

PHẬT HỌC

佛學

PHƯƠNG TIỆN TU HỌC PHẬT PHÁP - PHÁT HÀNH HÀNG THÁNG

SỐ 310, NĂM THỨ 25

THÁNG 5-2020



Điện Tử Thư (E-Mail): huynhaitong@gmail.com

Mạng Nhện Toàn Cầu (World Wide Web): <http://www.nsphat-hoc.org>



NGUYỆT SAN PHẬT HỌC

Chủ Biên:

PHÚC TRUNG

Thủ Quỹ:

DIỆU LAN

Kiểm Soát:

PHƯỚC SƠN

Ban Biên Tập:

BÌNH ANSON

CHÂN ĐẠI LƯỢNG

MINH HÒA

NHÂN CA

TÂM KHÔNG

TÂM TUỆ TĨNH

TUỆ VIÊN

Cộng Tác:

CHÍNH HẠNH

HÀN TRÚC

HỒNG DƯƠNG

MINH CHÁNH

MINH ĐỨC

TRẦN TRUNG ĐẠO

Kỹ Thuật:

MINH HÒA

NHÂN CA

Mục Lục

<u>Dịch bệnh Covid-19 nhân tâm bất an</u>	BBT	3
<u>Giáo chỉ số 19/VTT/TT/GC Ngày 12-5-2019</u>	Viện T.Th.	4
<u>Quyết định 14 Ủy thác điều hành VTT</u>	Viện Tăng Thống	5
<u>Khâm thừa Quyết định Đê Ngũ Tăng Thống</u>	Thích Tuệ Sỹ	7
<u>Thiền định một phương pháp ...</u>	Hoang Phong chuyển ngữ	8
<u>Thơ: Chiếc lá và giọt nước</u>	Minh Đức - Triều Tâm Ảnh	11
<u>Thiền là gì ?</u>	Jiddy Krisnamurti	12
<u>Tâm thư gửi bạn Covid-19</u>	TT. Thích Trí Chơn	16
<u>Hư Hư Lục: Mở mắt chiêm bao</u>	Thích Nữ Như Thủy	21
<u>Vài nét về Pháp môn Tịnh độ ...</u>	Theo Văn Hóa Phật Giáo	22
<u>Tĩnh Tâm như nước là cảnh giới tinh thân cao</u>	Hiếu Minh	30
<u>Pháp Cú Phẩm Tỷ Kheo 362</u>	HT. Thích Minh Châu dịch	31

Tranh bìa

Hoa Sen

Đôi lời thưa trước cùng quý tác giả có

bài đăng trong

Nguyệt San Phật Học

Nhằm mục đích hoàng dương Phật Pháp, Nguyệt San Phật Học đăng lại một số bài từ các Tạp Chí, Sách, Báo Phật Giáo. Có những bài không thể liên lạc được với tác giả, xin quý vị hoan hỷ miễn thứ cho.

Ban Biên Tập

Nguyệt San Phật Học

Dịch bệnh Covid-19, nhân tâm bất an

Năm nay trong mùa dịch bệnh Covid-19, từ Trung Quốc lan tràn khắp thế giới. Trước tiên từ Trung Quốc lan truyền sang Hàn Quốc, Nhật Bản, rồi Iran, Ý ..., có thể nói từ Châu Á lan truyền sang Châu Âu rồi Mỹ.

Số người bệnh tăng nhanh chóng và con số tử vong cũng cao. Người có bệnh không biết rằng mình có bệnh, vì mầm bệnh có thể ủ trong người bệnh khoảng 2 tuần, trong lúc ủ bệnh có thể lây lan sang người khác.

Covid-19 như bóng ma, người ta có thể bị nó lây lan bất kỳ ở người nào có bệnh, bất kỳ nơi đâu. Do đó người ta lo, người ta sợ mình bị lây lan, sợ mình bị bệnh, sợ mình có bệnh mà không biết, để lây lan cho người thân, bệnh không có thuốc chữa, chết nhanh chóng.

Chết mà thân nhân không biết, thân nhân không được thăm nuôi. Còn chi đau lòng hơn trong những trường hợp sinh ly, tử biệt này.

Bệnh không có thuốc đặc trị, Trung Quốc sau 1 tháng cho biết là đã chặn được dịch, nhưng không phổ biến phương pháp, không cho Mỹ đến tìm hiểu. Người ta cho rằng Trung Quốc sản xuất vũ khí hóa học nhằm mục đích trở thành cường quốc số 1, thống trị thế giới, cạnh tranh với Mỹ.

Sau 5 tháng, trên thế giới số người nhiễm bệnh vẫn không ngừng và số người chết cũng vẫn tăng.

