dịch không chỉ tạo kháng thể để tấn công hợp chất vô hại trên mà còn nhận ra chính cocaine

đang phát huy độc tính khi nó vào cơ thể. Các kháng thể bám vào cocaine và ngăn không cho nó đến não bộ.

11. VẮC-XIN CHỮA NGHIỆN MA TÚY



Công ty Dược phẩm Xenova của Anh vừa nghiên cứu thành công một loại vắc-xin giúp những người nghiện cocaine ó thể dứt được cơn ghiền.

Một cuộc thử nghiệm ở Mỹ cho kết quả một nửa số người dùng vắc-xin TA-TD đã có thể cai nghiện được sau 6 tháng.

Vắc-xin được tạo ra bởi sự liên kết giữa cocaine và các phân tử protein để kích thích hệ miễn dịch của cơ thể tạo ra chất kháng thể nhận diện được chất ma túy. Tuy không làm ngưng được cơn ghiền cocaine nhưng vắc-xin có thể kìm chế được hành động của con nghiện khi lên cơn.

12. VACCINE CHỐNG NGÁY



Các nhà khoa học tại một trung tâm y tế quân đội ở Maryland (Mỹ) cho biết đã thử nghiệm thành công một loại vacxin rẻ tiền có thể chữa được chứng ngáy.

Loại Vacxin này được tiêm trực tiếp vào phần ngạc mềm ở cuống họng, có thể làm giảm tiếng ngáy từ 11 decibel xuống 2 decibel.

Giá của vaccine kể trên khoảng 35 USD/liều. Ông N. Douglas, Chủ tịch Tổ chức Nghiên cứu về Giấc ngủ của Anh cho biết, những biện pháp truyền thống như giảm cân, tránh uống rượu cũng có thể hạn chế được chứng ngáy. ■ (BBC)

Nỗi đợi thẩy trưởng khoa gọi tên mình lên nhận bằng tốt nghiệp đại học, lòng tôi cứ bồi hồi, đôi mắt nhòe đi theo những cảnh vật xung quanh, còn trái tim thì rung lên từng nhịp đập loạn xạ giống như đang sắp tỏ tình với một cô gái... Nói chung, cảm xúc đó thật khó tả. Thằng bạn cùng lớp vô tình nhìn thấy, bảo: "Mày không khỏe à? Sắp nhận bằng tốt nghiệp sao không vui lên, lại ngồi đó mà khóc ngon o vây?". Tôi định cố giấu những giọt nước nóng hổi đang lăn dài trên má nhưng không kịp nữa, nên đành giả lả: "Vui cũng khóc được vậy! Nước là để bày tỏ cảm xúc ở mọi hoàn cảnh mà!".

Thật ra tôi chưa bao giờ phải rơi vào trường hợp ướt mi này, vì từ trước đến giờ tôi là một thằng đàn ông mạnh mẽ, dù có vấp ngã hay ai đó giáng cho tôi một cú đấm vào mặt cũng không làm tôi rơi lệ. Nhưng sao bỗng dung hôm nay tôi lại khóc. Những giọt nước mắt thực sự cứ tuôn hoài không dứt làm tôi ngượng đến đỏ mặt. Tôi muốn không khóc nhưng sao lòng cứ cởi mở ra. Thực sự tôi rất vui, vì tôi đã thực hiện được ước mơ mà bao năm nay mẹ tôi hằng mong ước: Đó là tốt nghiệp đại học.

Mẹ sinh ra trong hoàn cảnh nghèo khó nên việc học bị dở dang. Mẹ kể, ngay từ năm 15 tuổi mẹ đã nghỉ học để quán xuyến việc nhà. Ông bà ngoại thương mẹ nhiều lắm nhưng đành phải cho con gái nghỉ học chỉ vì gia đình quá nghèo. Ý thức được sự quan trọng của việc học nên mẹ luôn khuyên anh em chúng tôi phải cố gắng học tập tốt để sau này có một công việc ổn định, một cái danh trong xã hội và một nhân cách cao quý. Thế nhưng ước mơ giản dị của mẹ thật xa vời khi lần lượt anh chị tôi đều nghỉ học giữa chừng rồi lao vào cuộc mưu sinh khốc liệt, không nghe lời khuyên của mẹ. Chỉ còn mỗi mình tôi là chăm chỉ học tập. Thực ra lúc đó tôi cũng chẳng chú tâm đến nỗi lòng của mẹ, mà chỉ biết học như một quán tính của những người ham học



ƯỚC MƠ của Mẹ

(Gửi mẹ Tuyết kính yêu của con)

● Nguyễn Thanh Vũ

thế thôi. Nhưng càng thêm tuổi, tôi mới thấm thía nỗi bận tâm của mẹ.

