



Chủ nhiệm: **HT. Thích Nguyên Siêu**

Thủ quỹ: **Ni sư Thích Diệu Tánh**

Chủ bút: **Vĩnh Hào**

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

Trình bày: **Tâm Quang**

Hình bìa: **PublicDomainPictures**

**LIÊN LẠC:**

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

• Quảng cáo / Phát hành:  
**(714) 266-4171**

• Chi phiếu ủng hộ xin ghi:  
CHANH PHAP  
11502 Daniel Ave.  
Garden Grove, CA 92840  
hoặc Zelle số phone: **714.266.4171**  
(Memo ghi "Ủng hộ CP" -  
xin gọi hoặc nhắn tin trước khi zelle)

\*

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

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

Nguyệt san Chánh Pháp là báo biểu, không trả nhuận bút cho bài vở gửi đăng. Quý văn thi hữu nào muốn có nhuận bút xin ghi rõ "có nhuận bút" và địa chỉ liên lạc để tòa soạn quyết định. Bài gửi đăng xin đánh máy sẵn và gửi bằng electronic file qua email:

[baivochanhphap@gmail.com](mailto:baivochanhphap@gmail.com)

Trân trọng cảm ơn.

## NỘI DUNG SỐ NÀY:

- THƯ TÒA SOẠN, trang 2
- TIN TỨC PHẬT GIÁO THẾ GIỚI (Diệu Âm lược dịch), trang 3
- SÔNG QUÊ (thơ Phổ Đồng), trang 6
- NHỮNG ĐÓNG GÓP TO LỚN CỦA CÁC HỌC GIẢ ANH QUỐC CHO NỀN PHẬT GIÁO ÂU-MỸ, t.t. (HT. Thích Trí Chơn), trang 7
- ĐÔNG, CÒN ĐÔNG (thơ Tâm Không – Vĩnh Hữu), trang 11
- NHÂN DUYÊN KHỞI RA CHÁNH KIẾN (Quảng Tánh), trang 12
- TẬP LÀM NGƯỜI TU (Nguyên Siêu), trang 13
- TƯ TƯỞNG LONG THỌ TRÙNG PHÙNG TRÊN NẸO ĐƯỜNG QUÊ HƯƠNG (Tâm Nhân), trang 15
- TƯỜNG NIỆM AN SỰ, ĐỨC TUỆ VIÊN DUNG (thơ Chúc Hiền), tr. 18
- PHẬT QUỐC KỶ (Thích Chúc Hiền dịch), trang 19
- MỘNG TRƯỜNG GIANG (thơ Lý Thừa Nghiệp), trang 22
- SÔNG VỚI SƠ TÂM: NHƯ THỊ (Nguyên Giác), trang 23
- NGŨ CĂN – NGŨ LỰC LÀ GÌ? (TN Hằng Như) trang 25
- MÙA XUÂN SAU MỘT CÁI CHẾT (thơ Pháp Hoan), trang 27
- GIỮA TÂM BẢO XÃ HỘI: PHẬT GIÁO VÀ CON ĐƯỜNG TÌNH THỨC (Lôi Am), trang 28
- KHUYẾN TU, NIỆM PHẬT (thơ Minh Đạo), trang 29
- THÔNG BÁO SỐ 1 – Khóa Tu Học Phật Pháp Bắc Mỹ, trang 30
- DI SẢN TUỆ SỸ - THE LEGACY OF TUỆ SỸ (Phổ Ái), trang 31
- GĐPTVN TẠI HOA KỲ KÍNH TƯỜNG NGUYỄN HT THÍCH TUỆ SỸ (Quang Ngộ Đào Duy Hữu), tr. 33
- VỀ BÀI THƠ 'HAI MÙA THU' CỦA MASAOKA SHIKI (Trần Việt Long), trang 34

- TRUYỆN CỰC NGẮN HOÀNG LONG, trang 39
- LỄ TIỂU TƯỜNG TƯỜNG NIỆM TLHT THÍCH NGUYÊN CHỨNG HIỆU TUỆ SỸ (Tâm Quảng Nhuận – Hình ảnh: Thanh Huy, PT Kiên, Sen Trắng & Chúc Tiên), trang 42
- GIÓ MÙA ĐÔNG (thơ Nguyễn Thị Khánh Minh), trang 46
- BẮT CHƯỚC VUA (thơ TM Ngô Tăng Giao), trang 48
- TRUYỆN CỰC NGẮN (Steven N), trang 49
- TÌNH MẪU TỬ VĨ ĐẠI (An Sĩ), tr. 51
- TUỆ SỸ TỰ TẠI ĐẾN-ĐI (Tâm Nhiên), trang 53
- CẢI THIỆN GIAO TIẾP GIỮA CHA MẸ VÀ CON CÁI BẰNG CHÁNH NIỆM (Huỳnh Kim Quang), trang 55
- ĐÔNG ĐÃ VỀ RỒI... EM BIẾT KHÔNG? (thơ Lâm Băng Phương), trang 57
- ĐỌC BÀI THƠ CÔ NHẬN CỦA THI SĨ THỜI ĐỒ (Lam Nguyên), trang 58
- VẤN ĐÁP VỀ CAO ÁP HUYẾT (Bs. Nguyễn Ý Đức), trang 59
- QUÊ HƯƠNG LÀ ĐÂY (thơ Diệu Viên), trang 60
- CỜ TRÓI tập 1 – chương 13 (truyện dài Vĩnh Hào), tr. 61
- NẤU CHAY: SU SU XẢO CHAY (Hồng Hương), trang 66
- STORY OF A CERTAIN BRAHMIN (Daw Tin), trang 67
- PHÓNG RỘNG TÌNH THƯƠNG (Truyện cổ Phật giáo), trang 68



Báo Chánh Pháp số 157, tháng 12.2024, do Chùa Trí Phước (California) và Brodard Chateau, Brodard Restaurant & Bamboo Bistro (California) ấn tặng. Kính nguyện quý tự và chư phật-tử được hưng long, an lạc để hoằng truyền và hộ trì Phật Pháp.



# Thư Tòa Soạn

## BỒ-ĐỀ NGUYỆN

*Nguyện* là lý tưởng, là mục đích, là định hướng cho cuộc hành trình. Nó được phát sinh từ quá khứ (hay chỉ mới phát khởi trong hiện tại) và khi được quán niệm trong hiện tiền thì việc quán niệm này được gọi là chánh niệm [1]. Chánh niệm không đơn giản chỉ là biết hay nắm giữ cái hiện tại, quán sát cái gì ngay bây giờ (thời gian) và ở đây (không gian); mà là sự nhận thức hay chứng thực toàn vẹn về cái đương hiện, dù đó là nguyện, là danh hiệu, đề mục, biểu tượng, ẩn tượng hay đối tượng của ý thức (pháp) [2]. Suy ra, các phương pháp thiền quán, trì danh, tham công án, khán thoại đầu [3], đều có thể được xem là Chánh niệm—một trong Tám chi Thánh Đạo [4], giai đoạn chuẩn bị để đi sâu vào thiền định.

*Bồ-đề nguyện* là lý tưởng, là chí nguyện cao đẹp, là mục đích của con đường Bồ-tát (*Bồ-tát đạo*). Con đường ấy dẫn đến mục tiêu tối hậu là đại giác ngộ (Trí tuệ) và cứu độ chúng sinh (Từ bi). *Bồ-đề nguyện* nếu không được duy trì, trưởng dưỡng hàng ngày thì sẽ bị phai nhạt, hoặc tiêu tằm vùi lấp trong lớp bụi dày của phiền não và hành nghiệp.

*Bồ-đề nguyện* được đặt trên nền tảng của Trí tuệ và Từ bi. Không có Trí tuệ thì không thể thấu suốt con đường, và không thể nhận biết (hoặc quên bẵng) mục đích của cuộc hành trình là gì. Không có Từ bi thì không có chất liệu xúc tác cho đại nguyện lợi ích chúng sinh; không có tác động mạnh mẽ phi thường để làm được những điều khó làm.

Hành giả bước đi trên con đường Bồ-tát, nếu vô trí, không phân biệt được đâu là thiện-ác, đúng-sai, chánh-tà thì cần phải quay về, quán sát tự tâm: nếu ý nghĩ, lời nói và hành động của mình nghiêng hẳn về phía xấu-ác thì chắc chắn đã lạc vào **tà kiến**.

Hành giả bước đi trên con đường Bồ-tát, nếu vô cảm, không rung động trước nỗi khổ của tha nhân, của số đông, mà chỉ biết a tòng và ủng hộ việc làm của những kẻ đại ác, quý quyết, ích kỷ, vô luân... thì chắc chắn đã lạc vào **tà đạo**.

*Bồ-đề nguyện* nếu được liên tục nuôi dưỡng, trong chánh kiến, chánh niệm, sẽ dẫn hành giả đi suốt con đường Bồ-tát, đi suốt cuộc hành trình dài lâu ngang qua cuộc sống này và nhiều kiếp sống sau. Nhưng một khi vì vô minh hoặc phóng dật [1] mà lãng quên *Bồ-đề nguyện*, sẽ dễ lầm lạc, buông lung, khó có thể quay lại để tiếp tục cuộc hành trình.

Duy trì và trưởng dưỡng *Bồ-đề nguyện* bằng sự tu tập miên mật và tận tụy thực hiện những

điều lợi ích chúng sinh (lợi hành, *Bồ-đề hành*); bước tới, bước tới mãi, không thoái lui. Không cần biết khi nào sẽ đạt đến mục đích, vì mục đích luôn ở ngay trong hiện tiền (chánh niệm). Ban đầu, thấy mục đích, con đường và bước đi là ba; nhưng bước đi liên tục và ở một giai đoạn nào đó trên cuộc hành trình, sẽ thấy *Bồ-tát đạo*, *Bồ-đề nguyện*, *Bồ-đề hành* là một.

Một pháp, nhất tâm, nhất hướng, không bến bờ nào mà không chạm đến, không thời gian nào mà chẳng vượt qua.

- 1) “Ta thường nói “chánh niệm”, với ý nghĩa “biết mình đang làm gì”. Hiểu như vậy chưa đủ, mà cần hiểu thêm rằng, việc ta đang làm nhắm đến mục đích gì. Mục đích được dựng lên thuộc quá khứ, nhưng ẩn tượng quá khứ ấy được gắn chặt ngay trước mắt, nên gọi là chánh niệm. Người đang đi, dù biết mình đang đi nhưng không biết mình đang đi từ đâu đến đâu, đây không gọi là chánh niệm, mà là trạng thái buông lỏng, nó sẽ dẫn đến điều mà kinh điển thường gọi là “phóng dật” — buông thả ý không chịu kiểm soát nó.” (Tuệ Sỹ [1945 – 2023] Nguồn: Đạo Sinh)
- 2) “Niệm (*sati*) là tưởng niệm hay tùy niệm (*anussati*) vì nó khởi lên luôn luôn; hoặc niệm thích hợp (*anurūpa*) cho một thiện gia nam tử xuất gia vì lòng tin, niệm có mặt trong những trường hợp cần thiết gọi là tùy niệm” (Thanh Tịnh Đạo Luận, Chương VII, Luận sư Phật Âm/ Buddhaghosa - Ni sư Trí Hải dịch). Có thể tìm đọc thêm về “Một Pháp” với Thập Niệm (Mười Tùy Niệm), gồm Niệm Phật, Niệm Pháp, Niệm Chúng (Tăng), Niệm Giới, Niệm Thí, Niệm Thiên, Niệm Tịch Tĩnh, Niệm An Ban, Niệm Thân Vô Thường, Niệm Sự Chết (Tăng Nhất A-hàm Quyển 1, Thiên Một Pháp, Phẩm Thập Niệm, Thanh Văn Tạng Tập 10, Kinh Bộ X, trang 65 – 70; Hội Đồng Hoàng Pháp ấn hành 2022).
- 3) Tham công án và khán thoại đầu được khởi xướng từ các thiền sư Trung Hoa, có thể bắt đầu từ Lâm Tế Nghĩa Huyền (đời Đường), truyền xuống Đại Huệ Tông Cảo (đời Tống); lấy nghi làm đối tượng quán tưởng, nghi nhiều ngộ nhiều (đại nghi đại ngộ). Thời cận đại, việc tham công án và khán thoại đầu không còn phổ biến, nhưng Tông Lâm Tế đã được thịnh hành từ đời Tống, truyền sang cả Nhật Bản và Việt Nam, duy trì đến ngày nay.
- 4) Tám chi Thánh đạo (Bát Thánh Đạo Phần) hay Bát Chánh Đạo, gồm: Chánh kiến, Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh tinh tấn, Chánh niệm và Chánh định.

# TIN TỨC PHẬT GIÁO THẾ GIỚI

## DIỆU ÂM lược dịch

### MIỄN ĐIỆN: Các ngôi chùa lớn tổ chức cuộc thi đệt-y truyền thống cho Lễ hội Tazaungdaing

Năm nay, các ngôi chùa lớn của Miến Điện sẽ tổ chức cuộc thi đệt y trong Lễ hội Tazaungdaing truyền thống.

Các cuộc thi sẽ diễn ra tại những ngôi chùa nổi tiếng, bao gồm Chùa Shwedagon và Chùa Botahtaung ở Yangon, cũng như tại Tượng Phật Maravijaya ở Nay Pyi Taw.

Chùa Shwedagon sẽ tổ chức cuộc thi đệt y vào đêm ngày 14-11 cho Lễ hội Tazaungdaing năm nay.

Có 9 đội tranh tài tại Chùa Shwedagon, nơi họ phải đệt y trong một đêm duy nhất, với các giải thưởng được trao cho những người chiến thắng. Những người dự thi sẽ được các chuyên gia về đệt y may và lịch sử đánh giá.

Lễ hội Tazaungdaing, còn được gọi là Lễ hội Ánh sáng, được tổ chức vào ngày trăng tròn Tazaungmon, tháng thứ 8 theo lịch Miến Điện và là một trong những sự kiện đầy màu sắc và sôi động nhất của đất nước này.

Năm nay, ngày trăng tròn Tazaungdaing rơi vào ngày 15-11 dương lịch.

(Big News Network – November 8 – 14, 2024)



### BHUTAN: Bạc thầy tranh Thangka giới thiệu nghệ thuật Phật giáo tuyệt đẹp tại Triển lãm Nghệ thuật Phật giáo cá nhân

Kinzang Chojay, 38 tuổi, bạc thầy về tranh thangka Phật giáo, đã khai mạc triển lãm cá nhân của mình vào ngày 8-11-2024 tại Phòng trưng bày Nghệ thuật Phật giáo ở Kawajangsa, Thimphu.

Sự kiện nói trên đánh dấu một cột mốc quan trọng trong sự nghiệp của Kinzang Chojay với tư cách là một nghệ sĩ đã cống hiến hơn 2 thập niên cho loại hình nghệ thuật truyền thống này.

Với hơn 22 năm kinh nghiệm, Kinzang Chojay đã sáng tạo ra hàng trăm bức thangka cho các đền chùa và tu viện trên khắp Bhutan.

Diễn ra đến ngày 30-1-2025, triển lãm là sự kỷ niệm về những thành tựu nghệ thuật của Kinzang Chojay và về di sản văn hóa phong phú cùng chiều sâu tâm linh được thể hiện trong truyền thống nghệ thuật thangka của Bhutan.

(Kuensel - November 9, 2024)



Các tác phẩm của Kinzang Chojay (người đứng bên phải) tại Phòng trưng bày Nghệ thuật Phật giáo ở Kawajangsa, Thimphu (Bhutan)  
Photo: Kuensel

### ẤN ĐỘ: ASI sẽ tiến hành cuộc khai quật mới tu viện Phật giáo Ratnagiri của bang Odisha

Sau hơn 6 thập niên, tu viện Phật giáo nổi tiếng tại Ratnagiri ở quận Jajpur của Odisha sẽ được Cục Khảo cổ học Ấn Độ (ASI) khai quật thêm với sự hợp tác của 3 trường đại học là Đại học Cotton, Đại học Sambalpur và Đại học Utkal.

Theo một quyết định chính sách, ASI đang thuê ngoài một số dự án khai quật của mình cho các sở khảo cổ học và trường đại học của bang để giải quyết tình trạng thiếu hụt nhân viên và nguồn nhân lực.

"Hiện tại, chúng tôi đang trong quá trình dọn dẹp các rãnh khai quật trước đó và loại bỏ đất đổ để bắt đầu công việc khai quật có hệ



Kinzang Chojay  
Photo: buddhistdoor.net  
Tranh Mạn Đà La của Kinzang Chojay  
Photo: buddhistdoor.net

←  
Hình ảnh một cuộc thi đệt-y truyền thống trong Lễ hội Phật giáo Tazaungdaing (Miến Điện)  
Photos: myanmars.net

thống", Giám sát Khảo cổ học Garnayak cho biết.

Các kho báu khảo cổ học của Ratnagiri được xem là "Đồi ngọc", đã được ASI tiến hành khai quật từ năm 1958 đến năm 1961. Cuộc khai quật kéo dài 3 năm này đã đưa ra ánh sáng những tàn tích của một cơ sở Phật giáo tráng lệ - bao gồm một bảo tháp xây bằng gạch, 2 khu phức hợp tu viện lớn, nhiều bức tượng đá của Đức Phật và các tác phẩm điêu khắc khác - trải dài trên toàn bộ ngọn đồi trong khoảng thời gian từ thế kỷ thứ 5 sau Công nguyên đến thế kỷ thứ 13 sau Công nguyên.

(The Statesman November 14, 2024)



*Di tích Phật giáo Ratnagiri, bang Odisha (Ấn Độ)  
Photo: Google*

### **TRUNG QUỐC: Tin ảnh - Các ấn bản bảo tồn kinh điển Phật giáo Tây Tạng tại Tứ Xuyên**

DEGE, Tứ Xuyên - Các ấn bản được lưu giữ tại Nhà in Kinh Dege ở tỉnh Tứ Xuyên đã được đưa vào danh sách di sản tư liệu trong sổ đăng ký khu vực Châu A - Thái Bình Dương của Chương trình Ký ức Thế giới (MOW) của UNESCO vào tháng 5 năm nay.

Được xây dựng vào năm 1729, Nhà in Kinh Dege bảo tồn trong tình trạng tốt 325,520 bản in khắc gỗ chứa các tác phẩm kinh điển quan trọng của Tây Tạng có niên đại từ thế kỷ 11. Phần lớn các bản in này được chạm khắc trong khoảng từ thế kỷ 18 đến giữa thế kỷ 20.

(Big News Network - November 9-14, 2024)



*Nhà In Kinh Dege ở huyện Dege, tỉnh Tứ Xuyên (Trung Quốc)*



*Bản in khắc gỗ được lưu giữ tại Nhà In Kinh Dege*



*Công nhân đang phôi bản in khắc gỗ trên máng nhà tại Nhà In Kinh Dege*



*Công nhân đang chỉnh sửa các bản in mới tại Nhà in Kinh Dege ở huyện Dege, tỉnh Tứ Xuyên  
Photos: Big News Network*

### **HÀN QUỐC: Hiệp hội Phật tử tại gia của Tông phái Jogye tặng quần áo trẻ em cho Lào**

Ngày 14-11-2024, Hiệp hội Phật tử tại gia của Phật phái Jogye Hàn Quốc - giáo phái Phật giáo lớn nhất của đất nước - đã tặng 1,000 bộ quần áo cho các

bé gái mẫu giáo ở Lào.

"Bắt đầu từ Lào, chúng tôi sẽ tiếp tục nỗ lực hỗ trợ các quốc gia Phật giáo khác", ông Jung Won-ju, chủ tịch Hiệp hội, đã phát biểu trong buổi lễ được tổ chức tại trụ sở của Daewoo E&C ở Seoul. Ông Jung là chủ tịch của Công ty Daewoo E&C và Công ty Herald Media Group.

Ông Alounkone Boulommavong, phó trưởng phái đoàn của Đại sứ quán Lào tại Hàn Quốc, đã cảm ơn chủ tịch Jung và cho biết số quần áo này - được cung cấp bởi hãng phim hoạt họa Hàn Quốc SAMG Entertainment - sẽ đến tay trẻ em Lào vào tháng 12 tới.

(The Korea Herald - November 2024)



*Jung Won-ju (bên phải), chủ tịch Herald Media Group và Daewoo E&C, và Alounkone Boulommavong, phó trưởng phái đoàn của Đại sứ quán Lào tại Hàn Quốc, chụp ảnh tại buổi lễ tặng quần áo ở Seoul*

Photo: The Korea Herald

### **NHẬT BẢN: Bảo tàng Quốc gia Nara sẽ trưng bày những tác phẩm nghệ thuật Phật giáo đẹp nhất của Nhật Bản**

NARA, Nhật Bản - Bảo tàng Quốc gia Nara đã công bố chi tiết về triển lãm toàn diện đầu tiên của mình dành riêng cho các bảo vật quốc gia, vốn sẽ quy tụ những tác phẩm nghệ thuật Phật giáo đẹp nhất của Nhật Bản vào mùa xuân năm sau.

Được tổ chức bởi bảo tàng Nara, báo Asahi Shimbun và các đơn vị khác, triển lãm "Ồ! Bảo vật Quốc gia: Kho báu Rực rỡ của Lòng mộ đạo và Di sản" sẽ kỷ niệm 130 năm thành lập bảo tàng quốc gia tại cố đô Nara.

Triển lãm sẽ trưng bày khoảng 140 tác phẩm, bao gồm khoảng 110 bảo vật quốc gia và khoảng 20 di sản văn hóa quan trọng, được trưng bày theo 7 chủ đề.

Triển lãm tại Nara sẽ diễn ra

từ ngày 19-4 đến ngày 15-6-2025, với một số vật trưng bày có thể thay thế. Triển lãm này sẽ được tổ chức cùng thời điểm với "Nhật Bản, Nơi Giao thoa Nghệ thuật", một triển lãm đặc biệt sẽ diễn ra tại Bảo tàng quốc gia Kyoto.

Bảo tàng Quốc gia Nara ban đầu được mở cửa với tên gọi Bảo tàng Nara Hoàng gia, là bảo tàng thứ hai tại Nhật Bản, vào tháng 4 năm 1895.

(THE ASAHI SHIMBUN - November 18, 2024)



Một số tác phẩm nghệ thuật Phật giáo trong triển lãm kỷ niệm 130 năm thành lập bảo tàng quốc gia tại cố đô Nara, Nhật Bản  
Photos: THE ASAHI SHIMBUN

**HÀN QUỐC: Cộng đồng Phật giáo quốc tế Jungto Society tổ chức chuyên tham quan học tập dành cho các nữ tu sĩ và phụ nữ hoạt động xã hội**

Jungto Society, cộng đồng Phật giáo quốc tế do Hòa thượng Pomnyun Sunim, Pháp sư và là nhà hoạt động xã hội người Hàn Quốc đáng kính sáng lập, tháng này đã tổ chức chuyên tham quan học tập chuyên sâu kéo dài một-tuần tại Hàn Quốc dành cho các nữ tu sĩ và nhà hoạt động xã hội nữ trực thuộc Mạng lưới Phật tử Dẫn thân Quốc tế (INEB).

Có 11 nữ Phật tử từ 5 quốc gia và vùng lãnh thổ ở Châu Á - 2 người từ Bhutan, 1 người từ Trung Quốc, 3 người từ Ladakh, Ấn Độ, 2 người từ Tích Lan và 3 người từ Thái Lan - đã tập trung cho "Chuyến tham quan học tập INEB Jungto Society dành cho phụ nữ năm 2024" từ ngày 1 đến ngày 7-11.

Những người tham gia đã tập trung để thực hành, học hỏi, kết nối và trao đổi ý tưởng, với 3 mục tiêu cơ bản: để tìm hiểu cách thức mà Hòa thượng Pomnyun Sunim và Jungto Society đang triển khai giáo lý của Đức Phật trong xã hội hiện đại; để vượt qua sự phân biệt giới tính trong cộng đồng Phật giáo và thúc đẩy vị thế của các nhà hoạt động Phật giáo nữ; và để khám phá những thách thức và những giải pháp mà các nhà hoạt động xã hội nữ phải đối mặt.

(Buddhistdoor Global - November 18, 2024)



**MIỀN ĐIỆN: Hội nghị Quốc tế kỷ niệm 60 năm ngày sinh của Hòa thượng K.**

**Dhammasami, Nhà sáng lập Đại học Phật giáo Bang Shan**

Đại học Phật giáo Shan State (SSBU) của Miền Điện đã tổ chức một hội nghị quốc tế kéo dài 2-ngày với chủ đề "Những nỗ lực của các nhân vật nổi bật trong việc giảng dạy và thực hành Phật giáo" tại khuôn viên trường ở thành phố Taunggyi, bang Shan, từ ngày 7 đến ngày 8- 11-2024.

Sự kiện này kỷ niệm sinh nhật lần thứ 60 của Giáo sư - Hòa thượng Venerable K. Dhammasami, nhà sáng lập và là hiệu trưởng đáng kính của SSBU.

Được biết đến rộng rãi với cái tên Oxford Sayadaw, Hòa thượng Dhammasami đã lấy bằng Tiến sĩ Triết học tại Đại học Oxford, và kể từ đó trở thành nhân vật chủ chốt trong việc quảng bá Phật giáo tại Vương quốc Anh, nơi ông đã thành lập Tịnh xá Oxford Buddha.

Hội nghị nói trên tập trung vào các lĩnh vực chính liên quan đến công việc và cuộc sống của những nhân vật địa phương và quốc tế nổi bật trong việc truyền bá Phật giáo, sự truyền bá thiền Phật giáo trong lịch sử và hiện đại, cũng như các phương pháp tiếp cận truyền thống và sáng tạo để giảng dạy và học tập trong bối cảnh Phật giáo.

(NewsNow - November 18, 2024)



Đại học Phật giáo Bang Shan (SSBU) của Miền Điện

Chuyến tham quan học tập tại Hàn Quốc dành cho các nữ tu sĩ và các nhà hoạt động xã hội nữ trực thuộc Mạng lưới Phật tử Dẫn thân Quốc tế (INEB)

Photos: Jungto Society



Hội nghị Quốc tế kỷ niệm 60 năm ngày sinh của Hòa thượng K. Dhammasami, Nhà sáng lập Đại học Phật giáo Bang Shan  
Photos: ssbu.edu.mm

### ẤN ĐỘ: Chùa Long Cung kỷ niệm 25 năm thành lập tại Nagpur, bang Maharashtra

Nagpur, Maharashtra – Chùa Long Cung đã kỷ niệm 25 năm thành lập trong một sự kiện lớn tại thành phố Kamptee, quận Nagpur vào ngày 15-11-2024.

Hiệp hội Ogawa của Nhật Bản, tổ chức đã đóng góp vào việc xây dựng quần thể tu viện tuyệt đẹp này tại Kamptee, được đại diện bởi khoảng 50 nhà sư đến từ Nhật Bản. Sự kiện bắt đầu vào sáng ngày 15-11 với lễ diễn hành của một nhóm nhà sư Nhật Bản. Từ xa họ tiến vào tu viện với tiếng tù và cùng tiếng trống, vang lên cùng tiếng tụng kinh bằng tiếng Nhật.

Liên đoàn Phật giáo Quốc tế (IBC) đã hợp tác với Chùa Long Cung để tổ chức sự kiện này. Nhiều nhà sư quốc tế và những người đến từ các vùng khác nhau của Ấn Độ đã tham dự sự kiện này thay mặt cho IBC – trong số đó có khoảng 5,000 người từ Kamptee và các vùng khác của Nagpur.

Bộ trưởng Bộ Văn hóa và Du lịch cùng Bộ trưởng Bộ Các vấn đề Nghị viện và Thiểu số đã tham dự lễ và phát biểu tại kỷ niệm này.

(ANI – November 17, 2024)



Chùa Long Cung tại Kamptee, Nagpur (Ấn Độ)

Photo: Wikipedia



## SÔNG QUÊ

*Từng giọt nước xuyên tan nguồn đá cuội  
nắng cựa mình đá thờ khói hư vô  
sông xanh bóng tre oằn nghiêng trong gió  
chiều mơ màng nghe đất lạnh mầm non.*

*dòng sông xưa tuổi dài vương tóc trắng  
đã một lần tắm gội để nghìn năm  
nước vẫn nước vạn đời sông chuyên chở  
bờ trắng ngàn thuyền lạc bên lạnh căm.*

*mùa lũ đến đôi bờ loang sóng bạc  
phù sa bồi, bên cạn nhớ bên kia  
cho lau lách nước xuôi nguồn để lại  
hạnh phúc nào vàng ánh thóc đầy sân.*

*dòng sông lạnh chở trăng về bến đậu  
ngược dòng trôi đến đầu bãi phương đòai  
sông tình tự những đêm buồn giăng lưới  
thả hồn mình lên ánh bạc lênh đênh.*

*dãi tóc xanh mùa hè hong gió nhẹ  
cuối chân trời dòng đổi lạc phù sa  
len lách qua ruộng đồng mang hơi thở  
đất hồi sinh cho nghiệp sống mọi nhà.*

*sông thơ ấu những trưa hè nắng đỏ  
thịt da mềm mơn trớn giữa dòng trôi  
những kỳ thú suốt đời như không đổi  
đến muôn đời vẫn đẹp vẫn thiết thân.*

thơ **PHỔ ĐỒNG**

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

HT. Thích Trí Chơn

NHÂN VẬT / SỰ KIỆN

## EDWIN ARNOLD (1832-1904)

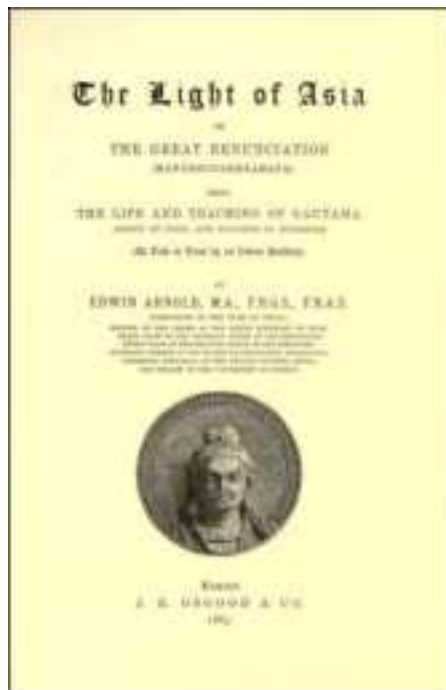
Edwin Arnold sinh ngày 10 tháng 7 năm 1832 tại Gravesend, quận Kent (đông nam nước Anh), con thứ hai của ông Robert Coles Arnold và bà Sarah Pizzey ở Framfield, quận Sussex (vùng đông nam Anh Quốc).

Thân phụ của Arnold sanh năm 1797 là con út của một gia đình gồm có 12 anh em. Edwin Arnold thừa nhỏ sống với cha và gia đình ở nông trại Southchurch Wick tại quận Essex (đông nam nước Anh). Những núi đồi, đồng cỏ xanh bát ngát nơi thôn quê đã ảnh hưởng nhiều đến tuổi trẻ của ông. Arnold yêu thiên nhiên và biển cả. Ông rất dở toán, nhưng giỏi môn học cổ điển (classics), lại có tâm hồn thi sĩ, thích làm thơ. Năm 17 tuổi, giữa mùa thu năm 1849, Arnold được cấp học bổng và chiếm giải thưởng về các bài văn xuôi, văn vần bằng Anh văn và cổ ngữ La tinh. Ông cũng có khiếu về ngôn ngữ học và biết ít nhất là 19 thứ tiếng.

Về đời sống tinh thần, Arnold chịu ảnh hưởng sâu đậm Phật Giáo sau khi tìm đọc một số sách Phật của các học giả Phật tử bấy giờ. Từ ngày hiểu đạo, Arnold bắt đầu chấm dứt việc đi săn bắn các loài vật, chim muông, vốn là thú vui của ông lúc tuổi còn thanh niên.

Sau khi hoàn tất chương trình tiểu học tại trường King ở Rochester, quận Kent (miền đông nam nước Anh), Arnold vào học đại học London (thành lập năm 1836), tại đây ông được cấp học bổng nhận vào đại học College (thành lập năm 1249) ở Oxford (trung nam Anh quốc). Thời gian này, ông sống chung cùng phòng với nữ thi hào Anh, bà M.W. Shelley (1797-1851). Bài thơ đầu tiên Arnold sáng tác mang tựa đề: "The Feast of the Belshazzar" (Buổi tiệc của Belshazzar) đã chiếm được giải thưởng văn chương Newdigate vào năm 1852.

Năm 22 tuổi, Arnold lập gia đình với Catherine



"Ánh sáng Á châu" (*The Light of Asia*) được xuất bản lần đầu năm 1879. Trang trên là trang tiêu đề của ấn bản năm 1885.

Elizabeth Biddulph, chị của một sinh viên bạn ông. Sau khi tốt nghiệp đại học, Arnold được mời làm giáo sư dạy ở trường King Edward VI tại Birmingham (miền trung Anh quốc), đến năm 25 tuổi ông xin nghỉ dạy. Tháng 11 năm 1857, Arnold sang Ấn Độ nhận giữ chức viện trưởng đại học Deccan ở Poona (tiểu bang Maharashtra, miền tây Ấn Độ). Cùng đi với ông có cô vợ Catherine và bé trai đầu lòng Lester.

## Sùng Kính Các Tôn Giáo Đông Phương

Theo tài liệu trong tập "The Cabinet Portrait Gallery" xuất bản năm 1893 cho biết thời gian Arnold sống tại Ấn Độ "đã giúp ông rất nhiều trong sự phát triển tinh thần, văn chương cũng như lòng tôn kính các đạo giáo Đông Phương mà chúng đã ảnh hưởng sâu xa đến văn nghiệp sau này của ông".

Làm Báo Và Khảo Cổ

Năm 1861, Arnold trở lại Anh quốc và được mời cộng tác viết bài cho tờ "Điện Tín Hằng Ngày" (The Daily Telegraph) tại Luân Đôn (London). Sau đó, ông

nhận làm chủ bút cho nhật báo này trong suốt 40 năm liền. Năm 1893, ông qua Constantinople nhận làm chuyên viên kỹ thuật cho hoàng đế Thổ Nhĩ Kỳ (Turkey) để khám phá khai quật các thành phố xưa bị chôn vùi ở thị trấn Assyria (một vương quốc cổ nằm trong vùng tây nam Á châu). Công tác này của Arnold đã mở đầu một trang sử mới cho Anh Quốc trong việc khảo cứu lịch sử của một nền văn minh nhân loại thời xa xưa.

## Đi Nhiều, Học Nhiều

Có thể nói Arnold là con người đa dạng, có nhiều tài ba và tích cực hoạt động, ham đi, thích viết, như Lester, con trai của ông đã kể trong một câu chuyện về ông như sau: "Arnold đi khắp nơi, học các thứ tiếng, đọc mọi điều và viết đủ loại; hôm nay là ký giả thuần túy, ngày mai là tư tưởng gia, bữa nọ lại trở thành nhà thơ v.v..."

Nghiên Cứu Triết Lý, Chính Trị, Khoa Học  
Arnold cũng thích nghiên cứu về khoa học, chính trị v.v... Nhiều nhà khoa học, chính trị, triết gia người Anh nổi tiếng bấy giờ là bạn thân của ông và ông thường liên lạc qua thư từ để thảo luận với họ về các vấn đề trên. Một số quý vị trong đó là nhà vật lý học Thomas H. Huxley (1825-1895), triết gia Herbert Spencer (1820-1903), nhà bác vật học Charles R. Darwin (1809-1882), chính trị gia John Stuart Mill (1806-1873) và nhà hóa học William Crookes (1832-1919). Ông còn thích tìm hiểu về thuyết duy linh và là hội viên của Hội Nghiên Cứu Tâm Thần Học (Society for Psychical Research), đã từng kết bạn với các đại thi hào Anh quốc Lord Tennyson (1809-1892); nhà tâm lý học kiêm triết gia Mỹ William James (1842-1910) và Andrew Lang (1844-1912) nhà văn kiêm học giả Tô Cách Lan (Scotland).

### Những Đóng Góp Cho Phật Giáo Của Edwin Arnold

- Sáng tác thi phẩm "The Light of Asia" (Ánh Sáng của A Châu)

Arnold đã viết tác phẩm này phần lớn tại Hamlet House, gần Southend thuộc quận Essex (miền đông nam nước Anh). Vào thời điểm hậu bán thế kỷ 19, Phật Giáo còn quá xa lạ với người Âu Mỹ vì kinh sách Phật Giáo bằng Anh văn và các ngôn ngữ Châu Âu khác còn khan hiếm, thi phẩm "Ánh Sáng A Châu" của Arnold xuất bản đầu tiên năm 1879 là món quà pháp bảo quý báu đã góp phần to lớn cho sự truyền bá Phật Giáo tại các nước Tây Phương.

Bằng những vần thơ linh động, trong sáng đầy tình cảm diễn tả cuộc đời của đức Phật từ lúc đản sinh đến khi Ngài nhập Niết bàn đã thu hút sự chú ý say mê của độc giả từ đầu tới cuối. Cuốn sách dày 177 trang, không kể lời nói đầu của tác giả và bài giới thiệu của ông E. Denison Ross, giám đốc trường Luân đôn Nghiên cứu Đông Phương (London School of Oriental Studies); với tổng cộng khoảng 5.300 dòng và 41.000 chữ. Tác phẩm được chia ra làm 8 chương như sau:

Chương 1: Diễn tả sự ra đời và giai đoạn ấu niên của thái tử Cồ Đàm (Gotama).

Chương 2: Cuộc sống của thái tử từ lúc 18 tuổi đến khi Ngài kết hôn với công chúa Da Du Đà La.

Chương 3: Thời gian thái tử sống trong cung điện hưởng mọi thú vui bên cạnh công chúa Da Du Đà La đến lúc Ngài dạo chơi ra ngoài thành tiếp xúc với bốn cảnh sanh, già, bệnh, chết và giải thoát của vị Sa Môn.

Chương 4: Thái tử nhìn vợ con lần cuối, nửa đêm vượt thành xuất gia tầm đạo giải thoát để cứu độ chúng sanh.

Chương 5: Thái tử tu khổ hạnh trong rừng với các tu sĩ ngoại đạo khác.

Chương 6: Sau khi dùng bát cháo sữa dâng cúng của nàng Tu Già Đa (Sujata), thái tử đã chiến thắng Ma Vương, thành Đạo dưới cội Bồ đề.

Chương 7: Cảnh buồn khổ của vua cha Tịnh Phạn; vợ, công chúa Da Du Đà La; và con, La Hầu La, sau bảy năm vắng bóng thái tử Tất Đạt Đa.

Chương 8: Đức Phật thành lập đoàn thể Tăng Già và truyền bá chánh pháp cho dân chúng.

Đây là cuốn sách được phát hành phổ biến rộng rãi nhất so với các tác phẩm Phật Giáo khác bấy giờ, với sự hưởng ứng tìm đọc của hầu hết độc giả

Phật tử khắp nơi trên thế giới. Ấn bản đầu tiên năm 1879 đã thu được kết quả rực rỡ ngoài sức tưởng tượng, và chỉ trong vòng một năm đã tái bản lần hai. Sau 5 năm, thi phẩm được Arnold sửa chữa lại và ông cho nhà xuất bản Trubner tại Luân Đôn (Anh quốc) giữ bản quyền, đã phát hành được hơn 30 ấn bản từ năm 1885 đến nay.

Tại Hoa Kỳ, các nhà xuất bản đã cho in lại, phát hành trong nhiều năm nguyên bản đầu tiên (chưa sửa chữa) của tác phẩm này. Tại Anh đến năm 1970, cuốn sách đã in đến lần thứ 60 và tại Mỹ, số người đọc thi phẩm nhiều gấp bội, đã xuất bản đến ấn bản thứ 80. Hiện nay, tác phẩm vẫn còn được các nhà xuất bản tại Hoa Kỳ và Anh quốc giữ bản quyền và tiếp tục cho in lại nhiều lần, con số sách bán ra đến hàng triệu cuốn.

Thực vậy, giá trị vĩnh cửu của tác phẩm đã được bày tỏ một phần qua lời nói đầu của chính tác giả: "Những vần thơ sau đây bằng óc tưởng tượng của một Phật tử nhiệt thành, tôi đã diễn tả cuộc đời, nhân cách và triết lý của một đấng siêu nhân và cách mạng tuyệt luân của thái tử Cồ Đàm (Gautama) của Ấn Độ, người đã sáng lập nên Phật Giáo. Thế hệ trước đây, rất ít và không ai ở Châu Âu biết đến tôn giáo vĩ đại này của Ấn Độ, mặc dù nó đã tồn tại 24 thế kỷ qua... Bốn trăm bảy mươi triệu tín đồ đã sống và chết trong giáo lý của đức Phật, và ảnh hưởng tinh thần của vị giáo chủ xa xưa này đến nay vẫn còn lan rộng từ Nepal, Tích Lan đến Trung Hoa, Nhật Bản, Tây Tạng, Trung Á, Xi-bê-ri (Siberia) và cả Thụy điển v.v... Cho nên, hơn phần ba nhân loại đã tiếp nhận những ý tưởng đạo đức từ vị thái tử siêu việt này..."

Và trong phần giới thiệu về tác phẩm, Denison Ross cũng đã viết: "Ánh Sáng A Châu... với những tên gọi, danh từ Phạn ngữ mới lạ đã đạt được thành quả nhanh chóng, là một bằng chứng cho thấy câu chuyện do tác giả kể khá hấp dẫn và cuốn sách rõ ràng là có giá trị. Những lời dạy luân lý của đức Phật rất quen thuộc với Tây Phương, song những cảnh trí và biểu tượng của Ấn Độ thì quá mới lạ với mọi người; trong khi cuộc sống thực tế của thái tử Cồ Đàm đã trình bày một tấm gương đạo đức toàn hảo đối trước hàng ngàn độc giả... Tác phẩm, tôi nghĩ... chứa đựng những vần thơ trong sáng, đẹp đẽ cũng như sự diễn tả đầy đủ nhất bằng ngôn ngữ của chúng ta về cuộc đời đức Phật... Đối với một số người, thực vậy, cuốn sách đã gây nên sự ngạc nhiên lớn lao về cái điều là 5 thế kỷ trước Chúa Giê-su (Christ) ra đời, đức Thế Tôn đã dạy tất cả những lời khuyên đạo đức căn bản của Thiên Chúa Giáo..."

Thi phẩm "Ánh sáng A Châu" sau 8 năm ra đời, lần đầu tiên được bác sĩ Arthur Pfungst, một sinh viên Phật Giáo, dịch ra tiếng Đức từ ấn bản thứ 24 của tiếng Anh; và dịch bản này đã phát hành tại Leipzig (trung nam Đông Đức) vào năm 1887 với sự hưởng ứng tìm đọc của đa số dân chúng bấy giờ. Năm 1891, bản dịch Đức ngữ thứ hai do Konrad Wernicke thực hiện, có thêm lời chú thích. Cuốn sách đã được Albrecht Schaeffer dịch ra tiếng Đức lần thứ ba mang tựa đề: "Das Kleinod in Lotos", xuất bản năm 1923. Thi phẩm này cũng đã được dịch ra tiếng Hòa Lan năm 1895, tiếng Pháp năm 1899, tiếng Tiệp Khắc năm 1906, tiếng Ý năm 1909, và sau đó là tiếng Thụy Điển và thể giới ngữ (Esperanto).

Tác phẩm "Ánh sáng A Châu" đã được quay thành phim tại Ấn Độ với sự giúp đỡ cung cấp các



vật dụng cần dùng cho việc đóng phim như y phục, voi, lừa và ngựa của vị Đại Vương thị trấn Jaipur, thủ phủ của tiểu bang Rajasthan, miền tây bắc Ấn. Cuốn phim đã được chiếu tại Boston (Hoa Kỳ) năm 1929. Cuốn sách cũng đã được bà G. Jones Walton ở Mỹ viết thành kịch và lần đầu tiên năm 1918 được trình diễn tại California, kéo dài liên tiếp trong 35 đêm. Ngoài ra, thi phẩm cũng đã được phổ thành nhạc. Tất cả những phim kịch bản và nhạc khúc này đã được chuyển âm, dịch ra hơn 7 thứ tiếng Châu Âu, nhờ vậy mà Phật Giáo ngày càng được nhiều người biết đến ở Tây Phương. Năm 1879, vua Thái Lan Rama V (Chulalongkorn, trị vì: 1868-1910) đã viết thư cảm ơn và tán dương công đức đóng góp truyền bá Phật Giáo của Arnold qua tác phẩm "Ánh Sáng Á Châu" (The Light of Asia), và đức vua đã cấp thưởng cho ông một huân chương "Bạch Tượng" (White Elephant).