Dịch bệnh lây lan do người tiếp xúc với người, muốn tránh lây lan không để cho người tiếp xúc với người, như thế trường học, hãng xưởng đóng cửa, chợ búa hạn chế dẫn đến thất nghiệp, kinh tế ngưng trệ.

Những hệ lụy đó làm cho nhân tâm bất an. Đứng về mặt tâm linh, người ta thấy mọi việc xảy ra đều có nguyên do, vì nghiệp của chúng sinh, có cộng nghiệp và biệt nghiệp.

Cho nên đứng trước vấn nạn này, người Phật tử cần giữ tâm thanh tịnh, luôn cầu nguyện cho dịch bệnh qua mau, thế giới an bình, nhân dân an lạc.

BBT/NS/PHẬT HỌC



GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT VIỆN TĂNG THỐNG

Chùa Từ Hiếu - 59 Lô D, Đường Dương Bá Trạc, Phường 1, Quận 8, Saigon

Phật lịch: 2563

Số: 19/VTT/TT/GC

GIÁO CHỈ

Chuẩn y Hội viên Hội đồng Giáo Phẩm Trung Ương Viện Tăng Thống
ĐỆ NGŨ TĂNG THỐNG
GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT

- Chiếu Điều thứ 13, Chương thứ 4 của Hiến Chương Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất bản tu chính lần cuối thông qua ngày 04 tháng 12 năm 2015.
- Chiếu Điều 4, Chương I của Quy chế Hội đồng Giáo phẩm Trung Ương & Văn Phòng Viện Tăng Thống ban hành năm Tân Mão, Phật lịch 2555, DL 2011.

NAY BAN HÀNH GIÁO CHỈ

ĐIỀU I: Cung thỉnh Hòa Thượng Thích Tuệ Sỹ đăng lâm pháp tịch trong cương vị thành viên hàng Trưởng lão Hội Đồng Giáo Phẩm Trung Ương Viện tăng Thống.

ĐIỀU II: Giáo chỉ này có hiệu lực kể từ ngày ký.

Điều III: Văn phòng Viện Tăng Thống và Hội viên Hội Đồng Giáo Phẩm Trung Ương chiếu theo nhiệm vụ mà thi hành Giáo chỉ này.

Chùa Từ Hiếu, Saigon ngày 12 tháng 5 năm 2019

Tức ngày mùng 8 tháng 4 năm Kỷ Hợi

ĐỆ NGŨ TĂNG THỐNG

GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT



Sư môn THÍCH QUẢNG ĐỘ



GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT VIỆN TĂNG THỐNG

Chùa Từ Hiếu – 59 Lô D, Đường Dương Bá Trạc, Phường 1, Quận 8, Saigon

Phật lịch: 2563

Số: 14/QĐ/TT/VTT

QUYẾT ĐỊNH

Ủy thác Quyền Điều hành Viện Tăng Thống ĐỆ NGŨ TĂNG THỐNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT

- Căn cứ vào Hiến Chương Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất bản tu chính lần cuối thông qua ngày 04 tháng 12 năm 2015. Với lý tưởng hòa bình bất bạo động của Giáo lý Đức Phật, Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất ra đời năm 1964 với lập trường kiên định và thuần khiết là để phụng sự Nhân sinh và Dân tộc. Vì vậy vận mệnh của Giáo hội tùy thuộc vào vận mệnh của Dân tộc. Đất nước Việt Nam sẽ thoát qua cơn Quốc nạn và Pháp nạn, không thể nào đứng ngoài quy luật tất yếu của thịnh suy.
- Căn cứ vào hiện tình của Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất hiện nay, Viện Hóa Đạo đã tạm ngừng hoạt động, duy chỉ còn một mình Tôi đứng đầu Viện Tăng Thống và Giáo Hội với sự truy diệt tận cùng của Nhà nước Cộng sản.
- Căn cứ vào tình hình sức khỏe của Tôi, mỗi ngày mỗi suy giảm theo tuổi tác và thời gian; trong khi nhu cầu bức thiết là Giáo hội phải duy trì mạng mạch Phật pháp để ngọn đèn Chánh Pháp không bị lu mờ, hoen ố và mãi mãi trường tồn.

NAY QUYẾT ĐỊNH

Điều 1: Dù trong hoàn cảnh khó khăn đến tột cùng nhưng Giáo Hội cần phải duy trì mạng mạch Phật Pháp qua sự lãnh đạo của Viện Tăng Thống.

Điều 2: Thịnh cử Hòa thượng Thích Tuệ Sỹ thay Tôi đứng đầu vào vị trí của Viện Tăng Thống, bảo đảm tiếp tục sứ mệnh của Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống nhất trong tương lai. Tôi hoàn toàn tin tưởng và ủy thác trọng trách này cũng như trao toàn quyền cho Hòa thượng Tuệ Sỹ điều hành mọi hoạt động của Giáo Hội.