Khi tôi lên lớp 11 cũng là lúc mẹ rời xa gia đình để mưu sinh nơi xứ người. Mẹ tần tảo buôn bán sớm hôm chỉ để khát khao một ước mơ duy nhất: Mong muốn tôi tốt nghiệp đại học. Những bức thư mẹ gửi về đều bị nhòe đi vì nước mắt của tôi, và lần nào mẹ cũng luôn viết một câu tái bút: "Khi nào thằng Út vào được đại học thì mẹ có chết cũng an lòng!". Đọc đến đây, tôi lặng người đi. Tôi nhận ra đâu đó ở một nơi xa ngái, mẹ đang ngồi viết thư mà khóc với nỗi nhớ nhà, nhớ gia đình da diết. Những con chữ sai chính tả nhảy múa trên trang giấy càng làm tôi yêu mẹ hơn bao giờ hết và tôi nguyện với lòng sẽ học thật tốt để hoàn thành ước mơ cao cả đó.

Thời gian trôi qua thật nhanh, chỉ thoáng chốc thôi mà tuổi đời của mẹ ngày một chất chồng, mái tóc đã điểm hoa râm. Tôi nhận ra mẹ đã già đi rất nhiều vì những vết chân chim in hằn trên đuôi mắt mẹ. Tôi tốt nghiệp tú tài

rồi lều chông lên Sài Gòn thi đại học. Tôi nhớ ngày công bố kết quả thi, mẹ cũng có tâm trạng hồi hộp giống như kẻ đi thi. Mẹ ngồi ở nhà mà cứ trông ngóng tôi về, hết đi ra rồi lại đi vào, mặt thì đăm chiêu ra vẻ phức tạp. Căn phòng trọ opolitan trở nên nóng bức hơn vì sự căng thẳng của mẹ. Khi bắt gặp tôi thất thủ ngoài đầu ngõ, mẹ hỏi dồn liên tục: "Sao rồi con? Đậu chứ?". Tôi ngập ngừng, trả lời mẹ trong nghẹn ngào: "Con... con trượt đại học rồi mẹ ạ! Nhưng con được trúng tuyển cao đẳng". Mẹ lặng yên giây lát rồi nhoẻn nụ cười đôn hậu và chúc mừng tôi. Tôi biết trong lòng mẹ hiện lên một nỗi buồn rất lớn.

Kể từ đó mẹ tôi luôn mang những tâm sự trong lòng, nét mặt cứ ủ dột, suốt ngày lầm lũi không nói với ai. Những hành động của mẹ đã khiến cho tôi càng thấy mình có tội nhiều hơn. Tôi tự trách mình tại sao không cố gắng, tại sao học quá tệ để cho mẹ phiền lòng. Nỗi niềm ấy cứ ám ảnh tôi day dứt suốt thời học cao đẳng.

Đến một ngày, nhận được tin trường mình có xét duyệt liên thông từ cao đẳng lên đại học, lòng tôi vui mừng khôn xiết. Cảm giác ấy bồng bềnh như đang đi trên mây, lơ lửng giữa mùa xuân bạt ngàn hoa cỏ. Và người đầu tiên mà tôi chia sẻ hạnh phúc đó chính là mẹ. Khi nghe tôi nói, lúc đầu mẹ bán tin bán nghi, ra chiều không quan tâm. Cho tới lúc tôi chìa ra tờ giấy được chứng nhận liên thông vào đại học của trường thì mẹ mới tin là thật. Mẹ mừng và... rơi nước mắt. Mẹ khóc ngọt lành trong vòng tay của tôi. Mẹ là vậy, vui thì khóc, còn buồn thì giữ trọn cho riêng mình mà không san sẻ cùng ai. Tính cách cao cả, nhân hậu và chịu đựng ấy của mẹ đã làm cho tôi có những bài học sâu sắc trong cách đối nhân xử thế, cách làm người sao cho trọn với lẽ đời thường.