EDWIN ARNOLD  
(1832-1904)

### Những Nhà Phê Bình Về Tác Phẩm "Ánh Sáng Á Châu"

Một thời gian sau khi cuốn "Ánh Sáng Á Châu" (The Light of Asia) của Arnold ra đời, ảnh hưởng của nó thật to lớn, nhiều nhà bình luận đương thời đã lên tiếng khen lẫn chê về tác phẩm này.

Trước hết, nhà văn Mỹ Oliver Wendell Holmes (1809-1894), giáo sư dạy đại học Harvard (Hoa Kỳ) đã đề cao giá trị của tác phẩm như cuốn Tân Ước Kinh (New Testament) của Thiên Chúa Giáo. Richard Henry Stoddard đã so sánh thơ của Arnold với các thi hào Anh quốc như C.G. Rossetti (1830-1894) và A. C. Swinburne (1837- 1909) v.v...

Người đã tấn công mạnh nhất xem cuốn "Ánh sáng Á Châu" như một tài liệu chống đạo Thiên Chúa (antichrist) là W.C. Wilkinson. Trong tập sách "Edwin Arnold as Poetizer and Paganizer" (Arnold, nhà thơ và kẻ theo tà đạo), ông viết: "Sự xuất bản tác phẩm của Arnold đã xảy ra cùng lúc với việc phát triển, cả tại Hoa Kỳ và Châu Âu, về tánh hiếu kỳ và lòng ham thích muốn tìm hiểu các tôn giáo vô thần, đặc biệt nhất là Phật Giáo. Ánh Sáng Á Châu đã đáp ứng tốt đẹp khát vọng nhất thời này của người Tây Phương. Vì thế, tôi nghĩ rằng cuốn sách sẽ được nhanh chóng phổ biến cho người Mỹ tìm đọc. Và ông Arnold hẳn nhiên, do bởi thiên tài hoặc may mắn, đã vượt trội hơn những tác giả khác, trong phương cách mở rộng sự thu hút các độc giả Hoa Kỳ chuẩn bị tiếp nhận đầy thiện cảm giáo lý của đức Phật..."

Và ông Samuel Kellogg cũng báo động về sự ầm hành cuốn "Ánh Sáng Á Châu". Trong tập sách ông viết nhằm chống lại điều gọi là "Sự đe dọa của Phật Giáo" (The Buddhist Menace), Kellogg trình bày: "Sự ham thích nghiên cứu đạo Phật của số người trí thức tại các quốc gia theo thiên chúa giáo là một trọng những hiện tượng tôn giáo đặc biệt và hấp dẫn của thời đại chúng ta. Tại Hoa Kỳ, sự ham mộ này chỉ có giới hạn nơi một số người tự nghĩ rằng họ

hiểu biết chút ít về Phật Giáo, nhưng từ năm 1879 sau khi ông Arnold cho ấn hành cuốn 'Ánh Sáng Á Châu', mức độ quần chúng muốn hiểu biết Phật Pháp đã gia tăng. Nhiều người... đã bị lôi cuốn bởi những vần thơ hay đẹp đầy quyến rũ của Arnold. Sự phát hành những ấn bản rẻ mạt của tập sách, chỉ bán có vài xu một cuốn, đã khiến cho đại đa số quần chúng chưa biết gì về đạo Phật, nay họ chú ý nhiều hơn đến tôn giáo này..."

Nhưng Arnold chẳng cần để ý gì để sự phê bình chỉ trích khen chê của thiên hạ, vì tự biết rằng đã có số đông nhiệt tình ủng hộ tìm đọc thi phẩm của ông.

Viếng Thăm, Thuyết Giảng Phật Giáo Tại Các Nước Á Châu. Góp Phần Tranh Đấu Giành Lại Chủ Quyền Thánh Tích Bồ Đề Đạo Tràng (Bodhi Gaya) Tại Ấn Độ.

Sự thành công rực rỡ của tác phẩm "Ánh Sáng Á Châu" đạt đến

cao điểm của nó với nhiều người tìm đọc là vào giữa năm 1884 và 1885. Nhờ vậy mà Phật tử khắp nơi trên thế giới đã ca tụng xem Arnold như nhà vô địch truyền bá đạo Phật lúc bấy giờ. Ông được các tổ chức Phật Giáo tại Ấn-Độ, Tích Lan, Miến Điện và Thái Lan mời sang thăm để thuyết giảng về đạo Phật. Arnold đã đến chiêm bái các Phật tích Ấn Độ như vườn Lộc Uyển (Sarnath), nơi đức Phật thuyết Pháp đầu tiên và Bồ Đề Đạo Tràng, nơi đức Phật thành Đạo. Bồ Đề Đạo Tràng (Bodhi Gaya) từ cuối thế kỷ 16 về trước thuộc quyền kiểm soát của Phật tử, nhưng vào lúc Arnold đến viếng, thánh địa này lại nằm trong tay chiếm đoạt của các ông Mahant theo Ấn Độ Giáo. Đại Đức Tích Lan Anagarika Dharmapala (1864-1933) đầu tiên đến chiêm bái Bồ Đề Đạo Tràng năm 1891 thấy tình trạng đau lòng như vậy nên đã phát nguyện quyết tâm tranh đấu giành lại chủ quyền thánh địa này cho các Phật tử.

Năm 1893, Arnold đã hưởng ứng tiếp tay với Đại Đức Dharmapala bằng cách viết một bài báo mang tựa đề: "East and West: A Spendid Opportunity (Đông và Tây: Một Cơ hội Thuận lợi)" và cho đăng trên nhật báo "Điện Tín Hằng Ngày" (The Daily Telegraph) của ông, nhằm đưa vấn đề trên ra trước dư luận Phật Giáo thế giới và ủng hộ lập trường của ngài Dharmapala, là cương quyết yêu cầu các ông Mahant (theo Ấn Giáo) phải hoàn trả quyền làm chủ, kiểm soát thánh tích Bồ Đề Đạo Tràng cho các Phật tử. Sau đó, để rộng đường dư luận, bài báo đã được tái đăng ở tập san "East and West" (Đông và Tây) và tạp chí Phật Giáo của Hội Ma Ha Bồ Đề (The Maha Bodhi Society), phát hành tại Calcutta, thủ đô của tiểu bang West Bengal (miền đông Ấn Độ).

Từ Ấn Độ, Arnold qua thăm Tích Lan (Sri Lanka) và mang theo mấy chiếc lá bồ đề ông hái từ cây Bồ Đề chính ở Bồ Đề Đạo Tràng. Nơi đầu tiên ông đến viếng là thị trấn Panadura, tại đây Arnold được nhà sư kiêm học giả tiếng Pali, thượng tọa Sumangala cùng với hàng ngàn chư Tăng, thiện nam tín nữ đón tiếp vô cùng trọng thể. Trong bài diễn văn chào mừng của các đoàn thể Phật Giáo Tích Lan, có đoạn

viết: “Sự xuất hiện của học giả Arnold đã làm lu mờ danh tiếng của các nhà trí thức khác như ngọn núi kim cương đã che khuất sự rực rỡ, chói sáng của các loại đá quý thường”. Sau hai giờ thảo luận với Thượng Tọa Sumangala, nhà lãnh đạo Phật Giáo cao cấp của Tích Lan, Arnold đã trình bày về tình trạng đáng buồn xảy ra ở Bồ Đề Đạo Tràng và góp ý vấn đề cần được giải quyết êm đẹp giữa các ông Mahant (Ấn Giáo) với chính quyền Ấn Độ. Ông cũng đề nghị nên đặt chùa Bồ Đề Đạo Tràng dưới sự quản trị của một Hội Đồng gồm nhiều đại diện các quốc gia Phật Giáo.

Sau cùng, đáp lời thỉnh cầu của chư Tăng và Phật tử Tích Lan, qua nhật báo “Điện Tín Hằng Ngày” của mình, Arnold đã đạo đạt ý kiến trên lên quý ông thống đốc của Tích Lan và tiểu bang Madras (miền nam Ấn Độ).

Từ Panadura, Arnold trở lại Colombo (thủ đô Tích Lan) thăm trường đại học Đông Phương Vidyodaya Pirivena, tại đây ông được các học giả, chư Tăng và đông đảo thiện nam tín nữ, trong đó có đại tá H.S. Olcott (1832-1907), một Phật tử Hoa Kỳ, niềm nở tiếp đón. Sau đó, Arnold đến thăm Kandy (miền trung Tích Lan), nơi có chùa thờ xá lợi “Răng của Phật”. Tại đây, ông cũng được chư Tăng và dân chúng Phật tử nhiệt liệt chào mừng vô cùng cảm động. Ông đã tặng cho chùa Kandy những lá bồ đề ông mang qua từ Ấn Độ. Những lá bồ đề này được đặt trong một cái hộp bằng vàng cho Phật tử lễ bái suốt tuần lễ. Đáp lại, các thượng tọa chùa Kandy đã tặng ông một bình bát và một chiếc y màu vàng.

Arnold đầu tiên qua thăm Nhật Bản vào năm 1889. Trong một buổi diễn thuyết tại đây, ông đã kêu gọi Phật tử Nhật nên lưu tâm đến những quyền lợi thiêng liêng của Phật tử tại các thánh tích Phật Giáo ở Ấn Độ, và sau đó một Hội Phật giáo đã được thành lập tại Nhật nhằm hoạt động cho quyền lợi của Bồ Đề Đạo Tràng. Lần thứ hai, Arnold trở sang thăm Nhật vào năm 1892. Trong một buổi họp mặt đông đảo, ông tuyên bố rằng ông sẵn sàng hy sinh, cả mạng sống nếu cần, cho quyền lợi thiêng liêng của đất thánh Phật Giáo. Arnold đề nghị Hội Phật Giáo Nhật Bản nên mua đất lập chùa và gửi chư Tăng qua thường trú tại Bồ Đề Đạo Tràng. Đặc biệt, nhân dịp trở qua Nhật lần này, Arnold đã làm lễ kết hôn với một cô gái Nhật trẻ đẹp mới 20 tuổi tên Tama Kurokawa. Sau đó, ông đưa cô ta về sống ở Luân Đôn chung với gia đình mấy người con của ông.

### Du Thuyết Tại Hoa Kỳ

Do lời mời của Charles William Eliot (1834-1926), viện trưởng đại học Harvard ở Boston (tiểu bang Massachusetts), Arnold đã qua thăm Hoa Kỳ vào ngày 22 tháng 8 năm 1889. Trong dịp này, ông đã đến thăm tòa Bạch Ốc ở Hoa Thịnh Đốn, tại đây Arnold được Benjamin Harrison (1833-1901), vị tổng thống thứ 23 của Hoa

kỳ tiếp đón trọng thể. Sau đó, ông đến thăm đại thi hào Mỹ Walt Whitman (1819-1892) ở Philadelphia, lúc ấy đã già, và Arnold có đọc lên cho Whitman nghe một vài trang trong thi phẩm “Anh Sáng Á Châu” của ông. Cuối tháng 9, Arnold đến thăm ông viện trưởng đại học Harvard C.W. Eliot và gặp các nhân vật nổi tiếng của Hoa Kỳ như các ông Oliver Wendell Holmes (1841-1935), nhà văn kiêm giáo sư đại học Harvard, đại thi hào J.G. Whittier

(1807-1892) v.v... Tháng 10 năm 1889. Arnold được mời thuyết giảng hai lần ở Sanders Theatre tại đại học Harvard, một hôm về đề tài triết lý Áo Nghĩa Thư (Upanishads) và ngày khác về tư tưởng triết học trong Đại Thi Tập Mahabharata của Ấn Độ.

Cuối năm 1891, Arnold trở qua thăm Hoa Kỳ lần thứ hai trong chuyến du thuyết do James Burton Bond tổ chức. Ông được mời thuyết trình ở Hàn Lâm Viện âm nhạc ở Philadelphia. Buổi nói chuyện của ông kéo dài hai tiếng rưỡi đồng hồ, có rất đông người đến dự thính. Tiếp đến, ông đi giảng ở New York, Boston, Cambridge rồi trở lại Philadelphia. Ban đầu ông dự tính sẽ thuyết trình khoảng 50 bài giảng, sau thể theo lời yêu cầu của thính giả, ông có ý định sẽ tăng số bài thuyết giảng lên đến 100. Tuy nhiên, sau đó vì sức khỏe kém, ông không thể tiếp tục cuộc du thuyết nên đành bỏ dở nửa chừng. Cuối cùng, trước khi rời Mỹ, Arnold đã ghé lại chơi vài ngày với người bạn triệu phú của ông là Andrew Carnegie (1835-1919).



Hình bìa của “The Light of Asia”, ấn bản 1885

### Những Đóng Góp Văn Hóa

Ngoài thi phẩm nổi tiếng “Anh Sáng Á Châu”, Arnold còn là bút giả của những tập thơ và tác phẩm giá trị dưới đây:

- 1852: Thi tập “The Feast of Belshazzar” (Buổi tiệc của Belshazzar)
- 1853: Poems Narrative and Lyrical (Những văn thơ tự thuật và trữ tình).
- 1875: The Indian Song of Songs (Những bài ca Ấn Độ)
- 1881: Indian Poetry (Thi Ca Ấn Độ)
- 1891: The Light of the World (Anh Sáng của Thế Giới)
- 1891: Seas and Lands (Biển Cả và Đất Liền)
- 1893: Adzuma, a Japanese Tragedy (Adzuma, thảm kịch của Nhật Bản).

Arnold còn viết thiên khảo luận về “Nền giáo dục ở Ấn Độ” (Education in India), một bộ sử gồm hai tập về “Tổ chức hành chánh của Lord Dalhousie (1812-1860)”, vị phó vương của Ấn Độ. Ông cũng soạn cuốn “Văn phạm tiếng Thổ Nhĩ Kỳ” (Turkish Grammar) vào năm 1877, và dịch từ tiếng Phạn (Sanskrit) tập tiểu luận về các thi hào Hy Lạp (Greek Poets) v.v...

Sự đóng góp phong phú và đa dạng của Arnold

vào những công trình khảo cứu và kiến thức của nhân loại đã giúp ông đạt được sự khâm phục và kính trọng của nhiều nhân vật danh tiếng bấy giờ như nữ hoàng Victoria (1819-1901) của Anh quốc cùng vua các nước Ba Tư (Persia), Thổ Nhĩ Kỳ và Nhật Bản v.v...

### Những Ngày Cuối Cùng

Sau bao nhiêu năm hoạt động cho nền báo chí, văn học nghệ thuật và lý tưởng Phật Giáo, không ngừng du thuyết khắp nơi để gieo rắc ánh đạo vàng của đức Thế Tôn đến với mọi người từ Âu sang Á, Arnold đã ngã bệnh trong vòng một tuần lễ. Sau đó, sức khỏe của ông sa sút lần đến ngày 24 tháng 3 năm 1904, ông từ trần một cách an lành tại Luân Đôn (Anh quốc), hưởng thọ 72 tuổi. Trước khi mất, Arnold dặn người thân là nên hóa táng, vì ông muốn được cảm thấy thân xác mình từ từ trở thành tro bụi trong thế giới vô thường khổ đau mà mọi người ai cũng phải một lần lìa bỏ để vĩnh viễn ra đi.

Đại thi hào Arnold hiện nay đã không còn ở thế gian này với chúng ta, nhưng sự nghiệp hoằng pháp to lớn qua tác phẩm "Anh Sáng Á Châu" (The Light of Asia) nổi tiếng của ông, đã bất diệt đi vào lịch sử Phật Giáo nói riêng cũng như văn hóa nhân loại nói chung. Những người con Phật hôm nay, dù Âu Mỹ hay Á Châu, không ai có thể phủ nhận giá trị đóng góp của Arnold cho việc truyền bá giáo lý đức Phật đến với mọi người vào giai đoạn mà Phật Giáo vẫn còn mới mẻ, xa lạ đối với đa số dân chúng Tây Phương khi ông ta sáng tác thi phẩm "Anh Sáng Á Châu" này. Với sự qua đời của Edwin Arnold bấy giờ, nhân loại thực sự đã mất đi một nhà thơ, nhà văn, ký giả tài ba lỗi lạc; và thế giới Phật Giáo vắng bóng một đạo hữu chân thành, một vị hộ pháp trung kiên, đặc lực, đã đem hết thi tài của mình để góp phần xây dựng, phục vụ cho đạo pháp và chúng sanh.



## ĐỘNG

*Thu sang sương đọng bóng  
Nén lòng chiếc lá rơi  
Rớt hương bên thềm mộng  
Hoa cười ai chơi với?  
    Nặng về soi lan nhả  
    Rông châu nóc pháp luân  
    Vắng rồi bao bóng cả  
    Mát râm đọng vô thường  
Nghe ngân vang mộc đặc  
Ngói thâm kinh rung rền  
Dừng đôi chân lưu lạc  
Lửa đọng loé tim đèn  
    Bữa chay đọng hồi ức  
    Cỏ hoa chen giậu rào  
    Động chút gì đã mất  
    Dỗ dành những hư hao  
Ăn năn tìm bóng đọng  
Hoa cười gót lãng du  
Héo tươi giấy tĩnh động  
Thơ mềm giọt tàn thu...*

## CÒN ĐỘNG

*Còn đọng trên đầu cỏ  
Trong luồng gió đa âm  
Nơi mệnh mộng bề khô  
Nụ cười toả bóng râm  
    Còn đọng trên đôi đốc  
    Trong tiếng kệ bài kinh  
    Nơi dòng trôi than khóc  
    Tiếng gâm âm diệu thanh  
Còn đọng trong tâm tưởng  
Trên đỉnh núi mây ngàn  
Nơi trái tim đại chúng  
Hương ngát Đoá Sen Vàng.*

## TÂM KHÔNG VĨNH HỮU

# NHÂN DUYÊN KHỞI RA CHÁNH KIẾN

## Quảng Tánh

ĐẠO PHẬT TRONG ĐỜI SỐNG

Người tu học Phật đều biết rằng, Bát Chánh đạo là nền tảng quan trọng của toàn bộ giáo pháp Thế Tôn. Trong đó, Chánh kiến tức nhận thức và quan điểm đúng Chánh pháp là chi phần quan yếu, có vị trí đứng đầu (Chánh kiến, ..., Chánh định). Nhận thức và quan điểm đúng Chánh pháp sẽ quyết định sự nghiệp tu hành luôn đúng với lời Phật dạy, không bị thiên lệch, thẳng đến giải thoát Niết-bàn.

Thời Thế Tôn còn tại thế, vẫn có một số ít Tỳ-kheo nhận thức sai Chánh pháp. May thay, các vị này được Thế Tôn nghiêm trách và chấn chỉnh kịp thời. Ngày nay, chúng ta tu học trong thời đại cách Phật lâu xa, Thánh tăng ngày càng ít, trong khi hầu hết là phàm và tạp tăng, cùng với sự nhận thức và diễn giải kinh pháp theo tư kiến chủ quan ngày càng gia tăng khiến cho người sơ học gần như lạc lối trong rừng giáo pháp, mỗi người nói một phách nên chẳng biết theo ai, khó phân định đúng sai, tà chánh. Hơn lúc nào hết, người tu Phật hiện nay cần bám sát những lời dạy của Thế Tôn được bảo tồn trong Kinh tạng để thiết lập và nêu cao Chánh kiến.

Chánh kiến tuy có nhiều tầng ý nghĩa, sâu cạn khác nhau nhưng căn bản vẫn là: Tin hiểu Nhân quả-Nghiệp báo; Tin sâu Bốn Thánh đế; Thấy rõ thực tính Duyên khởi-Vô thường-Vô ngã của vạn pháp; xác quyết Giới-Định-Tuệ là cốt tủy của mọi pháp hành nhân danh Đức Phật. Nên những nhận thức, quan điểm, phương pháp tu tập và hành đạo mà xa lìa những đặc điểm then chốt này sẽ lập tức rơi vào tà kiến, phi Chánh pháp. Vấn đề đặt ra là mỗi người nên thiết lập Chánh kiến cho mình bằng cách nào? Văn-Tư-Tu là con đường làm cho tâm thông trí sáng. Nhân Giới sanh Định, nhân Định phát Tuệ hay tức Giới, tức Định, tức Tuệ cũng khiến vô minh diệt, minh sanh. Từ thức tri, tiến lên thắng tri và thành tựu liễu tri. Trong pháp thoại dưới đây, Thế Tôn đề xuất hai pháp "nhận lời dạy dỗ và suy nghĩ về Ch�, Quán trong lòng" chính là "hai nhân, hai duyên khởi ra Chánh kiến".

*"Một thời Phật ở nước Xá-vệ, rừng Kỳ-đà, vườn Cấp Cô Độc. Bấy giờ Thế Tôn bảo các Tỳ-kheo:*

*- Có hai nhân, hai duyên khởi ra Chánh kiến. Thế nào là hai? Nhận lời dạy dỗ và suy nghĩ về Ch�, Quán trong lòng. Như thế, Tỳ-kheo đối hai nhân, hai duyên khởi ra Chánh kiến. Như vậy, này các Tỳ-kheo, nên học điều này!*

*Bấy giờ các Tỳ-kheo nghe Phật dạy xong, vui vẻ vâng làm".*

(Kinh Tăng nhất A-hàm, tập I, phẩm 15, Hữu vô, VNCPHVN ấn hành, 1997, tr. 198)

Theo Thế Tôn, muốn thành tựu Chánh kiến trước hết phải "nhận lời dạy dỗ" cho tứ chúng. Giảng dạy cho người đi sau, cho Phật tử và cho tất cả mọi người biết Chánh pháp. Thật là sai lầm khi không ít Tăng Ni chúng ta ngày nay có xu hướng phó thác việc giảng dạy này cho các vị giáo thọ, giảng sư. Mà đúng ra, mỗi vị Tăng Ni và Phật tử đều phải là giáo thọ, giảng sư. Chư Tăng Ni hiện nay tụng niệm nhiều nhưng ít khi thuyết pháp, giảng dạy trong các khóa lễ. Có thể chư vị biết mà không dạy nhưng cũng có thể không biết nhiều để dạy hay không nhận ra tầm quan trọng của việc giảng dạy giáo pháp. Nên Thế Tôn thật thâm thúy khi đưa ra nhân duyên "nhận lời dạy dỗ" này. Muốn dạy người thì trước hết tự thân mình phải học tập, nghiên tầm giáo pháp. Một khi đã có hiểu biết giáo pháp sâu sắc thì thiết lập được Chánh kiến. Nên giảng kinh, thuyết pháp, dạy người mà thực chất chính là xây dựng Chánh kiến cho mình.

Kế đến, muốn thành tựu Chánh kiến phải "suy nghĩ về Ch�, Quán". Tu tập thiền Định và thiền Tuệ, cách gọi khác của Ch� Quán chính là cơ sở hình thành Chánh kiến. Nói rõ hơn là phải tu tập, thực hành giáo pháp thì Chánh kiến mới phát sinh. Tâm có định thì trí mới sáng, trí sáng tỏ rồi thì liền hết tà kiến, lầm mê. Như vậy, theo lời dạy của Thế Tôn, mỗi người con Phật dù là xuất gia hay tại gia cần phải đầy đủ pháp Học và pháp Hành thì mới có thể thành tựu Chánh kiến. Phật giáo chúng ta tự hào có Tam tạng Kinh-Luật-Luận đồ sộ, minh triết bậc nhất, nhưng thực tế thì không phải ai tự nhận theo Phật cũng có Chánh kiến. Vấn đề là, liệu chúng ta có "nhận lời dạy dỗ và suy nghĩ về Ch�, Quán" hay không?



# TẬP LÀM NGƯỜI TU (\*)

Nguyễn Siêu

ĐẠO PHẬT TRONG ĐỜI SỐNG

Nghe nói đến người tu, tưởng chừng như người ấy làm cái gì to lớn, đội đá vá trời, dời non, lấp biển; làm những việc khác đời, kỳ hình dị tướng cho lắm. Thực ra, người tu như lời đức Phật dạy, là để cái nhìn vào trong; trong tâm của mình, mà không để cái nhìn ở bên ngoài; không chú mục để chạy theo trần cảnh, dong ruổi ngoài đời, hơn thua nhân ngã. Xoay cái nhìn vào bên trong tâm, để thấy khi tâm nghĩ thiện, thì biết mình đang nghĩ thiện; khi nghĩ bất thiện, thì biết tâm mình đang nghĩ bất thiện, nhờ vậy mà mình hướng tâm đến chỗ tốt đẹp, đến nơi an lạc, chỉ nhẹ nhàng, thanh thản là vậy, vì thế mà người tập tu giữ tâm mình để thể đạt được. Như vậy, người tập tu là biết chắn cái tâm của mình, giống như người chăn trâu, không cho trâu ăn lúa mạ, khoai sắn của người. Hãy giảm thiểu bằng cái nhìn danh tướng, áo mũ cân đai, mà phải thấp sáng hạt mầm Từ Bi, Trí Tuệ hiện hữu bên trong; bên trong tâm tịnh lặng, "Tri kiến Phật." Hay "Tánh giác ngộ" vốn sẵn có.



## Lý Tưởng Giác Ngộ - Nhất Tâm Theo Đuổi Cho Đến Ngày Giải Thoát

Tập làm người tu là phải đề bạt cho mình cái lý tưởng, cái tiêu đích mà mình nhắm tới. Tiêu đích mà mình nhắm tới để không bị lạc hướng, mất thời gian, phí công sức lâu dài. Như đức Phật đã dạy: "Hãy tự mình thấp đuốc lên mà đi." Vậy, nghe lời đức Phật dạy mà thấp đuốc lên đi. Nhờ đuốc soi đường, nên đi không bị vấp té bởi ổ gà, hay mô đất cao, gồ ghề sỏi đá. Đuốc ấy là đuốc giáo pháp. Đuốc giáo pháp soi tỏ cho ta:

*"Không làm các điều ác  
Nguyên làm các hạnh lành  
Giữ tâm ý trong sạch."*

Đuốc giáo pháp soi cho ta: "Đời là vô thường. Vậy vô thường là khổ hay lạc?" Vốn dĩ không có cái "tôi" và "cái sở thuộc của tôi", cho nên chỉ là "vô ngã", tự tánh sự vật vốn không- không tánh, duyên sinh một chuỗi dài vô tận:

*"Do cái này có, nên cái kia có  
Do cái này sanh, nên cái kia sanh  
Do cái này không, nên cái kia không  
Do cái này diệt, nên cái kia diệt."*

Trùng trùng duyên khởi, mà đức Phật dạy: "Ai ngộ được lý duyên sinh là thành Phật." Ngộ chân như mà không là khái niệm.

Tập làm người tu như thế nào để cho ánh sáng giác ngộ bùng dậy, dù ngay nơi đời này hay nhiều đời trong tương lai. Nếu là ngay trong đời này thì như yếu chỉ của Tịnh Độ Tông - niệm Phật cầu vãng sanh- giải quyết sự sống chết của mình ngay trong đời này mà không hẹn kiếp sau. Bởi vì tâm vô thường, hay thất ý, vọng tâm là bị thổi đọa ngay, làm sao vãng sanh được trong kiếp tới, do vậy mà người tu Tịnh Độ, niệm Phật không hẹn kiếp sau. Còn người tập tu hạnh Bồ Tát thì không hẹn một đời nào cả. Vì Bồ Tát có nghĩa là tự giác, giác tha, giác hạnh viên mãn - hữu tình giác, giác hữu tình, cả hai tình đều giác ngộ viên mãn. Do vậy, Bồ Tát tu tập dưới mọi hình tướng, trong mọi thời xứ, để nhận đó mà độ sinh; độ mãi đến khi nào, không còn có một chúng sinh để độ, chừng ấy Bồ Tát mới thành Phật. Như 12 lời đại nguyện của Bồ Tát Quán Âm. Lời nguyện thứ nhất: "Nam Mô hiệu Viên Thông, danh Tự Tại Quán Âm Như Lai quảng phát hoằng thệ nguyện." Cho đến nguyện thứ 12. "Nam Mô đon nghiêm thân vô tị trại, Quán Âm Như Lai quả tu thập nhị nguyện." Rồi Bồ Tát Địa Tạng Vương thì sao:

*"Chúng sanh độ tận  
Phương chứng Bồ Đề  
Địa ngục vị không  
Thệ bất thành Phật."*

Rồi Tôn giả A Nan thì sao:

*"Phụng thỉnh Thế Tôn vị chứng minh  
Ngũ trước ác thế thệ tiên nhập  
Như nhứt chúng sanh, vị thành Phật  
Chung bất ư thứ thú Nê hoàn."*

Như vậy tu hạnh Bồ Tát - Bồ Tát hạnh, Bồ Tát đạo, Bồ Tát nguyện là cứu độ hết chúng sinh, rồi Bồ Tát mới thành Phật sau cùng. Tu theo hạnh Bồ Tát chắc không bao giờ Bồ Tát thành Phật, mà đây là tinh thần độ sinh của Phật Giáo đại thừa. Chúng ta có thể hiểu Bồ Tát đem lòng Từ Bi để cứu độ chúng sanh trong khi cứu độ chúng sinh thì Bồ Tát đã

(\*) Nghe những bài thuyết giảng của các bậc Tôn Túc, đồng thời đọc kinh nghe những lời đức Phật dạy mà sách tấn cho chính mình.

thành Phật rồi. Vì Pháp môn của Bồ Tát tu là: Bồ Thí, Trì Giới, Tinh Tấn, Nhẫn Nhục, Thiền Định, Trí Tuệ. Có tam vô lậu học: Giới, Định, Tuệ-tu ba pháp môn giải thoát. Còn Bồ thí, Tinh Tấn, Nhẫn Nhục là ba pháp môn yểm trợ cho Bồ Tát đi xa hơn nữa trên tiến trình độ sinh. Như vậy, Trì Giới, Thiền Định, Trí Tuệ là tự độ. Bồ Thí, Tinh Tấn, Nhẫn Nhục là độ tha. Tuy nhiên, chúng ta học giáo pháp viên dung, vô ngại, thì trong tự tính tự độ đã có nội hàm tự tính độ tha, và trong tự tính độ tha đã có nội hàm tự tính tự độ- Bất nhị tuỳ thuận. Ngày giải thoát đã đến- hiện tại lạc trú, hay vô trụ xứ Niết bàn.

### **Đạo Pháp Xương Minh - Phát Tâm Hộ Trì Phật Pháp Trong Mọi Thời Xứ**

Đây là bốn phận trách nhiệm của người tập tu, biết bảo vệ chánh pháp. Biết làm cho Tam Bảo trang nghiêm, để làm nơi nương tựa, quy ngưỡng cho nhơn thiên mọi loài. Như trong bài sám Quy Mạng, chư Tổ đã dạy để nguyện rằng:

*"Sanh phùng trung quốc  
Trưởng ngộ minh Sư  
Chánh tín xuất gia  
Đồng chơn nhập đạo."*

Hay:

*"Thừa sự thập phương chư Phật  
Vô hữu bì lao  
Tu học nhất thiết pháp môn  
Tất giai thông đạt."*

Người tập tu phải biết thừa sự mười phương chư Phật. Phụng cúng mười phương chư Phật. Nương tựa mười phương chư Phật mà không biết mệt mỏi, không lơ là, không chệnh mảng. Đồng thời phải tu học tất cả các pháp môn, hiểu biết một cách rõ ràng, thấu triệt. Đây là những đức tính cần thiết của người tập tu để làm cho Đạo Pháp được xương minh, Chánh Pháp được cứu trụ nơi cõi sa bà. Tập làm người tu, như ở trước đã nói là lễ kính chư Phật; nương tựa chư Phật; tưởng nhớ chư Phật một cách thân thiết, không rời một giây, không xa một tấc, Phật với ta ở chung một nhà. Như Thiền Sư Thiên Như Duy Tắc, sống khoảng đầu thế kỷ XIV, là một khuôn mặt lớn suốt trong triều đại nhà Nguyên, đã nói: *"Há không thấy kinh nói rằng mười phương Như Lai thương nhớ chúng sanh như mẹ thương con; chúng sanh chìm đắm trong biển sinh tử như con trẻ lú lạc nơi những xứ lạ quê người. Phật như một bà mẹ từ ái thương nhớ chúng, và dù Ngài không nói đến từ tâm của mình, tấm lòng của Ngài vẫn luôn luôn nhớ tưởng những đứa con lạc mất không thôi. Nếu con cũng nhớ tưởng mẹ như thế, tại sao mẹ con không có ngày hội diện?"* Thiền luận Tập 2. Bản dịch của Tuệ Sỹ, tr. 207.

Tập làm người tu phải nhớ niệm Phật nhiều, bởi vì Phật là ngôi vị mà mình muốn đạt tới. Muốn đạt tới thì phải nhớ Phật, tập hạnh Phật làm, tu hạnh Phật chứng. Như mẹ thương tưởng về con và con cũng luôn nhớ mẹ, thì ắt có ngày mẹ con gặp nhau, như Thiền Sư đã nói.

### **Hồi Hương Công Đức Có Được Cho Mọi Loại Đều Lợi Lạc**

Tập làm người tu là phải có đôi tay bao dung, tấm lòng rộng mở độ lượng. Vì bao dung, độ lượng là chất liệu của Từ Bi. Có chất liệu Từ Bi trong tâm



của mình thì oán đối nào cũng được cởi mở, hận thù nào cũng được nguôi ngoai. Như trong Kinh Pháp Cú, đức Phật dạy:

*"Hận thù diệt hận thù  
Đời này không thể có  
Từ Bi diệt hận thù  
Là định luật nghìn thu."*

Hay:

*"Người khác không hiểu biết  
Ở đây ta bị diệt  
Những ai hiểu điều này  
Tranh luận tự nhiên tiêu."*

Tập làm người tu là phải cấy hạt giống Từ Bi. Trồng tình thương yêu đồng loại, vun quén chớ che, như nền văn hoá dân gian Việt tộc đã dạy:

*"Bầu ơi thương lấy bí cùng  
Tuy rằng khác giống nhưng chung một giàn."*

Hay:

*"Nhiều điều phủ lấy giá gương  
Người trong một nước phải thương nhau cùng."*

Bước đầu tập làm người tu, phải là như đôi mắt Phật, Bồ Tát nhìn xuống để thấy nỗi khổ của người khác mà cứu vớt xoa dịu. Phải là như tiếng hồng chung đi ngang qua lòng người để làm vơi đi nỗi thăng trầm lao lung; phải là thể ngời kiết già vững chãi của thiền định chẳng lay động. Một hơi thở nhẹ nhàng sâu, đầy lùi cận bã, bụi bặm ra ngoài từ buông phổi, thanh lọc thân và tâm được an lành, hạnh phúc bây giờ và ngay đây. Tập làm người tu là cho nguồn năng lượng lành đến người khác, tạo thành một từ trường tươi mát giữa mình và người.

Đôi lời gợi ý cho mình, hãy tập làm người tu. Làm người có tu, thì đẹp như đồng lúa chín vàng, rì rào trong gió. Làm người có tu thì nên thơ như trăng rằm soi tỏ nơi vườn cau, luống trà, như dòng sông lững lờ trong vạt soi bóng sum la vạn tượng, như cánh chim trời lộng gió thênh thang, vô cùng. Hãy tập làm người tu, để cuộc sống thêm nhiều ý vị cao quý hơn.

# TƯ TƯỞNG LONG THỌ TRÙNG PHÙNG TRÊN NỎ ĐƯỜNG QUÊ HƯƠNG

## Tâm Nhãn

TƯ TƯỞNG PHẬT HỌC



Trưởng lão HT Thích Tuệ Sỹ (1945-2023)

(TƯỜNG NIỆM AN SƯ THÍCH TUỆ SỸ)

Thầy sinh ra và lớn lên tại thành phố Paksé, tỉnh Champasak, Lào; năm chín tuổi được phụ mẫu gửi vào ngôi chùa làng gần nhà (chùa Trang Nghiêm) hành thiền. Thiên bẩm thông minh, học đâu nhớ đó, điều này khiến cho thân mẫu lo sợ, liền tưởng tới thần đồng Hạng Thác (項橐, thần đồng cổ đại Trung Quốc, sống ở nước Cử 莒国, thời Xuân Thu 春秋) mạng yếu mất sớm, bèn bảo người cha nên cho thầy uống mực Tàu để "tối dạ" bớt đi. May sao thân phụ của thầy không làm. Câu chuyện được thầy kể cho tôi nghe trong những năm thầy an cư tại Nha Trang. Ngẫm lại, nếu nhờ Nghiêm đường cho thầy uống mực Tàu thì phải cần số lượng bao nhiêu để cho thầy "tối dạ", và có thay đổi được bẩm tính triết gia hay tư chất đại sư "Long Thọ" trong con người thầy hay không?

"Ai biết mình tóc trắng,  
Vi yêu ngọn nến tàn,  
Rừng khuya bên bếp lạnh,  
Ngồi đợi gió sang canh."

Thầy làm thơ nhiều nhưng tôi thích nhất bốn câu thơ này. Bài thơ ra đời giữa núi rừng Vạn giã vào năm 1975. Tôi hồi tưởng, thuở ấy, một nhà tu dáng vóc gầy gò, đôn phượng nặng lòng với tình yêu dân tộc, ngồi thả hồn nơi rừng khuya cô tịch, nhìn ánh sao mai xa xăm, tự biết: "Lúc vị ngộ, hồi tàng nơi bông tất; hiêu hiêu nhiên điệu Vị, canh Săn."

Ba mươi chín năm sau, núi rừng Vạn giã qua bao mùa thay lá, năm 2014, thầy lại về đây, nơi ngôi cổ tự Linh Sơn, an cư cấm túc 3 tháng mùa Hạ. Hạ năm ấy, thầy đã giảng cho các học trò: Tôi, Nguyễn An, Đạo Luận nghe về triết học Trung quán.

Chung cục lịch sử một đời người, thầy ra đi không lặng lẽ, thầy cống hiến gì cho dân tộc sử đã ghi, thầy đã làm gì cho Phật giáo, tất cả đều biết. Song, để quá khứ trở thành vĩnh cửu trong hoài niệm là điều tôi luôn cố gắng lại, nên muốn viết gì đó trước khi mọi thứ tan biến như sương mai theo thời gian.

### TRIẾT HỌC TRUNG QUÁN VÀ "BÁT BẮT"

1. Sự ra đời của triết học Trung quán:

Triết học Trung quán là chỉ cho giáo nghĩa "Trung đạo" nằm trong luận thư Trung luận do Long Thọ trước tác, học thuyết này ra đời trong giai đoạn từ năm 100 đến 250 sau Tây lịch; thời kỳ miền Đông nam Ấn-độ thuộc khu vực phát triển của Đại chúng bộ, hướng Tây bắc là vùng thịnh hành của Thượng tọa bộ. Thượng tọa bộ câu nệ bảo thủ, Đại chúng bộ hoạt bát, tiến thủ. Phương Nam trọng lý tính, xem nhẹ sự tướng nhân quả Duyên khởi. Phương Bắc hoàn thành bộ luận Đại tỷ-bà-sa, nội dung cực đoan thật Hữu. Nam chấp Không, Bắc chấp Có. Hình thành nhiều phái đối lập gay gắt, một thời kỳ như thiếu vận may cho Phật giáo. Đến khi Long Thọ xuất hiện, Phật giáo chính thức rẽ sang một hướng mới, tổng hợp Nam-Bắc, Không-Hữu, Tánh-Tướng, Đại-Tiểu, kiến lập Phật giáo Trung đạo, xây dựng nền tảng Đại thừa tánh Không. Long Thọ viết Trung luận gồm 27 chương (phẩm), được trích lục từ Vô úy luận (mười vạn bài kệ) cũng do ngài trước tác; để xứng Duyên khởi, Không, Trung đạo, lấy Trung đạo là nhị biên làm tông yếu. [中觀今論, Y09, no. 9, p. 13a3.]

Trong Trung luận [中論卷1, T30, no. 1564, p. 1b14], bài kệ đầu tiên của phẩm Quán nhân duyên nói:

“Bất sinh diệt bất diệt,  
 Bất thường diệt bất đoạn,  
 Bất nhất diệt bất dị,  
 Bất lai diệt bất xuất.  
 Năng thuyết thị Nhân duyên,  
 Thiên diệt chư hý luận,  
 Ngã khể thủ lễ Phật,  
 Chư thuyết trung đệ nhất.”

Tám sự phủ định (bát bất) trên chính là lý Duyên khởi (pratītya-samutpāda), cũng là thuyết Trung đạo (madhyamā-pratipad). Trung đạo là không rơi vào nhị biên (antadvaya), là bên tả hay quá cực đoạn. Đây là nguyên tắc chuẩn mực mà hàng đệ tử của Phật đều phải tuân thủ hợp nhất cả tri kiến và hành động. Như trong kinh Câu-lâu-sâu vô tránh, Phật dạy: “Đừng nên quá đắm nhiễm dục lạc (莫求欲樂, na kāmasukham anuyuñjeyya) là nghiệp vô cùng hèn hạ (極下賤業, hīnam gammad)... Cũng đừng mong cầu tự thân khổ hạnh, rất khổ, không phải Thánh hạnh, không liên hệ đến mục đích (無義相應, anattasamhita). Xa lìa hai cực đoạn này thì có Trung đạo (Ete te ubho ante anupagamma majjhimā paṭipadā).” [中阿含經卷43, T01, no. 26, p. 701]. Nghĩa là tu tập không nên tinh tấn quá mức mà khiến tâm loạn động; ngược lại không tinh tấn thì tâm buông lung, giải đãi. Điều hòa cả hai thái cực chính là lý Trung đạo.

Và vì sao Trung luận của Long Thọ lại được gọi là triết học Trung quán? Bởi vì tông chỉ của tác phẩm Trung luận là y cứ kinh điển luận giải, ngoài trọng tâm phân tích nghĩa lý sâu xa, Trung luận còn dạy về “thực hành pháp quán”, lấy chỉ và quán làm chủ đích. Trong 27 phẩm của Trung luận, mỗi phẩm đều gọi là “quán”, như phẩm Quán nhân duyên cho đến phẩm Quán tà kiến v.v... Quán tức quán sát, quán một cách chính xác về lý Duyên khởi, Không, Trung đạo. Từ quán xét luận chứng mà đạt đến hiện quán thể chứng. Vì thế đời sau đều gọi học thuyết của Long Thọ là phái Trung quán, tông Trung quán và các học giả Trung quán là tông sư Trung quán. [空之探究, p. 209a7. 中觀今論, p. 3a11.]

## 2. Thầy Tuệ Sỹ luận giảng “Bát bất”:

Mùa an cư năm ấy (2014), trong tịnh thất ở chùa Linh Sơn, lần đầu tiên tôi bị lôi cuốn bởi nguồn triết học uyên áo này. Thầy Tuệ Sỹ giảng lại bài kệ đầu tiên trong Trung luận. Bản Trung luận hiện lưu trong tạng Đại chánh là Trung luận (Mūlamadhyamaka-kārikā) kệ tụng và giải thích, do Thanh mục (Piṅgalanetra) chú giải, Hán dịch bởi Cưu-ma-la-thập (Kumārajīva). Kệ tụng đầu tiên trong bản Hán:

不生亦不滅,  
 不常亦不斷,  
 不一亦不異,  
 不來亦不出。  
 能說是因緣,  
 善滅諸戲論,  
 我稽首禮佛,  
 諸說中第一。

Dịch âm:  
 Bất sinh diệt bất diệt,



Bất thường diệt bất đoạn,  
 Bất nhất diệt bất dị,  
 Bất lai diệt bất xuất.  
 Năng thuyết thị Nhân duyên,  
 Thiên diệt chư hý luận,  
 Ngã khể thủ lễ Phật,  
 Chư thuyết trung đệ nhất.

Tạm dịch:  
 Không sinh cũng không diệt,  
 Không thường cũng không đoạn,  
 Không một cũng không khác,  
 Không đến cũng không đi.  
 Đây là pháp Nhân duyên,  
 Diệt trừ các hý luận.  
 Cúi đầu lễ chư Phật,  
 Thuyết Nhân duyên cao nhất.

Thầy nói rằng, không hiểu sao Cưu-ma-la-thập khi dịch sang Hán đã đảo văn, khác với nghĩa gốc bản Phạn, có thể ông cố tình dịch vậy cho người Trung Hoa dễ hiểu, hay ông không hiểu lý Duyên khởi của Long Thọ, đã làm đảo lộn cả nền triết học Trung quán.