Điều 3: Bất cứ lúc nào, khi hội đủ điều kiện thuận duyên, Hòa thượng Thích Tuệ Sỹ thay mặt Viện Tăng Thống triệu tập Đại hội bất thường để bầu cử nhân sự mới cho tất cả các chức vụ trong Viện Hóa Đạo Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất.

Điều 4: Kể từ ngày ban hành quyết định này, mọi hoạt động của Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất, đều do Hòa thượng Thích Tuệ Sỹ đảm nhiệm và điều hành.

Điều 5: Quyết định này có hiệu lực kể từ ngày ký.

Điều 6: Văn phòng Viện Tăng Thống và Hội viên Hội Đồng Giáo Phẩm Trung Ương chiếu theo nhiệm vụ mà thi hành Quyết định này.

Chùa Từ Hiếu, Saigon ngày 24 tháng 5 năm 2019
Tức ngày 20 tháng 4 năm Kỷ Hợi
ĐỆ NGŨ TĂNG THỐNG
GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT



Sư môn THÍCH QUẢNG ĐỘ



GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT VIỆN TĂNG THỐNG

Khâm thừa Quyết Định của ĐỆ NGŨ TĂNG THỐNG Ủy thác quyền điều hành Viện Tăng Thống(*)

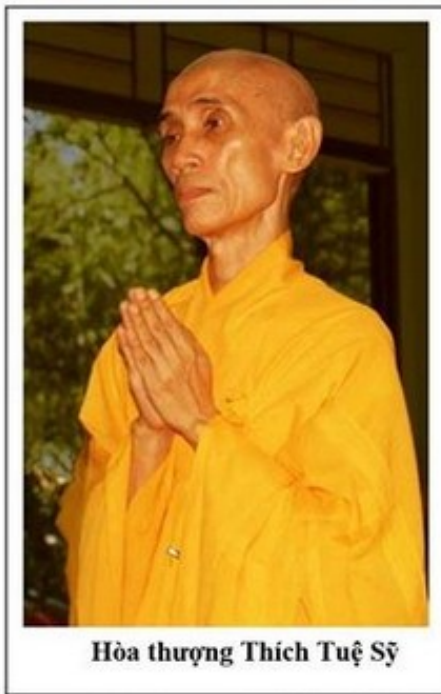
Ngưỡng bạch chư Tôn Hòa Thượng,

Khâm thừa Quyết định của Đức Đệ Ngũ Tăng Thống, tôi Tỳ kheo Thích Tuệ Sỹ, tự xét chướng thâm huệ thiện, nhưng Tổ giáo nghiêm, vô khả nại hà, nay phù phục đê đầu phụng chỉ.

Song le, hiện tại, tôi thân cung luy nhược, tứ đại bất hòa, chinh e trọng nhiệm khó thành, vậy nay kính thỉnh Hòa thượng Thích Nguyên Lý hiệp trợ, đồng nhiếp tâm bảo trì Tổ ấn, khâm thừa Ủy thác, y giáo phụng hành.

Ngưỡng nguyện chư Tôn Hòa Thượng chứng tri.

Thị ngạn am, Pl. 2563
Tháng Ba, ngày 15
Tuệ Sỹ (ký tên)



Hòa thượng Thích Tuệ Sỹ

*Sao y bản viết tay (thủ bút) của Hòa thượng Thích Tuệ Sỹ

Thiền định

một phương pháp biến cải tâm linh

Đức Đạt-lai Lạt-ma và Ugyen Sangharakshita
Hoang Phong chuyên ngữ

(Khởi đăng từ **PHẬT HỌC** số 302)

Bài 10

Năng lực của năm thành phần

Đến đây chúng ta sẽ tiếp tục tìm hiểu về thế giới tâm thần và tâm linh, vậy hãy lưu ý là những gì mà chúng ta sẽ bàn thảo với nhau trong phần dưới đây đều thuộc vào thế giới đó, và năm thành phần (*đất, nước, lửa, không khí và không gian*) sẽ biểu trưng cho các giai đoạn biến cải năng lực tâm lý và tâm linh (*các thể dạng tri thức từ thấp đến cao trong tâm thần của một người tu tập*). Vậy trong lúc này chúng ta đang ở trong bối cảnh của thế giới nội tâm, không còn là thế giới bên ngoài nữa.