Giờ đây, cầm tay bằng đại học trong tay, tâm lý của tôi lại bị ảnh hưởng từ mẹ: Một dòng nước mắt long lanh chực trào trên đôi má tôi. Và tôi nôn nóng chạy về nhà thật nhanh mà khoe với mẹ rằng: "Mẹơi! Con đã tốt nghiệp đại học rồi!" ■

Các địa điểm phát hành ĐPNN

KIÊN GIANG

- Chùa Tam Bảo
ĐT: 0918 878 547 (Sư cô Như Thảo)
- HÀ NỘI**
- Chùa Bà Đá
3 Nhà Thờ, P.Hàng Trống, Q.Hoàn Kiếm
ĐT: 0914 348 787 (Thích Chiếu Tuệ)
- Tạp chí Mẹ & Bé
ĐT: 0913 230 933 (anh Hải)
- Chùa Phúc Lâm
Thôn Du Nội, xã Mai Lâm, Q.Đông Anh
ĐT: 0913 569 688 (Thích Thanh Trung)
- Cty TNHH Đầu tư & Thương mại Phúc An
392 phố Tây Sơn, Q.Đống Đa
ĐT: 0913 340 033 (Phạm Thị Hường)
- Phòng phát hành 73 Quán Sứ
ĐT: 0913 239 594 (cô Xuân Loan)
- ĐÀ NẴNG**
- VPĐD tại Đà Nẵng, chùa Bà Đá
Tổ 54, P.Mỹ An, Q.Ngũ Hành Sơn, TP.Đà Nẵng (đầu cầu Tuyên Sơn)
ĐT: 0905 264 567
- Phòng kinh sách chùa Pháp Lâm
Thành hội Phật giáo Đà Nẵng
500 Ông Ích Khiêm, TP.Đà Nẵng
ĐT: 0511 3873 128
- Chùa Phổ Đà
340 Phan Chu Trinh, TP.Đà Nẵng
ĐT: 0914 018 093 (TT.Thích Từ Nghiêm)
- Cửa hàng Thanh Nhã
124 Lê Đình Dương, Đà Nẵng
ĐT: 0511 3565 021; 0934 774 720
- Cửa hàng chị Nguyễn Bích Thủy
200 Tô Hiến Thành, Q.Sơn Trà, TP.Đà Nẵng
ĐT: 0905 278 527
- QUẢNG NGÃI**
- Phòng phát hành VHP Phật giáo
334 Trần Hưng Đạo, TP.Quảng Ngãi
ĐT: 0905 427 211 (chị Linh)
- ĐẮC LÁC**
- Đại lý VHP Phật giáo
108 Yjt, TP.Buôn Mê Thuộc
ĐT: 0500 3601 099 (Phan Thị Ngọc)
- ĐỒNG NAI**
- Chị Liên (Biên Hòa): 0919 700 666

CẦN THƠ

- Phòng phát hành
128 Nguyễn An Ninh, Cần Thơ
ĐT: 0939 282 636 (Phương Tâm)
- Chùa Phật Học
11 đại lộ Hòa Bình, TP.Cần Thơ
ĐT: 0710 382 7685 (Thích Minh Thông)
- Chùa Khánh Quang
97 Nam Kỳ Khởi Nghĩa, P.Tân An, Q.Ninh Kiều
ĐT: 0121 686 4444 (cô Dân)
- BÀ RỊA VŨNG TÀU**
- Cửa hàng VHP Phật giáo Sen Trắng
Quốc lộ 51, tổ 17, khu Đại Tòng Lâm, TT.Phú Mỹ, Tân Thành, BR-VT
ĐT: 0908 039 414 (chị Hằng)
- PPH Ni viện Thiện Hòa
TT.Phú Mỹ, Tân Thành, BR-VT
ĐT: 064 350 3778 (Sư cô Như Diên)
- HUẾ**
- Chùa Từ Đàm
1 Sư Liêu Quán, P.Trường An, TP.Huế
ĐT: 054 653 2003 (Lê Quang Cử)
- Tuệ Tịnh Đường Hải Đức
182 Phan Bội Châu, TP.Huế
ĐT: 905 168 411 (Trần Văn Tý)
- AN GIANG**
- Sách báo Nguyên Minh
153/4 Lý Thái Tổ, P.Mỹ Long, TP.Long Xuyên
ĐT: 076 3843 321 (chú Trọng)
- Sách báo Dân Nam
20 Phan Đình Phùng, P.Châu Phú B, TX.Châu Đốc
ĐT: 076 3866 255
- Sách báo Hạng Phát
Chi Lăng, P.Châu Phú A, TX.Châu Đốc
ĐT: 076 3866 060 (cô Thu)
- SÓC TRĂNG**
- PPH chùa Đại Giác
ĐT: 0909 542 551 (cô Thôi)
- BẠC LIÊU**
- Nhà sách Bảo Tâm
ĐT: 0949 111 848 (thầy Nghi)