Trong Phạn bản văn nghĩa như sau:  
 anirodham anutpādam anucchedam asāsavatam  
 | anekārtham anānārtham anāgamam anirgamam ||  
 yah pratītyasamutpādam prapañcōpasamam  
 śivam | deśayāmāsa sambuddhas tam vande  
 vadatām varam ||

Việt dịch:  
 Kính lễ đức Chánh đẳng giác, đệ nhất trong các vị thuyết giáo;  
 Ngài đã thuyết Duyên khởi, sự tịch tĩnh của hý luận, chí phước,  
 Bất diệt, bất khởi, bất đoạn, bất thường,  
 Bất nhất (không nhất thể), bất dị (không đa thù), bất lai (không hiện đến), bất xuất (không bỏ đi).

2.1. Đầu tiên thảo luận về về “Bất diệt, bất khởi” (anirodham anutpādam).

Bắt đầu câu chuyện, thầy lấy ví dụ cái vòng hào quang sau lưng tượng Phật. Thông thường khi có dòng điện truyền dẫn, chúng ta thấy có vô số ánh hào quang phóng ra, tạo thành một vòng tròn tỏa sáng liên tục và khép kín. Kỳ thật, các bóng đèn được xếp theo vòng tròn, ánh sáng của bóng đèn trước tắt, bóng sau sáng, với nguyên tắc, ánh sáng trước “diệt”, ánh sáng sau “khởi”, tự nó đã tạo ra cái vòng tròn không có khởi điểm, không có khởi đầu, đây chính là triết lý một cái vòng tròn vô tận, không phải một đường thẳng. Và nên biết, ánh sáng của bóng đèn trước tắt là tắt vĩnh viễn, không bao giờ trở lại; ánh sáng của lần thứ hai không phải ánh sáng trước. Ánh sáng lần thứ hai do dòng điện khác truyền vào, khiến chúng ta thấy có ánh sáng trở lại, sinh rồi diệt cứ như vậy vô tận nhưng thật sự cái nào diệt là diệt luôn. Bởi vì, thường một pháp có hai tính chất, hay có hai khía cạnh là “Hữu vi” và “Vô vi”. Một tính chất đứng trên phương diện hiện tượng, khi diệt chìm xuống rồi lại khởi lên, diệt rồi sinh, sinh rồi lại diệt đó pháp vô thường, “Hữu vi”. Một tính chất khác, diệt là diệt luôn, trở về bản thể Niết-bàn, thường tịch vắng lặng là pháp “Vô vi”. Duyên khởi mà Long Thọ muốn nói chính là Niết-bàn tịch diệt, “Không diệt, không khởi”. Bản tính



của Duyên khởi là chỉ cho hai mặt, thứ nhất nói về phương diện Thế tục là có diệt có sinh như chúng ta thường thấy, có quan hệ duyên sinh duyên khởi, cái này có cái kia có. Nhưng mặt khác bản chất của Duyên khởi là Niết-bàn là “Bất diệt anirodham”.

Luận về “Bất khởi – anutpādam”. Trong văn Hán dịch là “bất sinh 不生”. Nếu dịch sát nghĩa Phạn: anutpādam, là bất khởi. Âm “a” phủ định, do đứng trước nguyên âm “u” nên thêm chữ “n” sau “a”. Chữ “utpādam”, dịch là khởi lên, hoàn toàn khác nghĩa với từ “sinh 生” trong Hán văn. Sinh có nghĩa từ một sự vật sinh ra một cái khác đồng loại với nó, như mẹ sinh con; còn chữ “utpādam” là khởi, khởi là thế nào? Từ ngàn xưa, theo truyền thống tư duy Ấn-độ, hoặc đối với giáo nghĩa Nguyên thủy, Tiểu thừa, hay hệ thống Bát-nhã đều nhất quán: Tất cả các pháp tồn tại là “Pháp tánh như thị 法性如是”, tức trong tự tánh Niết-bàn là vắng lặng, tịch diệt như mặt hồ tĩnh lặng không có gió. Bỗng nhiên, có ngọn gió thổi đến khiến ba đào sóng dậy. Nhìn từ bản chất tự tính của vũ trụ là tịch tịnh Niết-bàn, rồi do vô minh vọng động, ngọn gió của phiền não nghiệp thổi qua gây ra làn sóng thiên hình vạn trạng. Nhưng dù ngọn sóng nổi lên 10 thước hay 100 thước thì nước vẫn là nước, tính nước không khởi, và cũng không thêm không bớt, thành ra sóng khởi lên chứ tính nước không khởi. Do đó nước khởi sóng mà nước vẫn tĩnh lặng, triết lý “bất khởi” là vậy, cho nên chữ “khởi” khác với chữ “sinh”.

Với nguyên lý triết học này, nếu Cứu-ma-la-thập dịch “bất sinh diệt bất diệt” (không sinh cũng không diệt) tức đặt sinh trước rồi diệt sau là có điểm khởi đầu và kết thúc, tạo thành một đường thẳng. Nhưng nói “bất diệt” trước mới đến “bất sinh (khởi)”, đặt cái bất diệt trước để chỉ cái vô tận, không có khởi đầu, không có khởi điểm.

2.2. “Bất đoạn, bất thường” (anucchedam aśāsvatam).

Trở lại hình ảnh con sóng, lúc lên lúc xuống, diệt rồi khởi, trên mặt hiện tượng lúc có gió khởi sóng, lúc không có gió yên lặng, lúc có, lúc không, nghĩa là có lúc bị cắt đứt đoạn tận (śāsvata, 斷), có lúc tiếp nối thường hằng (śāsvata, 常); hay dòng nước ấy có khi thành sóng, có khi thành lũ lụt, biến thiên nhiều thứ tác hại nhưng tính nước không thay đổi. Như vậy, về mặt Tục đế thì có diệt, có khởi, có đoạn, có thường, nhưng về Chân đế thì bất diệt, bất khởi, bất đoạn, bất thường. Cho nên Long Thọ (Nāgārjuna) phát biểu trong Trung luận (4, T30n1564, p. 32c16):

“Chư Phật y trên nhị đế để thuyết pháp cho chúng sanh; một là Thế tục đế, hai là Đệ nhất nghĩa đế (Dve satye samupāsṛitya buddhānām Dharmadeśanā, Lokasamvṛt satyam ca satyam ca paramārthataḥ). Nếu chúng ta không biết phân biệt hai đế này thì đối với pháp Phật sâu xa không thể biết được ý nghĩa chân thật (Ye ’na yor navijānanti vibhāgam satyayor dvayoḥ, Te tattvam na vijānanti gambhīram buddhaśāsanē).

Thế Tục đế là đối với các pháp đều là tính ‘Không’ mà người thế gian điên đảo, đối với các pháp sinh khởi hư vọng cho là thật. Các bậc Thánh nhân nhận chân các pháp là ‘Không’, không sinh diệt điên đảo, đó là Đệ nhất nghĩa đế.

Và ‘Pháp mà do nhiều duyên sanh ra, tôi (Long Thọ) gọi nó là tánh Không, cũng gọi là giả danh, cũng chính là Trung đạo.’ (Yaḥ pratīyasamutpādaḥ sūnyatām tām pracakṣmahe, sā prajñaptir upādāya pratipat saiva madhyamā).” (Trung luận 4, p. 33b10).

2.3. “Bất nhất, bất dị” (anekārtham anānārtham)

“Nhất” và “dị”, “một” và “khác”, “đồng nhất” và “dị biệt” (đa thù) là nguyên tắc khái niệm, nhận thức về một điều gì đó. Ví dụ, chúng ta nhìn vào một đàn bò đứng gặm cỏ ở đồng nội, nào là bò vàng, bò sữa, bò đốm, bò nâu v.v... Theo lý Duyên khởi, trong đàn bò có sự dị biệt là mỗi con mỗi màu, con bò này của ông A, con bò kia của ông B, nhưng trên nguyên tắc đồng nhất chỉ cần một con có thể biết những con khác là bò, không phải là trâu. Hoặc một người khi làm diễn viên có thể thủ nhiều vai diễn, có lúc làm vua, có lúc làm tướng cướp, lúc làm thường dân, nhưng chỉ có một người mà thôi. Thêm một ví dụ khác, có câu chuyện người cha dạy đứa con viết chữ nhất (一) trên vở, sau đó đi ra phố, người cha chỉ lên bảng hiệu của một nhà hàng người Hoa, có chữ nhất viết rất to, ông hỏi đó là chữ gì? “Chữ đó bố chưa dạy con”. Ông cha la, bố mới dạy con đó! Đứa con trả lời, chữ nhất con học nhỏ xíu, còn chữ kia to vậy sao là chữ nhất được?! Đúng về “Sự” thì chữ “nhất” trong vở và chữ “nhất” ngoài bảng hiệu hai chữ khác nhau, có lớn có nhỏ nhưng về “Lý” thì chỉ có một.

Do đó, muốn nhận thức được thế giới xung quanh chúng ta là gì thì không thể thiếu tư duy đồng nhất. Đồng thời, “nhất” (một) và “dị” (khác) là hai cái khung của khái niệm nhận thức, nếu chúng ta bỏ cái nhất và dị đi thì không thể nhận thức thế giới xung quanh hay vật trước mắt chúng ta nó là cái gì. Nói cách khác, thế giới hiện tượng (Sự) có thiên hình vạn trạng, đa thù nhưng “phi đa thù” (bất dị, anānārtham) vì bản thể (Lý) chỉ là một. Và trong cái đồng nhất, lại có chúng chung sai biệt (nānā), vì các pháp hữu vi không bao giờ tồn tại độc lập, phải có cái khác nên “phi nhất thể” (bất nhất, anekārtham). Sự mâu thuẫn biện chứng giữa “Lý” và “Sự” được lý Duyên khởi giải quyết, quán chiếu hợp nhất vừa bản thể vừa hiện tượng, tức “Bất nhất, bất dị”. Triết lý trong kinh Hoa nghiêm gọi là “Lý Sự vô ngại” chính y cứ trên cơ sở của triết học Trung quán này.

2.4. “Bất lai, bất xuất” (anāgamam anirgamam)

Āgama, nghĩa là đến (lai 來); nirgama dịch là xuất đi, tách rời (xuất 出). Ở trên, “Bất nhất, bất dị” là mặt nhận thức luận về thế giới; cặp tiếp theo “Bất lai, bất xuất (không đến, không đi)” là nói về hiện tượng luận. Long Thọ đưa ra nguyên tắc này là phá đổ lý thuyết thế giới vũ trụ do Thượng đế sinh ra. Trong thế giới xung quanh chúng ta không có vật nào sinh ra vật nào. Một cái nhà xuất hiện không phải từ gỗ, hay gạch đá sinh ra; hỏi rằng trước khi có cái nhà nó từ đâu xuất hiện. Trả lời, nó xuất hiện từ gỗ không đúng, hay nói nó không xuất hiện từ gỗ cũng không đúng. Nó chỉ đủ duyên xuất hiện, cái này có cái kia có, cho nên nói nó không đến không đi. Vũ trụ vạn vật có diệt-sinh, đoạn-thường, một-khác, đến-đi nhưng lý Duyên khởi là

bất diệt-bất khởi (sinh), bất đoạn-bất thường, không một-không khác, không đến -không đi, hiểu như vậy là trở về với bản thể Niết-bàn. Thành ra "Bất bất" (8 cái phủ định) trở thành "vòng tròn" hệ thống mắt xích, không có cái nào lọt ra khỏi "vòng tròn" triết lý này được. Một vòng tròn đi hết điểm này sẽ trở về điểm đầu, và không có điểm khởi đầu cũng không có điểm kết thúc.

Một vòng tròn khép kín theo triết học Trung quán, thì câu chuyện của thầy trò cũng vậy, không có hồi kết ở đây.

3. Dòng tưởng niệm chưa hồi kết:  
Câu chuyện thuật lại không phải:  
*"Lời quê chấp nhật đồng dài;  
Mua vui cũng được một vài trống canh."*

Đọc để thường lãm thì không có gì để luận bàn. Giáo nghĩa trên là một thang thuốc mang hoạt tính cực mạnh và liều lượng khá cao, cơ địa yếu ớt khó có khả năng dung nạp.



*Trưởng lão HT Thích Tuệ Sỹ và các học trò  
(Ảnh tư liệu của tác giả)*

T.R.V. Murti là một nhà tư tưởng lớn thấm nhuần cả hai nền triết học phương Tây và phương Đông, ông đã kêu gọi thế giới quay về đời sống tâm linh phương Đông, đặc biệt là Trung quán, xem như đó là lối thoát cuối cùng và duy nhất cho nhân loại.

*Châu Âu, ngày 9 tháng 10 năm 2024  
(mùng 7 tháng 9, Giáp Thìn).*

**Tâm Nhãn**



## TUỞNG NIỆM ÂN SU'

(Bát vĩ đồng âm)

*Thập hương tưởng niệm bậc ân sư  
Khán nguyện Giác Linh soi ánh từ  
Bến đạo thường an hành pháp sự  
Nguồn thiền mãi tịnh trụ vô dư*

*Thong dong dạo bước đài sen ngự  
Tự tại rong chơi thượng phẩm du  
Phật Quốc cao đẳng an lạc xứ  
Liên Trì Tịnh Độ tỏa quang như...!*

## ĐỨC TUỆ VIÊN DUNG

(Bát vĩ đồng âm)

Thành kính đánh lễ tưởng niệm Ân Sư

*Từ Nghiêm một thuở thảo am tranh  
Phụng dưỡng mẫu thân xa thị thành  
Niệm Phật trì kinh nghiêm giới hạnh  
Tham thiền độ chúng quảng hư danh*

*Tòng Lâm giáo thọ khai chơn tánh  
Thạch Trụ thiền gia thuyết diệu thanh  
Đức tuệ viên dung người khó sánh  
Một đời đạo nghiệp vừng tâm lành...!*

Tu Viện An Lạc,  
California, 2:30 sáng 08-11-2024  
Đệ tử

**THÍCH CHỨC HIỀN**

# PHẬT QUỐC KÝ

*Phật Quốc Ký* còn gọi là *Truyện Cao Tăng Pháp Hiển*, *Truyện Pháp Hiển*, *Truyện Cao Tăng* - ghi chép về hành trình đi Thiên Trúc. 1 quyển, do Cao Tăng Pháp Hiển thời Đông Tấn viết.

(Thành Kính đánh lễ dâng lên cúng dường nhân tuần Chung Thất Hòa Thượng Bổn Sư)

## *Thích Chúc Hiền dịch*

NHÂN VẬT / SỰ KIỆN

Đại sư Pháp Hiển, quê ở Võ Dương, Bình Dương (Sơn Tây), họ Cung, vì cảm buồn rằng Tạng Luật còn thiếu bèn cùng Tuệ Cảnh, Đạo Chính, Tuệ Ứng, Tuệ Ngôi, v.v... vào niên hiệu Hoảng Thi thứ 2 (Lương Cao Tăng Truyện ghi niên hiệu Long An thứ 3) rời Trường An, qua Hà Sa, vượt Thông Lãnh, đến Thiên Trúc cầu pháp, trải qua Trường An, Đôn Hoàng, Vu Điền đến Trung Ấn Độ.

Sau khi Ngài trải qua các di tích Phật, 3 năm học ở thành Hoa Thi, 2 năm học ở gần Gia Nhĩ Các Đáp thuộc hạ lưu sông Hằng, sau đến Tích Lan 2 năm, ở đó học Luật, Trường A Hàm, Tạp A Hàm, Kinh Niết Bàn, v.v... Sau cùng Ngài qua Tổ Môn Đáp Lạp (Sumatera).

Niên hiệu Nghĩa Hy thứ 9 (413) sư về nước mang về lượng lớn kinh Phật bằng chữ Phạn. Trước sau hơn 10 năm Đại sư trải qua hơn 30 nước: Nhục Chi, Đôn Hoàng, Thiên Thiên, Ô Di, Vu Điền, Tử Hợp, Yết Xoa, Đà Lịch, Ô Trương, Túc Ha Đa, Kiện Đà Vệ, Trúc Sát Thi La, Phất Lâu Sa, Na Kiệt, La Di, Bạt Na, Tỳ Trà, Ma Đầu La, Tăng Ca Thi, Sa Kỳ, Câu Tát La, Lam Mật, Tỳ Xá Ly, Ma Kiệt Đề, Ca Thi, Câu Diêm Di, Đạt Thân, Ma Lợi Đế, Sư Tử, Da Bà Đề v.v...

Sau khi về nước, Ngài ở chùa Đạo Tràng, kết hợp với Phật-Đà Bạt Đà La dịch Luật Ma Ha Tăng Kỳ, Kinh Đại Bát Niết Bàn, Kinh Tạp Tạng, Luận Tạp A Tỳ Đàm, và thị tịch tại chùa Hạnh ở Kinh Châu.

Sách này do Đại sư Pháp Hiển tự ghi chép quá trình trải qua Tây Vực đến các nước ở Ấn Độ cầu pháp, là điển tịch xưa nhất trong truyện ký tăng lữ Trung Quốc đi Tây Vực Ấn Độ cầu pháp. Cùng với *Đại Đường Tây Vực Ký* của Huyền Trang, *Nam Hải Ký Quy Nội Pháp Truyện* của Nghĩa Tịnh, là sử liệu

trọng yếu về địa lý lịch sử thời Trung cổ. Dưới đây là khái lược những điều Đại sư Pháp Hiển đích thân chứng kiến khi trải qua các nước Tây Vực Ấn Độ:

### 1- Nước Vu Điền

Nước này trù phú thanh bình, nhân dân chăm chỉ đời sống sung túc, hết thầy người dân đều phụng thờ Phật pháp; họ đem niềm vui Chánh pháp để vui sống với nhau. Chúng tăng có đến vạn người, phần nhiều học theo Đại thừa. Người dân sống rải rác, trước mỗi nhà đều có dựng cái tháp nhỏ, nhỏ nhất cao vài trượng, họ đều làm phòng tầng bốn phương để cho khách tăng và phòng dự để cho vua lúc cần. Trong nước có một ngôi Tăng Già Lam (chùa) tên là Cù Ma Đế là chùa theo Phật giáo Đại thừa, có 3,000 vị tăng, thỉnh kiển chuy để bảo tăng chúng cùng đi ăn cơm. Khi vào trai đường uy nghi tề chỉnh, ngôi theo thứ lớp, tất cả im lặng, không khua bát, tịnh nhơn thêm thức ăn, không được gọi nhau, chỉ dùng tay chỉ.

Nước ấy từ ngày mùng 1 tháng 4 bắt đầu quét tước dọn dẹp đường sá trong thành, trang nghiêm đường hẻm, trên cổng thành giăng màn trướng lớn, làm đẹp mọi thứ. Vua, hoàng hậu, thế nữ đều ở trong thành.

Tăng trong chùa Cù Ma Đế học theo Đại thừa, vua kính trọng, thỉnh tượng đi trước. Cách thành ba bốn dặm làm xe 4 bánh để thỉnh tượng, cao hơn 3 trượng, hình trạng như cung điện di chuyển, trang nghiêm bằng 7 báu, treo lọng, tràng phang, tượng đứng trong xe, 2 Bồ tát theo hầu, chư thiên theo hầu đều dùng ngọc, vàng bạc treo ở hư không. Khi tượng cách cổng thành 100 bước, vua cởi thiên mào, thay mặc áo mới, đi chân không, tay cầm bông hoa, ra thành nghinh đón tượng, đánh lễ dưới chân tượng, đốt hương rải hoa. Khi tượng vào thành, trên lầu hoàng hậu, thế nữ rải hoa rơi xuống thanh thoát. Trang nghiêm đầy đủ như thế, mỗi xe đều khác. Mỗi chùa thỉnh tượng đi hành một ngày, bắt đầu từ mùng 1 tháng 4 đến 14 tháng 4 cho xe diễu hành tượng. Diễu hành tượng xong vua và hoàng hậu mới hồi cung.

### 2/ Nước Kiệt Xoa

Nước này trong Thông Lãnh, từ Thông Lãnh trở về trước có cây trái quả đều khác lạ, chỉ 3 loại trúc, lưu, mía giống đất Hán. Núi lạnh lúa không mọc được chỉ có lúa mạch. Có hơn 1,000 tầng sĩ, hết thầy đều học Tiểu thừa.

Pháp Hiển đi qua đây, gặp lúc vua nước này mở hội Ban Giá Việt Sư, tức đại hội 5 năm một lần. Khi đại hội, vua thỉnh Sa môn bốn phương đều vân



*Lộc Uyển—nơi Đức Phật chuyển pháp luân lần đầu tiên*

tập, trang nghiêm chỗ ngồi cho chúng tăng, treo cờ lọng, sau làm hoa sen vàng bạc gắn chỗ tăng tòa, trải tọa cụ sạch. Vua và quần thần như pháp cúng dường, hoặc 1 tháng, 2 tháng, hoặc 3 tháng, phần nhiều là mùa Xuân. Vua mở hội xong, lại khuyến quần thần thiết trai cúng dường 1 ngày, 2 ngày, 3 ngày, 4 ngày, 5 ngày, cho đến 7 ngày; cúng dường xong, dâng cúng vải mịn. v.v..., các loại trân bảo và các vật mà Sa môn cần. Trong nước có bình nhỏ của Phật, làm bằng đá, hình sắc giống bát Phật và một chiếc răng Phật.

### 3/ Nước Ô Trương

Nước Ô Trương ở Bắc Thiên Trúc, nói ngôn ngữ Trung Thiên Trúc. Y phục uống ăn của người dân giống với Trung Thiên Trúc. Ở đây Phật pháp rất thanh hành, đều là Tiểu thừa, có 500 ngôi chùa. Nếu có Tỳ kheo khách đến đều cúng dường 3 ngày, qua 3 ngày, khách tăng tự tìm chỗ an ổn. Trong nước có dấu tích dấu chân Phật, hòn đá Phật phôi y, chỗ Phật độ rồng dữ.

### 4/ Nước Túc Ha Đa

Nước này Phật Pháp hưng thịnh, chỗ xưa kia Thiên Đế Thích muốn thử Bồ Tát, hóa làm chim ưng và bồ câu, người dân trong nước này xây tháp trang nghiêm bằng vàng bạc chỗ Phật cắt thịt thân mình đổi lấy cứu bồ câu.

### 5/ Nước Trúc Sát Thi La

Trúc Sát Thi La, Hán gọi là Tiệt Đầu. Khi Phật hành Bồ tát đạo, từng ở đây lấy đầu cho người, nhân vì vậy lấy làm tên. Phía Đông có chỗ Phật gieo mình cho cọp đói ăn. Hai chỗ này đều xây tháp lớn, trang sức bằng các báu, nhân dân các nước đua nhau cúng dường, rải hoa đốt đèn liên tục không dứt.

### 6/ Nước Phật Lô Sa

Nước này có Kế Nhị Già vương xây tháp, tháp cao hơn 14 trượng, trang nghiêm bằng các báu. Phàm ai đi vào thấy tháp miếu tráng lệ uy nghiêm đều không muốn ra. Trong nước có thờ bình bát Phật.

### 7/ Hê La Thành

Thành này nằm ở biên giới nước Nà Kiệt. Trong thành có tinh xá thờ Đảnh cột Phật, trang sức bằng vàng và bảy báu mỏng. Vua kính trọng Đảnh cột, sợ có người cướp, nên sai 8 người họ Hào trong nước, mỗi người cầm một cái ấn để bảo hộ, sáng sớm 8 người đều đến, kiểm tra ấn của mình, sau mở cửa. Cửa mở rồi, lấy nước thơm rửa tay, thỉnh Đảnh cột Phật ra đặt lên tòa cao ngoài Tinh xá, dùng đĩa tròn bằng bảy báu, dưới đĩa úp chuông bằng lưu ly, đều trang sức bằng châu ngọc. Đảnh cột màu trắng vàng, vuông tròn 4 tấc, nổi lên ở trên.

Mỗi ngày sau khi thỉnh Đảnh Phật ra, người trong tinh xá lên lầu cao giống trống lớn, thổi kèn, gõ bát đồng. Vua nghe, xa giá đến Tinh xá, dâng hương hoa cúng dường. Cúng dường xong, vua lần lượt Đảnh lễ ra về, vào cửa Đông, ra cửa Tây. Vua sáng sớm nào cũng đến lễ bái cúng dường, rồi sau mới lâm triều. Trưởng giả cư sĩ cũng đến cúng dường, rồi mới về lo việc nhà. Ngày ngày như thế không hề có ai giải đãi, mỗi một. Khi mọi người cúng dường Đảnh cột Phật xong thì 8 vị có trách nhiệm bảo hộ Đảnh cột thỉnh Đảnh cột vào trong

tinh xá. Trong Tinh xá có Tháp Giải Thoát bằng bảy báu, khi mở khi đóng. Tháp cao 5 thước, để tôn trí Đảnh cột Phật. Trước cổng Tinh xá sáng sớm thường có người bán hoa. Ai muốn cúng dường hoa thì lại mua. Các Quốc vương cũng thường phái sứ giả cúng dường, khuôn viên Tinh xá khoảng 30 bộ, mặc dù liệt vào vùng động đất, nhưng nơi đây không động.

### 8/ Thành nước Nà Kiệt

Thành này là nơi Bồ Tát dùng vàng bạc mua Ngũ Kính Hoa cúng dường chỗ Phật Đỉnh Quang. Trong thành có tháp thờ răng Phật, cúng dường như cách cúng dường Đảnh cột Phật. Phía Đông Bắc thành 1 do điền, đến một hang động, có tích tượng Phật, tượng làm bằng gỗ Ngưu Đầu Chiên Đàn, dài trượng sáu, trượng bảy, cũng xây Tinh xá cúng dường. Đi vào phía Tây cửa động có y Tăng già lễ của Phật cũng được xây tháp cúng dường. Phía Nam thành, nửa do điền có thất bằng đá, rộng sang hướng Tây Nam của núi trong đó có hình ảnh Phật, cách 10 bước nhìn sang trông giống như hình thật của Phật, sắc vàng tướng hảo, hào quang sáng rỡ, đi đến gần hình ảnh nhỏ, phảng phất như có. Vua các nước phái họa sư vẽ mô tả lại nhưng không giống. Phía Tây của Hình Phật khoảng 400 bước, có tháp thờ tóc và móng của Phật, tháp cao bảy, tám trượng. Bên tháp có chùa, trong chùa có hơn 700 tăng. Nơi đây có mấy ngàn tháp của chư vị A La Hán, Bích Chi Phật.

### 9/ Nước Trung Tâm

Tây Thiên Trúc trở về Nam gọi là nước Trung Tâm. Nước Trung Tâm nóng lạnh điều hòa, không có sương giá và tuyết, người dân sống an vui, không có đăng ký hộ khẩu, chỉ người nào canh tác trên đất hoàng gia, thì phải nộp thuế lợi tức về đất đai. Người dân muốn đi thì đi, muốn ở thì ở. Luật pháp vua cai trị không dùng tử hình, người có tội chỉ phạt tiền, tùy tội nặng nhẹ. Dù có âm mưu làm ác nghịch đi nữa, bắt quá bị cắt tay phải mà thôi.

Hai bên tả hữu hậu vệ vua đều được cung cấp bổng lộc; nhân dân trong cả nước đều không sát sanh, không uống rượu, không ăn hành, tỏi, chỉ trừ chiền trà la. Chiền trà la gọi là người ác, cho ở riêng, nếu vào thành thị thì đập cây để tự cho mình là kẻ lạ, mọi người biết mà tránh, không xào xáo nhau.

Trong nước không nuôi heo, gà, không bán vật sống, chợ không có hàng thịt và không bán rượu, giao dịch bằng vật có răng, vỏ. Chỉ có chiền trà la, ngư dân và thợ săn bán thịt.

Từ sau Phật Bát-nê-hoàn (Niết-bàn), các quốc vương, trưởng giả, cư sĩ xây Tinh xá cho chúng tăng, cung cấp ruộng, vườn, hộ dân, bò, trâu, dê, sắt, sách. Chúng tăng trụ ở phòng xá, giường chông, ăn uống, y phục đều không thiếu. Chúng tăng thường lấy công đức làm sự nghiệp cho đến tận cùng ngôi thiên.

Khách tăng đến, cựu tăng nghinh đón, giúp mang y bát, cung cấp nước rửa chân, dầu bôi chân và nước uống. Sau một hồi nghỉ ngơi, lại hỏi số tuổi hạ của vị ấy, kê sắp đặt giường và tọa cụ. Chúng tăng trụ xứ tạo tháp Xá Lợi, Mục Liên, tháp A Nan, tháp A Tỳ Đàm luật kinh. Sau 1 tháng an cư, các gia đình khá giả khuyến hóa cúng dường, tăng uống nước phi thời, chúng tăng đại hội thuyết pháp, thuyết pháp xong, cúng dường tháp Xá Lợi Phật,

các loại hoa hương, chong đèn suốt đêm. Các tỷ kheo ni phần nhiều cúng dường tháp A Nan; vì A Nan xin Thế Tôn chấp nhận cho người nữ xuất gia. Các sa di phần nhiều cúng dường La Văn (La Hầu La); A Tỳ Đàm sư thì cúng dường A Tỳ Đàm; Luật sư thì cúng dường Luật, mỗi năm 1 lần cúng dường, mỗi vị tự chọn ngày. Người Ma Ha Diễn (Đại thừa) cúng dường Bát Nhã Ba La Mật. Văn Thù Sư Lợi, Quán Thế Âm v.v... Chúng tăng thọ tuệ xong, trưởng giả, cư sĩ, Bà la môn. v.v... mỗi người đem cúng dường y và những đồ vật mà Sa môn và chúng tăng cần dùng. Tăng thọ cúng, tự mỗi người hành bố thí.

### 10/ Nước Tăng Ca Thi

Trong nước có chỗ Phật đà lên trời Đạo Lợi thuyết pháp cho mẹ rồi trở về, chỗ Tỷ kheo ni Ưu Bất La lễ Phật lần đầu, tháp thờ tóc và móng Phật, chỗ 3 vị Phật quá khứ và Phật Thích Ca ngồi, chỗ kinh hành, chỗ Thiên Đế Thích, Phạm Thiên Vương theo Phật xuống, thầy đều có tháp. Chỗ ấy Tăng, Ni có khoảng 1,000 vị, đều cùng chúng thọ thực, học xen lẫn Tiểu thừa và Đại thừa. Chỗ Tăng Ni trụ có một con rồng tai trắng, do chúng tăng và đàn viết tạo để trong nước được phồn vinh, mưa hòa gió thuận, không có tai hại, khiến chúng tăng được an ổn. Tăng chúng cảm được ân huệ ấy, nhân chỗ ấy dựng nhà rộng, trải chỗ ngồi, lại vì rộng làm phước cúng dường. Rộng mỗi năm hiện 1 lần, nước ấy phần thịnh, nhân dân giàu có an lạc không đâu sánh bằng. Người dân các nước đến, ai cũng kinh doanh làm ăn, họ được cung cấp nhu yếu cần thiết. Phía Tây Bắc của chùa khoảng 15 do diên có một ngôi chùa tên là Đại Phần. Đại Phần là tên của ác quỷ. Phật hóa độ ác quỷ này. Người sau xây Tinh xá chỗ ấy.

### 11/ Thành Tân Nhiêu Di

Thành này tiếp giáp sông Hằng, có 2 Tầng Già Lê (Chùa) đều học Tiểu Thừa. Cách thành sáu bảy dặm, bên bờ Bắc sông Hằng là nơi Phật thuyết pháp cho đệ tử, nơi đây dựng tháp hiện vẫn còn. Qua sông Hằng đi về hướng Nam 3 do diên đến thôn Ha Lợi có chỗ Phật thuyết pháp, chỗ Phật kinh hành, chỗ Phật ngồi đều dựng tháp.

### 12/ Nước Câu Tát La

Nước này trong thành Xá Vệ, đất rộng người thưa, tổng cộng có hơn 200 nhà, là thành do vua Ba Tư Nặc cai trị. Có chỗ Tinh xá xưa của Đại Ái Đạo, tường giếng của Trưởng giả Cấp Cô Độc và chỗ Ương Quật Ma La đặc đạo, thiêu thân Niết Bàn, người sau dựng tháp đều ở trong thành này. Ra cửa phía Nam thành khoảng 1200 bộ về hướng Tây là nơi Trưởng giả Tu Đạt xây Tinh xá Kỳ Hoàn, phía Đông Tinh xá cổng mở, 2 bên cổng có 2 trụ đá. Trụ đá bên trái là hình bánh xe pháp, trụ đá bên phải là hình con trâu. Hai bên Tinh xá là ao suối trong sạch, cây rừng xanh tốt, các hoa màu sắc khác nhau, tươi tốt đáng xem. Phía Tây Bắc Tinh xá 4 dặm có Đắc Nhân Lâm, Đông Bắc sáu, bảy dặm có chỗ mẹ của Tỳ Xá Khư làm Tinh xá thỉnh Phật và Tăng ở, chỗ Côn Đà Lợi giết người phi báng Phật, chỗ nữ Chiên Đà Ma phi báng Phật, chỗ Điều Đạt Độc Trào muốn hại Phật sanh vào địa ngục. Cả nước có 96 loại ngoại đạo, đều biết đời nay, đời sau, đều có đồ chúng, cũng đều khát thực, không chỉ trị bát, lại cũng cầu phước ở 2 bên đường vắng,

dựng nhà Phước đức, phòng ốc, giường nằm, uống ăn cung cấp người đi đường cùng người xuất gia và khách qua lại.

Phía Đông Nam thành Xá Vệ 4 dặm là chỗ vua Lưu Ly muốn chinh phạt nước Xá Di, khi đó Phật đà đang đứng bên đường, chỗ bên đường ấy dựng tháp, Tây thành có ấp Đô Duy, có chỗ sanh xưa kia của Phật Ca Diếp, chỗ cha con gặp nhau, chỗ Phật Bát Nê Hoàn (Niết Bàn) v.v...

### 13/ Nước Ca Di La Vệ

Trong thành đều không có dân, rất hoang vắng, dọc đường cảm thấy sợ, chỉ có dân hộ chúng tăng mấy mươi nhà. Có chỗ cung xưa của vua Bạch Tịnh, chỗ Thái tử gặp người bệnh quay xe về, chỗ Phật đặc đạo về thăm vua cha, chỗ 500 Thích tử xuất gia hướng Ưu Ba Ly làm lễ, chỗ Phật Đà nhận Y Tăng Già Lê do Đại Ái Đạo dâng cúng, chỗ Thái tử ngồi xem lễ hạ điền, chỗ Thái tử giáng trần.

### 14/ Nước Lam Mạc

Từ chỗ Phật Đà sanh về đi hướng Đông 5 do diên, có nước Lam Mạc, Quốc vương được một phần Xá Lợi Phật, trở về xây tháp, đây là tháp Lâm Mạc. Đi về hướng Đông 3 do diên chỗ là Thái tử bảo Xà Nặc cỡi ngựa trắng quay về.

### 15/ Thành Câu Di Nạ Kiệt

Phía Bắc thành có chỗ Phật Bát Nê Hoàn (Niết Bàn) và Tu Bát người đệ tử sau cùng đặc đạo, chỗ Lực sĩ Kim Cang phóng chày vàng, chỗ 8 vua phân chia Xá Lợi, những nơi này đều dựng tháp, người dân trong thành thưa thớt chỉ có dân hộ chúng tăng.

### 16/ Nước Tỳ Xá Ly

Phía Bắc thành Tỳ Xá Ly có Tinh xá Trùng Các ở Đại lâm, nơi Phật an trú, tháp bán thân của A Nan, Am Ba La Nữ đem vườn cúng Phật làm chỗ Phật trụ, phía Tây Bắc thành 3 dặm có tháp, tên là Phóng Cung Trưởng là nơi khi xưa Phật phóng cung trưởng.

### 17/ Nước Ma Kiệt Đề

Trong nước có ấp Ba Liên Phất là thành được cai trị bởi vua A Dục, gồm các nước trung tâm; chỉ có nước này có thành ấp lộng, nhân dân giàu có, chăm làm việc nhân nghĩa. Mỗi năm vào ngày mùng 8 tháng Mão, diễu hành tượng, làm xe bốn bánh, buộc tre làm 5 tầng, hình trạng giống như tháp, dùng lụa trắng giăng ở trên, sau họa hình tượng chư thiên, dùng vàng, bạc, lưu ly để trang nghiêm, treo phướng lọng, bốn bên làm cái khảm, đều có Phật ngồi, Bồ tát đứng hầu, ước có 20 xe, mỗi xe trang hoàng khác nhau. Ngày ấy, tăng tục đều tập họp, xướng kỹ nhạc, hương hoa cúng dường. Bà La Môn đến thỉnh Phật, Phật thứ lớp vào thành, vào thành Phật lưu trú lại, chong đèn suốt đêm, mọi người đờn ca dâng cúng dường, các nước đều như thế. Trưởng giả, cư sĩ trong nước này đều ở trong thành dựng nhà thuốc Phước Đức để chữa bệnh cho người nghèo, người cô độc, người bệnh, người tàn tật. Trong nước còn có tháp lớn của vua A Dục. Vua A Dục tạo thành Nê Lê, chỗ Thiên Đế Thích đem thiên nhạc, Bát giá đàn cầm nhạc Phật. Đế Thích dùng 42 việc hỏi Phật, mỗi mỗi dùng tay họa vào đá, dấu tích bức họa vẫn còn.

Na La tụ lạc là quê hương của Tôn giả Xá Lợi

Phật, thành mới Vương Xá là do vua A Xà Thế kiến tạo. Trong thành có 2 Tầng Già Lam, ra cửa Tây thành 300 bộ là chỗ vua A Xà Thế được một phần Xá Lợi của Phật rồi dựng tháp, tháp ấy cao và rất đẹp. Ra phía Nam thành 4 dặm, theo hướng Nam vào hang động đến bên trong 5 núi là thành xưa của vua Ngõa Sa, có chỗ Tôn giả Xá Lợi Phất và Mục Kiền Liên lần đầu gặp Mã Thắng, chỗ bọn Ni Kiền Tử làm hầm lửa, tấm thuốc độc vào cơm thỉnh Phật đến để hại Phật, chỗ vua A Xà Thế thúc rượng cho voi uống để hại Phật. Trong góc vuông phía Đông Bắc thành có Tinh xá ở Am Ba La Viên (theo Kinh Xuất Diệu q.3, kinh Duy Ma Sở q.1, Huyền Ứng Âm Nghĩa q.20 thì Vườn của nữ Am Ba La, nằm ở thành Phệ Xá Ly, Trung Ấn Độ, nơi Đức Phật thuyết kinh Duy Ma), thỉnh Phật và 1250 đệ tử cúng dường. Trong nước đó cũng có vườn trúc của Ca Lân Đà, núi Kỳ Xà Quật có chỗ Phật ngồi thiền, chỗ Điều Đạt lần đầu bị thương ngón chân Phật. Trong nước này cũng có vườn trúc Ca Lan Đà, hang đá Xa Đế chỗ 500 vị A La Hán lần đầu kết tập kinh điển. Hang đá đen vuông lớn, nơi Bồ tát khổ hạnh 6 năm, chỗ Di gia nữ dâng sữa cho Phật, chỗ Phật thành đạo, chỗ rồng mù Văn Mãn nhiều quanh Phật 7 ngày, chỗ Phạm thiên thỉnh Phật, chỗ 4 thiên vương dâng bát, chỗ 500 thương nhân trao mật, chỗ Phật độ thầy trò huynh đệ Ca Diếp 1,000 người.

#### 18/ Nước Ca Thi

Phía Đông thành Ba La Nại có Tinh xá của Tiên Nhơn nơi vườn Lộc dã, chỗ Phật độ Câu Lân v.v... 5 người, chỗ Phật thọ ký cho ngài Di Lặc.

#### 19/ Nước Ma Ly Đế

Trong nước có 34 Tầng già lam, đều có tầng trụ, Phật Pháp cũng hưng thịnh. Pháp Hiển trụ ở đây 2 năm chép kinh và vẽ tượng.

#### 20/ Nước Sư Tử

Nước này ở Châu Thượng, Đông Tây 15 do diên (Theo kinh Trung Bộ 1 Do diên hay 1 Do tuần = 4.63 km) Nam Bắc 30 Do diên, xuất hiện nhiều trân bảo châu ngọc. Nước này điều hòa nóng lạnh, không có sai khác giữa mùa Đông và mùa Hạ, cỏ cây thường xanh tốt, ruộng nương gieo trồng tùy thuộc vào người, bất kể mùa nào. Trong thành có dựng Tinh xá thờ Răng Phật, đều làm bằng bảy báu, vua tịnh tu phạm hạnh, người trong thành rất mực có lòng kính tin. Nước đó từ khi lập quốc đến nay, không có đói khổ, chết chóc và loạn lạc, kho tàng của chúng tăng có nhiều trân bảo và ma ni vô giá. Trong thành nhiều trường giả cư sĩ, thương nhơn, nhà cửa khang trang, đường xá thông thoáng, ngã tư đường đều dựng nhà thuyết pháp, các ngày mùng 8, 14, rằm của mỗi tháng thiết trải tòa cao, đạo tục 4 chúng đều tập họp để nghe pháp. Pháp Hiển trụ ở nước này 2 năm, tìm được Bàn tạng luật Di Sa Tắc, Trưởng A Hàm, Tạp A Hàm, Tạp Tạng.

Ngoài ra, nước Kiên Đà Vệ có chỗ Bồ Tát mọc mắt thí cho người. Thành Na Tỳ Già có chỗ Phật Câu Lâu Tần Phật thị hiện Đản sanh, chỗ cha con gặp nhau, chỗ Phật Bất Nê Hoàn, phía Bắc chỗ này riêng có một ấp là chỗ Phật Câu Na Hàm Mâu Ni thị hiện Đản sanh, chỗ cha con gặp nhau, chỗ Bất Nê Hoàn, v.v... Nước Đạt Thẩn có chùa Phật Ca Diếp. Nước Chiêm Ba có chỗ Phật kinh hành và chỗ 4 Phật ngồi v.v...



## MỘNG TRƯỜNG GIANG

*Người về an trú với hư không  
Rào thưa hoa cúc với hoa hồng  
Đêm qua mộng寐 còn nương náu  
Một vài nốt nhạc của thương đau.*

*Người về vẫy mực gọi bình minh  
Gọi nắng lên cao gọi cuộc tình  
Tay cầm sơn cọ tay cầm gió  
Theo bùn trôi dạt với thân linh.*

*Mang mang sắc giới của muôn đời  
Hòn gì giọt lệ đọng đầu môi  
Mai kia bát ngát cùng dâu bể  
Tắc lòng bi mẫn sẽ cùng trôi.*

*Thì cứ trôi đi với mưa nguồn  
Bạt ngàn tự tánh gió biên cương  
Đồi nương xanh biếc mây huyền thoại  
Đứng đó mình ta đối diện mình.*

*Phù vân từng vệt nắng hoang đường  
Chạnh lòng mô có ngõ tang thương  
Núi ngã trăng tàn song ly tán  
Đường về vờ mộng mộng trường giang.*

## LÝ THỪA NGHIỆP

Trên đây là khái lược về các di tích Phật, tôn giáo, phong tục, địa lý, v.v... mà Đại sư Pháp Hiển đã chứng kiến trong chuyến du hành đến nhiều quốc gia khác nhau. Ở tuổi sáu mươi, Đại sư Pháp Hiển vẫn du hành về Tây Vực để cầu Phật Pháp. Vì sự thành tựu vĩ đại trong việc hướng dẫn mọi người, Đại sư đã truyền cảm hứng cho Đại sư Huyền Trang thời nhà Đường nơi gương Đại sư tiếp tục theo đuổi con đường sang Tây Vực tìm cầu Phật pháp.

Sách này được ghi chép vào Cao Ly Tạng tập 32, Thích Sa Tạng tập 30, Long Tạng tập 109, Chánh Tạng tập 57, Đại Chánh Tạng tập 51, bởi vì nó nhận được sự chú ý của các học giả Tây Âu vào thế kỷ 19, nên có bản dịch Anh ngữ lưu hành. Ngoài ra, còn có bản tiếng Nhật do Túc Lập Hỷ trước tác với nhan đề: Khảo Chứng Pháp Hiển Truyện.