Trong thế giới đó (*tức là thế giới tâm thần và tâm linh*), đất biểu trưng cho năng lực tĩnh (static/bất động), đó là năng lực ở thể dạng tiềm năng, hơn là năng lực đúng nghĩa của nó, hoặc cũng có thể xem đó là một thứ năng lực bị ngăn chặn hay tắc nghẽn (*bởi tác động của năm thứ chướng ngại tâm thần/"ngũ triền cái"*). Tiếc thay đây cũng là thể dạng tâm thức của nhiều người. Các bạn cảm thấy mình có thừa sinh lực bên trong con người mình, thế nhưng thật ra năng lực đó ở trong tình trạng bị tắc nghẽn, tương tự như lửa bị vùi lấp thật kín bên trong một ngọn núi lửa. Năng lực đó không tìm được

một lối thoát, không có một kẽ hở nào giúp nó thoát ra ngoài. Trong tình trạng đó năng lực không những bị tắc nghẽn mà còn bị đè nén. Nếu không tìm cách giúp nó thoát ra thì cuối cùng nó sẽ tiếp tục bị dồn nén [không tạo ra được một tác động nào].

Toàn bộ quá trình phong tỏa, ngăn chặn, dồn nén và loại trừ đó có thể tiếp tục qua những năm tháng dài. Sau cùng các năng lực đó thường trở thành đông cứng, tê liệt và lạnh buốt. Một khi đã rơi vào tình trạng năng lực đông cứng đó thì chính mình cũng sẽ trở thành một khối khô cứng và cứng nhắc. Đối với một người như thế, có nghĩa là năng lực của mình đã bị tê liệt, thì khó tránh khỏi ngày càng hóa đá, không buồn trả lời khi có người hỏi, cũng không muốn giao tiếp với ai cả. Họ mất dần sức sống và trở thành tương tự như một người đã chết. Đôi khi họ cũng muốn làm nhẹ bớt cảnh buồn chán của mình bằng cách tạo ra một sự bùng nổ nào đó. Các mảnh vụn của khối đá - các chất liệu khô cứng - bắn tung khắp nơi. Thế nhưng cách hành xử đó không mang lại một chút gì tốt đẹp cả. Tiếc thay tình trạng đó lại thường thấy xảy ra.

Rất nhiều người không thật sự bị bế tắc, cũng không có một sự trấn áp hay gạt bỏ nào thật sự xảy ra với mình, thế nhưng họ chỉ có thể tận dụng được một phần rất nhỏ

năng lực tiềm tàng của mình, tiếc thay không mấy người ý thức được tình trạng đó. Khi nào vẫn còn rơi vào thể dạng đất, thì năng lực của chúng ta sẽ là một thứ năng lực bất động, một hình thức năng lực tiềm tàng, không phải là một thứ năng lực đứng thật (*đoạn trên đây nói đến những người ở thể "đất", ù lì, bất động, không có một ý chí nào cả, các nguồn năng lực của mình bị tắt nghẽn và đông cứng*).

Thể dạng nước là năng lực tương đối được giải thoát, thế nhưng chỉ trong một giới hạn nào đó. Trái ngược với đất và đá, nước linh động hơn, có thể chảy từ đầu này đến đầu kia trên một mặt phẳng, hoặc gần như phẳng. Năng lực của nước chỉ có thể chảy xuống phía dưới nhưng không chảy ngược lên phía trên được. Cũng tương tự như vậy, một phần nhỏ năng lực [bên trong chúng ta] có thể được giải thoát và trở thành tương tự như nước, nó có thể di chuyển từ chỗ này đến chỗ khác. Năng lực đó dù không thể di chuyển thật xa, nhưng có thể chảy đến một điểm nào đó và quay lại chỗ cũ. Nói một cách khác, năng lực đó hay thể dạng nước đó, luân lưu theo từng cặp đối nghịch nhau: giữa thương yêu và hận thù, giữa thu hút và ghê tởm, giữa hy vọng và sợ hãi, giữa thích thú và đón đau. Ở cấp bậc này năng lực chỉ có thể tạo được các tác động trong một không gian hạn hẹp. Dù đã được giải thoát, thế nhưng năng lực đó chỉ tạo ra được một tầm ảnh hưởng thật giới hạn, tương tự như một con dê bị cột vào một cái cọc, nó chỉ có thể gặm cỏ bên trong một ranh giới nhất định nào đó mà thôi. Khi chỗ này hết cỏ thì nó sẽ phải

chuyển sang chỗ khác.