TIỀN GIANG

- Chùa Tịnh Nghiêm
145 ấp Mỹ An, xã Mỹ Phong, TP.Mỹ Tho
ĐT: 0733 874 469 - 0913 601 656
- Chùa Vĩnh Tràng
ĐT: 073 3876 341 (cô Huệ)
- Đại lý Mây Hồng
57 Lý Thường Kiệt, TP.Mỹ Tho
ĐT: 0733 877 054
- KHÁNH HÒA**
- Sách báo Loan
12 Lý Thánh Tôn, P.Vạn Thạnh, TP.Nha Trang
ĐT: 058 3813 283 (cô Loan)
- Sách báo Hương Sơn
30 đường 23 tháng 10, TP.Nha Trang
ĐT: 058 3813397 (chú Sơn)
- BÌNH DƯƠNG**
- Chùa Hội Khánh
ĐT: 0983 330 798 (cô Sương)
- Sập báo Châu
279A CMT8, P.Phú Cường, Thủ Dầu Một
ĐT: 0650 3822 449 (chị Tâm)
- NAM ĐỊNH**
- Nhà sách PG Khai Trí
108 Hàng Thao, P. Trần Hưng Đạo
TP. Nam Định
ĐT: 0915 463 788 (chị Thủy)
- VĨNH LONG**
- PPH chùa Giác Thiện
70 Trần Phú, P.4, TP.Vĩnh Long
ĐT: 0918 469 566 (Sc.Giác Bửu)
- TÂY NINH**
- Sách báo Thanh Bình
Đường 30 tháng 4, khu phố 2, P.2, TX.Tây Ninh
ĐT: 0913 884 207 (chú Hưng)
- LÂM ĐỒNG**
- Hiệu sách Chí Thành
43 đường 3 tháng 2, P.1, TP.Đà Lạt
ĐT: 063 3821 244

Danh sách tặng



Đạo Phật Ngày Nay, Úc châu	119 quyển
Giác Thanh Thoại	119 quyển
Hoằng Bát	108 quyển
Trương Ngọc Dung	47 quyển
Hoàng Ngọc Minh Tâm	24 quyển
Hoàng Luân Vũ	24 quyển
Phú Quang	12 quyển
Ngộ Chí Quốc	12 quyển
Cao Thị Thành	10 quyển

ĐẠO PHẬT NGÀY NAY ONLINE

www.daophatngaynay.com

ĐẠI TẶNG KINH MP3

VÀ PHÁP THOẠI CỦA THẦY NHẬT TỪ

www.tusachphathoc.com

Đóng góp tặng Đạo Phật Ngày Nay,
vui lòng liên hệ Sư cô Diệu Huệ

ĐT: 2212 2844; 3833 7188

VÕ THỊ LÀNH

Số tài khoản: 101010 0027 13080

Ngân hàng TMCP công thương,
Chi nhánh 8

LỊCH THUYẾT GIẢNG CỦA THẦY NHẬT TỪ

Chùa Giác Ngộ: Lúc 18h45 ngày 14 và cuối tháng ÂL

Chùa Ấn Quang: Lúc 19h00 ngày thứ bảy mỗi tuần

Chùa Xá Lợi: Lúc 17h00 Chủ nhật mỗi tuần

Từ thiện ĐPNN tháng 6 - 7/2012

- Ấn tổng kinh, sách & đĩa: 95 triệu

ĐẠO PHẬT NGÀY NAY, Tập 20, Nhà Xuất bản Phương Đông

Chủ trach nhiệm xuất bản: **Quang Thắng**. Biên tập: **Xuân Lưu**. Sửa bản in: **Hải Phong**

Số đăng ký KHXB: 27 - 2012/CXB/117 - 212/PĐ. Cục xuất bản ký ngày 03-01-2012

In 1.000 bản khổ 20.5 x 27cm tại Nhà in báo Nhân Dân - 345/134 Trần Hưng Đạo, Q.1, TP.HCM