*Tu Viện An Lạc, California, 12:30 sáng, 19-11-2024  
Thích Chúc Hiền (Kính lược dịch)*

# SỐNG VỚI SƠ TÂM: NHƯ THỊ

Nguyễn Giác

TƯ TƯỞNG PHẬT HỌC

Nói sơ tâm, là nói về tâm của người mới học, tâm đơn sơ, tâm như hài nhi trẻ nhỏ, tâm rất mực hồn nhiên, chưa có chút gì là chữ nghĩa dày đặc, không chút gì là kiến thức uyên bác. Ngắn gọn, tận cùng của người sống với "sơ tâm" là sống với "tâm không biết," bởi vì, hề "có biết" là có quá khứ, có mai giữa, có lộ trình nhân quả, không còn là tâm nguyên sơ, tâm bản nhiên. Cốt tủy Thiền Tông là sống với sơ tâm.

Thiền sư Shunryu Suzuki, trong tác phẩm "Zen Mind, Beginner's Mind" (Tâm Thiền, Tâm của Người Mới Bắt Đầu) ấn bản 1970 đã viết rằng: *"Trong tâm của người mới bắt đầu thì sẽ có nhiều khả thể, nhưng trong tâm của người chuyển gia thì lại ít."*

Nơi trang 22 của sách trên, Thiền sư Suzuki viết: *"Trong tâm của người mới bắt đầu thì không có ý nghĩ, 'Tôi đã đạt được điều gì đó.' Mọi ý nghĩ quy về tự ngã đều giới hạn tâm trí rộng lớn của chúng ta. Khi chúng ta không có ý nghĩ gì về thành tựu, không có ý nghĩ về tự ngã, chúng ta là những người mới bắt đầu thực sự. Khi đó, chúng ta mới thực sự có thể học được điều gì đó."*

Chỗ này đơn giản lắm: trong tâm của người mới bắt đầu, còn gọi là sơ tâm, hay tâm ban đầu, luôn luôn là cái tươi mới, luôn luôn là cái xa lìa vô lượng tâm quá khứ, và do vậy luôn luôn xa lìa vô lượng các tâm dự phóng có thể mơ mộng về tương lai, và do vậy sơ tâm cũng không phải là tâm hiện tại vì sơ tâm luôn luôn là tâm tự làm mới chính nó. Ngay nơi sơ tâm, chính là tâm xa lìa cả ba thời: quá khứ, hiện tại, vị lai.

Đó là lý do, trong Thiền Tông nói rằng ngồi Thiền không thể thành Phật, cũng tương tự như mài gạch không thể làm thành gương soi mặt được.

Trong cái sơ tâm đó, vì luôn luôn là sơ tâm, cho nên không hề có bóng dáng chút nào về "cái tôi" và "cái của tôi" vì bất kỳ cái tôi nào cũng là sản phẩm của quá khứ, của vun bồi, của mài giũa. Trong cái sơ tâm đó, cũng không hề có cái gì gọi là "tôi đã học xong cái này" hay "tôi đã thành tựu công đức này, tôi đã chứng đắc được quả kia..." Bởi vì tâm của người sơ học lúc cũng trắng tinh như trang giấy chưa viết chữ.

Hay là, nói cách khác, đó là tâm của Vô Niệm, bởi vì bất kỳ tâm nào hay bất kỳ niệm nào của hồi nãy, của hôm qua, của hôm kia, của tuần trước, của năm trước, hề còn quyển luyện trong tâm thì tâm đó không còn là "sơ tâm" nữa, và tâm đó, lúc đó là một tâm đã cũ, mất hẳn cái tươi mới khi thấy, khi nghe trong cái dòng sống liên tục chảy xuyên suốt thân tâm mình. Cho nên, còn gọi là tâm Vô Niệm. Không có nghĩa là, không có niệm, nhưng chỉ có nghĩa là các niệm không còn chỗ trụ nào trong tâm mình nữa.

Trong nhóm Kinh Tập của tạng Pali, nơi Kinh Sn 4.5 (còn có ký số cách khác, là Snp 4.5), tức là Kinh - Paramatthaka Sutta (còn tên là: Kinh Về Tối Thượng), có hai bài kệ, do Nguyễn Giác dịch như sau, nói về tâm của một người không giữ bất kỳ một kiến nào trong tâm (mà chúng ta còn gọi là sơ tâm, tâm bản nhiên, tâm nguyên sơ, tâm hài nhi), trích lời Đức Phật dạy:

*"802. Trong những cái được thấy, được nghe, được nhận biết, chỗ để một niệm vi tế nào khởi lên trong tâm. Với người không nắm giữ một kiến nào như thế, làm sao có ai trong thế giới này xếp loại được vị đó."*

*803. Vị đó không dựng lập, không thiên về, không nắm giữ giáo thuyết nào, không bị dẫn dắt bởi giới luật nào hay nghi lễ tôn giáo nào. Sống với Như Thị, vị đó qua bờ, không lùi lại."* (1)

Trong sách Khóa Hư Lục của Trần Thái Tông, nơi phần Niệm Tụng Kệ, chúng ta sẽ thấy rằng trong hai công án đầu tiên, là chỉ về sơ tâm, là tâm chưa hiển lộ, là tâm chưa ra thai mẹ nhưng đã độ người, là đứa bé không hình dạng chưa từng rời quẻ nhưng lại có khả năng đưa người qua bến mẹ mà không cần thuyền gỗ hay phao bè. Nơi công án thứ nhì, sơ tâm này là chỉ cho Thế Tôn khi mới ra đời, đã đưa một tay chỉ trời, một tay chỉ đất và nói "Trên trời, dưới đất, chỉ mình ta là tôn quý." Chính cái "ta" đó là cái sơ tâm, là cái vô ngã, là cái không hình dạng, là cái tâm nguyên sơ luôn tươi mới, luôn luôn có công năng đưa người qua bờ giải thoát. Nơi đây, xin trích bản dịch của Thầy Thích Thanh Từ

*"1.- Cừ: Thế Tôn chưa rời Đâu-suất đã giáng vương cung, chưa ra thai mẹ độ người đã xong."*



Niêm: Gươm báu chưa vung, tướng quân đã lộ.  
Tụng: Đứa bé không hình chừa rời quẻ,  
Sớm tối đưa người qua bến mê.

Cất bước ngạo du khộng xen cách,  
Chẳng cần thuyền gỗ với phao bè.

2.- Cử: Thế Tôn mới sanh, một tay chỉ trời, một  
tay chỉ đất nói: Trên trời dưới đất chỉ ta tôn quý.

Niêm: Một áng mây trắng che cửa động,  
Đàn chim về tổ thấy quên đường.

Tụng: Đạt-đa mới giảng Tịnh Vương cung,  
Muốn hóa quần sanh tự hiển tung.

Bảy bước đi quanh chỉ trời đất,

Bao người con Phật mất gia phong." (2)

Ngài Bồ Đề Đạt Ma có chữ để gọi "cái sơ tâm  
không hình, không tướng mạo" này là "tánh" và nói  
rằng hề thấy Tánh là thành Phật.

Bài kệ của ngài là:

*Bất lập văn tự;*

*Giáo ngoại biệt truyền;*

*Trực chỉ nhơn tâm;*

*Kiểm tánh thành Phật.*

Dịch: Không dựa vào chữ nghĩa, văn tự, lời nói;  
Pháp này nằm ngoài Kinh điển, chỉ truyền riêng  
[cho người thích hợp thôi]. Chỉ thẳng vào tâm  
người, hề thấy Tánh là thành Phật.

Nói không dựa vào văn tự, chữ nghĩa, vì chỉ vào  
sơ tâm, chỉ vào tâm vô niệm, tâm bản nhiên, nên  
không có lời nói hay chữ nghĩa (sản phẩm của quá  
khứ) nào có thể nói được. Pháp này nằm ngoài Kinh  
điển, nhưng thực tế vẫn có trong một số Kinh trong  
Tạng Pali. Thấy Tánh, tức là thấy cái sơ tâm, hay là  
cái tâm chưa sinh này.

Khi đọc Kinh Ud 1.10 (Bahiya Sutta) trong Tiểu  
Bộ, Tạng Pali, chúng ta sẽ thấy Đức Phật chỉ cho  
ngài Bahiya cách tiếp cận sơ tâm, và ngài Bahiya  
trở thành A La Hán trong thời gian rất ngắn sau đó,  
kể như là chớp nhoáng, hốt nhiên giải thoát. Nghĩa  
là, sơ tâm, hay tâm chưa sinh, không phải tâm ở  
đấy hay ở kia, không phải tâm có nắm giữ nào, và  
là không tâm, và đó là giải thoát.

Kinh ghi lời Đức Phật dạy ngài Bahiya, nơi đây,  
chúng ta dịch lại, như sau:

*"Khi nào, này Bahiya, đối với người, trong cái  
thấy chỉ là cái được thấy; trong cái nghe chỉ là cái  
được nghe; trong cái cảm thọ chỉ là cái được cảm  
thọ; trong cái nhận biết chỉ là cái được nhận biết,  
thì, này Bahiya, người sẽ không 'ở với cái đó'. Khi  
nào, này Bahiya, người không 'ở với cái đó', thì, này  
Bahiya, người sẽ không 'ở trong cái đó'. Khi nào,  
này Bahiya, người không 'ở trong cái đó', thì, này  
Bahiya, người sẽ không ở đây, cũng không ở phía  
bên kia, cũng không ở chặng giữa hai nơi đó. Chỉ  
như vậy là chấm dứt khổ đau." (3)*

Cuối bài Kinh Bahiya, Đức Phật đọc bài kệ sau  
khi chứng nhận rằng Bahiya đã trở thành một vị A  
La Hán. Nơi giải thoát đó, chính là nơi là xa lìa đất  
nước gió lửa, không mặt trời, không mặt trăng, nơi  
chỉ có ánh sáng trí tuệ. Nơi đây, chúng ta dịch bài  
kệ như sau.

*"Nơi mà không có nước, không có đất, không có  
lửa hay không khí, nơi đó không có sao sáng, không  
có mặt trời chiếu sáng, không có mặt trăng chiếu  
sáng, nhưng nơi đó không có bóng tối ngự trị.*

*Khi một vị thánh, một Bà la môn, đã tự mình  
biết điều này thông qua trí tuệ của chính mình, thì  
người đó được giải thoát khỏi cõi sắc và cõi vô sắc,  
giải thoát khỏi cả niềm vui và đau khổ." (3)*

Khi cái thấy chỉ là cái được thấy, và cái nghe chỉ



là cái được nghe. Nơi đó, thực sự là không còn tứ  
đại (đất, nước, gió, lửa) vì nơi đó đã xa lìa (tự thân  
đã xa lìa) các cõi sắc và vô sắc. Khi tâm thường  
trực là sơ tâm như thế, chỉ còn là một cái biết lặng  
lẽ, không gì vướng vào. Kinh Viên Giác gọi đó là "tri  
huyền tức ly."

Đó là cái tâm thấy huyền. Tại sao tâm thấy  
huyền chính là sơ tâm, vì trong sơ tâm luôn luôn là  
tâm "tự làm cho không biết," cũng tức là tâm luôn  
luôn nhìn thấy các pháp hiển lộ trong huyền tướng,  
do vậy, tâm thấy huyền này không hề trụ vào đâu,  
không hề dính tới bất kỳ sắc thanh hương vị xúc  
pháp nào. Cũng tương tự, người nghe tiếng đàn,  
thường trực nhận ra tiếng đàn là huyền, luôn luôn  
hiển lộ trong huyền tướng, thì ngay khoảnh khắc  
biết chính là khoảnh khắc xa lìa tham sân si.

Kinh Viên Giác, bản dịch Thầy Thanh Từ, nơi  
Chương Phổ Hiền, trích: *"- Này Thiện nam, biết  
pháp huyền hóa tức lìa, chẳng khởi phương tiện, lìa  
pháp huyền hóa liền giác, cũng không có thứ lớp.  
Tất cả Bồ-tát và chúng sanh đời sau y đây tu hành.  
Như thế mới hằng lìa các huyền." (4)*

Ngay khi biết, là giải thoát, không cần mài giũa,  
vì hề mài giũa lại rơi vào quá khứ của cái đã biết.  
Và khoảnh khắc đó, còn gọi là "tâm không biết" vì  
không có gì để níu giữ trong cái biết liên tục tươi  
mới này. Hãy thường trực như thế, còn gọi là sống  
với Như Thị, vì không có gì để nắm giữ hay xô đẩy.  
Đó chính là sống với sơ tâm.

#### GHI CHÚ:

(1) Kinh Sn 4.5, bản Việt: <https://thuvienhoasen.org/a30598/sn-4-5-parama-haka-sutta-kinh-ve-toi-thuong> - Bản Anh của ngài Sujato: <https://suttacentral.net/snp4.5/en/sujato>

(2) Khóa Hư Lục: <https://thuvienhoasen.org/p27a6711/19-niem-tung-ke>

(3) Kinh Bahiya, bản Anandajoti: <https://suttacentral.net/ud1.10/en/anandajoti>  
- Bản Sujato: <https://suttacentral.net/ud1.10/en/sujato>

(4) Kinh Viên Giác, bản dịch Thầy Thanh Từ: <http://thuonghieu.net/index.php/chuyende/kinhvg/3490-botatphohien>



# NGŨ CĂN – NGŨ LỰC LÀ GÌ?

*Thích Nữ Hằng Như*

TƯ TƯỜNG PHẬT HỌC

## I. DẪN NHẬP

Thích Nữ Hằng Như Ngũ căn và ngũ lực tiếng Phạn là Pancindriya và Pancabala. Indriya có nghĩa là nguồn gốc, khả năng để tất cả các thiện pháp sinh khởi. Bala là lực, là sức mạnh. Ngũ căn và ngũ lực là phẩm đôi nhập một trong số 37 phẩm trợ đạo gọi chung là Đạo để gồm: Tứ niệm xứ, Tứ chánh cần, Tứ thần túc, Ngũ căn -Ngũ lực, Thất giác chi và Bát chánh đạo.

Ngũ căn là năm yếu tố cốt lõi, là phương tiện thực tiễn hỗ trợ cho việc tu học của hành giả. Năm yếu tố căn bản phát sinh và được làm cho viên mãn theo trình tự duyên khởi Tín-Tấn-Niệm-Định-Tuệ. Và khi ngũ căn được tu tập làm cho sung mãn, thì sẽ biến thành ngũ lực tức tạo ra sức mạnh gồm: Tín lực-Tấn lực-Niệm lực-Định lực và Tuệ lực.

## II. Ý NGHĨA VÀ THÀNH PHẦN CỦA NGŨ CĂN

1) TÍN CĂN: "Tín" hay "tin" trong đạo Phật là sự chấp nhận một vấn đề gì bằng sự hiểu biết. Không phải là sự chấp nhận một cách mù quáng, vô điều kiện, bất chấp lý trí. Sự chấp nhận hay lòng tin này chỉ có được, sau khi suy luận sáng suốt và quan sát kỹ càng. Đức Phật không bao giờ bắt buộc Phật tử tin một điều gì mà không thể suy luận, hay không giải thích được.

Thí dụ như lời Phật dạy về bài pháp Tứ Diệu Đế là pháp nhận ra bốn sự thật. Đó là Khổ đế, Tập đế, Diệt đế và Con đường đưa đến Diệt đế. Muốn thành công trên lộ trình tu tập giải thoát này, hành giả cần phải nghiên cứu pháp học theo lộ trình VẤN-TU-TU. Văn tức là nghe giảng. Tư là tìm hiểu rõ ràng ý tứ bài giảng. Tin tưởng nơi Pháp học, rồi mới tu tập sống theo lời dạy của Pháp. Như vậy, hành giả có Tín căn vào pháp Tứ Diệu Đế. Nhờ VẤN tuệ và TƯ tuệ nên hành giả hiểu biết đúng đắn về giáo lý Tứ Thánh Đế. Hiểu biết đời sống thế gian không ai thoát khỏi Khổ. Khổ do nhiều nguyên nhân gây ra. Đó là hai vế đầu của Tứ diệu đế gọi là Khổ đế và Tập đế. Đồng thời hiểu rõ con đường đưa đến Diệt khổ là Đạo đế bát chánh gồm tám yếu tố: Chánh kiến, Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh Tinh tấn, Chánh niệm, Chánh định. Hiểu biết như thật về Đạo đế tức Bát chánh đạo, nên hành giả không còn nghi ngờ, phân vân, lưỡng lự về hai đế: "Khổ diệt và Con đường Khổ diệt", nên phát sinh lòng tin mạnh mẽ vào phương

pháp hành trì. Đức tin phát xuất qua sự học hỏi hiểu biết như vậy, trong kinh gọi là Chánh Tín, là yếu tố đầu tiên trong Ngũ căn gọi là Tín Căn.

2) TẤN CĂN: Tấn là tinh tấn. Tấn căn là sự dũng mãnh tinh tấn trên bước đường tu tập không bao giờ thối lui. Khi có lòng tin sâu vào Phật pháp, thì mới cố gắng tu tập. Nếu không, thì niềm tin suông này sẽ trở thành vô dụng, không đưa chúng ta đến đâu cả.

Tinh tấn là pháp tu mà trong các phẩm trợ đạo đều có như: - Tu "Tứ Niệm Xứ" đức Phật dạy hành giả lúc nào cũng phải "nhiệt tâm, tinh giác, chánh niệm". Nhiệt tâm đây được hiểu là tinh tấn siêng năng. - Trong "Tứ chánh cần" toàn bộ bốn pháp đều là tinh tấn. Hai tinh tấn phát sinh thiện pháp và hai tinh tấn ngăn chặn bất thiện pháp. - Trong "Tứ thần túc" thì có Căn thần túc. - "Ngũ căn" thì có Tinh tấn căn. - "Ngũ lực" thì có Tinh tấn lực. - "Thất giác chi" thì có Tinh tấn giác chi. - "Bát chánh đạo" thì có Chánh tinh tấn. - Trong "Lục độ" thì có Tinh

tấn độ. Điều này cho thấy Tinh tấn là yếu tố không thể thiếu trong việc tu học đạo và hành đạo.

3) NIỆM CĂN: Nói cho đủ là Chánh niệm. Niệm ở đây là chú tâm nhớ nghĩ đến pháp học và pháp hành không để tâm lang thang phóng dật. Chánh niệm là chi đầu tiên của lộ trình tâm Bát Chánh Đạo siêu thế (Chánh niệm, Chánh định). Khi Chánh niệm có mặt, thì mọi tà niệm, tham, sân, si, mạn nghi, sầu, bi, khổ, ưu, não... vắng mặt. Ngược lại sống trong thất niệm, thì tâm hành giả dễ dàng bị ngũ dục lôi kéo khiến vô minh và tham ái bao trùm.

4) ĐỊNH CĂN: Khi chánh niệm vững chắc thì thân tâm hành giả gom lại thành một khối duy nhất gọi là định. Định có nghĩa là tâm vắng lặng, yên tĩnh. Trên con đường tu tập Bát chánh đạo, khi Chánh tinh tấn khởi lên, thì phát sinh Chánh niệm liên tục đưa đến trạng thái định gọi là Chánh định bao gồm: - Sơ thiền: Ly dục, ly bất thiện pháp chúng và trú Sơ thiền, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh có tầm có tứ. - Nhị thiền: Diệt tầm diệt tứ, chứng và trú nhị thiền, một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tầm không tứ, nội tĩnh nhất tâm. - Tam thiền: Ly hỷ trú xả, thân cảm lạc thọ mà bậc Thánh gọi là xả niệm lạc trú, chứng và trú thiền thứ ba. - Tứ thiền: Xả lạc, xả khổ, diệt trừ hỷ ưu, chứng và trú thiền thứ tư, không khổ không lạc, tâm thanh tịnh nhờ xả. Định được xem là yếu tố thứ tư



trên con đường tu học.

5) **TUỆ CĂN:** Là yếu tố thứ năm của sự tu học. Khi một người có đầy đủ trí tuệ về sự sanh diệt các pháp. Vị ấy biết như thật đây là Khổ, biết như thật đây là Khổ Tập khởi, biết như thật đây là Khổ Đoạn diệt, biết như thật đây là Con đường (Bát chánh) đưa đến đoạn tận Khổ. Đó là người có Tuệ căn.

Tín-Tấn-Niệm-Định-Huệ là một chuỗi yếu tố kết nối theo quy luật duyên khởi. Trong đó Tín và Tấn do VẤN TUỆ và TƯ TUỆ phát sinh, còn Niệm-Định-Tuệ nhờ TU TUỆ mới phát sinh.

Thế nào gọi là liên kết theo duyên khởi? Đó là khi hành giả tin mình có thể tu tập đạt kết quả, thì mình "không còn buông lung phóng dật", tức là tinh tấn. Khi không buông lung phóng dật thì mình "trộn vện với cái hoàn hảo đang là", thì đó là niệm. Với pháp hoàn hảo đang là nên "tâm không dao động" nữa, đó tức là định. Cuối cùng "biết rõ cái đang là" đó là tuệ. Cho nên Tín-Tấn-Niệm-Định-Tuệ là một chuỗi pháp nối kết rất tự nhiên.

### III. Ý NGHĨA VÀ THÀNH PHẦN CỦA NGŨ LỰC

Ngũ lực là năm sức mạnh của ngũ căn. Đó là Tín lực, Tinh tấn lực, Niệm lực, Định lực và Tuệ lực. Ngũ căn tăng trưởng, không bị phiền não phá hoại gọi là ngũ lực. Có vị so sánh ngũ căn như năm ngón tay, còn ngũ lực là sức mạnh của năm ngón tay đó. Ngũ lực gồm có:

1) Tín lực: Là sức mạnh của đức tin, có công năng phá trừ sự nghi ngờ. Tín lực do lòng tin tưởng mạnh mẽ từ Tín căn mà phát sinh.

2) Tấn lực: Nói cho đủ là Tinh tấn lực. Khi Tinh tấn căn được tập mạnh mẽ tạo ra một lực, có công năng phá trừ sự biếng nhác của thân tâm, gọi là Tinh tấn lực.

3) Niệm lực: Do Niệm căn phát sinh. Niệm lực là sức mạnh của sự ghi nhớ trộn vện với cái đang là. Nó có công năng đánh tan mọi tà niệm, đưa đến trạng thái Nhất tâm làm viên mãn Định lực. Khi thực hành pháp quán Thân, Thọ, Tâm, Pháp, Niệm lực sẽ làm cho phát triển và viên mãn Tuệ căn.

4) Định lực: Là sức mạnh của sự tập trung tư tưởng, nó phát sinh từ Định căn. Định lực có công năng diệt trừ sự loạn tưởng, giúp hành giả thoát ra khỏi sự chi phối ràng buộc của tham sân si, ra khỏi sự kiềm tỏa của dục lạc thế gian.

5) Tuệ lực: Là sức mạnh chấm dứt vô minh. Khi thân tâm gom lại thành một định lực, thì trong khối định lực đó có một sự hiểu biết trực giác vô ngôn, vượt ra ngoài không gian và thời gian. Sự hiểu biết không còn lệ thuộc vào không gian và thời gian được gọi là Tuệ lực.

Như vậy Ngũ lực là sức mạnh tiếp nhận do sự kiên trì tu luyện của hành giả về Ngũ căn. Khi năm yếu tố căn bản của sự tu học: Tín-Tấn-Niệm-Định-Tuệ tuần tự khởi lên, và được phát triển viên mãn, thì mỗi một yếu tố sẽ sinh một lực. Lực này là sức mạnh giúp cho người tu vượt qua mọi khó khăn, khắc nghiệt, gian nguy trên con đường tu học tâm linh hướng đến quả vị giác ngộ giải thoát.



Sư cô Thích Nữ Hằng Như

### IV. KẾT LUẬN

Tóm lại, Ngũ căn là năm nguồn gốc căn bản phát huy ngũ lực. Tu tập Ngũ căn thuần thực đạt được Ngũ lực, giúp người tu vượt qua mọi sự quuyến rủi lỗi cuốn bởi dục lạc của đời sống thế gian, không bị lay động bởi tám gió đời: Lợi-Suy, Hủy-Dự, Xưng-Cơ, Khổ-Lạc (Thành công-thất bại; Hạ nhục-tôn vinh; Xưng tán-chê bai; Lo buồn-vui sướng) cản trở con đường tu học hướng đến giác ngộ giải thoát.

Học Phật, chúng ta thấy Ngũ căn-ngũ lực là năm yếu tố căn bản, năm yếu tố cốt lõi trên con đường tu học, mà đức Phật đã dạy cho một kẻ phàm phu mới bắt đầu, cho đến khi kết thúc trở thành bậc Vô học (A-la-hán).

Trong lộ trình tu học hành giả cần phải trải nghiệm đủ năm yếu tố này, thiếu đi, dù một trong năm yếu tố cũng không thể thành tựu quả giải thoát.

Là thiện sinh, chúng ta cần rút ra bài học quan trọng của "Ngũ căn-Ngũ lực" này là trước khi đặt lòng tin mãnh liệt vào pháp tu nào, chúng ta cần phải đi đúng theo lộ trình VẤN-TƯ-TU, tức là phải nghe, phải đọc, tìm hiểu cặn kẽ, hiểu đúng như thật về pháp tu mà ta sắp chọn. Xem pháp tu này có thích hợp với căn cơ của mình hay không? Pháp này có thực sự đưa đến giác ngộ, giải thoát cho người hành trì? Nghĩa là phải có Chánh kiến, Chánh tư duy về pháp học, pháp hành, rồi mới có Chánh tín được! Tiếp theo là Chánh tín là Chánh Tinh Tấn, Chánh Niệm, Chánh định và sau cùng là phát Huệ tức giác ngộ, giải thoát khỏi mọi phiền não khổ đau.

Chúng tôi tạm dừng bài "Ngũ Căn- Ngũ Lực" tại nơi đây. Kính chúc quý vị hữu duyên thực hành tinh tấn lời Phật dạy.

### THÍCH NỮ HẰNG NHƯ

(Sinh hoạt với Hội Thiền TÁNH KHÔNG Sacramento và San Jose ngày 22/10/2024)

#### Ghi thêm:

37 phẩm trợ đạo gồm:

1) Tứ Niệm Xứ: Tập trung niệm vào bốn phạm trù: Thân, Thọ, Tâm, Pháp.

2) Tứ Chánh Cần: (1) Việc ác đã sinh, nỗ lực đoạn trừ.. (2) Việc ác chưa sinh gắng không phạm phải. (3) Nỗ lực tăng trưởng việc thiện đã làm. (4) Chưa làm việc thiện nên cố gắng thực hiện.

3) Tứ thần túc (Tứ Như ý túc): Đây là bốn pháp thiền định. Bốn pháp đó là: Dục thần túc, Tinh tấn thần túc, Tâm thần túc và Quán thần túc.

4) Ngũ căn-Ngũ lực: Tín căn-Tấn căn-Niệm căn-Định căn-Tuệ căn; Tín lực, Tấn lực, Niệm lực, Định lực, Tuệ lực.

5) Thất giác chi (Thất bồ đề phần): (1) Niệm giác chi, (2) Trạch pháp giác chi, (3) Tinh tấn giác chi, (4) Hỷ giác chi, (5) Khinh an giác chi, (6) Định giác chi, (7) Xả giác chi.

6) Bát chánh đạo: (1) Chánh kiến, (2) Chánh tư duy, (3) Chánh ngữ, (4) Chánh nghiệp (5) Chánh mạng, (6) Chánh tinh tấn, (7) Chánh niệm (8) Chánh định.



## MÙA XUÂN SAU MỘT CÁI CHẾT

*Một bông hoa nở ra trên cánh đồng  
một bông khác nở ra từ kẽ đá  
một bông khác trên ngọn đồi xa lạ  
Trên nghĩa trang lạnh giá  
bông hoa đầu tiên cũng đang hé nở  
một bông khác  
và một bông khác nữa  
Và mùa sau tấm lưng tôi hàng loạt bông hoa thi nhau nở rộ  
chúng làm tấm áo choàng của tôi nhanh chóng phồng lên  
như cánh buồm trước gió  
Rồi từ cuống họng tôi những bông hoa chui ra  
những bông khác từ đôi mắt tôi  
từ đầu những ngón tay  
từ đôi tai  
từ lồng ngực...  
chúng đang chiếm đoạt lấy thân thể tôi  
chúng đang làm tâm tư tôi trở nên bấn loạn  
Bất chợt tôi nhớ ra là mình đã qua đời vài năm trước đó  
và tấm thân bây giờ là mảnh đất màu mỡ cho đám hoa lá mùa xuân.*

**PHÁP HOAN**

Từ Lịch Mùa, Ajarpress 2016

# GIỮA TÂM BẢO XÃ HỘI: PHẬT GIÁO VÀ CON ĐƯỜNG TỈNH THỨC

Lôi Am

ĐẠO PHẬT TRONG ĐỜI SỐNG

Trong thế giới hiện đại, khi sự ồn ào của mạng xã hội và sự chuyển động không ngừng của truyền thông làm khuấy đảo tâm trí con người, Phật giáo dường như đang bị đẩy vào một vở kịch xã hội đầy rẫy những diễn đàn tranh luận vô nghĩa. Người ta nhìn nhận giáo pháp qua những lăng kính mờ nhạt của thông tin và tranh cãi, khiến bản chất thiêng liêng của đạo Phật đôi khi bị lãng quên hoặc bóp méo. Thế nhưng, tựa như mặt trăng bị che khuất bởi những đám mây thoáng qua, chân lý Phật giáo vẫn lặng lẽ tồn tại, vững chắc và không bao giờ bị suy suyển. Những thử thách này, hơn bao giờ hết, chính là cơ hội để mỗi người Phật tử nhận ra bản chất thực sự của giáo pháp và bước đi trên con đường tỉnh thức.

Trong thời kỳ mạng xã hội chiếm ưu thế, bất cứ điều gì cũng có thể bị biến thành công cụ, hay vũ khí câu view hoặc gây tranh cãi. Phật giáo không nằm ngoài quy luật ấy. Mỗi khi một sự kiện liên quan đến tôn giáo bị kéo vào sân khấu công luận, rất nhiều trường hợp sự thật dường như bị làm méo mó, bị sử dụng cho mục đích khác, thậm chí cho những cuộc ganh đua không đáng có.

Hộ pháp là hành động bảo vệ sự toàn vẹn của giáo pháp, của con đường mà Đức Phật đã khai sáng, để không chỉ chính mình mà còn bao người khác được hưởng lợi ích từ chân lý giải thoát. Nó đòi hỏi lòng từ bi rộng lớn và trí tuệ sâu sắc, để nhận biết khi nào cần lên tiếng và khi nào cần im lặng. Trong khi đó, phi pháp là khi sự bảo vệ ấy trở thành sự đấu đá, tranh giành hay cố gắng chiến thắng người khác trong cuộc hý luận vô nghĩa, mà cuối cùng chính mình lại đánh mất bản thân trong mê lộ của tham sân si.

Những cuộc tranh cãi không hồi kết này không khác gì cơn bão ào tưởng. Trong những lúc ấy, chúng ta cần nhớ lại hình ảnh tĩnh lặng của Đức Phật dưới cội bồ đề, đối diện với bao cám dỗ, nhưng Ngài vẫn an nhiên và vững vàng trong chân lý. Sự vững chãi ấy chính là tinh thần hộ pháp thực sự: không phải để đánh bại ai, mà là để giữ vững chân lý bên trong mình.

Trong một thế giới ngày càng trở nên phức tạp, vô minh là nguồn gốc của mọi đau khổ. Trong tâm thức con người, vô minh trởi dậy khi ta mất đi sự nhận biết về bản chất của vạn vật. Nó là lớp mây che khuất sự thật, khiến ta không nhìn thấy ánh sáng chân lý. Trên mạng xã hội, vô minh có thể xuất hiện dưới hình thức của sự hoang mang, nghi ngờ và thậm chí là lòng sân hận.

Chúng ta dễ dàng bị cuốn vào những thông tin sai lệch, những lời chỉ trích không căn cứ và những cuộc tranh luận mang đầy định kiến. Sự lan tràn của vô minh không chỉ gây ảnh hưởng đến cá nhân

mà còn tạo ra một sự khủng hoảng về niềm tin trong xã hội. Những ai thiếu hiểu biết dễ bị lạc lối, mất niềm tin vào giáo pháp, và cuối cùng chúng ta tự đẩy mình vào vòng xoáy khổ đau mà không hề hay biết.

Thế nhưng, vô minh không phải là kẻ thù không thể vượt qua. Cũng như mây có thể tạm thời che khuất mặt trăng, vô minh chỉ là tạm bợ. Ánh sáng của chân lý, khi được soi rọi đúng lúc và đúng cách, sẽ xua tan mọi màn sương, đưa con người trở về với sự an nhiên tự tại.

Giữa những cơn sóng của vô minh, điều quan trọng nhất là người Phật tử phải giữ vững được tinh thần làm sáng đạo. Làm sáng đạo không chỉ là bảo vệ bề ngoài của Phật giáo, mà còn là việc thực hành giáo pháp trong từng hành động, lời nói và suy nghĩ. Điều này đòi hỏi sự dũng cảm để không bị cuốn theo những dòng chảy của tranh cãi vô ích và lòng kiên định để giữ vững niềm tin trong mọi hoàn cảnh.

Phá đạo không nhất thiết phải là hành động tấn công trực diện, đôi khi nó chỉ là sự vô tâm, lãng quên giáo pháp trong cuộc sống hằng ngày. Khi người Phật tử không thực hành đúng những lời dạy của Đức Phật, khi để lòng tham, sân, si chi phối, thì dù không cố ý định phá đạo, chúng ta vẫn đang tự làm mờ đi ánh sáng của chân lý. Đó là một sự phá hoại thầm lặng nhưng đầy nguy hiểm.

Ngược lại, làm sáng đạo là khi ta sống với lòng từ bi, trí tuệ và sự tỉnh thức. Khi mỗi người Phật tử đều là một ngọn đèn sáng, dù chỉ là ánh đèn nhỏ, nhưng khi hợp lại sẽ chiếu sáng cả một bầu trời đen tối. Đây chính là sứ mệnh của những ai mang trong mình niềm tin và tình yêu với đạo Phật: không phải để chống lại ai, mà là để cùng nhau xây dựng một thế giới an lạc và giác ngộ.

Phật giáo, với lịch sử hàng ngàn năm, đã từng đối mặt với biết bao nhiêu thử thách, nhưng chưa bao giờ suy vong. Thời đại nào cũng có những thời điểm mà người ta hoài nghi về sự tồn tại của giáo pháp, nhưng chân lý của Đức Phật vẫn luôn sáng tỏ, không bao giờ bị lãng quên. Cũng như mặt trăng có thể bị mây che khuất nhưng ánh sáng của nó vẫn luôn ở đó, sẵn sàng chiếu sáng khi mây tan.

Sự hồi sinh của Phật giáo không phải là điều gì mới mẻ, mà đó là một quá trình liên tục diễn ra trong tâm thức mỗi người. Khi ta quay về với bản thân, nhận diện được vô minh và từ bi, ta tự khắc làm sống lại chân lý bên trong mình. Và chính từ sự thức tỉnh ấy, Phật giáo sẽ không bao giờ bị lụi tàn.

Khi xã hội hoang loạn về niềm tin, khi mạng xã hội trở thành nơi lan truyền những tin đồn vô căn cứ, Phật giáo không cần phải phản ứng một cách dữ dội hay gay gắt. Thay vào đó, mỗi người Phật tử

hãy là một biểu tượng sống của sự bình an, trí tuệ và từ bi. Chỉ cần chúng ta giữ vững được chân lý trong lòng, thì không có thế lực nào có thể làm lung lay nền tảng ấy.

Sự hồi sinh của đạo Phật, vì vậy, không phải là sự trở về với hình thức hay nghi lễ, mà là sự thức tỉnh trong từng tâm hồn. Khi ta nhìn thấy chân lý trong từng hành động, khi lòng từ bi tràn ngập trong mỗi mối quan hệ, thì Phật giáo sẽ tiếp tục sống mãi, không chỉ trong hiện tại mà còn trong tương lai.

Bây giờ, ý nghĩa câu nói của Hòa Thượng Tuệ Sỹ - "*Chánh pháp không cần ai bảo vệ*" - trong ngữ cảnh đầy trí tuệ và sâu sắc, khi Thầy đề cập đến bản chất bất biến và thường hằng của Phật pháp. Đây không phải là một lời phủ định về vai trò của những người hoằng dương Phật pháp hay hộ trì Tam Bảo, mà là một sự khẳng định rằng Chánh pháp, tự bản chất, không bị tổn hại bởi những yếu tố ngoại lai như sự phê phán, bạo lực hay sự suy thoái của xã hội.

Ngữ cảnh của câu nói này cần được hiểu trong mạch tư tưởng của sự tự tại và vô úy mà Phật giáo khuyến khích. Hòa Thượng Tuệ Sỹ muốn nhấn mạnh rằng Chánh pháp là chân lý, và chân lý không bị suy yếu bởi những ảnh hưởng bên ngoài. Đức Phật đã giác ngộ chân lý ấy dưới cội bồ đề, và từ thời điểm đó, Chánh pháp đã hiện hữu như một thực thể bất biến. Dù trải qua bao thăng trầm lịch sử, dù xã hội có biến đổi ra sao, bản chất của Chánh pháp không thay đổi.

Cách hiểu câu nói này cũng cần phải quay về với quan niệm của Phật giáo về vô thường và không chấp trước. Bảo vệ Chánh pháp không đồng nghĩa với việc phải tranh đấu hoặc cố gắng duy trì một hệ thống giáo điều cố định. Đó chính là sự hiểu nhầm về bản chất của Phật giáo. Chánh pháp vốn tự thân là sự giải thoát, là sự thức tỉnh vượt qua mọi tranh chấp, đố kỵ và hơn thua. Nếu chúng ta cố gắng bảo vệ Chánh pháp theo kiểu tranh luận hay đối kháng, điều đó có thể rơi vào vô minh hoặc chấp thủ.

Thay vào đó, chúng ta cần hiểu rằng Chánh pháp chỉ cần được hoằng dương thông qua sự thực hành của mỗi cá nhân, thông qua lòng từ bi, trí tuệ và giác ngộ. Khi mỗi người sống đúng với Chánh pháp, thì không có gì phải sợ rằng nó sẽ bị tổn hại. Ngược lại, khi chúng ta quá tập trung vào việc bảo vệ hình thức bề ngoài mà quên đi nội dung cốt lõi, chúng ta có thể làm sai lệch bản chất thật sự của đạo pháp.

Câu nói "*Chánh pháp không cần bảo vệ*" của Hòa Thượng Tuệ Sỹ nhắc nhở chúng ta rằng, sự bất diệt của Chánh pháp nằm trong chính sự sống động của nó, trong việc hành trì và thực nghiệm của mỗi cá nhân trên con đường giác ngộ. Khi ta hiểu rõ điều này, ta sẽ không còn lo sợ rằng Chánh pháp sẽ bị phá hủy, mà chỉ cần sống theo và truyền đạt nó một cách chân thành và không chấp thủ.

Trong những cơn bão vô minh của xã hội hiện đại, Phật giáo đôi khi bị hiểu lầm, bị lợi dụng, thậm chí bị phản bội bởi chính những người tự xưng là bảo vệ đạo pháp. Nhưng điều



## KHUYÊN TU

(Bát vĩ đồng âm, Thủ vĩ ngâm)

*Trái pháp khuyên tu rộng phước điền  
Tâm bình lắng lặng thấy lòng yên  
Từ bi hạnh nguyện hằng theo diễn  
Quảng khoáng kinh vân mãi để nghiên  
Chẳng bận không màng thì nghiệp viễn  
Ngưng cầu chó đằm rõ đời viên  
Sống an giữ đạo thôi trần luyến  
Trái pháp khuyên tu rộng phước điền.*

## NIỆM PHẬT

(Bát vĩ đồng âm)

*Niệm Phật tinh cần tuệ hiển ra  
Xuôi nguồn Tịnh Độ thẳng bờ qua  
Suy cùng khổ lụy từ nơi ngã  
Hiểu được yên bình thẳng chính ta  
hạnh nguyện đời nay thì vẫn đã  
Duyên cái kiếp đó vốn đang là  
Sát - na chó lãng nguyên trong dạ  
Ngẫm vậy Thầy khuyên sống đạo hoà...*

thơ

PT. MINH ĐẠO

kính đề

đó không thể làm lung lay chân lý của giáo pháp. Những đám mây của tranh cãi, của vô minh, chỉ là tạm thời. Ánh sáng của chân lý, của từ bi và trí tuệ sẽ luôn chiếu sáng, giúp người tu hành vượt qua mọi thử thách.

Phật giáo không hề suy vong mà chỉ đang chờ đợi mỗi chúng ta thức tỉnh, nhìn thấy ánh sáng sau những lớp mây. Và khi đó, như mặt trăng sáng soi đêm tối, đạo pháp sẽ lại rạng ngời, không bao giờ bị che khuất.

*Ấn Tự, Phật Lịch 2568*



GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT HOA KỲ  
VIETNAMESE AMERICAN UNITED BUDDHIST CONGREGATION  
HỘI ĐỒNG ĐIỀU HÀNH  
COUNCIL OF MANAGEMENT CENTRAL OFFICE  
4333 30th Street San Diego, CA 92104, Tel.: (619) 471-6865

**THÔNG BÁO SỐ 1**  
**KHOÁ TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN THỨ 12**  
**TỔ CHỨC TẠI BỒ ĐỀ ĐẠO TRĂNG - AN ĐỘ**  
**NGÀY 07 - 08 THÁNG 11 NĂM 2025**  
**NAM MÔ BỒN SƯ THÍCH CA MÂU NI PHẬT**

Kính bạch Chư Tôn Đức Tăng Ni,  
Kính thưa quý Phật tử,

Chiều theo tinh thần buổi họp trực tuyến trên Zoom vào lúc 5:00 chiều, ngày 06 tháng 09 năm 2024, tất cả thành viên của Giáo Hội đã đồng thuận tổ chức Khóa Tu Học Phật Pháp Bắc Mỹ lần thứ 12 tại Bồ Đề Đạo Trăng, Ấn Độ. Nay, Giáo Hội xin gửi thông báo Số 1 đến toàn thể Chư Tôn Đức, quý Cư Sĩ thành viên của Giáo Hội, cùng quý Phật tử để quý vị được liệu tri và sắp xếp thời gian tham gia tu học.

Ước mong quý Tăng Ni trụ trì các tự viện hoan hỷ đảm nhận việc tổ chức hành hương Ấn Độ trong khoảng thời gian này, dự kiến vào một tuần lễ trước khóa tu.

Tất cả các phái đoàn hành hương sẽ tập trung về Bồ Đề Đạo Trăng vào đúng ngày để tham gia chương trình tu học trong hai ngày 07 và 08 tháng 11 năm 2025. Quý chư Tăng Ni trường đoàn vui lòng liên hệ với Thượng Tọa Thích Thiện Long, Tổng Thư Ký HĐĐH GHPGVNTN Hoa Kỳ, qua số điện thoại (408) 644-0639 từ ngày 07/11/2024 đến 07/01/2025, để thuận tiện trong việc sắp xếp các Phật sự.

Kính nguyện hồng ân chư Phật gia hộ cho tất cả chúng ta được an lành, khỏe mạnh, để có một Khóa Tu Học Phật Pháp đầy ý nghĩa cao đẹp tại quê hương Phật, thâm đắm tinh đạo vị. Đây cũng là dịp để chúng ta tìm lại hình ảnh, di tích và từng bước chân của Phật còn in dấu trên lá, trên hoa, và trên những lời môn dẫn vào những miền thôn quê heo lành mà Phật đã đi khất thực, thuyết Pháp, và độ sinh.

Nhất tâm đánh lễ Chư Tôn Đức Tăng Ni, kính cầu nguyện quý Ngài pháp thể khinh an, đạo nghiệp viên thành.

Kính cầu chúc toàn thể quý Phật tử vô lượng an khang, cát tường, như ý.

Trân trọng biết ơn và cầu nguyện các Phật sự của Giáo Hội luôn được hanh thông, thành tựu viên mãn. Đây là ân đức của tứ chúng đệ tử Phật được xưng tụng nơi đây.

*Nam Mô Chứng Minh Sư Bồ Tát Ma Ha Tát.*

San Diego, California USA  
ngày 07 tháng 11 năm 2024

Hội Đồng Điều Hành  
Trưởng Ban Tổ Chức



Tỳ Khưu Thích Nguyên Siêu



# DI SẢN TUỆ SỸ THE LEGACY OF TUỆ SỸ

*Phổ Ái*

TRANG GIA ĐÌNH PHẬT TỬ

## DI SẢN TUỆ SỸ

Thầy đã rời đi, như cánh chim nhận bay về phương trời vô tận, để lại trong lòng chúng con một khoảng trống mênh mông nhưng cũng đầy ắp những giá trị thường hằng. Cuộc đời của Thầy là một pho tượng kinh sống, từng trang được mở ra từ mỗi bước chân, mỗi lời dạy, mỗi ánh mắt chan chứa từ bi và trí tuệ. Chôn "hư không hữu tận" giờ đây không trói buộc và níu giữ được Thầy, bởi Thầy đã hòa mình vào phương trời "ngã nguyên vô cùng" – nơi không còn giới hạn, không còn phân biệt, chỉ có sự trọn vẹn của chân lý và tình thương.