Lửa là năng lực di chuyển lên phía trên, nhờ đó thể loại năng lực này sẽ được giải tỏa ngày càng nhiều. Nhờ đó trình độ toàn thể con người và toàn thể tri thức sẽ dần dần được nâng lên cao hơn. Chúng ta sẽ cảm nhận được một niềm hân hoan thật thanh thoát và tràn đầy phúc hạnh, v.v. Khi ngọn lửa bốc cao và năng lực căng tràn, thì các sự xung đột và các khó khăn trong nội tâm sẽ được giải tỏa - tất cả các thứ ấy sẽ trở thành tương tự như những lọn khói tỏa ra khắp hướng, hoặc tương tự như những tia lửa nhỏ bắn ra khắp nơi. Đó là một thể dạng hình thành liên tục, thường xuyên có một cái gì đó mới lạ và vượt bậc hơn hiện ra với mình. Thể dạng lửa là một thể dạng cảm nhận tâm thần mang tính cách thăng tiến liên tục. Đó là thể dạng tâm thần của những người nghệ sĩ đích thật hay những bậc tu hành cao thâm. Thể dạng đó không phải là thể dạng bình dị trong cuộc sống thường nhật của họ, thể dạng đó chỉ hiện ra với họ trong những lúc cảm hứng và ngọn lửa dâng cao, chẳng hạn như trong lúc sáng tác, hoặc hòa nhập với một thể giới siêu phàm.

Nếu lửa là năng lực hướng lên trên, thì không khí là năng lực tỏa ra khắp hướng. Đó là một thứ năng lực phát tán từ một điểm trung tâm và bung ra khắp hướng trong cùng một lúc. Không khí là năng lực tuôn trào không ngưng nghỉ, phát sinh từ một nguồn suối trung tâm, tương tự như ánh sáng và hơi nóng tỏa ra từ mặt trời trong thái dương hệ. Sự tỏa rộng đó không có một giới hạn nào cả. Thể loại năng lực đó tuôn trào bất tận và khắp nơi trong cùng một lúc.

Tiếp theo là năng lực không gian. Đó là một thể loại năng lực gần như vượt lên trên mọi ngôn từ và tư duy (*không thể hình dung hay mô tả được*). Người ta có thể bảo rằng thể loại năng lực đó thuộc vào một lãnh vực khác mang những kích thước khác - có thể là kích thước thứ tư, thứ năm hay thứ sáu (*không gian thường được hiểu là có ba chiều, một số các nhà vật lý và toán học trên lý thuyết cho rằng không gian có nhiều chiều hơn. Nhà sư Sangharakshita không phải là một khoa học gia nhưng có "cảm giác" là năng lực ở thể dạng cao nhất dường như vượt thoát ra khỏi không gian ba chiều để tiếp cận với một thế giới với các kích thước mới lạ và to rộng hơn*). Người ta có thể bảo rằng không gian là một thể dạng trong đó năng lực tự nó có thể tỏa rộng đến vô tận và lưu lại vĩnh viễn trong bầu không gian đó.

Trên đây là năm thành phần mang ý nghĩa tâm lý và tâm linh (psychospiritual). Năm thành phần này được biểu trưng bởi các kiến trúc stupa theo quan điểm Tantra, nói lên một sự thăng tiến tuần tự đối với sự biến cải năng lực trong lãnh vực tâm lý và tâm linh.

Dưới đây tôi sẽ nêu lên các thể loại người tương quan với mỗi thể dạng trên đây, tức là tâm thần của những người ở thể dạng đất, thể dạng nước, thể dạng lửa, v.v.

Một người ở thể dạng đất sẽ không khác gì với một tù nhân, chân tay bị trói chặt. Theo tôi hầu hết mọi người đều ở trong tình trạng này, nếu không phải là đang trong lúc này thì cũng là lúc khác. Đã là một người

tù thì không cử động được, không cựa quậy được. Đôi mắt cũng có thể bị bịt kín, muốn chớp mắt cũng không được. Người tù không làm được việc gì cả, hoàn toàn không phát động được một cử chỉ nào, năng lực hoàn toàn bị tắc nghẽn. Đó là một người ở thể dạng đất.

Trong khi đó một người tù khác biết cời trói cho mình, tháo khăn bịt mắt. Người này thấy mình đang ở trong một gian ngục bé xíu, mỗi bên hai thước. Người này có thể cử động được: đưa tay hay duỗi chân được, đi đứng được, có thể đi tới đi lui suốt ngày (*có nghĩa là tri thức tha hồ hướng vào hai đối tượng ngược chiều nhau: thương yêu - hận thù, thèm khát - ghét bỏ, v.v., nhưng không thể vượt xa hơn hay cao hơn các tư duy và xúc cảm đó, chẳng hạn như nhiều người rất lanh lợi, nhưng thật ra cũng chỉ loanh quanh với các tư duy và xúc cảm đại loại như trên đây*), thế nhưng cũng chỉ bên trong phòng giam chật hẹp của mình mà thôi - hai thước theo chiều này, hai thước theo chiều kia. Nói một cách khác là chỉ có một phần rất nhỏ năng lực chuyên động trong một không gian giới hạn: năng lực đó có thể tiến đến một bức tường theo hướng này hay một bức tường khác theo hướng khác, tóm lại chỉ có vậy. Đây là thể dạng nước, chòng chành đôi chút giữa các cặp đối nghịch - thể dạng đó đôi khi cũng có thể tạm gọi là "tự do".