In xong và nộp lưu chiểu tháng 8 năm 2012



ĐÀO PHẬT NGÀY NAY

CHÙA GIÁC NGỘ, 92 Nguyễn Chí Thanh, P3, Q10, TP.HCM, Việt Nam. ĐT: 38309570
www.daophatngaynay.com & www.tusachphathoc.com

Chương trình: Chiêm bái Phật tích ẤN ĐỘ & NEPAL

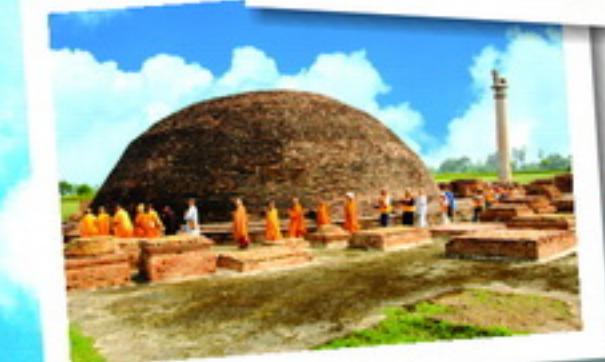
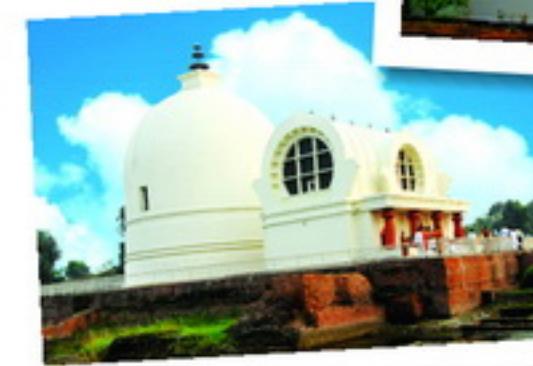
Do TT. Thích Nhật Từ hướng dẫn

Từ 06-10-2012 đến 20-10-2012. Đăng ký hạn chót: 06-8-2012

Đăng Ký càng sớm càng tốt. Ưu tiên cho người đăng ký trước.

Chương trình gồm 15 ngày 14 đêm với các điểm chiêm bái sau đây:

- 1) Lâm-tỳ-ni (Lumbini), nơi Phật đản sinh và vương thành Ca-tỳ-la-vệ.
- 2) Bồ-đề Đạo tràng (Bodhgaya), nơi Phật thành đạo.
- 3) Ba-la-nại (Varanasi), nơi Phật chuyển pháp luân và sông Hằng.
- 4) Câu-thi-na (Kusinagar), nơi Phật nhập Niết-bàn.
- 5) Thành Xá-vệ (Sravasti), nơi đức Phật giảng phần lớn kinh điển Pali.
- 6) Thành Vương Xá (Rajgir), nơi Phật giảng các kinh điển Đại thừa.
- 7) Nalanda, đại học đầu tiên của thế giới, nơi đào tạo nhân tài Phật giáo.
- 8) Tỳ-xá-ly (Vaishali), nơi đức Phật hóa độ 500 người nữ xuất gia.
- 9) Xá-lợi Phật tại viện bảo tàng quốc gia Delhi và thăng cảnh Delhi.
- 10) Kỳ quan thế giới Taj Mahal, đền đài tình yêu độc nhất.
- Suốt chuyến hành hương, ngoài chiêm bái, kinh hành niệm Phật, tụng Kinh, làm từ thiện giúp người nghèo và trải nghiệm tâm linh, TT. Thích Nhật Từ sẽ thuyết pháp tại các Phật tích và làm lễ quy y tại Bồ-đề Đạo tràng.
- Giá: **1.800 USD/người** (bao trọn gói). Khách sạn tiêu chuẩn 3-5*. Hai người một phòng.
- Khách miền Bắc đóng thêm 30 USD. Khách Việt kiều đóng thêm 50 USD.
- **Địa điểm đăng ký: Cô Mai**, Chùa Giác Ngộ, 92 Nguyễn Chí Thanh, P.3, Q.10, TP.HCM. ĐT: 0934-635-540.
- **Tại miền Bắc: Chị Diệu Ngọc**, 1025 đường La Thành, P. Ngọc Khánh, Q. Ba Đình, Hà Nội. ĐT: 0912-267-591.
- **Lưu ý:** Ở trong nước, khi đăng ký, nhớ mang Hộ chiếu và 4 tấm hình 4x6cm để làm Visa.



Du lịch tâm linh

ĐÀO PHẬT NGÀY NAY