Di sản Thầy để lại không chỉ là những lời dạy bằng lời nói hay những dòng chữ khắc trên giấy. Đó là ánh sáng từ tâm, là ngọn đèn trí tuệ được thắp sáng qua bao thế hệ. Di sản ấy không dành riêng cho một người, một nhóm, hay một cộng đồng cụ thể, mà thuộc về tất cả chúng sinh, không phân biệt sang hèn, giàu nghèo, thân sơ. Tựa như dòng suối nguồn, di sản ấy chảy tràn qua mọi góc ngách của cuộc đời, làm dịu mát những tâm hồn khô cằn, tưới tắm những mầm thiện đang đợi ngày vươn lên.

Thầy đến với đời không mang theo gì ngoài lòng từ bi vô hạn và trí tuệ sâu thẳm, và khi ra đi

cũng chỉ mang theo một sự tự tại, thanh thản không vướng bận. Nhưng chính sự "ra đi" ấy lại là sự khởi đầu cho một cuộc hành trình khác – hành trình mà những giá trị của Thầy để lại tiếp tục được gieo trồng, lan tỏa, để mỗi người ở lại đều trở thành một phần của ánh sáng Thầy thắp lên và truyền trao.

Thầy không những là một người thầy, mà còn là người bạn, người cha, người dẫn đường. Thầy không dạy chúng con bằng những lý thuyết xa vời hay những giáo điều khô cứng. Thầy dạy chúng con bằng chính cuộc đời của mình, một cuộc đời giản dị mà cao quý. Chúng con học được ở Thầy cách đối diện với khổ đau với tâm an nhiên, cách nhìn nhận sự vô thường bằng lòng bao dung, và cách sống một cuộc đời đầy ý nghĩa trong từng khoảnh khắc.

Thầy từng nói: "Mỗi người là một dòng sông, và dòng sông ấy sẽ tìm về biển lớn. Nhưng quan trọng không phải là con sông dài bao xa hay rộng bao nhiêu, mà là dòng sông ấy mang lại điều gì trên hành trình của mình." Và quả thật, Thầy chính là một dòng sông như thế. Dòng sông ấy đã đi qua những miền đất khô cằn để tưới mát cho cây cỏ, đi qua những bãi bồi để vun đắp cho sự sống và cuối cùng lặng lẽ hòa mình vào biển lớn, nơi không còn



TRỞ VỀ MỤC LỤC

dấu vết của cái tôi hay sự đối đãi phân biệt.

Chúng con biết rằng, từ đây sẽ không còn được nghe tiếng Thầy giảng dạy, không còn được nhìn thấy bóng Thầy lặng lẽ bước đi trên con đường quen thuộc. Nhưng Thầy chưa bao giờ thực sự rời xa. Thầy vẫn hiện diện trong từng trang kinh, trong từng bài pháp, và trong chính những việc làm mà chúng con thực hiện hàng ngày để tiếp nối di sản của Thầy. Di sản ấy không phải là những gì to lớn, mà đôi khi chỉ là một nụ cười bao dung, một bàn tay chìa ra giúp đỡ, một trái tim biết rung động trước nỗi đau của người khác.

Sự ra đi của Thầy là một lời nhắc nhở cho chúng con rằng cuộc đời này vô thường, rằng tất cả đều là một phần của dòng chảy lớn hơn mà chúng ta không thể nắm giữ hay níu kéo. Nhưng cũng chính trong sự vô thường ấy, chúng ta nhận ra giá trị của từng khoảnh khắc hiện tại, từng hơi thở, từng nhịp sống. Chúng con biết ơn Thầy, không chỉ vì những gì Thầy đã dạy, mà còn vì cách Thầy sống – một cuộc đời vị tha, nhân ái và vô ngã.

Thầy đã rời đi, nhưng ánh sáng Thầy để lại vẫn tiếp tục soi sáng. Ánh sáng ấy là ngọn hải đăng cho những con thuyền nhỏ giữa biển đời mênh mông, là ngọn nến trong đêm tối, là ngọn lửa sưởi ấm những tâm hồn lạnh giá. Chúng con nguyện tiếp nối ánh sáng ấy, để di sản của Thầy không chỉ dừng lại ở những trang kinh, những bài giảng, mà sống động trong từng việc làm, từng suy nghĩ, từng hành động yêu thương của chúng con.

Thầy ơi, con hiểu rằng Thầy không thực sự rời xa. Thầy vẫn ở đây, trong từng cơn gió thổi qua mái chùa, trong từng giọt nước rơi trên lá sen, trong từng nụ cười của những người học trò đang tiếp bước Thầy. Thầy vẫn ở đây, như một dòng sông tiếp tục chảy mãi, như một ngọn đèn không bao giờ tắt.

Và trong ánh sáng ấy, chúng con – những người ở lại – sẽ không ngừng bước tiếp, không ngừng học hỏi, không ngừng gieo những hạt giống thiện lành để xứng đáng với di sản mà Thầy đã trao truyền. Thầy đã đi, nhưng tình thương và trí tuệ của Thầy sẽ mãi mãi là một phần không thể thiếu trong cuộc đời chúng con.

(Sen Trắng Hoa Kỳ)

## THE LEGACY OF TUỆ SỸ

The Master has departed, like a swallow gliding into the infinite sky, leaving in our hearts a vast emptiness yet filled with enduring values. His life was a living scripture, each page revealed in his every step, every teaching, and every gaze imbued with boundless compassion and wisdom. The realm of “finite void” could no longer bind him, for he had dissolved into the expanse of “infinite aspiration”—a realm beyond boundaries and distinctions, where only the fullness of truth and love resides.

The legacy left by the Master is not confined to spoken words or inscriptions on paper. It is the radiance of the heart, the eternal flame of wisdom passed down through generations. This legacy belongs not to one individual, one group, or one community but to all sentient beings, without distinction of rank, wealth, or kinship. Like a spring of pure water, it flows into every crevice of life,

soothing parched souls and nourishing the seeds of virtue, waiting to sprout and flourish.

The Master came into this world carrying nothing but boundless compassion and profound wisdom, and when he departed, he carried with him only peace and liberation, free of any burden. Yet his “departure” marked the beginning of another journey—a journey where the values he imparted continue to be cultivated and spread, so that each of us left behind becomes a part of the light he kindled and passed on.

The Master was not merely a teacher; he was a friend, a father, a guide. He did not teach us with distant theories or rigid doctrines but with his own life—a life simple yet profoundly noble. From him, we learned how to face suffering with equanimity, how to embrace impermanence with compassion, and how to live each moment meaningfully.

He once said, “Each person is a river, and that river will eventually find its way to the great ocean. But what matters is not how long or wide the river is, but what it brings along its journey.” Indeed, the Master himself was such a river. He flowed through arid lands, bringing life to the barren; through plains, nurturing growth; and finally merged silently into the great ocean, where no trace of ego or division remains.

We know that from now on, we will no longer hear his voice teaching us or see his gentle figure walking the familiar paths. Yet the Master has never truly left. He remains present in every scripture, every teaching, and every act we perform daily to continue his legacy. That legacy is not something grand or unattainable but is often as simple as a compassionate smile, an outstretched hand to help, or a heart moved by the suffering of others.

The Master’s passing serves as a reminder of the impermanence of life, that all things are part of a greater flow beyond our grasp or control. Yet, within this impermanence, we discover the value of each present moment, every breath, every heartbeat. We are grateful to the Master not only for what he taught us but for how he lived—a life of altruism, humanity, and selflessness.

The Master has departed, yet the light he left behind continues to illuminate. That light is a beacon for small boats adrift on the vast ocean of life, a candle in the dark, a fire that warms cold hearts. We vow to carry forth this light so that his legacy lives not only in scriptures and teachings but vibrantly in our actions, thoughts, and deeds of love.

Master, we understand now that you have not truly gone. You are still here—in the breeze rustling through the temple’s eaves, in the dewdrops falling on lotus leaves, in the smiles of disciples continuing your path. You are still here, like a river flowing endlessly, like a lamp that never goes out.

And in this light, we, those who remain, will keep walking forward, keep learning, and keep sowing seeds of goodness to honor the legacy you have entrusted to us. You may have departed, but your compassion and wisdom will forever remain an inseparable part of our lives.

(Sentranguisa.com)



# GDPT VIỆT NAM TẠI HOA KỲ KÍNH TƯỢNG NGUYỄN NHÂN TIỂU TƯỜNG HÒA THƯỢNG THÍCH TUỆ SỸ

Nam Mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật

Ngưỡng bạch chư Tôn Đức, kính thưa toàn thể quý Phật tử, cùng tất cả Anh-Chị-Em lam viên,

Hôm nay, trong không khí trang nghiêm của Lễ Tiểu Tường, chúng con thành kính cúi đầu dâng nén tâm hương tưởng niệm lên giác linh cố Trưởng Lão Hòa Thượng Thích Tuệ Sỹ – một bậc chân tu, nhà giáo dục và người thầy vĩ đại đã dành trọn đời mình cho sự nghiệp phụng sự Đạo Pháp và Dân Tộc.

Thầy không chỉ là ngọn hải đăng của trí tuệ và từ bi, mà còn là biểu tượng của sự kiên định, lòng can trường và tinh thần vô úy. Tấm gương của Thầy, từ những năm tháng lao tù nghiệt ngã cho đến những đóng góp phi thường trong lĩnh vực giáo dục, văn hóa và phục vụ nhân quần xã hội, mãi là nguồn động lực và bài học quý giá cho các thế hệ mai sau.

Thầy đã để lại một di nguyện sâu sắc: tiếp tục xây dựng và bảo vệ nền tảng đạo pháp vững chắc, không chỉ trong lòng Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất, mà còn trong tâm hồn của từng người con Phật. Những lời dạy của Thầy nhắc nhở chúng con rằng, chỉ khi lòng từ bi và trí tuệ được hòa quyện và lan tỏa, chúng ta mới có thể làm sáng lên ánh đạo thiêng giữa đời thường.

Trong cương vị Trưởng Ban Hướng Dẫn Gia Đình Phật Tử Việt Nam tại Hoa Kỳ, thay mặt tập thể Lam viên, chúng con nguyện khắc ghi tâm huyết cao cả của Thầy. Chúng con ý thức rõ trách nhiệm yểm trợ phục hoạt Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất tại quê nhà, nối tiếp mạch sống của tinh thần vô úy và lòng từ bi mà Thầy đã truyền trao. Đồng thời, chúng con nguyện luôn đồng hành cùng Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ; Hội Đồng Hoàng Pháp, tiếp tục sứ mạng phụng sự Phật pháp, góp phần xây dựng một cộng đồng hòa hiệp và đoàn kết.

Thầy từng dạy rằng, Phật giáo không thể tách rời khỏi xã hội, òng từ bi không thể đứng ngoài dòng đời. Chúng con nguyện nỗ lực không ngừng để chuyển hóa giáo lý đức Thích Tôn thành những hành động cụ thể, góp phần lan tỏa ánh sáng trí tuệ và tình thương đến mọi nơi.

Hôm nay, trong giây phút thiêng liêng này, chúng con xin thành tâm dâng lời thệ nguyện: Nỗ lực truyền trao các giá trị đạo đức và giáo lý Phật Đà cho thế hệ trẻ, để các em trở thành những ngọn đuốc sáng cho tương lai Phật giáo Việt Nam.

Kiên trì giữ vững lý tưởng phục vụ, dẫn thân trong mọi Phật sự, lấy giáo lý từ bi và trí tuệ làm kim chỉ nam cho mọi hành động.

Chung tay cùng Giáo Hội trong việc gìn giữ và phát huy di sản văn hóa, tâm linh mà Thầy đã để lại, tiếp tục con đường Thầy đã đi.

Giờ đây, dấu Thầy đã viên tịch, nhưng ánh sáng mà Thầy gieo vào cuộc đời chúng con vẫn mãi soi đường, dẫn lối. Chúng con xin kính cẩn cung bạch lời tri ân, nguyện sống và phụng sự để không phụ lòng mong mỏi của Thầy tôn kính.

Nam Mô Từ Lâm Tế Chánh Tông Tứ Thập Tứ Thế, Trưởng Lão Hòa Thượng Thích Tuệ Sỹ, giác linh chứng giám!

Kính bạch,  
Gia Đình Phật Tử Việt Nam tại Hoa Kỳ  
Trưởng Ban Hướng Dẫn

**QUANG NGỘ ĐÀO DUY HỮU**



# Về bài thơ ‘Hai Mùa Thu’ của Masaoka Shiki

TRẦN VIỆT LONG

VĂN HỌC / NGHỆ THUẬT

Sau khi tham dự Tang lễ của một người bạn đồng môn vừa qua đời ở tuổi còn tương đối trẻ, về nhà tôi lại nhớ đến bài thơ hài cú Hai Mùa Thu của Nhà thơ người Nhật Shiki diễn tả bối cảnh cùng một thời gian và cùng một nơi chốn mà có hai mùa thu khác nhau, một mùa thu của người đang nằm dưỡng bệnh ở trong nhà và một mùa thu ở thế giới bên ngoài.

Nhà thơ Yosa Buson (1716-1784) là tác giả sáng tác thơ hài cú nhiều nhất nên người ta thường gán cho ông là tác giả bài thơ Hai Mùa Thu nhưng thật ra tác giả bài thơ hài cú tuyệt tác này là Nhà thơ Masaoka Shiki (1867-1902). Văn đàn Âu Mỹ ngưỡng mộ lời thơ và ý thơ của bài thơ Hai Mùa Thu này nên có rất nhiều người đã dịch ra tiếng Anh, tiếng Pháp và nhiều ngôn ngữ khác. Vì thế đôi khi nhiều người tưởng lầm dịch giả là tác giả; chẳng hạn như Nhà thơ người Anh Reginald H. Blyth (1) là một nhà thơ dịch thơ nhưng nhiều người tưởng lầm là tác giả vì có lẽ Blyth là người dịch sát nhất và hay nhất với hình thức hài cú cổ điển.

Nói đến Mùa Thu, nhất là Mùa Thu Nhật Bản với sắc thu, hương thu, vị thu, gió thu và sương thu qua hình ảnh lá Phong đỏ, hoa Cúc vàng (2), hoa Triều nhan tím (3) của đất nước ngàn hoa, nơi ngàn hoa đã mở tung cánh cửa cho ngàn thơ tung bay vào thi đàn và bầu trời văn học sử Nhật cũng như thế giới.

Hai Mùa Thu (二つの秋) của Masaoka Shiki (4) là một bài thơ hài cú sâu sắc phản ánh góc nhìn đặc sắc của ông về thiên nhiên và những kinh nghiệm của ông với bệnh tật. Shiki là một trong những người hiện đại hóa thơ hài cú và đoàn ca (tanka) nổi tiếng nhất ở Nhật Bản; tác phẩm của ông thường mang tính trung thực và gần gũi, biểu tả được bản chất tinh tế của cuộc sống và thiên nhiên. Bài thơ Hai Mùa Thu được sáng tác theo tinh thần thơ hài cú chứ không theo hình thức cổ điển của thơ hài cú.

行く我にとゞまる汝に秋二つ

Nếu dịch sát thì nghĩa bị lệch nên chỉ có thể dịch thoát là (khi ly biệt) “Tôi ra đi, em ở lại, và chúng ta có hai mùa thu khác nhau,” một mùa thu ở trong nhà và một mùa thu ở thế giới bên ngoài hay cùng một trời thu mà mùa thu trong lòng em và mùa thu trong lòng anh khác nhau; anh lưu luyến thiết tha, em ngậm ngùi sâu khổ. Bài thơ hài cú này được viết trong những năm cuối đời của Shiki khi ông nằm liệt giường vì bệnh lao, và nó truyền tải cảm giác tách biệt của ông với thế giới sôi động bên ngoài, trái ngược với kinh nghiệm yên tĩnh, hạn hẹp của riêng ông về mùa thu.

Về mặt phong cách, hài cú của Shiki thường

tránh sự ủy mị lộ liễu và thay vào đó tập trung vào việc mô tả trực tiếp môi trường và cảm xúc của ông. Cách sáng tác của ông tập trung vào việc sử dụng ngôn ngữ đơn giản và hình ảnh rõ nét để diễn đạt những cảm xúc sâu sắc, thường để lại nhiều điều để người đọc diễn giải. Hai Mùa Thu đặc biệt ghi lại kinh nghiệm kép của ông về vẻ đẹp và sự cô lập – một là thế giới mùa thu ngoài tầm tay với của ông và một là “mùa thu” trầm lắng hơn trong thế giới của riêng ông. Sự tương phản sâu sắc này bao hàm cả phong cách của Shiki và chiều sâu chiêm nghiệm mà ông được ca ngợi.

Nhiều nhà thơ đã dịch thơ bài hài cú này của Shiki dưới cùng một tiêu đề là Two Autumns.

## Two Autumns

for me going  
for you staying  
two autumns.  
[R. H. Blyth]

for me who go  
for you who stay  
two autumns.  
[Harold G. Henderson]

I go  
You stay  
Two autumns.  
[Robert Hass]



Ở đâu cũng thế, người ra đi và người ở lại bao giờ cũng có cảm quan khác nhau cho dầu trong cùng một thời điểm.

Trần Việt Long  
San Jose, September 27, 2024

- 1) Reginald Horace Blyth (1898-1964).
- 2) Hoa Cúc vàng được gọi là Cúc đại đóa (chrysanthemum), và hoa Cúc đại được gọi là hoa Xuyên chi (daisy).
- 3) Hoa Triều nhan tím (purple morning glory).
- 4) Graceguts. Buson or Shiki: The True Authorship of the “Two Autumns” Poem. <https://www.graceguts.com/essays/buson-or-shiki-two-autumns>.



# Truyện cực ngắn

## HOÀNG LONG

VĂN HỌC / NGHỆ THUẬT

### LỖI THỜI

Có những khoảng thời gian anh thấy mình hụt hẫng giữa dòng người trôi quá nhanh. Những kiến thức cũ, những giá trị cũ đã trở nên vô dụng trước đời hỗn loạn. Những thứ anh dành cả thời tuổi trẻ nâng niu giờ chẳng có một chút giá trị nào trước áp lực sinh kế hôm nay và ngày mai. Như người thợ chụp ảnh bằng máy cơ vẫn đi lặn lẽ mãi miết trong bãi biển buổi chiều tà qua những cặp đôi và những nhóm người dùng điện thoại di động đời mới để chụp ảnh với nhau, nhiều khi anh vẫn dành riêng cho mình chút thời gian trong ngày để mộng mơ về những ngày đã cũ, để thương nhớ những điều quý giá suốt một thời trai trẻ anh gìn giữ và mang theo. Anh bắt đầu cảm nhận rõ sự lóng ngóng vụng về trước những tiện nghi mới, những trò vui mới, những ngôn ngữ mới của thế hệ trẻ như những bậc cha mẹ lập cập học hỏi con cái cách nhắn tin qua điện thoại hay cách xài zalo, facebook tháng năm xưa. Chỉ mới hơn mười năm mà quá nhiều điều khác biệt. Thế hệ anh may mắn chứng kiến nhiều sự biến ảo do công nghệ và internet mang lại nhưng cũng có lẽ vì thế mà sự thay đổi quá nhanh của đời sống và lòng người nhiều khi làm anh hụt hẫng chới với, không biết bám víu vào điều gì nữa. Anh chỉ có thể nỗ lực học hỏi và thích nghi, ra sức tập thêm nhiều kỹ năng mới để có thể sống còn. Anh biết điều này sẽ không kéo dài mãi vì tuổi già khiến anh sức lực ngày một hư hao, sự mệt mỏi làm tàn phai nhiệt tình trong ánh mắt. Anh sẽ bị thay thế như một linh kiện cũ mòn cho guồng máy chạy luân chuyển hơn. Nhưng không phải hôm nay. Trong tim anh vẫn luôn có hình bóng chú bé của ngày xưa cũ tin yêu cuộc đời, vẫn có chàng thanh niên nhiệt huyết đi theo thời đại, thử thách bản thân mình và ra sức cống hiến của ngày xưa. Anh cố gắng giữ những màu sắc của thời trai trẻ không tàn phai quá nhanh và không buông bỏ xuôi theo dòng tàn phá của thế giới điên cuồng. Anh giữ nhịp điệu của mình, sống với một bản sắc riêng lặng lẽ. Anh biết mình đã bước vào mùa thu và sắp tới là mùa đông của đời người. Nhưng thu có lá vàng rất đẹp và đông thì có tuyết rơi. Mùa nào thức ấy. Anh sẽ đi trọn vẹn con đường của mình. Và anh biết dù chia nhỏ vấn đề ra đến đâu, dù nhìn nhận thế nào thì mỗi một sự việc trên đời đều có hai mặt tốt xấu của nó. Sự lỗi thời của con người như anh là minh chứng cho tiến bộ về khoa học, kỹ thuật và vinh danh nhân loại cần lao không ngừng nghỉ trong nấc thang tiến hóa cao hơn. Vì thế anh sẽ tiếp tục cố gắng học hỏi trong sự lỗi thời để đi qua trọn vẹn mùa đông và sau đó thản nhiên chìm vào tịch mịch.

Sài Gòn, ngày 28/3/2024

### CƠ ĐỘNG

Anh lúc nào cũng trong tâm thế chuẩn bị sẵn sàng. Thật khó để lên kế hoạch chu đáo, tỉ mỉ cho dài hạn trong một thế giới quay cuồng và đổi thay nhanh chóng. Khi đời sống còn đôi chút tĩnh tại, việc lên kế hoạch cho một chuyến du lịch đi chơi xa cùng với vài người bạn hay gia đình thật là náo nức. Niềm vui đó thật hết như những đứa trẻ chờ mong Tết về để được đốt pháo, mặc áo mới và ăn bánh chưng. Giờ nhìn quanh dù ai cũng bận rộn gia đình riêng với công việc mưu sinh, nhưng việc đi lại để chưa từng thấy. Khoác một chiếc ba lô trên vai, bắt một chuyến xe hay chuyến bay là được rong ruổi tùy hứng. Đến nơi thiếu gì thì cứ việc bỏ tiền ra mua hay thuê dịch vụ. Cái vẻ háo hức khi lâu lâu mới được thăm thú nơi xa xôi dần mất hẳn, trở thành một chuyến đi nghỉ ngơi để tách biệt chút với nhân gian và thời gian. Mỗi quan hệ thân tình rồi cũng nhạt. Chỉ vì công việc liên tục thay đổi, người liên tục chuyển đi, thật khó để bắt rết hay nuôi dưỡng một mối quan hệ lâu dài. Tất cả những người ta gặp trong đời sống chỉ đều đang thực hiện nhiệm vụ nào đó với ta thôi. Người thì giao hàng, người thì lái xe, kẻ thì cắt tóc, bán rau...Sau đó tất cả đều là xa lạ và lãng quên, thậm chí chưa từng có thời gian gặp nhau lâu đủ để nhớ nữa. Chỉ có riêng con người anh, cô độc như con tàu vũ trụ đi qua dải ngân hà nhân gian, thỉnh thoảng kết nối với các mô đun con người khác để giao dịch, để tiếp xăng, để kiểm tra sát khuẩn rồi lại tách ra đi lặn lẽ mãi mãi. Cái vật thân thiết nhất với anh bây giờ chỉ là cái ba lô đầy kỷ niệm. Anh đặt vào đó sẵn mấy thứ thật cần thiết, mấy hình ảnh cũ xưa, bộ sạc pin dự phòng với một hai quyển sách để làm bạn hành trình. Chỉ cần một hiệu lệnh nào đó là anh có thể bước đi ngay, lên đường nhận nhiệm vụ, tiếp tục cuộc chiến sinh tồn. Ngày xưa con người có cả một quê hương



với dòng họ rồi sau đó ít ra cũng còn ngôi nhà, mảnh vườn và gia đình. Thời đại bây giờ con người chỉ còn chính mình và đúng một cái túi xách hành lý mang theo. Liệu rồi cuộc sống còn thu nhỏ và cơ động đến mức nào nữa? Anh không thể biết được. Trong một thế giới thay đổi quá nhanh chóng đến mức không ai có thể nhận ra thì việc chuẩn bị sẵn sàng cho mọi tình huống là vô cùng cần thiết. Anh phải cơ động hết mức có thể. Con người vẫn phải học về tương lai, vẫn đang phát triển và không ngừng tiến bộ. Để lấy đà bay cao và bay xa về phía trước, việc đầu tiên cần làm nhiều khi chính là việc cắt đi những bám víu không cần thiết, để cơ động cho một sự sẵn sàng. Thực ra thân phận con người từ xưa cũng luôn trong tâm thế khởi sự lên đường, chỉ có điều bây giờ tốc độ được đẩy nhanh hơn mà thôi. Khi đã xong việc chuẩn bị, ta luôn có thể lặng lẽ chờ đợi và an tĩnh uống một chén trà. Đó cũng là phần thưởng quý giá của thời hiện đại khi con người biết ban cho chính mình một khoảng thời gian xa xỉ riêng tư.

Sài Gòn, ngày 3/4/2024

### HẾT HẠN

Anh hay quan sát thời gian sử dụng của những vật xung quanh mình. Từ những sản phẩm thông thường như trà, bánh, thịt hộp cho đến những chiếc xe hơi, những con người, các công ty và thậm chí cả những giá trị quan hay triết lý giáo dục nữa. Những đồ vật khi hết hạn sử dụng thường không còn giữ được hương vị ban đầu, nếu lạm dụng còn có thể gây tai nạn hay ngộ độc. Thường thì người tiêu dùng sẽ tranh thủ dùng hết trước hạn sử dụng hay buộc lòng vứt bỏ đi để tránh tai họa cho mình. Thế nhưng đối với những điều tinh tế và vô hình hơn thì thường chúng ta lại cố gắng bám víu vào đó nhiều khi đến mức mất cả lý trí, trở nên u mê tầm tối trong sự chấp trước của mình. Nhưng rất ít người hiểu được điều đó. Những câu ca thán như "thời nay thật là khác xưa" hay "con người ngày xưa đâu có hành xử vậy" thực ra là một kiểu bắt buộc hiện tại bây giờ phải vào khuôn khổ như xưa, dập tắt đi sự đổi mới và sáng tạo. Có những tín hiệu đã không còn hợp thời nữa vẫn được đem ra rao giảng để tiếp tục đầu độc và làm bằng hoại thêm nhiều thế hệ nữa. Tất nhiên không phải sự thay đổi nào cũng toàn là tốt đẹp cũng như không phải điều cũ kỹ nào cũng hoàn toàn vô giá trị. Nhiều khi ngược lại nữa. Nhưng phải cần thời gian để thẩm định và trả lại công bằng cho tất cả. Trong lúc độ thế giới không ngừng thay đổi và đi tới. Trạng sự hỗn loạn của sự phát triển, con người ta rất dễ dàng để đưa ra nhận định sai lầm và phán xử đầy thiên kiến. Rất ít người có thể can đảm để phản tỉnh, nhận ra mình đã lỗi thời và hết hạn sử dụng uy quyền. Có kẻ bám chấp vào những quan niệm của mình vì thêm chút lợi danh hay vì mưu đồ nào khác nữa. Nhưng cuối cùng đồ vật hết hạn vẫn phải bị vứt bỏ và đào thải. Sao không nhận lúc còn hạn vài ngày sử dụng mà tự mình ẩn mật, bắt đầu cho mình một vòng đời khác. Chúng ta có thể chuyển đổi phương hướng, đi tìm một con đường, một cách sống khác trong an tĩnh vô vi hay cũng có thể cay đắng chờ đợi bị dồn ép đến đường cùng trước khi bị nghiền nát và đập đổ. Sống vốn là sự lựa chọn.

Không có đúng sai chỉ có hợp với mình hay không mà thôi. Anh đã mang trọn những điều đẹp đẽ và giấc mơ của thời đại mình vào ẩn mật, trở thành một ẩn sĩ giữa rừng sâu thẳm. Trong những ngày tháng ru êm của tuổi già yên ả, thỉnh thoảng anh lại nghe ra tiếng rầm rĩ vỡ nát của xương cốt những kẻ không biết thời hạn sử dụng của chính mình.

Sài Gòn, ngày 7/5/2024

### BỘ SƯU TẬP

Anh nhớ lại khi mình tuổi nhỏ, chỉ có vài chiếc máy bay xếp bằng giấy mà thấy mình vui sướng biết bao nhiêu. Bộ sưu tập đầu tiên đó được chấp cánh bởi những giấc mơ bay cao với những cảm xúc thật thuần khiết, tinh ròng. Anh chẳng bao giờ lo nghĩ đến điều gì khác vì cứ chìm đắm mãi trong thế giới mơ ước của riêng mình. Giờ nhớ lại đó đúng thật là quãng thời gian thần tiên đẹp đẽ nhất. Khi đi qua rất nhiều năm tháng tuổi trẻ, bước dần qua tuổi trung niên, đôi mắt với nhiều mất mát và tật bệnh, anh nhớ mình của ngày xưa và nhìn quanh bộ sưu tập của mình. Có người thích sưu tập đồng hồ, siêu xe có kẻ thích sưu tầm tem, sách, có kẻ sưu tập mỹ nhân, có người sưu tập danh vọng hay quyền lực... Tất cả đều chỉ là những thứ mua vui qua những ngày tháng tẻ nhạt của kiếp người. Cuối cùng chẳng ai có thể mang theo được thứ gì cả. Chưa kể nhiều kẻ mê say sưu tập quá mức mà mất mạng, rơi đầu, đi tù, tự vẫn hay hối tiếc dẫn vật khôn nguôi. Thiếu gì kẻ vì đam mê tiền tài mà vào tù, đam mê mỹ nhân mà tán gia bại sản, vì sưu tập một món quý mà lừa gạt đâm chém người ta. Sưu tập vốn dĩ trở thành thú vui ngoại thân đã biến thành chủ nhân tra tấn kìm hãm kẻ sưu tập. Nhưng rồi tất cả cũng đổi chủ sang tên trong dòng đời dầu bể khi ta nhắm mắt xuôi tay. Anh muốn có một thứ gì đó sưu tập để có thể mang theo được, gắn chặt với ký ức không tan. Văn chương nghệ thuật sẽ là thứ còn lại sau cùng nhưng anh cũng không mang theo được và cũng chẳng biết mai này hậu thế đánh giá ra sao dù anh tin tác phẩm mình có giá trị. Anh nhớ đến bộ sưu tập máy bay giấy thuở còn bé thơ và anh



chợt nhận ra niềm vui thích thuần khiết tinh rỗng mới là thứ giá trị nhất. Cuối cùng chỉ có chút ký ức và trải nghiệm cuộc đời là thứ duy nhất mà anh có thể mang theo. Trải nghiệm càng riêng tư thì càng độc nhất, càng quý giá. Chẳng hạn niềm vui lặng lẽ buổi sáng ban mai uống trà thấy một bông hoa hồng nở bên hiên nhà hay buổi tối đêm mưa đọc lại một trang sách cũ hoặc cùng người bạn thiết lái xe đến một chỗ thật xa để ngắm cảnh... Trong khi thế giới đầy hỗn loạn, đủ những mưu tính và chiêu trò lọc bịch, giả trá đến từng nụ cười ánh mắt thì những trải nghiệm nhỏ bé nhưng thật sự chú tâm, toàn lực để có thể những trải nghiệm thật sự một trăm phần trăm là điều anh luôn cố gắng hướng đến và thực hiện mỗi ngày. Anh cũng thêm vào bộ sưu tập của mình rất nhiều những nụ cười và sự biết ơn trong lặng lẽ. Không ai biết rằng kho báu quý giá nhất của anh lại ẩn mật trong những điều thường ngày nhỏ bé không tên. Điều đó luôn mang đến cho anh một niềm hy vọng sống, cho chính mình giữa cuộc đời tan nát niềm tin.

Sài Gòn, ngày 29/5/2024

### PHÍA SAU

Đã bao năm rồi anh cứ một mình bước đi như vậy. Không phải lúc nào cũng có thể tiến thẳng về phía trước, đôi khi phải đi vòng qua con sông, có lúc tạm thời phải lùi lại để dưỡng sức. Thế nhưng tầm mắt của anh chưa bao giờ rời khỏi mục tiêu đã định. Nhiều kẻ thấy anh miệt mài bước đi mà chê anh ngu ngốc. Chúng đứng lều hay nhà ven đường, đua nhau chèn chèn nói khoác cho vui tai, than rằng đời đâu có mấy nỗi. Đứa thì chạy chỗ này chỗ kia tìm niềm vui thú qua người đẹp này, cuộc vui kia. Có kẻ lại thích làm chỉ huy trong một khu phố nhỏ để qua ngày tẻ nhạt. Anh bỏ lại tất cả và cứ âm thầm bước đi. Con đường dần dần hướng thẳng lên núi cao. Anh phải vừa lặn mò đi vừa mở đường. Cây cỏ gai góc xước vào anh chảy máu, những tảng đá làm anh mỏi gối chồn chân. Và nhiều khi nỗi cô độc vụt hiện khiến anh choáng váng sửng sờ. Nhưng anh cứ thế bước đi, lướt qua tất cả những điều đó. Cứ hướng thẳng về mục tiêu, mỗi ngày anh cố gắng một chút. Người đời thêu dệt về anh đủ chuyện tử chuyện lập dị thần kinh cho đến mịa mai khinh khi. Chỉ anh tự động viên mình vì anh biết rõ mình muốn gì và nỗ lực cho điều đó. Thời gian và năng lực của đời anh là hữu hạn nên anh không muốn sống một cuộc đời nhỏ bé và không muốn phí sức để biện minh. Thật là êm dịu khi bước trên con đường tự mình khai phá dành cho chính mình. Bất chấp những cản trở và giới hạn, cuộc đời của anh thật sự trọn vẹn cho riêng anh. Cảm giác mãn nguyện và biết ơn chính mình khi dần dần theo lựa chọn riêng tư là điều mà rất nhiều người không bao giờ hiểu được. Thành hoặc có kẻ chán nản những cuộc vui tẻ nhạt hàng ngày, thử ngược nhìn lên núi cao thấy anh vẫn tiếp tục đi lặn lội thì chỉ có thể ganh ghét đố kỵ và nếu may mắn thì âm thầm hỗ trợ về chính mình. Nhưng thường thì rất ít. Người ta không muốn dành thời gian suy nghĩ, không muốn tách mình ra khỏi đám đông để mạo hiểm lại càng không muốn thách thức giá trị cũ để tạo dựng một điều gì đó mới mẻ. Thế là mấy mươi năm trôi qua vô ích trên thân xác tàn tạ, gục chết trên bàn

nhậu, bỏ xác trong nhà như cát bụi vô danh. Sự tiếc nuối và có chút hối tiếc đó làm cho người đời hầu như không thể nào an nghỉ. Trong khi đó, khi đã đến tận cùng, anh ngồi xuống thanh thản nhìn lại. Phía sau là một con đường dài xa tít tắp, một con đường vinh quang khổ hạnh dài thăm thẳm, con đường mang tên anh, và chỉ dành cho riêng anh vĩnh cửu.

Sài Gòn, ngày 8/6/2024

### GIẾNG CỔ

Đi sâu vào trong bãi cỏ hun hút âm u là chiếc giếng cổ nằm im lìm khuất nẻo. Nước giếng trong và mát lạnh này đã nuôi dưỡng dân làng biết bao nhiêu thế hệ. Từ ngày có nước máy theo đường ống dẫn đến tận nhà thì chiếc giếng này dần bị lãng quên, bị cỏ hoang vùi lấp. Dân làng cũng không còn tụ tập nói chuyện lúc hẹn cùng nhau đến giếng gánh nước về. Thêm vào đó, chiếc điện thoại cảm ứng càng làm cho người với người trở nên xa cách, hạn chế tối thiểu việc giao du. Chỉ có anh vẫn cố gắng dành thời gian ít nhất một tuần một lần, tìm về chỗ hoang vu này lấy nước giếng về pha trà và ngắm nghĩ. Đúng là càng phát triển lại càng xa nguồn. Trong mỗi giao tình đã không còn một mạc như xưa là có phần nhiều tính toán, người đời đã không còn biết phản tỉnh suy tư, suốt ngày chạy theo những sự kiện đầy trên mạng ảo, rong ruổi tâm trí đến kiệt cùng. Nhưng cây muốn sống mạnh là phải nhờ gốc rễ bền chắc, người muốn tự chủ phải biết tìm nguồn phản tỉnh suy tư. Dân làng dần quên mất có một chiếc giếng cổ từng nuôi sống bao đời trước, chỉ còn biết đến nước máy và nước đóng chai, chưa kể nước có gas và rượu bia đủ trò đủ kiểu. Từ một gốc rễ đã phân chia ra muôn cảnh nhánh quá nhiều khiến người đời tưởng lầm ngọn chính là gốc, đảo ngược mọi giá trị tinh thần. Dòng chảy là không thể đảo ngược. Anh chỉ cố gắng hòa hợp và cân bằng. Có biết đến rượu bia, nước đóng chai nhưng không quên nguồn nước giếng. Có lẽ sự cân bằng và hài hòa là điều khó đạt được đến nhất trong thời buổi này. Nó đòi hỏi phải có sự phản tỉnh và tư duy độc lập, chưa kể đến sự dũng cảm để tách mình ra khỏi đám đông. Sự can đảm nỗ lực đó không phải đến ngày một ngày hai mà là một quá trình dài lâu kiên trì và thử thách. Không ai có thể ngờ sự phát triển đã khiến cho một điều giản đơn tốt bậc đến đương nhiên của ngày xưa lại trở thành một sự tu tập gian nan cho con người đương đại. Uống nước phải nhớ nguồn, ăn quả nhớ kẻ trồng cây đã thay bằng nỗi loạn, đạp đổ, giành giật đâm máu để kiếm chút lợi lộc công danh. Mỗi lần chúng kiến điều đó, anh lại tìm về giếng cổ để lấy nước pha trà nuôi dưỡng tâm hồn tĩnh tại. Suối nguồn luôn còn đó và khi giữ mình nổi kết bền chặt với gốc rễ, không có một cơn gió tàn bạo của đời nào có thể đưa đẩy mình tan tác như lá rụng bình trôi.

Sài Gòn, ngày 15/6/2024

# LỄ TIỂU TƯỜNG TƯỞNG NIỆM TRƯỞNG LÃO HÒA THƯỢNG THÍCH NGUYỄN CHỨNG (HIỆU TUỆ SỸ)

Lược thuật: *Tâm Quảng Nhuận* —  
Hình ảnh: *Thanh Huy, Phan Trung Kiên, Sen Trắng & Chúc Tiên*

NHÂN VẬT / SỰ KIỆN



Một buổi sáng lạnh lạnh và đầy tình người ấm áp, vào ngày Chủ Nhật, 17 tháng 11 năm 2024 tại Chùa Kim Quang, thủ phủ Sacramento, California, đã trở thành nơi hội tụ hơn 150 Chư Tăng Ni và Phật tử khắp nơi để tham dự Lễ Tiểu Tường, tưởng niệm một năm viên tịch của cố Trưởng Lão Hòa Thượng Thích Nguyễn Chứng, Hiệu Tuệ Sỹ. Sự kiện trang nghiêm này là dịp để cộng đồng Phật giáo và đệ tử bốn chúng bày tỏ lòng tri ân và ôn lại những công hạnh sâu dày của Ngài, một biểu tượng của trí tuệ, tử bi, và sự tận tụy phụng sự Đạo pháp và Dân tộc.

Buổi lễ bắt đầu từ 10:00 sáng với sự có mặt đông đủ của quý Đồng hương, Phật tử và Huynh trưởng Gia Đình Phật Tử tại đại hùng bảo điện. Đúng 10:05 sáng, ba hồi chuông trống Bát Nhã cung thỉnh Chư Tôn Đức quang lâm, mở đầu chương trình. Thượng Tọa Thích Pháp Trí, trong vai trò

người dẫn chương trình, đã tuyên bố lý do và giới thiệu sự hiện diện của các vị tôn túc, quan khách, và đại chúng. Hòa Thượng Thích Từ Lực, phó trưởng Ban tổ chức, thay mặt Ban Tổ Chức gửi lời chào mừng, bày tỏ sự cảm kích đối với sự hiện diện đông đảo của các Phật tử và nhấn mạnh ý nghĩa của việc tưởng niệm công hạnh cao cả của Hòa Thượng Tuệ Sỹ. Tiếp đến, Hòa Thượng Thích Nguyên Siêu, trưởng Ban Tổ Chức, đã trình bày về cuộc đời và công hạnh của cố Hòa Thượng Tuệ Sỹ, từ thời trẻ tuổi đến những đóng góp vượt bậc trong sự nghiệp hoằng pháp, lợi sinh, tăng ích với Bồ-đề nguyện, Bồ-đề hạnh, Bồ-đề hành và sự cống hiến cho Giáo hội, Đạo pháp và dân tộc.

Những chia sẻ này làm sáng tỏ triết lý sống của Ngài, trở thành nguồn cảm hứng cho giới Tăng Ni và Phật tử Việt Nam. Xen kẽ là nhạc phẩm "Tôi







Vấn Đợi", phổ nhạc từ thơ của Hòa Thượng Tuệ Sỹ, được nhạc sĩ Nguyễn Quang phổ nhạc và trình bày, đã làm không gian buổi lễ thêm phần sâu lắng, gợi nhớ đến sự thanh thoát trong thơ ca và triết học của Ngài. Tiếp đó, cư sĩ Tâm Thường Định tiếp tục giới thiệu các tác phẩm tưởng niệm của nhiều tổ chức Phật giáo trên thế giới, bao gồm các ấn phẩm từ Phật Việt, Chánh Pháp, Viên Giác, và Lotus Media / Hoa Đàm... Những tư liệu này, cùng với Thanh Văn Tạng đợt 2 được trưng bày thật đẹp bởi Đại Đức Thích Đức Hạnh, là một phần minh chứng cho những đóng góp lớn lao giá trị của Ngài.

Trưởng Lão Hòa Thượng Thích Nguyên Chứng (Hiệu Tuệ Sỹ) đã mang đến những bài học quý báu, khuyến khích mọi người tiếp tục phụng sự và phát triển tâm linh, và sống trọn vẹn với hiện tại, cõi tịnh độ hiện tiền.

Kết thúc phần hành chánh là lời cảm tạ chân thành từ Ni Sư Thích Diệu Tánh, đại diện Ban tổ chức đến với Chư Tôn Đức Tăng Ni, TT. Thích Thiện Nhơn trụ trì chùa Kim Quang, đạo tràng Chùa Kim Quang, cũng như để lại trong lòng mọi người tham dự trong niềm tri ân sâu sắc và hy vọng Phật giáo được trường tồn viên mãn.



Thượng Tọa Thích Nguyên Thịnh giới thiệu về Thanh Văn Tạng đợt 2, thuộc Viện Tăng Thống, đánh dấu một cột mốc quan trọng trong việc bảo tồn và truyền bá kinh điển Phật giáo và sự truyền thừa chính thống của Giáo hội Phật giáo Việt Nam Thống Nhất.

Phần lễ cầu nguyện và tiến giác linh diễn ra trong không khí trang nghiêm thiêng liêng, với sự hợp nhất của nhị bộ và toàn thể đại chúng trong lòng từ bi và kính ngưỡng. Buổi lễ kết thúc với phần cúng dường trai tăng và bữa cơm chay thân mật, nơi các Phật tử và Chư Tăng Ni cùng chia sẻ những giây phút an lạc và an nhiên.

Đại diện Ái Hữu Vạn Hạnh, Đạo hữu Trí Nguyên Cao Hồng, chia sẻ kỷ niệm về thời gian Hòa Thượng giảng dạy tại sân trường đại học, nơi Ngài thể hiện sự uyên bác và tận tụy trong việc truyền đạt kiến thức. Huynh trưởng Quang Ngô Đào Duy Hữu, thay mặt Gia Đình Phật Tử Việt Nam tại Hoa Kỳ, bày tỏ lòng tri ân sâu sắc, nhấn mạnh vai trò dẫn dắt của Hòa Thượng trong việc nuôi dưỡng lý tưởng Phật giáo cho thế hệ trẻ và nguyện là tiếp nối di sản tuệ giác của Thầy.