Trong thể dạng lửa thì người tù khoét được một lỗ hổng trên nóc nhà giam, giúp mình chui qua lỗ hổng để bay bổng lên bầu trời cao, tương tự như một người du-già Tây Tạng [đang hành thiền], và cảm thấy bầu

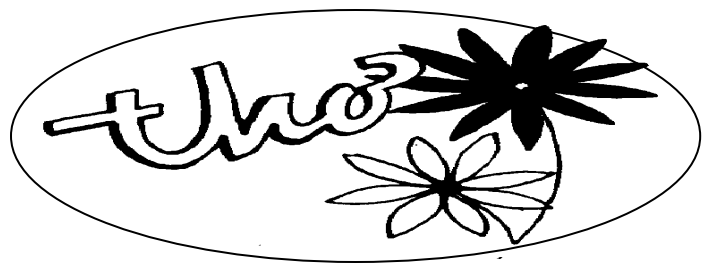
trời đó càng lúc càng cao.

Trong thể dạng không khí, người tu sẽ khám phá ra là mình không những có thể bay lên cao mà còn có thể tỏa ra khắp hướng, lan ra chung quanh, hoặc hướng xuống phía dưới hay bay lên cao. Nó có thể tỏa rộng theo mọi chiều hướng Đến đây cách so sánh bằng hình ảnh tương đồng sẽ không còn đủ khả năng để diễn tả nữa, bởi vì thể dạng không khí có thể du hành cùng một lúc trong tất cả mọi phương hướng (*người tu được giải thoát "ở thể dạng không khí" không thể nào trong cùng một lúc chính mình du hành trong tất cả mọi phương hướng được, do đó hình ảnh này không thể dùng để diễn tả thể dạng năng lực ở thể dạng không khí*). Tuy nhiên chúng ta cũng có thể hình dung một ảo thuật gia hay một người du-già Tây Tạng có một khả năng siêu việt biến mình trở thành vô số các nhân dạng khác giống như mình, có nghĩa là chính mình hóa thành hàng triệu người khác, giúp mình phát xuất từ một điểm duy nhất để có thể cùng một lúc du hành khắp mọi hướng trong vũ trụ, vĩnh viễn và vô biên.

Không gian là thể dạng cao hơn tất cả các thể dạng trên đây Thật ra tôi không có ý định mở rộng cách so sánh bằng hình ảnh hay ngôn từ đối với không gian, chẳng qua vì trong lãnh vực này ngôn từ và hình ảnh sẽ không còn đủ khả năng để diễn tả, vì vậy chỉ còn cách phải tưởng tượng mà thôi (*chỉ có thể trực tiếp cảm nhận được bằng phép thiền định*).

Trên đây là các giai đoạn thăng tiến tuần tự trong việc biến cải năng lực tâm lý

và tâm linh: từ đất chuyển sang nước, từ nước chuyển sang lửa, từ lửa chuyển sang không khí, từ không khí chuyển sang không gian. Đó là các giai đoạn trên con đường tu tập Tantra mang lại sự Giác Ngộ. Các giai đoạn này được biểu trưng bởi năm thành phần (*đất, nước, lửa, không khí và không gian*) dưới hình thức các biểu tượng Tantra (*các hình thể hình học*) trong kiến trúc của các stupa./.-



Chiếc lá và giọt nước

Minh Đức Triều Tâm Ảnh

*Xanh xanh
Chiếc lá nhân sinh
Hôm qua giọt nước
hữu tình đến chơi
Vĩ thương
sa mạc lòng đời
hóa vãn
tình lọc
chữ đời nguồn trong!*



Thiền là gì ?

Jiddy Krisnamurti

Tâm thiền là vắng lặng nhưng không phải là sự yên lặng mà tư tưởng có thể nhận thức được. Thiền không phải là cái vắng lặng của một buổi tối. Nó thật sự vắng lặng khi tất cả những tư tưởng, lời nói và nhận thức hoàn toàn ngừng bật. Tâm thiền này là tâm tôn giáo mà không bị quản thúc bởi một tôn giáo hay bất cứ một hình thức lễ nghi nào. Tâm tôn giáo là sự bộc phát của tình yêu. Một thứ tình yêu hoàn toàn không có sự phân biệt. Đối với nó xa là gần. Nó không phải là một mà cũng chẳng phải là nhiều, hay nói đúng hơn là một thứ tình yêu mà tất cả sự phân biệt đã dứt bật. Giống như cái “đẹp” không thể diễn tả bằng lời nói. Từ sự yên lặng này tâm Thiền phát khởi.