Lễ Tiểu Tường Tưởng Niệm Trưởng Lão Hòa Thượng Thích Nguyên Chứng đã trở thành một sự kiện ý nghĩa, không chỉ để tri ân một bậc Thạch Trụ Tông Lâm mà còn là dịp để cộng đồng Phật tử khắc sâu tinh thần phụng sự và trách nhiệm tiếp nối con đường cao cả mà Ngài đã dày công vun đắp.

Hòa thượng Thích Nhật Huệ thay mặt Hội Đồng Hoằng Pháp cũng góp lời cảm tưởng, khẳng định rằng triết lý và công hạnh của Ngài Tuệ Sỹ sẽ mãi là kim chỉ nam cho sự phát triển của Phật giáo Việt Nam tại hải ngoại.

### **TÓM LƯỢC CHƯƠNG TRÌNH VĂN HÓA VĂN HỌC PHẬT GIÁO TẠI CHÙA KIM QUANG**

Lời đạo từ của Trưởng lão Hòa Thượng Thích Tịnh Từ nhắc đến công hạnh và hạnh nguyện của cố

Sau buổi lễ Lễ Tiểu Tường Tưởng Niệm Trưởng Lão Hòa Thượng Thích Nguyên Chứng (Hiệu Tuệ Sỹ) vào ngày 17 tháng 11 năm 2024, tại Chùa Kim Quang, Sacramento, chương trình sinh hoạt văn hóa văn học Phật giáo với chủ đề "Có Mặt Cho Nhau - Tiếp Nối Di Sản Thầy" đã diễn ra từ 1:10PM





đến 3:00 PM, thu hút đông đảo chư Tôn đức và Phật tử tham dự.



như một sự lắng đọng không chỉ là trong thi ca, mà còn là một lời nhắc nhở về giá trị của sự sống và ý nghĩa của việc tìm kiếm sự giác ngộ trong từng khoảnh khắc hiện tại mà là một trong những lời dạy của Thầy để lại.

Sau đó là phần chia sẻ và thảo luận làm thế nào để Tiếp nối Di sản Tuệ giác của Thầy. Phần nổi bật này là cuộc hội thoại qua sự phát biểu của HT. Thích Nguyên Siêu, HT. Thích Từ Lực, TT. Thích Pháp Trí, Ni Sư Thích Nữ Diệu Như và các cư sĩ Phật tử trong đó có đạo hữu Nguyên Giác Phan Tấn Hải, Tâm Huy Huỳnh Kim Quang, Tâm Quang Vĩnh Hào, Nguyễn Thọ Trần Kiểm Đoàn, Như Ninh Nguyễn Hồng Dũng và Tâm Thường Định Bạch Xuân Phê... Các đạo hữu đã chia sẻ kinh nghiệm, tầm nhìn, phương thức về việc hoằng pháp cho thế hệ kế thừa, đặc biệt nhấn mạnh về tuổi trẻ và vai trò của hệ thống Gia đình Phật tử trong việc duy trì lý tưởng Phật giáo và nuôi dưỡng tinh thần phụng sự.

Buổi sinh hoạt kết thúc trong không khí ấm áp, thiền vị, tràn đầy tinh thần trao đổi và sự quyết tâm hành động tiếp nối di sản trí tuệ của chư Tôn đức, cùng hướng đến việc phát triển cộng đồng Phật giáo Việt Nam ngày một bền vững hơn. HT. Thích Nguyên Siêu đề xuất thực hành những ý kiến thiết thực của buổi sinh hoạt chung và đề nghị HT. Thích Từ Lực và Htr. Tâm Thường Định tiếp tục những sinh hoạt này nhằm phát huy Di sản Tuệ giác của cố Trưởng Lão Hòa Thượng Thích Nguyên Chứng (hiệu Tuệ Sỹ) nói riêng và của Phật giáo Việt Nam tại Hải ngoại nói chung.

Buổi sinh hoạt kết thúc sau phần tặng quà văn học Phật giáo, nhất là các tác phẩm tượng niệm Thầy Tuệ Sỹ, công phu cho kịp buổi lễ này, như ấn phẩm từ Phật Việt 3, Chánh Pháp, Viên Giác, và Lotus Media / Hoa Đàm và tập thơ Tuệ Sỹ dịch qua Anh Ngữ của anh Terry Lee bên Úc...



Mở đầu chương trình, cư sĩ Như Ninh đảm nhận vai trò MC, giới thiệu sơ lược về ý nghĩa của buổi sinh hoạt và mời Thượng tọa Thích Nguyên Thịnh chia sẻ về Đại Tạng Kinh do Trưởng Lão Hòa Thượng Thích Nguyên Chứng (Hiệu Tuệ Sỹ) chủ trì nối tiếp Hội Đồng Phiên Dịch Trung Ương của Viện Tăng Thống, GHPGVNTN từ năm 1973. Thượng tọa nhấn mạnh tầm quan trọng của Đại Tạng Kinh trong việc tiếp nối di sản Phật giáo: Đây là kho tàng trí tuệ chứa đựng giáo pháp toàn diện của Đức Phật, không chỉ giúp người học đạt sự giác ngộ mà còn kết nối sâu sắc với văn hóa và tâm linh Việt Nam. Thượng tọa cũng khẳng định việc tiếp cận Đại Tạng Kinh là hành động giữ gìn và phát huy giá trị tâm linh giữa bối cảnh hội nhập hiện đại. Sau đó là nhạc phẩm Ngồi giữa bãi Tha ma, thơ của Thầy Tuệ Sỹ, do nhạc sĩ Nguyễn Quang phổ nhạc và trình bày





## GIÓ MÙA ĐÔNG

Chẳng làm sao quên được. Mỗi khi cơn gió se sắt thổi. Mỗi khi ánh sáng sum vầy trên hàng cây lễ hội. Mỗi khi ngọn lửa trong lò sưởi được bật lên tí tách hơi ấm của đoàn tụ. Con nhớ cha...

*... Trong căn phòng mùa đông. Những con búp bê trên bàn học. Những ước mơ bay. Chiếc dưa rau muống thổi bột xà phòng sắc màu lạnh lạnh ước. Thổi ánh mắt cô ra ngoài đêm.*

*Đom đóm ngày ấy. Bập bùng váy trắng. Chiếc khăn quàng dòng sông sáng ngát. Đường mòn khuya. Mái nhà cong cong bờ rêu im. Đón cha về cây gạo cao rất cao ngó xuống. Những viên gạch tối trên thềm theo cha lốm đốm ngọn đèn dầu lên vào khung cửa.*

*Ánh đèn đêm ngày ấy. Đẹp như sao chỉ chít trời đêm bé thơ ngôi đêm. Cánh tay cha dài với những vì sao. Bàn tay con bé bóng xoè ra trông đợi. Chuyện thần tiên theo lời cha trên trời bay bay xuống...*

*Cô ôm một con búp bê mặc áo đính những ngôi sao bạc. Dưới mái nhà thần thoại xem điệu múa đỏ ngọt của lửa. Theo Bụt Bồng vẽ cuộc đời hạnh phúc. Chiếc áo rách hóa thành áo lễ mùa đông rạo rục. Chiếc giày chắc chắn phải được đánh rơi trước nửa đêm. Và ai đó sẽ đi tìm.*

*Ơi giấc mơ cô gái nhỏ. Tạn rồi những mảnh ngũ sắc. Cô bật những ngọn đèn. Mang rất nhiều ánh sáng đi vào giấc ngủ. Mang âm thanh trầm trầm của cha đi vào giấc ngủ. Trong túi áo ngày ấy cha đã để vào ba hạt đá khô cho mơ ước theo về...*

Những bước chân xao buồn hàng cây phong trụi lá. Tiếng hát Mùa Giáng Sinh Xưa bay từ khung cửa ngõ nhà ai. Giấc mơ âu thời thì thào trong căn phòng tối. Không thắp một ánh đèn. Không một ánh sao trên trời. Không một lời kể chuyện. Cô ngồi trong đêm. Nhớ cha. Nghe gió mùa đông đập cửa.

NGUYỄN THỊ KHÁNH MINH

## BẮT CHƯỚC VUA

*Có người nọ thuở xa xưa  
Muốn tìm cách khiến cho vua của mình  
Được hài lòng, vui thật tình  
Tìm người quen hẳn chân thành hỏi han,  
Người quen mách kế cho rằng:  
“Lấy lòng vua cũng dễ dàng, khó chi  
Anh nên bắt chước ngài đi  
Theo từng điệu bộ mỗi khi gần ngài.”  
Hắn khen: “Ý kiến thật tài.”  
Xong rồi hẳn đến nơi ngai vàng liền  
Dõi theo cử chỉ vua hiền  
Để rồi bắt chước giống in mọi điều.  
Bấy giờ vua nháy mắt nhiều  
Hắn bèn cũng chớp mắt theo liền hồi  
Giống như in, giống quá trời  
Nhà vua thấy lạ thốt lời hỏi ngay:  
“Sao ngươi chớp mắt mãi đây  
Bị lông hay bụi bắn bay rớt vào?”  
Hắn bèn lên tiếng thưa mau:  
“Mắt tôi vẫn tốt từ bao lâu rồi  
Câu mong lấy được lòng ngài  
Nên tôi bắt chước, tức thời theo ngay  
Nhái cho thật giống, thật hay  
Ngài vui, ban thưởng, thân này thặng hoa.”  
Vua nghe nổi giận thét la:  
“Nhà ngươi láo xược chẳng tha được nào!”  
Vua sai quân lính lôi vào  
Phạt về tội dám hỗn hào cùng vua  
Đánh đòn một trận cho chừa  
Đuổi ra khỏi nước kể như tàn đời.*

*Truyện này thí dụ nhiều người  
Được nghe Phật Pháp để rồi tu theo  
Nhưng không hiểu được một điều  
Phật vì đại chúng tuy nêu Pháp lành  
Pháp nhiều khi thấp thật tình  
Giúp người kém cõi thấm nhanh đạo mâu,  
Họ nào hay biết được đâu  
Khi nghe Pháp thấy có câu, chữ nào  
Tỏ ra không được thanh cao  
Họ bèn lên tiếng ồn ào chê bai*



*Hoặc là bắt chước làm sai  
Mất đi thiện lợi, gánh tai hại về  
Đọa vào đường ác nào nề  
Mất đi chứng ngộ, thảm thế khổ hình.*

\*

## TÂM MINH NGÔ TẶNG GIAO

(Thi hóa phỏng theo Kinh Bách Dụ -  
Trích dẫn trong “SAKYAMUNI’S ONE  
HUNDRED FABLES” do Tetcheng Liao dịch).

\*

## THE KING'S BLINKING HABIT IS IMITATED

Once upon a time, there was a man who wanted to please the king. He asked the others how to do it and was told, "If you want to please the king, you should imitate him."

He then went to the palace where he saw the king blinking. Thereupon, he imitated and the king asked him, "Do you have sore eyes? Is the wind disturbing your eyes? Why are you blinking?"

He replied, "Not at all on seeing your Majesty, I want to be just like you to please your Majesty."

Upon hearing those words, the king got very angry. The man was punished by hard blows and sent into exile.

So are the people at large. They wish to approach Buddha, king of the Law, to achieve advancement. Once there, Buddha reveals to them his human weaknesses for the welfare of all mankind. When they sometimes hear of using incorrect phrases in his teachings, they may be unable to understand Buddha and they start to ridicule and defame him. They imitate all his weaknesses. For this reason, they lose the benefit they have got from Buddhism forever and fall into Three Evil Paths of Transmigration accordingly.

This is just like the story of the man imitating the king's blinking habit.

# Truyện cực ngắn

STEVEN N.

VĂN HỌC / NGHỆ THUẬT



## BẠCH ẨN HUỆ HẠC

Sư vốn là người Hara, một tiểu trấn gần núi Phú Sĩ. Thuở nhỏ tên là Iwajiro theo mẹ đi viếng chùa, khi nhìn thấy cảnh tượng địa ngục mà sanh lòng lo sợ. Sau lại xem vở kịch sư Nisshin đội nồi lửa ngồi tụng kinh Pháp Hoa nên càng tin tưởng: "Ai tụng Kinh Pháp Hoa thì vào lửa không cháy, xuống nước không chìm". Năm 14 tuổi xuất gia với hòa thượng Sokin chùa Tùng Âm. Suốt ngày tinh tấn quán công án "Vô" của ngài Triệu Châu. Khi sư ngộ, nói: "Chẳng cần vượt thoát sanh tử, chẳng cần giác ngộ..." Sau sư đến tham học với ngài Đạo Kính Huệ Đoan. Huệ Đoan thấy sư là tài năng xuất chúng nhưng còn kiêu mạn lớn nên từ chối ấn chứng. Ngài còn dùng nhiều biện pháp mạnh mẽ và thô tháo để đẩy sư tiến sâu vào những bậc giác ngộ. Mãi đến khi Huệ Đoan tịch, sư mới nhận ra điều này!

Sư còn là nhà thơ, thư pháp, họa sĩ, nhà điêu khắc và nặn tượng, tất cả đều đạt đến trình độ thượng thừa. Chính sư đã nặn tượng cho bản thân, vẽ chân dung mình và viết lời chú:

*Bị ngàn Phật ghét bỏ trong cõi giới ngàn Phật*

*Bị ma quỷ tẩy chay trong bọn ma quỷ.*

*Gã đầu trọc này, đui mù và góm ghiếc,*

*Một lần nữa lại hiện lên trên giấy trắng.*

*Trời ơi là trời!*

Sau sư đổi công án "Vô" thành công án "Tiếng vỗ của một bàn tay", đây là một công án lừng danh trong giới thiền học Nhật Bản nói riêng và tất cả người tu thiền tham thoại đầu, khán công án nói chung.

Tiếng tăm sư vang dội khắp nơi nhưng sư ẩn thân ở Tùng Âm một thời gian dài

nên mới lấy pháp hiệu Bạch Ẩn. Ngụ ý người ẩn như hạc trắng cũng đồng nghĩa niết bàn. Sư bảo: "Nhằm đạt đến chiều sâu nhất của tâm và chứng ngộ cái sống thật sự của nó thì trong mọi tình huống không có cách nào khác hơn là đạt một tự tâm lắng đọng sâu xa ngay trong những hoạt động của mình." Sư có công trung hưng lại dòng thiền Lâm Tế nơi xứ Phù Tang.

**BẠCH ẨN TUYẾT SƠN THÔNG NHO DƯỠNG HỒI ẨN THÂN ẨN DANH ẨN NHÂN ĐỨC HẠNH VÔ NĂNG VĂN HUỆ HẠC LINH ĐIỀU LIỄU PHẬT THAO QUANG HUỆ TÂM HUỆ TRÍ HUỆ LỰC HÀNH TRẠNG BẤT KHẢ LƯƠNG.**

## SAO PHẢI XIN KHOAN HỒNG

Nhân nhà kia anh em bất đồng chánh kiến, bất hòa lý giải, bất thuận đồng cư... Khiến kẻ cường bạo sau khi lấy được thiên hạ xen vào:

- Từ bây giờ tất cả các anh phải theo ta! Ta có đại bác, xe tăng, thuận thì sống chống thì chết!

Vị sư già can đảm đứng ra trả lời:

- Chúng tôi không theo cũng chẳng chống ai! Chúng tôi chỉ thờ Phật, phụng sự chúng sanh.

Kẻ cường bạo không khuất phục được ý chí anh em nhà họ nên lệnh cho bọn thủ hạ bắt nhốt tất cả. Trong số ấy có vị xuất chúng: Tài năng, trí lực, đức hạnh đều hơn người, tiếng tăm bay khắp bốn phương. Thiên hạ nơi nơi quy ngưỡng và bọn họ tranh đấu lên tiếng đòi trả tự do cho vị sư ấy. Kẻ cường bạo thấy tình hình không ổn, chúng bèn cho người vào ngục buộc ông tăng trẻ phải ký giấy xin khoan hồng. Chúng những tưởng ông ta sẽ mừng mà ký ngay, nào ngờ ông tăng nhỏ nhẹ mà kiên quyết đồng lược:

- Ta không có tội chi để phải xin khoan hồng!

Cả bọn tiu ngui, nhì nhằng thêm một thời gian nữa nhưng rồi chúng đành phải phóng thích vô điều kiện. Thiên hạ có người gieo năm vóc kính ngưỡng:

*Ngục thất cầm tứ đại*

*Bất khả khuất sa môn*

*Tọa thiền trung tự tại*

*Xứ xứ ư pháp tòa.*

## LOẠN PHÁP

Bắc phái có kẻ loạn pháp, Nam bang cũng không vừa, trộm tăng tướng tự xưng cháu ông kẹ để hù thiên hạ, dụ khị người mê. Kẻ ấy ngày đêm đặng đàn nói bậy:

- Đi du lịch nhiều kiếp sau sanh ra cụt chân, hát karaoke kiếp sau làm ma cầm...

Trong đạo ngoài đời cười mỉa mai, phản đối. Những kẻ quá khích nhân đó làm loạn lên, tạo nên một làn sóng hồ đồ trên mạng xã hội. Chuyện chưa dừng lại, người ta lại phát giác kẻ loạn pháp ấy xài bằng giả. Thiên hạ càng thêm ngán ngẫm, mặc dù bằng giả xứ ấy nhiều như lá mùa Thu đổ. Có kẻ bình luận:

- Bằng giả ấy là người ta cúng dường cho.

Chuyện lùm xùm chưa biết sẽ về đâu, đợi tiếp hồi sau sẽ rõ. Trong lúc chờ xem lại xuất hiện lời vu vơ:

- Ông ấy cũng chỉ là con rối trong tay người, dựng lên hay hạ xuống tùy mục đích của từng giai đoạn. Kẻ dàn dựng vô tuồng luôn giấu mặt, nếu tinh mắt sẽ nhận ra thôi!

### AI CŨNG SỢ BỌN NÀY

Có kẻ thuở nhỏ đọc Truyện Kiều đến đoạn: "Bây giờ mới nổi tam bành mù lên" không hiểu bèn hỏi thầy: "Tam bành là gì?" Thầy y bảo:

- Nguyên câu ấy trích từ tích "tam bành lục tặc": Bành Cự, Bành Chất, Bành Trần. Lục tặc ấy chính là sáu giác quan: Mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý của con người. Sáu giác quan tiếp xúc sáu trần sanh ra loạn tâm nên mới ví đây như sáu tên giặc.

Gã học trò khoái chí sanh ngứa miệng nói linh tinh:

- Người có lục tặc, nhà có tặc tử, nước có nghịch tặc, loạn tặc, gian tặc, đạo tặc, nội tặc, ngoại tặc, sơn tặc, hải tặc...

Một tay học trò khác đệm thêm:

- Giờ còn có lâm tặc, đình tặc, không tặc, cát tặc, thủy tặc, cầu tặc...

Kẻ học trò ấy gạt gù thích thú, y chốt:

- Thời đại công nghệ điện toán hôm nay này sinh một loại giặc mới còn ghê gớm hơn nhiều, đó là tin tặc (hacker). Ai cũng sợ bọn này!

### THU VÈ

Mấy nay thời tiết vào thu nên se se lạnh, lá vàng bay trong gió, bí ngô, bắp khô, hình nộm bù nhìn chững khắp nơi. Người hớn hờ với sắc màu mùa lên. Bọn côn trùng thì quần quýt vội vàng để trứng để duy trì nòi giống trước khi chết. Một lũ phù du thì thi với mấy con ve sầu còn sót lại:

- Các cậu đến đây chỉ có ba tháng hè, trong khi trứng và mần sống của các cậu ở trong đất những mười năm dài, xem ra chẳng tương ứng tí nào!

Ve sầu ca cầm:

- Các cậu xem lại mình đi, sớm sanh tối diệt có dài lắm cũng vài ngày, kẻ thợ lằm cũng một tuần, liệu có gì hay hơn bọn tớ?

Lúc bấy giờ mấy quạ rùa từ dưới đầm lịch kịch bò lên bờ, nghe thể bèn xen vào với giọng hãnh diện:

- Bọn tớ thợ ngang con người đấy, thậm chí còn có kẻ đồn đến hai trăm mùa lá rụng.

Cây sồi già bên hồ cười khục khặc:

- Tuổi thợ cũng là nghiệp nhân quả báo quay trong vòng sanh tử luân hồi, có gì hơn kém mà tranh cãi ngẩn dài! Ngay cả cây tuyết tùng thọ 4000 tuổi còn chưa là cái đỉnh gì trong trời đất này kia mà.

Một cơn gió nhẹ thổi qua, từng bưng lá vàng bay xoay quanh thân sồi dường như tán thưởng lời lão ta.

### KHÔNG NƠI NÀO NHẬN

Một ngày đẹp trời, Âm Phủ tiếp nhận một cái vong trông rất bệ vệ, tướng tá khệnh khạng ra vẻ lẫm. Phán quan ngạc nhiên bèn sai thú hạ tra tông tích, một lát sau thú lại báo:

- Khi sống y mang hàm giáo sư, bằng tiến sĩ, cấp bậc chuyên viên, chức vụ bộ trưởng kiêm tổng giám đốc. Y có biệt tài cạp: Đất đai, rừng núi, biển cả, tiền vàng, phân bón, thuốc sâu, xi măng... tóm lại thứ gì y cũng cạp được.

Lúc ấy Nam Tào đi qua nghe thể liền bắm:

- Tàu Diêm vương, Thọ mạng y còn dài cỡ sao bắt xuống đây?

Diêm Vương giận quát hỏi, quý vô thường thật thà khai:

- Vì khi đọc tờ trình, chữ y xấu quá, tôi đọc lộn chữ tiến sĩ thành tuần sĩ nên bắt nhầm!

- Vậy thì mau mau đưa trả y lại trần gian.

Quý vô thường lại khóc:

- Trần gian không chịu nhận lại, thiên đình cấm cửa y, các cảnh giới khác cũng từ chối, giờ làm sao đây?

Diêm Vương thảng thốt:

- Quân bay canh chừng vạc dầu, củi lửa, khí cụ hành hình... kéo không thì hẳn cạp hết ráo.

### CHƠI

Thằng Mập nhà Bắc Cao lâu nay nổi tiếng chơi liều, chơi ác, chơi ngu, chơi hoang đàng... Dân đời rã họng mà cả họ nhà nó chơi sang như ông hoàng, chơi ngông như trọc phú. Đêm qua nó chơi quả tên lửa đạn đạo bay qua biển Đông Bắc làm cho thiên hạ ớn lạnh.

Thằng Bạch Hùng cũng vang danh chơi ấu, chơi gian, chơi tồi, chơi bậy... Thấy thằng Mập chơi thế nên khoái trá, khịa:

- Chú em chơi khá lăm! Cứ vậy mà chơi, dăm bữa nửa tháng chơi một quả tên lửa cho tụi nó sợ xanh mặt són đái chơi! Chơi như chú em đáng mặt dân chơi chẳng sợ mưa rơi.

Thằng đại ca Xénh Xáng vốn là đàn anh bảo kê của thằng Mập. Xưa nay nó có truyền thống chơi xạo, chơi gạt, chơi nâng tay trên, chơi bắn, chơi lường, chơi trò ném đá giấu tay, chơi dưới thắt lưng, chơi đều, chơi bá đạo... Nó nhắn tin cho thằng Mập:

- Chú mày cứ chơi bạo đi, có gì anh mày lo! Phải chơi cho tụi nó xùy tiền ra, chơi cho chúng nó biết tay!

Thằng Mập cười híp mắt, nọng cổ rung rinh:

- Cảm ơn đại ca, nhà em ba đời nay chơi như vậy mà! Đại ca chịu chơi đã chi và bảo kê cho họ nhà em! Nhờ vậy mà em chơi xả láng đâu có ngân đũa nào.

**Steven N**  
Georgia, 1124



# Tình mẫu tử vĩ đại

ĂN SĨ

VĂN HỌC / NGHỆ THUẬT

Câu chuyện bắt đầu từ sau ngày 30 tháng 4 năm 1975. Gia đình của Dr. Anne cũng như bao nhiêu gia đình có ông, bác, cha chú đã từng là sĩ quan Quân đội VNCH đều đi học tù cộng sản. Như bao nhiêu người mẹ khác, ở vậy chăm con và thăm nuôi chồng. Khi còn ở Việt Nam, Dr. Anne có tên Việt khác (vì an ninh, tên thay đổi) là Vy. Mọi người thường gọi nickname của mẹ Vy là Bà Sáu. Những năm đó Bà Sáu chuyên là thợ may và thêu tay rất có tiếng tại Sài Gòn. Nhưng số phận của Bà Sáu cũng khổ sở từ sau khi chồng bà ấy trở về. Chắc mọi người ai cũng biết, những gia đình như vậy đều bị cô lập, bị nhòm ngó và khó sống. Bà Sáu khi đến với ông Sáu là người thứ ba. Từ ngày ông Sáu về, Bà Sáu vừa may vừa lo 4 miệng ăn trong đó có Dr. Anne (Vy) và cô em gái Nhung. Tản tiện cực khổ mà không dám đi khám bệnh. Từ sau khi ông Sáu về, ông thay đổi hoàn toàn. Chuyên gia đánh Vy vì vấn đề con ông con bà. Đôi khi Vy hay làm sai, bị ông Sáu đánh, dì Sáu đứng ra bảo vệ con và bị đánh vào đầu. Vậy mà Trời Phật thương. Cuộc sống rất khổ sở. Liên tục bị đánh, mẹ che thì ba đánh!!!

Từ khi cầm được cây kim, bé Vy lúc đó học may thêu cho đến khi trưởng thành. Lớn lên, đi chùa dạy Anh văn thiện nguyện cho các ni sư. Bé Vy lúc đó được một pháp danh rất đẹp: Hạnh Hiền. Đã Hạnh rồi còn Hiền!!! Có lần Vy hỏi mẹ:

"Mẹ, tại sao mẹ không dạy con may áo dài?"

Mẹ Vy trả lời:

"Vì mẹ không muốn con làm dâu trăm họ!"

Rồi hai chị em Vy - Nhung cũng đã lớn!!! Hình như đó là khoảng năm 1998 - 2000, bạn thân của Dì Sáu là Dì Duyên từ Mỹ trở về. Đó cũng lúc Dì Sáu ít nhận đồ may và có một quầy sạp dép ngoài chợ Thái Bình - quận 1.

Từ khi Dì Duyên đi Mỹ, mẹ



của Dì Duyên là Bà Tư luôn luôn thăm mẹ. Bà ngoại của Vy mất!!! Mẹ của Vy hay giúp và chăm sóc Bà Tư, vì vậy Bà Tư coi mẹ của Vy như con gái. Mẹ của Vy cũng kêu Vy gọi bằng Bà Ngoại Tư. Tính của Vy rất hiền, ít nói và không hại ai từ nhỏ. Mỗi khi bị đánh, nghe cãi lộn, nghe những từ tục tiểu, Vy rất nhức đầu! Suýt chết cũng vì sự nhức đầu. Vy hay thương người và luôn buồn vì không giúp gì được cho người. Vy cũng học luôn tính chịu đựng từ mẹ.

Và rồi một ngày hai cô bạn - dì Sáu và dì Duyên - cũng gặp nhau. Dì Sáu nói:

"Duyên em, chị không muốn hai con gái của chị gặp cảnh khổ ở đây. Em có cách nào tìm giới thiệu cho Vy con chị?"

Năm đó Vy được biết Daniel (tên thay đổi). Daniel cũng ăn chay, người Mỹ gốc Do Thái. Cũng đi chùa Tịnh Thất Bồng Lai do Tổ sư Huệ Năng và là sư phụ của trụ trì hiện tại Thượng Toạ Huệ Khả (tên và chùa thay đổi). Pháp danh của Daniel là Huệ Trí. Daniel cũng là trustee khi mua chùa năm xưa và đến bây giờ Daniel cũng giúp Thầy Huệ Khả

chụp hình vong không tính công để trên tường xung quanh bàn Tổ.

Từ đó Daniel và Vy quen nhau. Rồi Vy cũng qua được Mỹ. Đây là bắt đầu câu chuyện bi thương và tại sao tôi nói tôi đặt tựa đề Tình Mẫu Tử vĩ đại. Bắt đầu câu chuyện của Vy.

Lúc mới qua, Vy tưởng được đi học, được chuồng, Daniel sẽ lo cho mẹ. Nhưng không, trước khi cưới, Daniel yêu cầu Vy ký giấy và làm trễ ngày cưới. Trễ 90 ngày. Daniel yêu cầu Vy ký giấy xác nhận là "Vy có lý do sau này thì Vy không được lấy gì. Hoàn toàn ta mình không, v.v..."

Vy muốn chứng minh mình không tham lam và đã ký. Xong! Vy hỏi Daniel:

"Vậy anh có nuôi em ăn học và đem mẹ qua?"

Daniel trả lời:

"Nếu tôi biết cô có ý định này khi cô còn Việt Nam, tôi đã không đem cô qua!"

Vy khóc ròng. Vy mất cảm giác với anh ta từ đó. Nhưng Vy không thể bị về Việt Nam vì mẹ của Vy sẽ chết mất!!! Trong một ngày, Vy gặp đủ thứ chuyện buồn. Vy bị nổi chickenpox. Vy nghe tin từ em Nhung là mẹ bị té cầu thang khi lau nhà!! Chị giúp em. Nhưng Daniel khắc nghiệt không lo gì. Đó là lần đầu tiên Vy chạy lên chùa hỏi thầy Huệ Khả nhờ dì Duyên. Thậm chí sau này ba của Vy mất, Vy chết ghen vì cũng chẳng giúp gì. Tính đến nay, Vy không có xe ở xứ cờ hoa này! Vy có thất nghiệp hay sao đó, Daniel cũng không lo.

Cũng may, Vy có thai và thể là Vy bớt lo sợ bị Daniel đuổi về. Vy muốn đi học.

Riêng em Nhung thì qua Mỹ với chồng 1-2 tuần sau đó. Nhưng cảnh của Nhung cũng khổ. Chồng Nhung bị bệnh lạ. Mỗi lần căng thẳng, chồng của Nhung có một chỗ bị sưng lên. Vậy mà hai vợ chồng của em Nhung may mắn cũng có con.

Quay lại cuộc đời của Vy. Từ

khi hai cô con gái, dì Sáu dọn về ở cùng Bà Ngoại Tư chăm sóc lẫn nhau và khi Bà Ngoại Tư mất, dì Duyên không thể về và mẹ của Vy cũng lo tang chế. Trong những năm đó, mẹ Vy một mình buồn bán gói tiền cho Vy học thành tài vì Vy mong muốn đem mẹ qua, ly dị được Daniel và giúp em gái thành công. Mẹ Vy dành dụm tiền, bệnh tật không nói, không chữa trị.

Sau đó Vy sinh con, từ đó Vy ngủ cùng con. Khi con lớn, Vy dọn ngủ sofa. Suốt 18 năm mỗi ngày Vy nghe si nhục, nghe từ tục tĩu của Daniel. Lắm lúc Vy muốn chết, nhưng vì con thơ Vy chịu đựng và chịu đựng. Trong những năm vừa đi học, vừa cho con và cũng có việc làm. Vy muốn tạo phước đức cho con. Vy muốn làm mẫu cho con là cho dù giận cách mấy cũng không dùng từ tục tĩu chửi lại. Nhẫn và Chịu Đựng. Dù hạnh phúc không như ý, Vy cũng thiện nguyện dạy Anh Văn. Vy tìm gặp được cơ hội làm việc cho BPSOS. Vy rất vui dạy Anh Văn cho các em đang bị chính quyền bên VN cô lập. Một số gia đình già trẻ lớn bé đang ẩn núp bên Thái! Vy dạy họ nhiệt tình để giúp họ qua được Mỹ và Canada. Và bây giờ Vy rất vui khi họ có cuộc sống tốt hơn. Những điều này Vy không tiết lộ cho ai. Nhưng cũng vì lý do này, mà Vy không tiết lộ danh tính nhiều trên mạng xã hội và nơi ở. Sau đó Vy vào quốc tịch đổi tên là Anne (họ được giấu).

Vậy mà trời cũng thương. Em Nhung vậy mà có chồng biết điều hơn Nhung, đã đem mẹ của Vy qua cách đây 5 năm. Khi mẹ qua Mỹ, Nhung dẫn dì Sáu đi khám bệnh và răng. Vì dì Sáu phải lo ăn học cho Vy, nên không khám bệnh, nên một ngày Nhung gọi:

"Chị giúp em. Răng của mẹ bill đến \$6,000. Em trả còn \$4000. Chồng em bệnh, em nay mai cũng cần phẫu thuật và em không biết còn sống không?"

Thời điểm này là covid. Anne vừa thất nghiệp, cũng có tiền chút ít, nhưng không đủ!!! Daniel sẽ không bao giờ giúp đỡ! Lần thứ hai Anne (Vy) cần sự giúp đỡ của cộng đồng tại Bồng Lai một ít. Mẹ giờ cũng già gần 90 rồi đâu. Anne buồn.

Em gái tâm sự: "Hồi xưa ba đánh mẹ, bây giờ mẹ hay quên. Bây giờ nếu mẹ nghe cú sốc nào là mẹ chết ngay!" Anne khóc ròng, muốn chết nhiều lần.

Nhưng còn con thì sao? Vy cứ thế chịu đựng học giỏi vì muốn có cuộc sống tốt hơn lo cho mẹ và em. Anne - cô bé Vy - ngày nào đã tìm được phương tiện học lên Tiến sĩ. Chương trình học rất căng và hôn nhân bị nát, nhưng Mẹ và con là động lực cho Vy vẫn muốn giúp người.

Thế là Anne có cơ hội tạm thời làm cho một hội Non-Profit. Nơi này họ giúp đỡ các thành viên thoát khỏi Gang Members Group và Correction Center. Họ dạy cho những người này những bài học và cho họ công việc. Tiến sĩ Anne đã tìm được hai cuốn sách tâm đắc nhất cho họ: 1) Everything we do matters; 2) You, your problems. Vy đem tới họ ánh sáng Phật Pháp. Họ rất vui. Vy nói, nếu thấy sách hay thì chia sẻ cho người cần. Nhưng đừng tiết lộ danh tính của cô ấy. Vì chỗ làm này rất tế nhị. Danh tính thật bị che giấu. Không ai định vị được. Lắm lúc Anne suýt bị bắt vì thẳng thắn xã hội sẽ tìm giết những ai thoát nhóm!

Thật tiếc là hội Non-Profit này không được nhiều người đóng góp, họ chỉ cần Anne vài tháng. Nhưng Anne vẫn vui lòng thiện nguyện dạy Anh Văn.

Và gần đây, mẹ của Anne - dì Sáu bệnh già, đột ngột trở bệnh mà không kêu ca gì đến Nhung và Anne. Vì hai chị em đều chưa có việc ổn định. Cũng vì điều này Nhung không khả năng mua bảo hiểm. Riêng phần Nhung, cô em cũng cũng vừa mới phẫu thuật bụng mỡ xong. Dì Sáu ngắt nên hai chị em mới biết mẹ có bệnh bên ngực trái. Dù tiền xin giảm và trợ cấp, tiền học bổng, tiền tiết kiệm cũng không đủ. Anne xin trợ giúp gây quỹ từ các bồ tát ở Bồng Lai.

Giờ mẹ của Anne đã khỏe. Phần còn lại Anne phải ổn định lại công việc. Vì hai công việc thiện nguyện trên, Vy chỉ muốn che giấu danh tính của mình vì cần phải bảo vệ an toàn cá nhân và gia đình. Đặc biệt là con của Anne.

Anne thích hay sưu tầm cách trang trí trái cây, rất thích giúp đỡ kiến thức thay vì tài lực. Tính của Tiến Sĩ Anne rất tốt và hiem!!! Hay buồn khi cảm thấy bất lực không giúp được ai. Khi thấy bài đăng gây quỹ, thật hay không thật mà giống Tiến sĩ Anne tin ngay và chẳng để ý nguồn. Anne luôn luôn suy nghĩ là không giúp được ai thì không

nên hại người khác!!! Anne lúc nào cũng vui khi có cơ hội trang trí đĩa trái cây cho sư thầy. Anne siêng đi chùa phụ chùa vì Anne muốn dành nhiều phước đức cho con. Dù bị nghe chửi mỗi ngày, nhưng Anne làm mẫu cho con là Nhẫn, Nhịn, Chịu Đựng chứ lòng của Anne đã chết từ đời nào. Cho dù bị nát, Anne vẫn vui về giảng dạy, vẫn vui về giúp các em miền núi.

Tôi hỏi Anne: "Thế tại sao Tiến sĩ không li dị?"

Tiến Sĩ Anne trả lời, "Vì con. Hơn nữa Anne chịu đựng 20 năm rồi. Quen rồi!!! Anne từng ở shelter một ngày nên Anne biết. Nhưng cuối cùng vì con mà chịu đựng đến giờ. Giờ Anne tuổi cao rồi. Anne mệt! Hơn nữa, đó là tâm sự yêu cầu của con."

Tôi hỏi tiếp:

"Anh chàng hỏi gì Tiến Sĩ?"

Dr. Anne trả lời:

"Mẹ! Con cần mẹ. Con chứng kiến ba đối xử tệ với mẹ ra sao, nhưng mẹ luôn nhẫn nhịn. Mẹ giận mấy cũng không dùng từ thô tục nhất với ba. Con xin mẹ vì con, đừng đi mẹ nhé. Con buồn lắm. Con rất muốn đem bạn con về khi chúng hỏi!!! Mỗi lần ba như vậy, con chạy qua nhà bạn ngủ. Mẹ, con cần mẹ."

Những lúc thất nghiệp, nguồn kiếm sống duy nhất của Tiến sĩ là may thêu tay lật vật. Nhưng bây giờ thì Tiến sĩ Anne buộc phải đóng nó vì bảo vệ sự an toàn và riêng tư khi an toàn của con cái có nguy cơ bị đe dọa!

Kết thúc câu chuyện này, tôi rất kính trọng Tiến sĩ Anne. Dù lắm lúc muốn chết, nhưng tình mẫu tử đã giúp cô chịu đựng được. Vẫn vui về âm thầm dạy các em miền núi. Dạy các gia đình đang bị nạn đâu đó đang cần bến bờ tự do. Dù lắm lúc chẳng có đồng nào, nhưng vẫn không rời bỏ học trò. Vẫn đau lòng âm thầm rơi lệ khi chẳng có gì giúp họ. Chỉ còn kiến thức. Mỗi lần Tiến sĩ Anne có cơ hội may thêu hay đóng góp gì cho sư phụ, cô ấy rất vui. Và tôi vẫn luôn ghi nhớ trong đầu câu nói chắc nịch của Tiến sĩ: "Không giúp ai được thì đừng hại ai."

Nguồn: **Ấn Sĩ**

(Đây là câu chuyện thật người thật. Vì lí do an ninh, tôi thay tên đổi họ và không tiết lộ định vị dựa trên sự an toàn của con của Tiến sĩ Anne và an toàn cá nhân)

# Tuệ Sỹ tự tại đến-đi

## TÂM NHIÊN

VĂN HỌC / NGHỆ THUẬT

Thi ca và tư tưởng có sức mạnh phi thường, vượt qua cả mấy triệu nghìn năm, song hành cùng Thi nhân, Đạo sĩ, Thiền sư từ muôn thuở, muôn nơi đi về trên mặt đất, trần gian này.

Bằng cách vô công dụng hạnh, họ âm thầm, tha thiết chuyển hóa đủ loại trình độ, vô số căn cơ đang quờ quạng, rối mù, bao phủ trong bóng tối u minh, đang quần quại, khổ đau trong sinh tử, luân hồi...

Luân hồi, sinh tử trùng trùng của thập loại chúng sinh, biết vươn mình lên trên tuyệt đỉnh hồn tâm linh tinh thức.

Tinh thức ngay bây giờ, ở đây để cùng về quê nhà, Cổ quận, nơi chốn miền hoan hỷ địa trong tâm hồn, ngay giữa lòng trong trẻo, long lanh, lấp lánh nụ cười thanh tịnh của mỗi một người trong tất cả chúng ta.

Thanh tịnh nụ cười trở hoa, sau cuộc Hòa âm cùng Thiên lý độc hành với người thi sĩ kỳ tuyệt ấy, chúng ta quy hồi Cổ quận, trở về Thực tại hiện tiền ngay bây giờ, ở đây, vì thấy được lẽ huyền vi của cuộc sống như Tuệ Sỹ thi nhân đã thấy diệu kỳ, mới lạ:

*"Đời sống tồn tại trong từng sát na và trong từng nguyên tử nhỏ bé, thường trực là cảnh giới huyền vi, bất tư nghì..."*

Bất khả tư nghì là không thể nghĩ bàn chi được về cuộc đời, cuộc đạo, về cuộc sống hay cuộc chết. Sống và chết giao thoa nhau trên cung cầm miền viển, thiên thu.

Thiên thu là Trí tuệ, là bản thể Vô sinh, bất diệt, chỉ cho Tự tánh thanh tịnh, Tánh Không, còn thân xác sống chết này là hiện tượng, như bọt nước nổi trôi trên đại dương bản thể kia.

Vì thế, khi bọt nước vỡ tan thì nhập vào lại đại dương chứ chẳng mất đi đâu cả, như Tuệ Trung Thượng Sĩ cất tiếng ca Sống chết nhàn thôi vậy:

*"Tâm mà sanh chử sanh tử diệt  
Tâm mà diệt chử sanh tử diệt  
Sanh tử xưa nay vốn Tánh Không  
Thân hư dối này rồi cũng diệt  
Phiền não Bồ đề bỗng mất tiêu  
Địa ngục Thiên đường tự khô kiệt  
Lửa phòng nước sôi thoát mát liền  
Núi kiếm rừng đao chốc gãy hết  
Thanh văn ngồi thiền ta không ngồi  
Bồ tát nói pháp ta nói thiệt  
Chết là đối chết sanh đối sanh  
Bốn đại vốn không nương đâu dấy  
Chớ như hươu khát đuối bóng nước  
Năm đông bắt tây không ngớt chạy  
Pháp thân không lại cũng không qua  
Chân tánh chẳng phải cũng chẳng quấy  
Đến nhà thôi chớ hỏi đường chi  
Thấy nguyệt tìm gì ngón tay ấy  
Kẻ ngu sống chết mãi lo âu  
Người trí rõ thông nhàn thôi vậy."*

Kẻ mê vọng thì cứ mãi lo âu, sợ hãi chuyện

sống chết, còn người trí tuệ có mắt sáng nên nhìn thấu suốt lẽ sinh tử nên cứ thản nhiên.

Bài thơ này do Trúc Thiên dịch Việt quá tuyệt vời. Vời tuyệt hơn nữa, Lý Việt Dũng giảng giải đại ý:

*"Vi nhất thiết duy tâm tạo, cho nên khi vọng tâm khởi là sinh tử nẩy sinh, từ đó hình thành nhị kiến đối lập, nào là Bồ đề - phiền não, Thiên đường - địa ngục, chân vọng, nhưng thật ra tự tính của sinh tử cũng vốn là không."*

Do đó, khi vọng niệm dứt thì mọi mê tưởng cũng tan theo, mọi phiền não đương nhiên cũng không còn.

Cho nên chỉ cần thấy Tánh mà không cần thuyết pháp tọa thiền, bởi vạn pháp vốn tự nhiên nhất như vô phân biệt.

Lúc khởi tâm tìm cái Chân thì đã là Già (hư vọng) rồi, vì chân vốn đang ở nơi cái đương xứ, tức ngay nơi sinh tử thấy ra thực tính là đã Vô sinh.

Vậy người mê sợ sinh tử, luôn chạy đôn chạy đáo tìm liệu pháp đối trị, tìm cái Vô sinh, chẳng khác nào đang ở trong nhà mà lại cố tìm đường để về nhà.

Đó chẳng qua chỉ là hành động hồ đồ của con hươu khát khô cổ, bôn ba chạy tìm bóng nước trong ánh nắng trên sa mạc, còn người giác coi thường sanh tử, vì trong sanh tử vốn đã đầy đủ Tính Chân..."

Đó là cái thấy của hàng Bồ tát, bậc Thiền sư đã thấy được Chân Tánh, như cư sĩ Bàn Uẩn và cả gia đình vợ con ông đã tự tại trước cái chết, đến đi vô quái ngại liền.

Một hôm đang cày ruộng, bất thành linh Bàn Uẩn nói với con gái: "Lát nữa cha đi nghe". Linh Chiếu đang cuốc đất vừa nghe xong, cầm cuốc nhanh trí thị tịch trước, tiếp theo là mẹ, anh trai cũng vui vẻ, nhẹ nhàng đi, hưởng chi Tuệ Sỹ bậc Long Tượng vô úy:

*Bàn Uẩn hôm xưa đang cày ruộng  
Nói con gái biết: Cha quy thiên  
Buông cuốc Linh Chiếu đành đi trước  
Bàn Uẩn cười vang thị tịch liền  
Sống chết trùng trùng do duyên khởi  
Đó là con mắt của Tánh Không  
Tuệ nhãn thấy ra tường tận thế  
Nên đến hay đi cũng nhẹ lòng  
Lão cư sĩ ấy làm được vậy  
Hưởng gì Long Tượng bậc Thiền sư?  
Ứng thân thọ bệnh nhằm khai thị  
Cho kẻ phàm phu thấu đại từ  
Đại từ đại bi đại trí dừng  
Thì không bao giờ chết được đâu  
Chỉ ẩn chút thân gãy bèo bọt  
Còn trí tuệ kia vẫn nhiệm màu."*

Mầu nhiệm suốt cuộc sống như Thiền sư đã sống thì cũng nhiệm mầu khi cuộc chết đến, cho nên khi nghe tin Thầy Tuệ Sỹ bị bệnh, du sĩ có vẻ



thăm vào đầu xuân 2022 và gần đây nhất, tháng 7. 2023 cùng với Huỳnh Tấn Hạnh, Huỳnh Tấn Nghĩa đến thăm an Thầy đang an cư trong một tịnh cốc gần chùa Phật Ân ở Long Thành, Đồng Nai.

Hỏi và đáp tuyệt nhiên không còn cần, thiết nữa, lặng yên chỉ nhìn nụ cười "Năm tháng vẫn như nụ cười trong mộng" của "Hạc gãy đình tuyết" là cũng đủ nghe ra cả trời thơ đất mộng, rung cảm tận đáy lòng.

Thong thả, nhẹ nhàng, Thầy lộ vẻ thanh thản, an nhiên như không có bệnh tật gì.

Biết là chút thân bào bot sắp bị tan rã thì cứ rã tan theo luật vô thường thể thôi. Hối tiếc gì, luyện lưu chi nữa giữa cuộc trăm năm thoáng chốc vèo qua như áng phù vân?

Thật ra, Thầy Tuệ Sỹ bị bệnh cũng giống như Đức Phật bệnh hay Duy Ma Cật bệnh vậy thôi: Đều là một Bài Pháp sống động, không lời mà mỗi một người trong chúng ta phải thấu hiểu ngay bây giờ và ở đây.

Hiểu thấu thì không cần phải cầu nguyện, cầu an chi nữa cả. Bởi lâu nay, chúng ta đã mặc nhiên tôn Thầy là bậc Thiên sư rồi mà Thiên sư thì tự tại, tự do trước lẽ còn mất, đến đi, sinh tử như Thầy đã từng nhắc nhở trên tinh thần vô úy:

*"Tất cả các bậc vô úy, không còn sợ hãi, chỉ có một con đường độc nhất phải đi là qua bên kia bờ của sự sống và sự chết."*

*"Qua bên kia bờ là chứng ngộ tính tịch diệt của Niết bàn. Nơi đây chính là thế giới của cô liêu tuyệt đối..."*

Tuyệt đối cô liêu - "Hương vị cô liêu là hương vị của Chánh pháp" - Cô liêu chính là bước đi kỳ cùng của bậc thượng thừa, Sư tử hống.

"Vô sở tòng lai diệc vô sở khứ" - Không từ đâu đến cũng chẳng đi về đâu. Không chỗ trụ, không sở đắc, chẳng mong cầu bất cứ điều gì thì còn sợ hãi chi nữa phải không?

Đức Phật đúng 80 tuổi nhập Niết Bàn, còn Tuệ Sỹ năm nay cũng vừa độ 80 rồi.

Hơn nửa thế kỷ đi qua cõi phù trần, đất bằng dậy sóng, đại dương sụp lở, núi sông tràn lấp ruộng đồng, cuồng phong sấm sét vỡ tan hoang, từng giáp mặt cận kề nhiều trận thập tử nhất sinh thật táng đờm kinh hồn...

Thế mà nhà thơ đã vượt qua, vượt qua tất cả mọi chướng ngại, khó khăn, bằng chính nội lực, rực lửa hùng tâm tráng khí, phi thường.

Thương yêu diệu dụng, bùng vỡ hết tâm can, thần lực, dốc cạn năng lượng suốt bình sinh, dịch giải Tam tạng kinh điển, thiết tha đại nguyện chuyển hóa, bùng nổ kỳ hoa dị thảo, ngát hương những đóa hồng thi ca và tư tưởng.

Bước đi kỳ cùng cuộc lữ, đi và đi và đi bộ giữa nhật nguyệt viên du, đầm đĩa gió sương, mưa nắng phiêu bồng:

*"Bóng tối sập mưa rừng tuôn thác đổ  
Đường chênh vênh vách đá dọa nghiêng trời  
Ta lăm lăm bóng ma tròn thế kỷ  
Rủ nhau đi cùng tận cõi luân hồi  
Khấp phố thị ngày xưa ta ruổi ngựa  
Ngang qua đây ma quỷ khóc thành bầy  
Lặng hay xuống mắt mù theo nước lũ  
Đắm bàn chân lẫn cát sỏi cùng trôi  
Rời ngã xuống nghe suối tràn ngập máu  
Thân là thân cỏ lá gập ghềnh xuôi  
Chờ mưa tạnh ta trái trắng làm chiếu  
Nghìn năm sau hoa trắng trở trên đời."*

Ồi chào! Một bài thơ có nhiều hình ảnh đẹp kinh hồn. Nếu mai một, đột nhiên viên tịch thì Thầy vẫn

bất tử với vẻ đẹp như thơ: "Chờ mưa tạnh ta trái trắng làm chiếu. Nghìn năm sau hoa trắng trở trên đời".

Trước cái chết, hầu hết đệ tử đều sợ sệt, hốt hoảng, lo âu, sầu bi lụy, nhưng Thầy vẫn điềm nhiên mỉm cười, sẵn sàng bắt tay với Tử Thần để qua chơi miền: "Thân sau ta vẫn bơ vơ bụi đường..." chứ không phải cõi Niết Bàn, Cực Lạc nào đâu.

Mầu nhiệm là cõi thơ văn Tuệ Sỹ, một thi nhân vô tiền khoáng hậu, thấu đạt suốt kim cổ, sau xưa...

Bữa đó, chúng tôi ngồi chờ Thầy quá đường xuống thì cũng gần 12 giờ trưa, giờ ngo thiên rồi. Thầy phất tay áo nhẹ mỉm cười nói, nghỉ ngơi thôi.

Giờ Ngo là giờ Zarathustra xuống núi nhưng lại là giờ Nagarjuna lên núi, giờ Siddhartha Gautama nhập đại định và Thiên sư Thi sĩ thì đi vào tịch mặc, vô ngôn. Vô ngôn như Triết gia Heidegger: "Trong tư tưởng, mọi sự trở

thành cô liêu và lững thững..."

Đứng bóng mặt trời, lặng im, lặng im, lặng im. Giờ phút im lặng nhất - "Trên tất cả đỉnh cao là lặng im" - Phạm Công Thiện đã nói như thế và du sĩ chợt bàng hoàng nhớ lại, từ năm 1967 mới 24 tuổi, khi viết tác phẩm đầu tay Đại cương Thiền quán, Tuệ Sỹ đã thấy và nghe được sự Im lặng kia rồi:

*"Chỉ có cái Im lặng mệnh mạng ấy mới chứa đựng được Thế LA - Nhưng Thế LA ấy bao giờ cũng trở vào Thực tại triển nở."*

*"Bởi thế, Im lặng là để nghe tiếng nói bàng bạc của Thực thể. Vậy muốn tiến sát đến bên Thực thể thì phải tập sống trong cái Im lặng trước đã. Bỏ ĐỀ ĐẠT MA chín năm Im lặng nhìn vào vách..."*

Như vậy, phải chăng, Im lặng chính là bài học đầu tiên và cuối cùng mà bậc Đại sĩ muốn truyền cảm hứng lại cho cõi tồn sinh, sau mấy chục năm trời lên đỉnh theo vận nước, theo heo hút muôn trùng cuộc lữ?

*"Từ nguyên sơ đã một lời không nói..."*

Chùa Phật Ân ở Long Thành, Đồng Nai, chiều 12. 11. 2024



# CẢI THIỆN GIAO TIẾP GIỮA CHA MẸ VÀ CON CÁI BẰNG CHÁNH NIỆM

*Huyền Kim Quang*

NHÂN VẬT / SỰ KIỆN

Làm sao để có sự giao tiếp trong cảm thông và đầm ấm giữa cha mẹ và con cái là mối quan tâm sâu xa đối với những người làm cha mẹ! Điều này lại càng quan trọng hơn đối với những gia đình di dân Việt Nam tại Hoa Kỳ, nơi mà họ vừa đối diện với sự chênh lệch tuổi tác giữa hai thế hệ dẫn đến sự xa cách về cảm thông và hiểu biết lẫn nhau, vừa phải sống trong một xã hội mà trong đó con cái của họ được giáo dục và trưởng thành trong một nền văn hóa khác đưa đến sự dị biệt trong cuộc sống gia đình.

Tất nhiên, đó không chỉ là thực trạng đối với người Việt di cư ở Mỹ mà còn là thực trạng chung đối với tất cả mọi gia đình di dân trong đất nước Hoa Kỳ.

Một trong những phương cách giúp cải thiện sự giao tiếp giữa cha mẹ và con cái đã và đang được áp dụng phổ biến là chánh niệm. Nhiều nghiên cứu cho thấy áp dụng phương cách giao tiếp chánh niệm giúp cho cha mẹ và con cái rất nhiều. Chẳng hạn, nó giúp cha mẹ ít cáu kỉnh, thất vọng và bất lực; nó cải thiện sự giao tiếp giữa cha mẹ và con cái; nó giúp tình cảm giữa cha mẹ và con cái đậm đà hơn; nó sửa đổi những sai sót trong hành xử; và nó làm cho cha mẹ giảm bớt căng thẳng.

Chính những điều vừa nêu trên là động lực thúc những người làm cha mẹ và ngay cả con cái đi tìm phương thức cải thiện giao tiếp bằng chánh niệm. Đó cũng là lý do có cuộc hội thảo với đề tài "Giao Tiếp Chánh Niệm Dành Cho Cha Mẹ Và Con Cái Vị Thành Niên" do Tiến Sĩ Bạch Xuân Phê chủ trì vào trưa Thứ Bảy, ngày 26 tháng 10 năm 2024 tại Trường Bodhi Academy, 12072 Knott Street, Unit A, Garden Grove, CA 92841.

Tiến Sĩ Bạch Xuân Phê hiện đang dạy Hóa Học tại Trường Mira Loma High School ở Thủ Phủ Sacramento, miền Bắc California, Hoa Kỳ. Ông là một hành giả thực hành chánh niệm. Ông cũng là đệ tử tại gia của Thiền Sư Thích Nhất Hạnh và được Thầy Bổn Sư cho Pháp Danh là Tâm Thường Định. Ông đã và đang dạy cho các nhà giáo dục trong tiểu bang California về Chánh Niệm và Lãnh Đạo Chánh Niệm kể từ năm 2014. Ông đã xuất bản nhiều sách và nghiên cứu về việc áp dụng chánh niệm trong cuộc sống hàng ngày.

Trong phần tự giới thiệu của những người tham dự cuộc hội thảo. Tôi nghe được nhiều tâm tình và hoàn cảnh của nhiều người. Có người nói đã từng đi nghe Thầy Giáo Bạch Xuân Phê hướng dẫn thực hành chánh niệm và đã thực hành một cách hiệu quả rất bất ngờ, nên hôm nay lại đến để học hỏi thêm. Có người cho biết rất thích thú với phương thức chánh niệm. Có người nói vì muốn học chánh niệm để dạy dỗ con cái. Có người nói muốn học chánh niệm để hiểu biết thêm về giới trẻ hầu nối lại khoảng cách giữa cha mẹ và con cái. Có người nói muốn hiểu chánh niệm để học cách cởi mở hơn, vân vân và vân vân...

Mở đầu của buổi hội thảo, Thầy Giáo Bạch Xuân Phê đã giải thích ý nghĩa của chánh niệm. Ông nói rằng chánh niệm là có mặt ngay trong khoảnh khắc hiện tại mà không phán xét. Còn giao tiếp chánh niệm, theo ông cho biết là mang sự tỉnh thức chánh niệm này vào các cuộc nói chuyện, lắng nghe sâu sắc, và nói rõ ràng và có chủ đích. Ông nhấn mạnh rằng phải chánh niệm trong từng suy nghĩ, lời nói và hành động. Ông cho biết cách tốt nhất để thực hành chánh niệm là để tâm theo dõi hơi thở của mình. Ông nói hơi thở là sự nối kết giữa thân và tâm. Chính vì vậy, ngay từ đầu khi bước vào cuộc hội thảo Thầy Giáo Bạch Xuân Phê đã cho mọi người hít thở 5 phút. Ông hướng dẫn mọi người cách hít vào thật sâu và biết mình đang hít vào thật sâu. Rồi thở ra chậm chậm và biết mình đang thở ra chậm chậm.

Đi vào nội dung chính của buổi hội thảo, Thầy Giáo Bạch Xuân Phê nêu ra 3 trụ cột chính trong sự giao tiếp chánh niệm giữa cha mẹ và con cái: Có



*Chụp hình lưu niệm sau cuộc hội thảo tại Bodhi Academy.*



*Một phần quang cảnh những người tham dự trong cuộc hội thảo tại Bodhi Academy.*

mặt, lắng nghe sâu và ái ngữ.

**1/ Có mặt (presence):** Tập trung vào khoảnh khắc hiện tại không xao lãng. Đây là một trong những yếu tố cốt lõi của chánh niệm. Bạn phải để toàn tâm ý vào giây phút hiện tại, không quay về quá khứ, không chạy tới tương lai. Ngay ở đây và bây giờ. Điều đó có nghĩa là khi cha mẹ giao tiếp với con cái của mình thì phải để toàn tâm ý vào sự giao tiếp và câu chuyện đang nói với con cái hay đang nghe con cái mình nói. Bạn không thể vừa giao tiếp mà lại vừa nghĩ tới những chuyện khác đã xảy ra hay chuyện sắp tới. Bạn không thể phân tâm. Bạn phải cho con cái của mình biết rằng bạn đang giao tiếp với chúng bằng cả thân và tâm của bạn. Thầy Giáo Bạch Xuân Phê đề nghị các bậc cha mẹ nên nói chuyện với con cái của mình ít nhất 10 phút một ngày và có mặt 100%. Khi cha mẹ làm được điều này thì cũng có thể yêu cầu con cái của mình làm theo. Thầy Giáo Bạch Xuân Phê kể rằng mỗi khi ông nói chuyện với con cái ông đều không gắn earphone và ông cũng yêu cầu con mình lấy earphone ra để cùng nhau nói chuyện.

**2/ Lắng nghe (listening deeply):** Cho người đang nói chuyện với bạn thấy rằng bạn đang để tâm trọn vẹn đến việc họ đang nói mà không chuẩn bị đáp trả. Thầy Giáo Bạch Xuân Phê giải thích rằng những bậc cha mẹ cần học cách lắng nghe. Giữ tâm lắng sâu khi nghe mà không phản ứng, không phán xét. Nghe nỗi khổ đau của con cái. Đặt mình trong vị trí của con cái để nghe chứ không phải vị trí của mình. Thường ngày chúng ta không lắng tâm xuống để nghe mà vừa nghe, vừa nghĩ, vừa nói, vừa làm chuyện khác khiến cho chúng ta không thể nghe một cách trọn vẹn câu chuyện. Như vậy làm sao cha mẹ có thể thấu cảm được điều gì con cái mình muốn nói.

**3/ Ái ngữ (compassionate speech):** Nói với sự tử tế, thành thật, và không phán xét. Ái ngữ là nói lời thương yêu, lời hòa nhã, là biểu hiện của tâm từ bi. Cha mẹ khi giao tiếp với con cái bằng những lời yêu thương thì sẽ làm cho con cái cảm nhận được tình thương yêu sâu thẳm đối với họ. Nếu cha mẹ giao tiếp với con cái bằng những lời tục tĩu, bằng lời chửi thề, bằng giọng giận dữ lớn tiếng thì sẽ làm cho con cái sợ hãi hoặc tiềm ẩn tính nết hung

dữ, thô bạo và điều đó sẽ biến con cái mình thành nạn nhân mà đáng lý ra có thể tránh được.

Thầy Giáo Bạch Xuân Phê cũng đã nói đến 5 điều mà những bậc cha mẹ cần suy nghĩ trước khi nói điều gì. Năm điều này được ông viết tắt bằng chữ THINK và đã giải thích như sau:

1/ Chữ T = True: Thật, tức là điều mình sắp nói có thật không, hay là điều không thật.

2/ Chữ H = Helpful: Ích lợi, tức là điều mình sắp nói có ích lợi cho con cái của mình không.

3/ Chữ I = Inspiring: Cảm hứng, tức là điều mình sắp nói có gây sự cảm hứng cho con cái hay không.

4/ Chữ N = Necessary: Cần thiết, tức là điều mình sắp nói có cần thiết hay không. Nếu cần thì nên, nếu không cần thì thôi.

5/ Chữ K = Kind: Tử tế, tức là điều mình sắp nói có tử tế, có thương yêu hay không.

Nếu những gì mình sắp nói là thật, ích lợi, gây cảm hứng, cần thiết và tử tế thì nói, ngược lại thì đừng. Làm được như vậy cũng sẽ giúp cải thiện sự giao tiếp giữa cha mẹ và con cái.

Thầy Giáo Bạch Xuân Phê lưu ý mọi người về những trở ngại thông thường nhất trong sự giao tiếp chánh niệm, bao gồm:

Phán xét: Đưa ra những khẳng định trước khi lắng nghe trọn vẹn.

Phản ứng: Nói với sự giận dữ hay chống đối.

Làm nhiều thứ: Không để tâm trọn vẹn trong lúc nói chuyện.

Thầy Giáo Bạch Xuân Phê cũng đề cập đến việc giải quyết xung đột bằng chánh niệm. Ông nói đến những bước chính cần làm một cách chánh niệm để kiểm chế những bất đồng trong lúc nói chuyện.

Trước khi phản ứng thì nên dừng lại và hít thở vài lần.

Thừa nhận mỗi cảm xúc của nhau trước khi đưa ra giải pháp.

Tập trung vào vấn đề, không phải nhắm vào cá nhân và tránh dùng ngôn từ đổ lỗi.

Buổi hội thảo dù kéo dài 2 tiếng đồng hồ, nhưng Thầy Giáo Bạch Xuân Phê đã có cách làm cho mọi người không cảm thấy mỏi mệt, uể oải,



*Thầy Giáo Bạch Xuân Phê đang chủ trì cuộc hội thảo “Giao Tiếp Chánh Niệm Dành Cho Cha Mẹ Và Con Cái Vị Thành Niên” tại Bodhi Academy.*

buồn chán bởi vì ông đã thực hiện các trò chơi mà cũng là những thách thức những gì đã được thảo luận xen kẽ vào các đề mục mà ông đang hướng dẫn. Ngoài ra ông còn cho các người tham dự đặt câu hỏi hay phát biểu cảm nghĩ hoặc kinh nghiệm cá nhân trong những vấn đề mà ông đang nói đến. Đó là phương pháp sư phạm chuẩn mực và sáng tạo mà Thầy Giáo Bạch Xuân Phê đã đem ra áp dụng trong cuộc hội thảo.

Khi cuộc hội thảo chấm dứt, mọi người đã chào đón cô Mỹ Hạnh là người điều hành Trường Bodhi Academy, nơi mà cuộc hội thảo diễn ra. Cô Mỹ Hạnh đã có lời chào mừng mọi người và giới thiệu sơ qua về Trường Bodhi Academy. Cô cho biết rằng Trường Bodhi Academy đã khai giảng từ tháng 8 năm nay và hiện Trường có 14 học sinh theo học các lớp dạy kèm sau giờ học và thực tập chánh niệm để giúp các em nâng cao khả năng tập trung trong việc học nhiều hơn. Cô Mỹ Hạnh kêu gọi mọi người giúp quảng bá chương trình dạy kèm sau giờ học và thực hành chánh niệm. Cô cũng cho biết Trường đang rất cần sự trợ giúp tài chánh để trang trải các chi tiêu.

Được biết Bodhi Academy là trung tâm bất vụ lợi dạy kèm sau giờ học duy nhất tập trung vào việc giáo dục trẻ em trong cách liên kết toàn diện qua việc thêm vào thực hành chánh niệm trong học đường. Trung tâm này được sáng lập và điều hành bởi các chuyên gia giáo dục tự nguyện có học vị sau đại học và tiến sĩ cống hiến cho việc nuôi dưỡng khả năng tích cực trong mỗi trẻ em để tạo điều kiện cho sự phát triển bền vững, an lạc và thành công. Chương Trình Sau Giờ Học Chánh Niệm kết hợp (iMAP) của Bodhi Academy cung cấp nơi vui thích và an toàn cho các học sinh tiểu học, lớp 7 và lớp 8. Các chương trình của Trường gồm dạy kèm, giúp làm bài tập ở nhà, phát triển sinh hoạt trong lớp học tích cực, thực hành các kỹ thuật chánh niệm, và cải thiện các kỹ năng xã hội-cảm xúc bổ sung mà không được dạy tại các trường truyền thống.

Lịch học trong niên khóa 2024-2025 như sau:

Từ ngày 12 tháng 8 năm 2024 đến ngày 30 tháng 5 năm 2025;

Mở cửa từ 2:30 chiều tới 6 giờ chiều vào các ngày Thứ Hai, Thứ Ba, Thứ Năm, Thứ Sáu, và Thứ Tư mở cửa từ 1 giờ chiều tới 6 giờ chiều.

Độc giả muốn biết thêm chi tiết về Trường Bodhi Academy, xin liên lạc qua điện thoại: (657) 549 - 4627; hoặc qua Email: [academy@bodhiyouth.org](mailto:academy@bodhiyouth.org); hoặc vào trang Web của Trường: <https://academy.bodhiyouth.org>.



## **ĐÔNG ĐÃ VỀ RỒI... EM BIẾT KHÔNG?**

*Đông đã về rồi... Đông đã sang  
Khi thu trút cạn chiếc lá vàng  
Se se gió lạnh xuyên vào ngực  
Chùng áy sương dầy đặc mênh mang.*

*Đông đã về rồi... Đông đã sang  
Nhớ choàng len âm chớ phong phanh  
Nhớ mang đôi vớ khi đi ngủ  
Nhớ đem áp ủ chiếc chăn bông.*

*Đông đến bên thềm... Thổi mênh mông  
Trăng theo lấp ló lọt bên song  
Em say giấc ngủ ru tròn mộng  
Mặc cả gió trăng len vào phòng.*

*Đông về... Bàng bạc cả trời sương  
Thương kẻ xa xôi bước dặm trường  
Thương có mẹ già đang trông ngóng  
Thương chị gánh gồng bán hàng rong.*

*Đông đã về rồi... Em thấy không?  
Bốn mùa luân chuyển cứ xoay vòng  
Đông về xuân đến bông theo tuổi  
Hạnh phúc mỗi năm được đóa Hồng.*

*Đông về... Đẹp nhất tuổi hoàng hôn  
Chậm chút yêu thương cuối đoạn đường  
Lắng nghe nhịp thở người bên cạnh  
Để biết còn nhau cõi vô thường.*

*Đông đã về rồi... Em biết không?*

*thơ* **LÂM BĂNG PHƯƠNG**

# Độc bài thơ *Cô Nhạn* của THI SĨ THÔI ĐỒ

LAM NGUYỄN

VĂN HỌC / NGHỆ THUẬT

## Cô Nhạn 孤雁

Kỷ hàng quy tái tận,  
幾行歸塞盡  
Niệm nhĩ độc hà chi?  
念爾獨何之  
Mộ vũ tương hô thất,  
暮雨相呼失  
Hàn đường dục há trì.  
寒塘欲下遲  
Chử vân đề ám độ,  
渚雲低暗渡  
Quan nguyệt lãnh tương tùy.  
關月冷相隨  
Vị tất phùng tăng chức,  
為必逢簪織  
Cô phi tự khả nghi.  
孤飛自可疑

## Thôi Đồ 崔塗

Dịch thơ 1:

### Cô Nhạn Lẻ Lòi

*Đàn nhạn về biên tái,  
Bay đâu chỉ một mây?  
Mưa chiều kêu lạc giọng,  
Ao lạnh xuống chi đây?  
Dối bóng, trắng quan ài,  
Qua sông, bãi khói mây.  
Chắc gì cùng nó đợi,  
Ngờ sợ một thân mây!*  
(Lê Nguyễn Lưu)

Dịch thơ 2:

### Con Nhạn Lẻ Lòi

*Nhạn về mây đám tận biên quan,  
Sao chỉ một thân nó lẻ đàn.  
Mãi gọi mưa chiều mà cứ lạc,  
Muốn vào ao lạnh cũng không kham.  
Mây giăng bờ bãi qua nào thấu,  
Trắng dối quan hà lạnh chứa chan.  
Tên đàn chắc đâu là gặp phải,  
Bay riêng lòng sợ chẳng bình an.*  
(Viên Thu)

Thôi Đồ 崔塗 tự là Lễ Sơn 禮山, người Giang Nam, đỗ Tiến sĩ năm 888, nhưng phiêu bạt một thời gian dài. Còn thời trẻ trung thì ở Ba Thục, đến lúc già về ở Lũng Sơn, cất nhà vào vùng Giang Nam. Thơ của Thi sĩ Thôi Đồ 崔塗 phần nhiều mang âm hưởng biệt ly, oán hận! Nhiều nhà Thơ đương thời cho rằng Thơ của Thôi Đồ 崔塗 mang ảnh hưởng thi

ý, thi tứ của thi sĩ **Giả Đảo** 賈島 (779-843), thường căn nhắc từng chữ, suy đi nghĩ lại rồi mới hạ bút như:

Triều ngâm phục dạ ngâm

朝吟復夜吟

Chỉ thị vọng tri âm.

只是望知音

Dịch thơ:

*Sớm ngâm lại tối ngâm,*

*Chỉ ước có tri âm!*

(Bùi Khánh Đản & Đỗ Bằng Đoàn)

Các nhà nghiên cứu văn học Tàu, thì cho rằng:

“Vịnh vật chi tác 詠物之作, nan tại đắc thần 難在得神, cánh nan tại thâm khắc đích thác ý 更難在深刻的託意. Và nói về đề bài thơ *Cô Nhạn* 孤雁 của Thi Sĩ Thôi Đồ 崔塗 thì tả được cảnh giới của vũ trụ mà đây cũng là thi tưởng, thi ý của thơ Đường vậy”.

Trong bài thơ *Cô Nhạn* là tâm trạng của Thi sĩ Thôi Đồ, khái quát toàn đề, thi luật thậm tế 甚細! Có phải tác giả đã xem Con Nhạn Cô Lẻ là Bạn thân của mình không?! Bây giờ chúng ta thử lưu ý “chữ Chi 之 là Động-từ, chữ Vãng 往 là Ý-tứ, chữ Nhĩ 爾 đã cho ta thấy bộ mặt của *Cô Nhạn*! Nguyên lai Thịnh Đường của các thi gia Vịnh-vật thì rất minh bạch Điểm-đề như Thi sĩ Đỗ Phủ 杜甫 cũng từng có nhan đề *Cô Nhạn* 孤雁. Đề là Thủ-pháp xác thực tinh tế! Một câu sau đây:

Kỷ hàng quy tái tận,

幾行歸塞盡

Niệm nhĩ độc hà chi?

念爾獨何之

Mộ vũ tương hô thất,

暮雨相呼失

Hàn đường dục há trì.

寒塘欲下遲

Hai chữ *Mộ Vũ* 暮雨, nói lên cái sự tách rời với bầy nhạn để mình giờ phải lẻ loi trong *Mưa chiều*! *Cô Nhạn* đã xa rời bầy bạn đành một mình phải xuống *Ao-lạnh*!

Và để kết bài thơ *Cô Nhạn* 孤雁 của thi sĩ Thôi Đồ 崔塗, ta chịu khó nhìn lại “Chữ Vân 渚雲”, khởi lên một cách ngang nhiên, để chúng ta thấy sự mông lung của hai chữ *Mộ-sắc* 暮色. Một nhà thơ thiên tài mới làm được bài thơ tuyệt bút của Thi sĩ Thôi Đồ 崔塗 vậy. Ai đã yêu Đường Thi 唐詩 không thể bỏ qua bài thơ *Cô Nhạn* 孤雁 này!

Lam Nguyễn 藍源  
Seattle, đêm nhớ Nhạc phụ!



# VẤN ĐÁP VỀ CAO HUYẾT ÁP

*Bác sĩ Nguyễn Ý-Đức*

Y KHOA PHỔ THÔNG

## 1- Trước hết xin định nghĩa "huyết áp là gì"?

Huyết áp (HA) là áp suất của máu lên thành động mạch chính khi máu được tim bơm vào. Áp suất tùy thuộc sức cản của động mạch và số lượng máu. Cao khi hai yếu tố này cao và ngược lại.

HA được ghi nhận bằng milimét thủy ngân mmHg và đo bằng huyết áp kế đặt ở động mạch cánh tay là nơi áp suất giống như áp suất khi máu rời trái tim. Áp suất cao nhất khi tâm thất co bóp (HA tâm thu - systolic) đẩy máu ra khỏi tim. Huyết áp thấp nhất khi tâm thất giãn ra (HA tâm trương-diastolic) để tiếp nhận máu.

Huyết áp bình thường thay đổi tùy theo tuổi. Ở một người trưởng thành, khỏe mạnh và trong tình trạng nghỉ ngơi, huyết áp dưới 120/80mmHg được coi là bình thường, lý tưởng là khoảng 117/75. Hoạt động gắng sức, cảm xúc mạnh, căng thẳng tâm thần đều làm tăng HA tạm thời. Ngược lại khi ngủ thì HA này lại thấp nhất. Huyết áp thấp ở trẻ em, tăng dần với tuổi.

Hệ thần kinh giao cảm và vài kích thích tố trong cơ thể điều chỉnh giữ HA ở mức độ bình thường.

## 2- Thế nào là cao huyết áp?

Khi áp suất trong động mạch lên tới 140/90mmHg là cao huyết áp. Huyết áp 120/80 là Tiền Cao HA và ta đã phải lưu tâm theo dõi rồi. Chỉ cần một con số lên trên bình thường là đã bị bệnh cao H.A. Thường thường bệnh được phát hiện khi ta đi bác sĩ khám bệnh hoặc tình cờ nhờ bạn bè đo.

## 3- Tại sao huyết áp lại lên cao?

Cao HA có thể là nguyên-phát hoặc thứ-phát.

Thứ phát là do hậu quả của các bệnh như bệnh thận, bệnh nang thượng thận, bệnh nội tiết, bệnh về động mạch; do uống thuốc viên ngừa thai, thuốc có thể gây nghiện như cocaine, amphetamine.

Có tới 90% đến 95% các trường hợp cao HA là nguyên phát và không biết rõ nguyên nhân. Tuy không biết rõ nguyên nhân nhưng một số rủi ro có thể đưa tới cao HA thứ phát. Đó là:

a- Gia đình. Nếu trong gia đình có người bị cao huyết áp hoặc tai biến động mạch não thì ta có thể bị cao huyết áp vào một thời điểm nào đó trong cuộc đời.

b- Giới tính. Ở tuổi trẻ và trung niên, nữ giới thường ít bị cao HA hơn nam giới. Nhưng tới tuổi ngoài 60 thì tỷ lệ ngược lại. Khi các bà uống thuốc viên ngừa thai thì nguy cơ cao HA tăng.

c- Mập phì. Kết quả của nhiều nghiên cứu cho hay người mập phì thường hay bị cao HA hơn người thường và khi ta lên cân thì huyết áp cũng lên cao. Lý do là khi cơ thể mập thì tế bào cần nhiều máu để có đủ dưỡng khí và chất dinh dưỡng. Tim sẽ phải

làm việc nhiều hơn để bơm máu vào động mạch, áp suất động mạch sẽ gia tăng, Ngoài ra tế bào mỡ cũng tiết ra hóa chất làm tổn thương thành động mạch và tim.

d- Muối sodium và Potassium. Ở một số người sử dụng nhiều muối Na cũng đưa tới cao HA vì muối giữ nước trong cơ thể. K giữ thẳng bằng muối Na ở tế bào. Thiếu K tế bào giữ Na lại và đưa tới cao huyết áp.

e- Căng thẳng tâm thần. Nghiên cứu cho hay khi tâm thần luôn luôn căng thẳng thì cũng dễ bị cao huyết áp và bệnh tim hơn là người có tâm thần an lạc. Lý do là stress sẽ khiến nang thượng thận tiết ra nhiều adrenaline, mà hóa chất này làm mạch máu co bóp, tim đập nhanh.

g- Không vận động cơ thể. Hậu quả của không vận động là mập phì, mà mập lại tăng việc làm cho tim để đưa máu vào động mạch nuôi tế bào. Từ đó huyết áp lên cao.

h- Thuốc lá. Hóa chất của thuốc lá làm tổn thương lớp màng lót thành động mạch, chất béo bám vào đó, tăng sức cản của mạch máu và huyết áp lên cao. Lâu ngày, tình trạng này sẽ đưa tới nguy cơ cơn suy tim và tai biến động mạch não. Nicotine cũng đã được coi như là một rủi ro đưa tới huyết áp lên cao bằng cách làm động mạch co hẹp, tăng sức ép của máu và tăng nhịp tim.

i- Rượu. Chưa có bằng chứng là rượu làm tăng huyết áp, nhưng ghiền rượu kinh niên sẽ đưa tới suy tim.

## 4- Những dấu hiệu của Cao HA.

Đa số người cao huyết áp không có triệu chứng gì rõ rệt. Một số than phiền bị nhức đầu, chóng mặt, chảy máu mũi. Đây có thể là dấu hiệu báo trước. Nhiều người thấy hay đổ mồ hôi, bắp thịt co rút, yếu mệt, hồi hộp với tim đập nhanh, đi tiểu nhiều.

## 5- Tôi được bác sĩ cho hay bị cao Huyết áp. Bây giờ tôi phải làm gì?

Vâng, đây cũng là thắc mắc của nhiều người vì bối rối, lo sợ, không biết phải làm gì; không biết có chữa khỏi được không, đời sống mình sẽ ra sao... Có người cũng nói huyết áp tôi bảo rằng cao mà tôi đâu có thấy dấu hiệu, triệu chứng gì đâu. Vậy thì uống thuốc làm gì cho tốn tiền, mất công mà lại còn phản ứng thuốc với tác dụng phụ không muốn!

Trước hết là khi bác sĩ nói huyết áp của tiên sinh trên 140/90 sau nhiều lần đo, thì tiên sinh đã bị cao huyết áp rồi đấy. Bây giờ thì ta hãy bình tĩnh nghe hướng dẫn của bác sĩ về cách dùng thuốc, kiêng khem ăn uống, thay đổi nếp sống. Việc điều trị thường kéo dài suốt đời, nên ta cần tích cực và hợp tác với bác sĩ và nhân viên của lang y. Cao huyết áp là bệnh có thể kiểm soát để mang áp suất

về với mức bình thường.

Còn nói rằng không có triệu chứng thì uống thuốc làm gì. Xin thưa: Cao H.A đã được coi như tên sát nhân thầm lặng, âm thầm hủy hoại cơ thể đây, nhất là khi ta không uống thuốc. Bệnh nhân có thể bị tai biến mạch máu não, cơn quy tim, suy thận, lú lẫn, mù lòa. Đời sống của ta sẽ khó khăn, suy yếu dần và có thể sớm mệnh mọt.

## 6- Xin nói qua về cách điều trị cao huyết áp.

Sau khi khám bệnh, làm một số thử nghiệm, bác sĩ sẽ xác định ta có bị cao huyết áp hay không.

Ngoài trừ khi áp suất lên quá cao, bác sĩ sẽ theo dõi, khuyên ta thay đổi nếp sống, vận động cơ thể, ăn uống kiêng khem, giảm béo phì... Nếu áp suất vẫn cao thì bác sĩ sẽ cho uống thuốc để hạ huyết áp. Hiện nay có nhiều dược phẩm khá công hiệu để hạ huyết áp rất mau. Nhưng vài loại thuốc cũng đắt tiền và gây ra một số tác dụng phụ không muốn. Bác sĩ sẽ giải thích cách dùng, các tác dụng không muốn. Ta cần làm theo lời thầy thuốc và báo cho thầy thuốc nếu có khó chịu cũng như hiệu quả của thuốc.

## 7- Tôi có phải kiêng khem ăn uống gì không?

Có chứ.

a- Chúng ta nên giảm tiêu thụ muối vì có tới 40% dân chúng rất mẫn cảm khi ăn nhiều muối và huyết áp lên cao. Để biết mình có ở trong nhóm này hay không, ta có thể thử bằng cách bớt muối trong hai tuần lễ, coi HA có xuống không. Xin cũng lưu ý rằng thịt đóng hộp và những thực phẩm làm sẵn ăn ngay là có nhiều muối lắm đấy.

b- Giảm chất béo nhất là loại bão hòa và giảm cholesterol để tránh đóng mỡ trong lòng động mạch và tránh cơn đột quy tim và stroke.

c- Ăn nhiều rau và trái cây như cam, chuối, khoai tây vì có nhiều potassium lại ít cholesterol.

d- Ngưng hút thuốc lá và uống rượu vừa phải thôi, khoảng 55cc rượu mạnh, 155cc rượu vang, 355cc la de, hai lần mỗi ngày cho nam giới, một lần cho nữ giới.

e- Tránh mập phì. Huyết áp thường tăng khi cơ thể mập. Người mập mà huyết áp cao thì có thể hạ một đơn vị huyết áp khi giảm hai pounds.

8- Vận động cơ thể đều đặn và vừa với sức mình rất tốt giảm huyết áp tới vài điểm. Vận động nào cũng tốt cả và xin nhớ tham khảo ý kiến thầy thuốc gia đình nếu có vấn đề với trái tim.

9- Xin chỉ cách đo huyết áp tại nhà.

Việc tự đo huyết áp là việc đáng khuyến khích để ghi sự thay đổi áp suất trong ngày, giúp lang y dễ bề điều chỉnh thuốc cho có hiệu quả. Ta có thể đo hai lần một ngày trong hai tuần rồi một lần mỗi ngày trước khi uống thuốc. Khi máu đã tương đối bình thường thì chỉ cần đo vài lần trong tuần.

Về máy đo thì có hai loại:

Loại máy bơm bằng tay, có kim đồng hồ chỉ số huyết áp trong khi ta nghe nhịp tim bằng ống nghe, và loại máy mà số huyết áp hiện trên màn ảnh nhỏ.

Loại trên dễ mang khi di chuyển, có ống nghe nhịp tim sẵn, giá tiền vừa phải từ 20-30 mỹ kim. Nhưng máy có vài điểm bất tiện là dễ hư hao, không chính xác, không thuận tiện cho người lẳng tai vì phải nghe nhịp tim bằng ống nghe. Mà lão niên thì cũng hay nghễnh ngãng.



## QUÊ HƯƠNG LÀ ĐÂY

*Cũng từ một đàn chim Việt  
Lé bầy bay đến Mỹ-Áu  
Tìm về con đường hiểu biết  
Sống trong Phật Pháp nhiệm mầu  
Vời đời mắt nhìn Chánh Kiến  
Mở lòng rộng lớn yêu thương  
Hóa giải hận thù chinh chiến  
Nhận sâu cuộc sống vô thường.  
Những người con Việt thân yêu  
Ở phương trời xa hội ngộ  
Nhìn nhau nói biết bao điều  
Về quê hương nhiều khó khăn!  
Những người con Việt xa quê  
Tìm về bên nhau gắn bó  
Lắng nghe giải những nguồn mê  
Xé chia niềm vui nỗi khổ!  
Duyên lành gieo trong nhiều kiếp  
Cùng nhau gặp gỡ nơi này  
Sống trong ngôi nhà Phật Pháp  
Quê hương đích thực là đây!*

*thơ* **DIỆU VIÊN**

Máy digital hiện nay phổ thông hơn, dễ đọc vì con số hiện trên màn ảnh, đôi khi lại in kết quả luôn, dễ sử dụng, tiện lợi cho người bị kém thính giác vì không phải nghe nhịp tim. Máy có thể bơm căng bằng tay hay tự động, xà hơi thì tự động. Bất tiện của máy trước hết là đắt tiền hơn, từ 40 tới 100 mỹ kim, độ chính xác của máy thay đổi khi cơ thể cử động hay khi nhịp tim không đều, máy cũng cần cục pin để điều hành.

Xin kính chúc quý thân hữu mọi sự bình an, huyết áp tốt.

**Bác sĩ Nguyễn Ý-Đức**  
Texas-USA



# Cởi trời

(tức **Phương Trời Cao Rộng 4**)

Truyện dài của **VĨNH HẢO**

VĂN HỌC / NGHỆ THUẬT

## CHƯƠNG MƯỜI BA

*Nàng nhấp nhòm ngồi không yên. Một tay đưa lên đặt nơi ngực, nói:*

*"Gê quá! Sao em vẫn chưa thấy có gì đáng tin nơi cô cán bộ kia cả. Vậy mà anh vẫn tin được, thiệt lạ!"*

*"Phải đối diện, nói chuyện, mới cảm là tin được hay không. Anh thấy cô ta không đến nỗi hại anh đâu."*

*"Dù gì thì đề phòng tối đa vẫn hơn chứ, phải không?"*

*"Ừ, thì đề phòng, nhưng... đã ở trong cửa tử rồi thì còn đề phòng hiểm nạn gì nữa đây. Chỉ còn một cách là loay hoay tìm đường thoát thôi."*

*"Nhưng chuyện nhả lời với Hân, em không sợ là nguy hiểm gì cho cô cán bộ mà chỉ sợ nguy hiểm cho anh thôi... Vậy rồi chuyện anh nhờ cô ta, tiến hành thế nào?"*

\*\*\*

Buổi tối vào mừng, tôi chợt

nhớ đến Tri. Lòng quặn đau tưởng chừng vừa bị mất đi một người thân. Tuổi trẻ chúng tôi ở đâu cũng vậy, vật vờ lạng quạng ở những đáy sâu vực thẳm u tối của quê hương, những mong tìm thấy tương lai và ánh sáng, nhưng chỉ nghe được tiếng vọng của những cơn gào thét bị thảm về nỗi khát khao tự do lan đi lòng vòng trên những vách đá cheo leo, và chỉ thấy được mây hoàng hôn suốt ngày mù mịt phủ xuống, nặng nề, choáng ngợp...

Hôm sau lại đến phiên trực của Thà. Thà trực ba hôm rồi, tưởng đâu tôi sẽ gặp Phương, không ngờ lại gặp Thà nữa. Vậy là Phương đã nhờ Thà trực thay. Có lẽ cô đã xin nghỉ phép để đi Sài Gòn, tôi nghĩ vậy.

Phương vắng mặt được bốn ngày rồi thì đến ngày thăm nuôi giữa tháng 12. Tôi ở bệnh xá, tưởng đâu sẽ được gặp mặt gia đình, không ngờ chỉ nhận được giỏ quà. Điều này còn khiến tôi băn khoăn lo lắng hơn. Tôi lại tự hỏi, có khi nào tôi và cả Phương

nữa, đang bị lậm sâu vào một thứ cạm bẫy của công an, và bây giờ người ta đang theo dõi Phương, nghi ngờ tôi, đang cắt đứt mọi liên lạc của tôi với bên ngoài?

Hai ngày sau ngày thăm nuôi, Phương mới trở lại. Vị chi Phương đã đi Sài Gòn khoảng một tuần lễ. Lúc đó mặt trời đang đứng bóng và keng báo ngủ buổi trưa vừa điểm một hồi. Tôi nghe tiếng Phương nói chuyện với Thà ở văn phòng trực của bệnh xá. Tiếng nói cười của hai người im bật khi tiếng keng giống lên. Tôi đứng ở cửa sắt nhìn ra khoảng sân cháy nắng. Một chốc, Phương bước ngang qua hành lang, chỉ liếc nhìn tôi, đầu hơi gật một cái, miệng mím cười, mặt tỉnh queo. Nhờ cái mặt tỉnh queo đó, tôi mới thấy yên tâm là không có gì trực trặc. Phương không ghé vào nói chuyện với tôi mà đi thẳng, đến chiều tối Phương mới trở lại để nhận phiên trực. Sau khi đi một vòng đủ các phòng để phát thuốc uống cho các bệnh nhân điều trị tại bệnh xá (như thường lệ của mỗi cán bộ y tế), Phương đến gặp



tôi, lòi trong giỏ xách ra một lọ thuốc trị bao tử (làm bằng bột nghệ nhào với mật ong), vừa đưa tôi, Phương nói ngay:

"Thuốc này anh cất dùng, mỗi ngày 2 viên như họ dặn, cứ uống lúc bình thường, không cần chờ đến lúc đau. Ừm, anh Khang à, em chậm hơn anh Tri một bước rồi."