Thiền là một trong những nghệ thuật tuyệt vời trong cuộc sống. Có lẽ là tuyệt vời nhất và không ai có thể dạy cho bất cứ ai. Đó là cái đẹp của Thiền. Tự nó không có kỹ thuật cho nên không có người thiện xảo. Khi bạn tìm hiểu về chính mình, nhìn vào chính mình, nhìn vào những bước đi của bạn, bạn ăn như thế nào, nói cái gì, ghét hay thương... Nếu như bạn biết được tất cả những cái đó trong bạn mà không có sự phân biệt thì đó chính là một phần của Thiền. Do đó Thiền có thể xảy ra trong lúc bạn đang ngồi trên xe buýt hay đang đi trong cánh rừng rợp bóng mát, hoặc đang lắng nghe chim hót hay đang nhìn vào gương mặt vợ con bạn. Thật sự bạn muốn biết tại sao Thiền trở nên quan trọng như thế! Nó không có sự khởi đầu cũng không có sự chấm dứt. Nó giống như giọt mưa, trong nó hàm chứa tất cả những sông hồ và biển cả. Hạt mưa ấy nuôi dưỡng trái

đất và con người. Không có nó, trái đất sẽ trở nên sa mạc. Không có Thiền thì tâm sẽ trở thành khô cằn, một vùng đất hoang tàn.

Thiền sẽ tìm thấy trong tâm với tất cả những hoạt động hay những kinh nghiệm của nó có thể hoàn toàn vắng lặng. Không nỗ lực nhưng hiện tại bạn nỗ lực, đó là nhị nguyên. Bạn có thể nói rằng: “Tôi thích có một kinh nghiệm phi thường, cho nên tôi phải bắt tâm tôi vắng lặng. Bạn sẽ chẳng bao giờ làm được điều đó cả. Nhưng nếu như bạn bắt đầu tìm kiếm quan sát, lắng nghe tất cả những hoạt động của tư tưởng, tình trạng của nó, mục đích của nó, những sợ hãi và những cảm giác của nó, hãy theo dõi tâm của bạn hoạt động như thế nào rồi bạn sẽ thấy tâm của mình trở nên vắng lặng một cách phi thường. Sự vắng lặng đó không phải là sự ngủ yên mà là một cách hoạt động tích cực và do đó nó yên lặng. Một máy phát điện lớn chạy tốt hầu như không hề có tiếng động, chỉ khi nào có sự va chạm thì khi đó có tiếng động.

Sự yên lặng và không gian đi cùng với nhau. Sự bao la của yên lặng là sự bao la của tâm thức mà trong đó không có điểm trung tâm.

Thiền là việc làm khó khăn. Nó đòi hỏi hình thức cao nhất của giới luật mà không phải là sự tuân thủ, cũng không phải là sự bắt chước. Thiền chỉ là giới luật mà chỉ đến hoàn toàn bằng sự tỉnh thức không những vấn đề bên ngoài và còn cả những vấn đề bên trong của bạn. Do đó, Thiền không phải là hành động xa rời mà ngay

chính trong cuộc sống hằng ngày, nó đòi hỏi sự cộng tác, sự nhạy cảm và sự thông minh. Không có nền tảng của một đời sống chân chánh thì Thiền sẽ không có giá trị đối bất cứ ai, một đời sống chân chánh là không tuân theo những đạo đức xã hội mà là thoát khỏi sự ghen tỵ, ham muốn và tìm kiếm quyền lực. Thoát ly khỏi những thứ này sẽ không phải bằng ý muốn mà là sự tỉnh thức. Không biết những hoạt động của tự ngã Thiền sẽ trở nên sự ham thích cảm giác và nó trở nên vô nghĩa.

Luôn luôn tìm kiếm rộng, sâu, những kinh nghiệm hào huyền là một lý do cách xa chân lý “cái gì”, mình là gì, và tình trạng của tâm là sao. Một cái tâm tỉnh thức, thông minh, giải thoát tại sao không nên có? Tại sao không nên cần? Ánh sáng là ánh sáng. Nó không đòi hỏi gì hơn là ánh sáng.

Thiền là một trong những điều phi thường, và nếu bạn không biết nó là gì bạn sẽ giống như một người mù đang di chuyển trong một thế giới đầy màu sắc và ánh sáng. Nó không phải là một vấn đề của tri thức, mà là khi tâm hồn thể nhập vào tâm thức thì tâm thức sẽ có một khả năng khác, nó là chân lý, vô hạn không những trong khả năng tư duy, hành động một cách hiệu quả mà còn trong ý thức về cuộc sống trong không gian bao la nơi mà bạn là một phần của nó.