"Nghĩa là sao?"

"Cái vụ của Hân, mặc dù anh không khai ra nhưng những người trong nhóm anh và lực lượng Phục quốc đã khai. Anh Tri căn cứ vào các lời khai đó, vào Sài Gòn bắt Hân. Bắt từ hai tháng trước rồi. Hân hiện bị giam ở T20. Có lẽ Tri thấy anh không đá động gì đến Hân trong các bản tự khai và những lúc khai cung nên âm thầm bắt Hân mà không cho anh biết."

"Vậy sao? Hân cũng bị bắt sao!"

"Chứ anh không mừng à? Cái thằng cha quý sứ hại anh như vậy mà tội nghiệp cho hân làm gì!"

"Anh ấy... cuộc đời anh ấy cũng thắm lắm!"

"Xi, anh Khang à, anh đừng có nhẹ dạ như vậy được không. Bây giờ Hân bị giam ở trại T20 thì có nhằm nhò gì đâu! Trại đó trực thuộc công an Sở thành phố Hồ Chí Minh, vậy thì cũng giống như nhà của hân thôi, lo cho hân làm gì chứ. Em nói thiệt với anh, đối với cái hạng phản phúc bội bạc đó, em chẳng muốn nương tay chút nào. Nè, nghe nói vụ Hân cũng phức tạp lắm chứ không phải dễ đâu. Khi anh Tri đi Sài Gòn điều tra vụ Hân, công an thành phố Hồ Chí Minh cố tình che giấu, bao che Hân, bảo là không biết người nào như vậy cả. Anh Tri mới âm thầm làm công việc đi bắt Hân rồi giao cho công an thành phố Hồ Chí Minh giam đó. Tri phục bắt Hân ngoài đường, trên đường từ Sở công an thành phố Hồ Chí Minh về Bình Thạnh. Có một điều hơi lạ là không biết sao anh Tri lại không giao Hân cho công an tỉnh Đồng Nai xử lý-vì xét cho cùng thì Hân đâu có phạm tội gì ở thành phố Hồ Chí Minh đâu, ngược lại chính Hân đã cộng tác với công an thành phố Hồ Chí Minh và vẫn còn là con tốt lợi dụng được của cơ quan này trong việc đi lùng xét các chùa kia mà; nếu có phạm tội chẳng thì Hân phạm tội ở Đồng Nai vì có liên hệ với Phục quốc. Mà Tri giao Hân cho thành phố Hồ Chí Minh thì chẳng khác gì nhờ mẹ coi sóc giùm con. Nếu không dẫn độ Hân về Đồng Nai mà cứ giữ

mãi ở thành phố Hồ Chí Minh thì chẳng hiểu người ta sẽ lấy cái tội gì để kết cho Hân đây. Cuối cùng rồi, công an thành phố Hồ Chí Minh, nhân một dịp nào đó, cũng sẽ thả Hân ra để tiếp tục làm việc cho họ thôi. Nhất là trong thời gian này, anh Tri bị bắt ngoài Hà Nội vì tội chống lại đảng, thì công an thành phố Hồ Chí Minh có quyền thả Hân, phải vậy không? Cho nên, em đang tìm cách làm thế nào để công an Đồng Nai biết rằng Hân đã bị bắt giam tại T20 và lập hồ sơ yêu cầu dẫn độ Hân về đây trước khi công an thành phố Hồ Chí Minh thả hân ra lại. Chuyện này không đơn giản bằng cách em nói toạc ra là em biết Hân bị bắt. Chắc anh Khang hiểu mà, phải không? Cho nên em có nhờ một đứa đàn em của em đang làm việc ở Sở công an thành phố Hồ Chí Minh lo liệu giùm chuyện đó. Hiện giờ thì nó chưa nghĩ ra kế gì. À, nó cũng nói với em, cái chuyện anh Tri làm, chính nó cũng thấy lạ nữa đó. Tại sao anh Tri quyết tâm bắt cho được Hân? Tại sao bắt được lại không giao cho tỉnh Đồng Nai lại giao cho

thành phố Hồ Chí Minh?"

"Giao chỗ nào thì cũng là công an, cũng thuộc Bộ nội vụ thôi."

"Đúng, nhưng khác đó anh Khang à. Thì như hồi nãy em nói đó: Hân vừa là đặc tình của công an thành phố Hồ Chí Minh vừa là can phạm của công an tỉnh Đồng Nai. Đặc tình thực ra chẳng là cái gì cả, công an muốn bắt lúc nào mà chẳng được. Nhưng công an thành phố Hồ Chí Minh lấy lý do gì để bắt Hân khi đang sử dụng Hân làm đặc tình! Chỉ có công an Đồng Nai mới bắt, mới kết tội Hân được thôi. Hân có thể nói với công an thành phố Hồ Chí Minh là hân tham gia Phục quốc tức đang làm công tác tình báo cho Sở công an thành phố Hồ Chí Minh, chứ không thể nói với công an Đồng Nai điều đó được. Chuyện Hân làm đặc tình cho công an thành phố Hồ Chí Minh chẳng có giá trị gì với công an Đồng Nai cả, vì công an thành phố Hồ Chí Minh có cấp giấy tờ gì xác nhận Hân là nhân viên của Sở công an đâu. Đặc tình đâu phải là nhân viên. Đặc tình chỉ là thường dân thôi, mà thường thường lại là thứ thường dân bị án treo hoặc thành phần bất hảo, thành phần có vấn đề với chế độ, chưa phục hồi quyền công dân. Trở lại cái



khúc mắc về việc giam Hân ở T20, em đoán mập mờ là anh Tri chỉ đưa lý do nào đó để buộc công an thành phố Hồ Chí Minh phải giam Hân nếu không thì anh sẽ lập hồ sơ chuyển giao Hân về Đồng Nai; công an thành phố Hồ Chí Minh đồng ý và đã giam Hân ở T20 như là một cách xử lý nội bộ của Sở công an thành phố Hồ Chí Minh. Nhưng tại sao anh Tri làm vậy? Có thể anh Tri chỉ muốn bắt giam Hân để chặn đứng việc làm của Hân theo ý anh Khang mà thôi.”

“Tôi không bao giờ nói với Tri cái ý gì như vậy cả.”

“Nhưng qua bao nhiêu lần khai cung, bao nhiêu bản tự khai, của anh Khang và của những người khác cùng vụ với anh Khang, hẳn anh Tri phải đoán ra rằng anh Khang vừa muốn che giấu bảo vệ những người đồng phạm, kể cả Hân, mà cũng vừa lo lắng về chuyện Hân tiếp tục chỉ điểm báo cáo, phải vậy không? Anh Tri thừa biết anh Khang và Hân thân nhau, cùng làm việc với nhau, dù trước đây anh Khang không biết Hân là đặc tình cho công an thì khi bị bắt rồi, anh Khang cũng phải biết chứ. Biết thì phải lo. Anh Tri giúp anh dẹp mỗi lo đó. Chặn đứng việc làm của Hân cũng là cách mà anh Tri muốn đóng góp, muốn ủng hộ cho những người cùng chí hướng với anh Khang đang còn ở ngoài đó mà, Em chỉ đoán như vậy thôi, vì thấy có những khúc mắc khó hiểu trong vụ này. Anh Khang với anh Tri chắc là tâm đầu hợp ý với nhau lắm hả. Gặp anh Khang rồi, anh Tri ra Bắc tự dựng xoay chiều, chống lại đảng, viết báo đòi cải tổ này nọ... A, anh Khang có biết không, thực ra không phải anh Tri là người mở đầu duy nhất đầu nghen! Cái xu hướng cởi trối, đổi mới, hình như mạnh nha ở Liên xô, rồi đang dần lan ra khắp nước mình, mà hình như là bắt nguồn từ thành phần cán bộ miền Nam đó. Em nghe phong thanh là sẽ có một lực lượng ly khai ở miền Nam, cầm đầu là những người cựu kháng chiến. Ô, em nói chuyện lung tung quá hả. Trở lại chuyện Hân, theo ý em, dù thể nào thì cũng nên bắt giam Hân, anh Khang à. Đó là cách tốt nhất để ngăn hẳn ta làm điều thất đức đối với các chùa và các bạn của anh, anh đồng ý không? Hân phải vào tù, còn anh thì phải được tự do. Cái lý đúng nhất là phải như vậy chứ không thể ngược lại. Em nói anh Tri bắt Hân theo ý anh Khang là vậy đó.”

Thấy tôi chỉ ngồi thừ ra chứ không nói hay biểu lộ điều gì rõ rệt, Phương có vẻ ái ngại, suy nghĩ gì đó, một lúc, cô tiếp:

“Thôi, chuyện của Hân, coi như tạm xong rồi há. Nhưng trên thực tế, chuyện đó chẳng phải do em làm. Vậy anh Khang còn muốn em làm chuyện gì khác nữa không? Em muốn làm một cái gì đó cho anh trước khi em giải nghệ.”

Tôi xoa tay, nói:

“Cảm ơn cô Phương. Thôi, như vậy đủ rồi. Tôi không cần gì nữa. Tôi thực sự là cảm ơn cô cho biết tin tức về Tri và Hân. Ngày mai cô cho tôi về lại phòng tập thể đi. Còn nữa, chúc cô và má cô mọi sự hanh thông như ý nguyện.”

Phương ngần ngừ một lúc rồi dợm chân bước đi, nhưng ra đến bậc cửa, cô quay trở lại, nói:

“Anh cho em một lời khuyên hay một câu kinh Phật gì đó để làm kỷ niệm, được không?”

Tôi cười:

“Một lời khuyên thì không dám, nhưng một đoạn kinh Phật thì có. Cô nghe để thực hành, phải vậy không? Chứ giữ làm kỷ niệm thì chẳng ích gì đâu.”

“Dạ, để thực hành, ý em muốn nói vậy.”

“Ừm, đây là bốn câu ngắn gọn tóm tắt giáo lý nền tảng của Phật, cô lấy giấy bút đi chứ không lại quên mất. Như vậy: Đừng làm các điều ác, Hãy làm các việc thiện, Giữ tâm ý trong sạch, Đó là lời Phật dạy. Cứ theo đó mà thực hành thì chắc chắn đem lại được hạnh phúc cho bản thân mình và xã hội.”

“Làm sao em biết được việc nào ác để tránh, việc nào thiện để làm?”

“Việc ác thì gây tổn hại đến mình và kẻ khác, việc thiện thì đem ích lợi đến mình và kẻ khác, trong hiện tại và trong tương lai. Đó cũng là lời giải thích trong kinh điển, tôi chỉ nhớ mà nói lại thôi.”

“Giữ tâm ý trong sạch là giữ làm sao, hở anh Khang?”

“Đại khái là đừng nghĩ việc ác, đừng để những thứ như tham lam, sân hận, si mê làm hoen ố tâm tư và ý nghĩ của mình.”

“Cảm ơn anh Khang. Thôi, anh đi nghỉ há. Khoảng trưa mai em sẽ đưa anh về phòng tập thể.”

Tôi gật đầu. Phương nhìn tôi một lúc, có vẻ như muốn nói gì nữa, nhưng rồi cô im lặng, bước ra.

Vào mừng, tôi lại nhớ đến Tri rồi lại nghĩ đến Hân. Một người không phải là bạn mà cuối cùng lại trở thành bạn. Còn người kia là bạn mà cuối cùng hại mình, hại cả những bạn bè khác của mình, chà đạp lên tình bạn, coi tình bạn chẳng ra gì nữa. Tình người sao mà rắc rối, khó hiểu quá! Bây giờ, cả hai người-không, kể cả tôi nữa thì phải là ba-cả ba người đều ở tù. Mỗi người mỗi phương trời tù tội. Chồng lại cái ác hay xu nịnh cái ác, cũng vào tù cả. Nhưng kẻ chống lại cái ác để rồi bị vào tù thì chẳng có gì phải ân hận. Chỉ có những người xu nịnh cái ác mà rồi cuối cùng cũng bị bắt giam mới là kẻ thực sự đau khổ. Tôi ngồi xếp bằng, cầu nguyện cho tất cả những người tù trên cuộc đời sớm được tự do, và nếu ngày nào còn ở tù thì cũng tự tìm được niềm bình an, hạnh phúc nào đó cho tâm hồn.

\*\*\*

Nửa khuya tôi bỗng giật mình thức giấc, và ngay khi đó, tự dưng một mối nghi ngờ lại hiện ra chập chờn trong đầu óc tôi. Tôi ngồi vung dậm, ôm trán suy nghĩ. Phải vậy không? Phải vậy không? Có phải Phương đã hại Tri và Hân không? Tại sao mình nhờ Phương liên lạc với ai thì ngay sau đó Phương cho biết tin là người đó ở tù. Phải chăng ai có liên hệ với mình đều bị tình nghi, bị bắt vào tù hết? – Chắc không phải vậy đâu. Với tư cách là công an tỉnh Đồng Nai, Phương có thể lên bắt được Hân trên một đường phố ở Sài Gòn, hoặc bằng cách nào đó, gài bẫy bắt Hân trên địa phận tỉnh Đồng Nai, chứ không làm gì có bản lãnh và thẩm quyền để bắt Tri là một cán bộ Bộ nội vụ đang làm việc ở tận Hà Nội! Chỉ trừ khi Phương là một thứ tình báo đặc biệt hạng nặng nào đó của trung ương Đảng... Nhưng xét lại cách Phương nói chuyện, tâm sự đời tư, khốc, điều bộ làm dáng và ánh mắt đưa tình... đều có vẻ thật, khó mà giả được. Dù suy ra như vậy, mỗi nghi trong tôi vẫn không sao tẩy xóa hết được. Xã hội mạn trá lừa đảo đã dạy cho tôi nỗi hoài nghi nhỏ mọn này làm vũ khí tự vệ. Có điều, tôi vẫn còn là một học sinh ở mức tồi tệ: chỉ biết áp dụng bài học nghi kỵ của mình

một cách muộn màng, khi mà mọi sự đã đầu vào đây!

Ngồi một lúc khá lâu trên giường, bỗng thấy đèn phòng tắt. Đèn trong các phòng giam cũng như các phòng của bệnh xá đều được thắp lên từ 6 giờ chiều đến 6 giờ sáng kế tiếp. Nhưng bây giờ, trời bên ngoài còn tối mịt mà tự dưng điện lại tắt. Phân vân một lúc ngắn, tôi bỗng có linh tính gì đó, liền vùng dậy, mò mẫm vén mùng rời khỏi giường, không mang dép, bước nhẹ đến chỗ cuối cái giường trống đối diện -giường nằm trước đây của ông thầy già-, khoảng gần nhà xí, đứng nép sát vào tường, giương mắt cổ nhìn ra phía ngoài.

Ánh sáng mờ nhạt của những ngôi sao lác đác trên khoảng trời nhỏ phía trước chỉ vừa đủ làm một cái nền lòa nhòa phản hiện mấy cái chấn song của cửa sắt. Không khí bên ngoài yên tĩnh và có vẻ lạnh theo màn đêm dày đặc. Đầu chùng một phút sau thì mắt tôi bắt đầu quen với bóng tối, và tôi nhìn thấy một bóng đen đang lò dò bước vào cửa phòng, đến bên khung cửa sắt. Tim tôi đập mạnh. Mắt tôi như hoa lên một lúc giữa bóng đêm và bóng đen. Tôi cố nhìn xem ở phía cửa là một người hay một tốp người đang tiến vào. Ai làm gì đây mà bước đến phòng tôi giờ này khi điện đèn tắt hết? Phải chăng người ta muốn thủ tiêu tôi? Tôi rùng mình, chưa biết nên đứng im hay bước ra chặn đón, chưa biết nên im lặng hay nên lên tiếng. Bỗng nghe tiếng chìa khóa tra thật nhẹ vào ổ, và sau đó là tiếng lách cách khe khẽ, rồi tiếng của cánh cửa sắt kéo ra chậm chậm. Một bóng đen có lẽ đang đi chặn không, rón rén bước về phía chỗ nằm của tôi. Hình như người ấy vừa vén mùng vừa kêu lên nho nhỏ một tiếng gì đó. Tôi đứng im, không nhúc nhích, chờ xem động tĩnh. Bỗng nghe tiếng người kia nói trong hơi gió:

"Anh Khang, anh ở đâu vậy? Anh Khang, em là Phương đây."

Tôi thở phào một cái, hơi yên tâm, nhưng cũng chưa hẳn là hết nghi ngại, nên không trả lời, cứ việc đứng im tại chỗ, không lên tiếng. Lại nghe tiếng Phương:

"Anh Khang, em muốn gặp anh một chút. Em, Phương đây."

Bấy giờ tôi mới lên tiếng:

"Sao cô vào đây giờ này, lại tắt điện tối thui như vậy?"

"Anh Khang, anh ở trong đó hả? Ồ, xin lỗi anh, vậy em ra há."



"Cô chưa trả lời tôi. Tại sao cô vào đây giờ này, lại tắt điện?"

"Ừa, anh đang ở ngoài này hả? Em tưởng anh trong nhà vệ sinh. Anh Khang, suốt đêm qua em không ngủ được... tại em nghĩ trưa mai anh trở về phòng giam tập thể em sẽ không có dịp gặp nói chuyện với anh như nửa tháng qua... nên em qua đây thăm anh một chút để từ già..."

"Nhưng cô đâu cần phải tắt điện, cũng đâu cần phải bước vào đây."

"Em biết, em không nên làm vậy. Nhưng... em đâu có gọi anh được vào giấc này, nên đành phải tự động bước vào. Anh Khang, anh bước ra đây đi. Em muốn đứng gần anh, nói với anh một chút chuyện, được không?"

"Đừng, cô Phương ạ. Cô có chuyện gì muốn nói thì cứ bước ra ngoài, bật đèn lên, kéo cán bộ bảo vệ đi ngang thấy được là phiền lắm đó!"

"Họ mới đi ngang khi nãy, giờ này gần sáng rồi, họ không trở lại nữa đâu. Mà họ có thấy cũng đâu có sao! Anh la đâu thì em cũng có quyền chạy vào đây để thăm bệnh anh mà! Được rồi, em sẽ đi ra đây. Nhưng anh, anh cũng bước ra đây với em một chút đi."

Nghe cái giọng năn nỉ tội nghiệp của Phương, tôi cũng hơi xiêu xiêu muốn bước ra; phần khác, tôi cũng không muốn dấy

dấy nói qua nói lại, khiến Phương cứ đứng lâu trong phòng này, càng nguy hiểm hơn. Tôi bước ra, vừa tránh Phương vừa tiến về phía cửa sắt. Phương bước theo sau tôi. Đến cửa sắt tôi dừng, rồi quay lại, hỏi:

"Sao, cô có việc gì muốn nói vậy?"

Phương đứng im một lúc rồi bước một bước gần về phía tôi hơn. Tôi lùi nửa bước, lưng chạm vào khung cửa sắt:

"Anh Khang ơi, anh đừng sợ em như vậy. Em... em chỉ muốn được đứng bên anh, đứng gần anh một chút rồi mai mình chia tay."

Tôi đứng im, không nhúc nhích, không nói. Bất chợt Phương ngả vào tôi, choàng hai tay ôm lấy vai cổ tôi, rồi tựa đầu mặt nàng nơi ngực tôi, im lặng. Tôi lúc ấy như một pho tượng, hai tay níu lấy hai song sắt phía sau. Dù mở mắt tôi vẫn không thấy được gì ngoài cảm giác như có một tấm lụa mịn láng hay một khối bông mềm, quấn lấy mình. Tôi không thấy được khuôn mặt của Phương. Tôi cũng không nhớ gì đến nét mặt của nàng. Nàng, trước sau vẫn là một cô gái không có đặc điểm. Không có gì đáng để nhớ trên khuôn mặt ấy ngoài cặp kiếng cận. Bây giờ nàng ôm lấy tôi, tựa vào tôi, mà tôi vẫn không hình dung được vẻ mặt của nàng. Nàng không có mặt mũi. Chỉ thấy một khối lụa mềm, nóng, áp sát vào người mình. Tôi run lên bần bật.

Một lúc thì Phương buông tôi ra, nói lí nhí một thứ giọng yếu đuối quen thuộc của một người nữ mới biết yêu và muốn được bày tỏ sự phục tùng:

"Anh còn muốn em làm điều gì nữa không? Em sẵn sàng làm tất cả cho anh, vì anh."

"Cám ơn cô... tôi không cần gì hết."

"Ngay cả bây giờ, nếu anh quyết định trốn ra ngoài, em cũng có thể giúp anh được nữa. Em có mang sẵn một bộ đồ công an cho anh để anh cải trang. Anh muốn đi thì chút nữa mình đi, như trước đây em có bàn đó."

"Không, đã nói rồi, tôi không đi đâu. Cám ơn cô... bây giờ cô ra ngoài kéo có chuyện phiền."

"Anh thực sự không muốn đi thì thôi, em đành chia tay anh vậy. Khang ơi, em biết anh không tin em, hoặc là anh sợ em sẽ ràng buộc anh... Anh không hiểu em gì hết. Nhưng em không trách

anh đâu. Ở xã hội đầy gian dối này, anh cần có thêm một chút nghi kỵ, cổ thủ, vậy vẫn tốt hơn là nhẹ dạ dễ tin như anh xưa nay. Khang ơi, em tiếc cho anh quá... Mai sau, nếu có dịp nào, hy vọng gặp nhau ở Long Xuyên hay Châu Đốc, anh há. À này. Anh đừng gọi em bằng cô nữa, được không? Gọi em bằng tên đi."

Tôi không nói. Phương đứng im một lúc rồi bước ra, đóng cửa, khóa lại. Chúng tôi lại đứng im lắng người trong người ngoài như thế khá lâu. Trời bây giờ đã sáng lên nhờ nhờ. Tôi và Phương đã cố thể nhìn thấy bóng dáng nhau rõ ràng hơn một chút. Phương đứng phía ngoài, dự dự không muốn đi, lại nói:

"Khoảng một tuần hay trễ nhất là nửa tháng, em sẽ từ bỏ nơi này, không gặp lại anh được nữa. Anh có điều gì muốn dặn em không? Anh có muốn nhắn gì với gia đình anh không?"

"Không... à, tại sao đột thắm nuôi vừa rồi tôi không được gặp mặt gia đình?"

"Vây sao! A, phải rồi, vì lúc ấy lấy phép đi Sài Gòn, em vội quá nên quên dặn bạn trực thắm nuôi là cho anh được ra gặp mặt gia đình. Chuyện này lỗi em. Vì khi bàn giao anh cho bệnh xá, quản giáo trong kia tạm thời không chịu trách nhiệm quản lý anh. Như vậy anh được gặp mặt gia đình hay không là do em đăng ký với mấy cán bộ trực thắm nuôi trong tháng. Chắc anh cũng biết, mấy ông ngoài đó cũng lười lắm, mấy trường hợp đặc biệt của bệnh xá mà không đăng ký rõ ràng thì mấy ông cho qua luôn, chẳng chịu khó sắp xếp cho người vào gọi tên. Thôi anh ráng đi, kỳ sau anh ở trong phòng tập thể, không có gì trực trực đâu. Anh muốn dặn em làm gì nữa không?"

Tôi suy nghĩ một lúc rồi nói:

"Ông thầy già hôm trước dưỡng bệnh ở đây, cô cho ông ấy trở lại phòng này, được không? Vì tôi thấy ông ấy có vẻ như muốn được yên tĩnh ngoài bệnh xá chứ không muốn bị đưa trở về phòng giam tập thể."

"Anh thích ông thầy già đó lắm hả? Được, anh yên tâm, anh thích, anh quan tâm đến ông thì em cũng sẽ lo cho ông hết mình. Để em đưa ông ra bệnh xá lại, ngay ngày hôm nay. Anh chỉ muốn vậy thôi hả, còn gì nữa không?"

"Ừm... tôi mới được thắm nuôi

mấy ngày trước, muốn chia sót cho ông ấy một ít quà, cô chuyển lại giùm nghe, cảm ơn cô nhiều lắm. Tôi sẽ để sẵn một giỏ đồ cho ông ấy, để ở phía bên giường của ông. Vây há. Thôi, chúc cô lên đường may mắn nghe."

"Anh đừng gọi em bằng cô nữa, được không?"

Tôi cười, nói lại:

"Chúc Phương thương lộ bình an, tìm được đời sống mới thích hợp."

"Cám ơn anh. Còn anh, nhớ giữ gìn sức khỏe nghe, đừng để bệnh hoạn nhiều sẽ kiệt sức, không chống nổi cuộc sống tù đâu. À, em muốn dặn anh điều này... Ở đời đôi khi anh cũng cần phải mềm dẻo một chút, đừng có lúc nào cũng cứng rắn, khăng khăng giữ ý kiến của mình, như vậy chi thiệt hại vào thân. Chẳng hạn như khi người ta đưa anh ra tòa xử, vặn hỏi điều này điều nọ, hoặc kết án anh nặng, anh cũng đừng nói thẳng thừng công khai chống lại họ, nghe anh. Còn lỡ như người ta có kết án... tử hình, anh nhớ chống án nghe. Nhìn họ một bước, chẳng hổ mặt đâu. Như vậy anh mới còn sống để mai sau tiếp tục làm những gì anh mơ ước chứ, phải không?"

Tôi gật đầu đại, không suy nghĩ. Phương đưa một bàn tay luôn vào giữa song sắt, có ý muốn bắt tay tôi. Tôi lưỡng lự khá lâu rồi cũng đưa tay, bắt lấy tay nàng. Phương nắm chặt tay tôi một lúc khá lâu. Mắt cô ứa lệ. Rồi cô vội quay đi. Có tiếng keng báo thức vang lên, dội theo những bước chân của Phương. Trời đã mờ sáng.

Còn lại một mình, tôi bắt đầu thu dọn "hành lý" để chuẩn bị chuyển về phòng tập thể. Vừa san sót giỏ quà cho ông thầy già tôi vừa suy nghĩ, có lẽ mức án của tôi sau này sẽ nặng lắm. Cả Tri và Phương khi chia tay tôi đều dặn dò tôi một câu tương tự: nếu bị kết án tử hình, anh chớ chống án... Tôi mỉm cười với chính mình, tự nói: "Ta đâu có dễ chết như vậy! Ta sẽ được tự do, một ngày nào gần đây thôi!"

Khoảng mười giờ sáng, Khoa đến bệnh xá nhận đưa tôi về phòng giam tập thể. Phương mở cửa cho tôi bước ra, nói giọng tự nhiên:

"Anh cứ về phòng há, khi nào đau dữ lắm thì báo cáo quản giáo xin ra lại."

Theo Khoa bước đi một khoảng, tôi thấy một cán bộ bảo vệ khác đang dẫn đường cho ông thầy già từ khu trại giam bước vào khu vực bệnh xá. Tôi mỉm cười chào ông già khó tính. Ông neho mắt với tôi, cười cười, không nói gì.

Ở phòng giam, bạn tù reo hò lớn tiếng đón mừng tôi, làm như thể tôi được tự do vậy. Thực ra, ở phòng giam tập thể thì vui vẻ nhưng đôi khi cũng thấy mệt nhọc lắm vì suốt ngày cứ phải sống trong sự chộn rộn ồn ào của mấy chục con người nam phái, nóng nảy, cộc cằn. Ở bệnh xá thì êm đềm, yên tĩnh, dễ chịu hơn. Con người và khung cảnh ở đó, đều êm dịu. Tôi treo cái giỏ đồ của mình lên sợi dây căng dài theo vách và bỗng nhớ lại chuyện Phương vào phòng tôi hồi khuya. Một cảm giác êm nhẹ lâng lâng đến phút này mới xâm chiếm lòng tôi. Dường như chưa bao giờ cảm giác của tôi lại bộc phát muộn màng như vậy. Tôi nhớ tôi đã đứng cứng ngắt như khúc gỗ khi Phương ôm tôi. Vây mà cảm giác vừa dễ chịu vừa bùng nóng đáng ra phải bùng vỡ từ cái phút ấy đến bây giờ mới ập đến. Tôi hoa mắt, ngồi xuống, tựa lưng vào vách. Con người ấy, cái bóng dáng hiện thân của tiên nữ tự do ấy, đã sà vào lòng tôi, tựa vào người tôi, quấn lấy tôi, nhưng đến giờ này, tôi vẫn không sao hình dung được rõ ràng khuôn mặt của người ấy. Tự do là như thế. Dù ở cái mức thực tế nhất, nó vẫn có vẻ như chỉ muốn thể hiện bằng một hình thức mờ ảo, không chân dung.

Vài người bạn tù lẳng xăng xúm đến hỏi han đủ điều. Tôi trả lời cho có lệ, rồi nằm xuống. Thấy mệt trong người.

(còn tiếp)



**MỖI KỲ MỘT MÓN CHAY**

**SU SU XÀO CHAY**

(VNAC) - Quả su su thông dụng nhiều nơi trên thế giới, ở Nam Phi người ta cũng gọi là "chouchou."

Cách chọn su su rất dễ, bạn nên tìm vỏ nhẵn mịn, đừng bị đốm đen. Su su không có chất béo, không có cholesterol, không có chất muối (sodium), và là nguồn sinh tố C rất tốt. Bạn có thể giữ su su trong tủ lạnh khoảng 1 tháng, khi ăn chỉ lấy ra rửa sạch. Vỏ su su ăn được, không cần gọt bỏ.

**Thực hiện:**

- ◆ Thái chỉ 1 quả su su.
- ◆ Bắc chảo, lửa cao, cho su su vào, nấu với ¼ chén nước lọc.
- ◆ Khi sôi, bớt lửa vừa, đậy nắp lại cho mau chín.
- ◆ Khi su su mềm, nêm tí muối, 1 muỗng cà-phê nước tương, 1 muỗng cà-phê đường. Tắt lửa.
- ◆ Ngò thái nhỏ, trộn đều. Rắc tiêu và đậu mè. Múc ra đĩa, trang hoàng với hạt hạnh nhân sống (raw).



Chúc bạn ăn chay ngon và vui.

*(Hồng Hương)*



# The Story of a Certain Brahmin

## *Dhammapada, Verse 386*

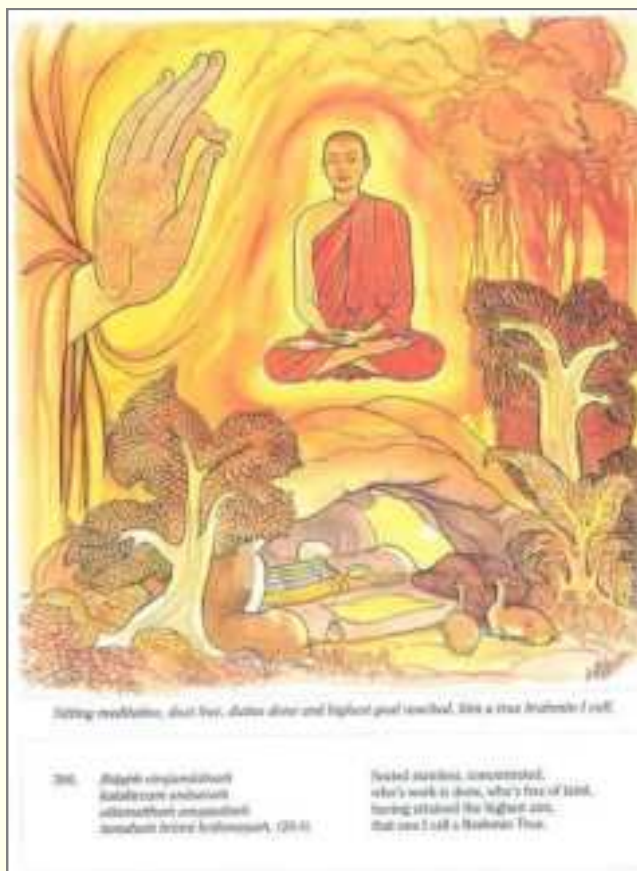
While residing at the Jetavana monastery, the Buddha uttered Verse (386) of this book, with reference to a brahmin.

One day, a brahmin thought to himself, "Gotama Buddha calls his disciples 'brahmana'. I also am a brahmin by caste. Shouldn't I also be called a brahmana?" So thinking, he went to the Buddha and posed this question. To him the Buddha replied, "I do not call one a brahmana simply because of his caste; I only call him a brahmana, who has attained arahatship."

Then the Buddha spoke in verse as follows:

**Verse 386:** Him I call a brahmana, who dwells in seclusion practising Tranquility and Insight Meditation and is free from taints (of moral defilements); who has performed his duties, and is free from moral intoxicants (asavas) and has reached the highest goal (arahatship/nibbana/enlightenment).

At the end of the discourse the brahmin attained Sotapatti Fruition.



Translated by

**DAW MYA TIN, M.A.,**

Burma Pitaka Association,  
Rangoon, Burma.

# Phóng rộng tình thương

## Soạn giả: THÍCH MINH CHIẾU

### (Truyện Cổ Phật Giáo)

TRUYỆN TÍCH PHẬT GIÁO

Thời xưa...

Ở kinh thành Xá Vệ, có gia đình một người phú trưởng giả thừa hưởng cái gia tài lớn của ông cha, nên hai vợ chồng sống cuộc đời sang trọng. Bao nhiêu vật quý mà người đời có thể có, ông đều đã sắm được để trang hoàng nhà cửa của mình. Những chậu sứ nước Tàu, những tấm gương thủy tinh Ai Cập... Duy chỉ có một điều mà ông phú trưởng giả đã lâu mơ ước chưa thành. Đó là sự ao ước về con cái. Và mãi mười năm sau khi lấy nhau, vợ chồng ông mới sinh được một người con gái. Ông cũng khuây khỏa đôi chút về sự muộn màng này, vì người con gái càng lớn lên, càng xinh đẹp. Tất cả sự lo lắng của gia đình ông đều hướng về nàng. Nàng thích hoa, thế là bốn con nữ tỳ sáng ngày chia bốn hướng để tìm những chiếc hoa hồng tươi đẹp, những chùm hoa huệ, hoa lan thơm ngát nhất. Nàng thích áo đẹp, thế là ngày hôm sau, những tay thợ khéo được mời đến để cắt cho nàng chiếc áo xinh xắn bằng thừ hàng đắt tiền. Và mặc dầu sau này vợ chồng có thêm một rồi hai con trai, không khi nào ông để con gái ông chạm tay đến cái thùng vắt sữa bò buổi sáng, nắm lấy đầu kim mũi chỉ, sợ sắc đẹp của nàng vì những công việc nặng nhọc mà suy suyển đi.

Trong hoàn cảnh ấy, người con gái lớn lên xinh đẹp, ông phú trưởng giả chọn mặt gửi vàng, kén chọn một nơi giàu sang quyền quý. Trong số nhiều người đến hỏi, có một thanh niên thể phiệt được ông chú ý. Chàng là cháu họ nhà vua. Cha chàng trước là một quan lớn trong triều, danh vọng lớn lao và tiền của bộn bề. Cách đây một năm cha chàng chết và cũng trong năm đó mẹ chàng đau khổ, héo hắt đi rồi vĩnh biệt chàng. Người thanh niên bấy giờ làm chủ cái gia tài và tha hồ ăn chơi phóng túng. Đó là những chi tiết quan trọng được nơi vừa lòng. Con gái ông sẽ được nuôi dưỡng, không một người nào khác có thể sai bảo, làm

nhọc nhằn thân con ông. Vào cửa giàu sang, con ông không phải lo vất vả lo miếng cơm manh áo như bao nhiêu người đàn bà khác. Còn việc ăn chơi phóng túng thì không lo ngại mấy, vì ông cho đó là do sự buồn bực của hai lần tang chế, với lại chuyện ăn chơi của đàn ông còn dọ ở người đàn bà trong gia đình. Ông tin rằng con gái ông duyên dáng, xinh đẹp, nhất định sẽ giữ được chàng ở mãi trong nhà.

Lễ cưới được cử hành rất trọng thể. Người thanh niên đã bỏ ra một số tiền khá lớn để làm tiệc thiết đãi thân thuộc bạn bè. Ông phú trưởng giả cũng linh đình tổ chức ăn uống để tỏ ra ông không sút kém gì nhà trai và để vui lòng con gái.

Hai vợ chồng son trẻ rất thương yêu nhau từ sau ngày cưới, đứng theo dự đoán của ông trưởng giả, chàng quanh quẩn ở nhà. Chàng thuê thêm nhiều nữ tỳ để lo việc cơm nước, hầu hạ người yêu. Chàng bảo trồng thêm nhiều thứ hoa lạ trong vườn, đóng lại cỗ xe ngựa mới để dạo chơi buổi chiều.

Ngày tháng trôi đi, những thú vui say sưa ban đầu đã bắt đầu nhạt dần. Con người đi tìm cái ham thích vật chất không bao giờ thỏa mãn, và không thể nào thỏa mãn được, rồi người thanh niên đi lại đường mòn cũ. Bạn bè trở đến đông đảo như xưa. Những cuộc ăn uống say sưa đến dần, những câu chuyện ly kỳ, khoe khoang tang bốc nhau tuôn ra càng nhiều, khi hơi rượu càng phừng phừng trong những khối óc. Cứ như thế mà tiền của trôi dần. Đã nhiều lần chàng vắng nhà hai ba hôm, rồi hằng tuần. Lúc trở về, tiền túi hết sạch. Vợ chàng ở nhà tìm cách khuyên can, nhưng nàng lại thiếu lời lẽ không ngoan. Nàng được tấm lòng chân thành yêu mến chồng, nên chàng những lúc ở nhà, vẫn tỏ ra thương vợ nhiều lắm.

Ngồi không mà ăn thì núi

cũng phải vỡ, huống hồ đây chàng phung phí không kể. Sự sa sút đến rất gấp. Và hết thóc, bỏ câu bay đi chỗ khác.

Lúc này người chồng bắt đầu thấy rõ cuộc đời thì đã muộn. Không nỡ để cho gia đình chịu khổ nhục kém sút thiên hạ, nên hai vợ chồng vẫn giữ nguyên những người giúp việc trong nhà, cũng có nữ tỳ mang nước buổi sáng, cũng có người làm cơm sẵn sàng. Và như thế vợ chồng sẽ xoay tiền của cha mình, lần đầu nàng xin với cha để mua ruộng đất. Mừng cho con, ông phú trưởng giả cho một số tiền lớn. Nhưng với cái cốt cách rậm dăm của một gia đình thể phiệt, tiền ấy chẳng thấm vào đâu. Rồi nàng lại về xin cha, một lần rằng để thêm vốn cho chồng đi bán một chuyến xa, một lần để sắm sửa nữ trang và một lần nữa thì... không còn cách nào đối quanh nữa, nàng đã khóc lóc thú thật với cha cái tình cảnh sa sút của gia đình do chồng nàng ăn chơi phóng túng gây nên. Thì ra tiền ông giúp đỡ bấy lâu nay là thẳng ăn hại ấy phá hết cả. Càng nghĩ bao nhiêu, ông càng giận rě bấy nhiêu. Nhưng thương con gái ông không biết cách nào khác là cho con lần nữa để mong xoay sở mà lo liệu. Và số tiền lần này, cố nhiên là không bị được các lần khác. Trước khi nàng ra về, ông không quên nhắc rằng ông không muốn thấy con ông trở về với mục đích như thế này nữa. Và lại ông còn đâu nghĩ tới con gái ông nhiều bằng hai con trai ông.

Đối với anh chàng thể phiệt, cái hành động xin tiền cha mẹ thật khó xem quá. Nhưng anh chàng lại cho dễ chịu hơn cái cảnh bán đồ đạc trong nhà, tự bỏ cái xe ngựa để đi chân. Trời ơi! Như thế thì còn ai coi mình ra gì nữa. Cho nên người vợ lại phải sang nhà xin tiền cha lần nữa.

Lần này, cha nàng giận dữ chàng rě ông lắm. Ông không muốn thấy con gái ông làm một việc như thế, ông không muốn thấy con gái ông thông thả từ

nhỏ chí lớn, bây giờ phải sống lo lắng chật vật. Ông thăm tính với vợ đem con gả cho một người khác. Chuyện ấy lọt vào tai nàng.

Lúc trở về, sau bữa cơm chiều, nàng thuật lại cho chàng về điều khá quan trọng đã nghe được, để hỏi chồng cách đối phó. Chồng nàng nheo mày lại, một cách ghê gớm không nói một lời, anh chàng cảm thấy đau xót, hơn cả những phút lâm chung của cha mẹ anh ta. Không có một cái gì tồn tại nữa chung quanh anh ta. Anh ta ghiến chặt hàm răng.

Nàng ngồi yên lặng. Sau một lúc lâu, chàng ta tươi tỉnh lại. Chàng đến bên vợ âu yếm và khuyên vợ cứ yên lòng.

Sáng hôm sau, chàng sai bảo đầy tớ quét dọn nhà cửa sạch sẽ, sắm sửa bữa ăn thật ngon như để thiết đãi một vị khách quý nào sắp đến. Vợ chàng cũng ngạc nhiên, vì từ lâu nay ít khách khứa ra vào đây nữa. Rồi đến trưa, nàng chờ mãi cũng không thấy ai đến. Bữa cơm hôm ấy, chàng vui vẻ gấp đồ ăn bỏ vào chén vợ và nói chuyện say sưa như bữa cơm riêng đầu tiên giữa hai vợ chồng.

Sau đó anh chàng gọi vợ vào buồng đóng chặt cửa lại, người ta nghe tiếng một người đàn bà hét

lên kinh hãi rồi tiếng thây người ngã xuống, và tiếng giầy giụa, tiếp theo là một tiếng đổ ngã khác.

Khi bọn gia nhân phá cửa chạy vào thì một cảnh tượng ghê rợn diễn ra: hai xác thân nằm sòng sượt, thân người đàn bà dổn vào góc phòng, thân người đàn ông nằm giữa phòng trong tay nắm chặt con dao sáng bèn vấy máu. Máu thấm từng vệt sậm trên áo, máu lai láng trên sàn nhà, đôi vũng đã đen lại, chỉ trong chốc lát, hai sinh mạng đã kết thúc, sau một kiếp đời ngắn ngủi chạy đi tìm thú vui.

Người ta báo cho ông phú trưởng giả biết tin sét đánh ấy, và theo phép nước thì ông phú trưởng phải tù tội. Hai tin dữ ấy đến một lúc làm ông chết ngất đi. Ông đau đớn lắm, tù tội cũng không đau đớn cho ông bằng mất đứa con gái thân mến, vợ ông khuyến giải nhiều lần nhưng không làm cho ông khuây khỏa chút nào. Ông chửi rủa rề ông, chửi rủa bọn gia nhân bất tài không ngăn cản được tai họa, ông trách trời đất, trách số mạng khắt khe đối với ông. Rồi nhiều lần ông rối loạn, ông lang

thang đi tìm người hỏi duyên cớ. Tình cờ một hôm ông gặp được Đức Phật. Lâu nay ông cũng nghe nói đến nhiều lần đến sự hiểu biết vô lượng của Đức Phật. Nhưng ông không để ý tới. Bây giờ, thấy Phật vững trán cao, đôi mắt nhìn xa xăm và huyền diệu lòng ông tự nhiên trở lại yên tĩnh.

Đức Phật bảo ông bình tĩnh thuật lại đầu đuôi. Sự việc lần lần hiện ra trở lại trong trí ông. Ông nhớ lại từ lúc cần nhẫn con gái ông đến lúc ông dự định gả con gái ông cho người khác. Kể xong ông lặng thinh và cúi mặt xuống đất. Đức Phật giảng giải cho ông rõ nguyên do sự việc và kết luận. Ngài nhấn mạnh từ tiếng trong lúc những vết nhăn trên mặt ông phú trưởng giả dần dần, dần dần ra.

“Đời khổ chỉ vì người ta hướng lòng mình vào một chỗ. Phóng rộng tình thương yêu tất cả mọi người thì cuộc đời làm chi có cảnh tự sát và sát hại lẫn nhau”.

## QUẢNG HUỆ

*Người ta khổ vì cho không phải cách, yêu sai duyên và mến chẳng nhắm người.*