Thiền là một thứ tình yêu. Nó không phải là tình yêu của một người cũng không phải của nhiều người. Nó giống như nước mà người ta uống trong bất kỳ loại chai nào cho dù là nó được làm bằng vàng hay bằng đất nung: Nó là vô tận. Và một điều quan trọng xảy ra là nó không phải là ma túy cũng không phải là sự thôi miên nhưng nó đã xảy ra và một điều quan trọng xảy ra khi tâm thể nhập vào chính nó, bắt đầu từ khởi đầu và thể nhập

sâu dần cho đến khi ý niệm về sâu – cao mất đi ý nghĩa của nó và mọi hình thức của sự đo lường hoàn toàn đoạn diệt. Đó là trạng thái hoàn toàn an tịnh- không thỏa mãn những gì xảy ra bằng sự hài lòng, chỉ là sự an tĩnh một cách quy củ, đẹp và mãnh liệt. Tất cả có thể bị hủy diệt như bạn hủy một bông hoa và chính sự tổn thương này nó bất diệt. Bạn không thể học phương pháp Thiền này từ người khác. Bạn phải bắt đầu từ số không và bắt đầu loại bỏ dần dần vô minh.

Mảnh đất mà tâm Thiền có thể phát khởi đó là cuộc sống hàng ngày, sự xung đột, nỗi đau khổ và mang đến quy củ và cũng từ đó đi đến sự vĩnh cửu. Nhưng nếu bạn chỉ liên hệ bằng sự thứ tự và chính cái thứ tự ấy sẽ mang đến sự giới hạn và chính tâm sẽ trở thành tù nhân của nó. Trong tất cả những hoạt động này bạn không biết phải bắt đầu hay chấm dứt từ đâu. Bờ bên này chẳng có liên hệ gì với bờ bên kia và không biết làm sao để vượt qua dòng sông. Bạn lao xuống nước nhưng không biết bơi như thế nào. Và cái đẹp của Thiền là bạn chẳng bao giờ biết bạn đang ở đâu, bạn đang đi đâu, và cuối cùng là gì.

Thiền không phải là cái gì khác cuộc sống hàng ngày. Đứng đi ra khỏi phòng để hành thiền chừng 10 phút rồi dừng thì chỉ là một kẻ đồ tể của ảo ảnh và thực tiễn.

Thiền là một trong những điều nghiêm túc nhất. Bạn có thể thực hành suốt ngày, trong văn phòng, với gia đình, khi bạn nói với ai đó là “Tôi yêu bạn” khi bạn quan tâm đến con cái. Bạn giáo dục chúng trở nên những chiến binh, hy sinh để bảo vệ độc lập, tôn trọng màu cờ tổ quốc, giáo dục chúng hiểu rõ những cạm bẫy của thế giới hiện đại. Quan sát tất cả những thứ này, thấy rằng bạn là một phần trong đó, tất cả những thứ ấy là một phần của Thiền. Và khi bạn Thiền như

vậy bạn sẽ thấy ở Thiên một cái đẹp phi thường. Bạn thực hành ngay trong hiện tại và nếu bạn không thực hành ngay trong lúc ấy thì cũng chẳng có vấn đề gì bạn sẽ thực hành trở lại. Bạn sẽ không thấy hối tiếc. Thiên là một phần của cuộc sống nó không xa rời cuộc sống. Nếu bạn chuẩn bị thiên, thì đó không phải là thiên. Nếu như bạn muốn bày tỏ sự lương thiện thì cái thiện đó chẳng bao giờ nở rộ. Nếu bạn cố tình trau dồi đức tính khiêm cung, thì đức tính ấy sẽ hoại diệt. Thiên là một cơn gió thoảng đến khi bạn mở cánh cửa sổ ra, nhưng nếu như bạn chủ tâm mở cửa, chủ ý muôn chờ đợi một cơn gió thì nó chẳng bao giờ xuất hiện.

Thiên không phải là phương tiện. Nó là cả hai: phương tiện và cứu cánh. Thiên là một điều phi thường. Nếu có bất cứ một sự bắt buộc, cố gắng bắt tư tưởng phải tuân thủ, bắt chước, thì Thiên sẽ là một gánh nặng. Sự yên lặng trong khao khát những chấm dứt đang được làm sáng tỏ. Nếu như nó sự tìm cầu những ảo ảnh và những kinh nghiệm thì nó sẽ dẫn đến những ham muốn và ích kỷ. Chỉ trong sự thăng hoa của tư duy và sự chấm dứt tư duy như thế sẽ làm cho Thiên trở nên nổi bật. Tư duy chỉ có thể nở hoa trong tự do, chẳng bao giờ ở trong phạm trù của tri thức. Kiến thức có lẽ chẳng bao giờ có những kinh nghiệm của một cảm giác tuyệt vời chỉ có tâm đang tìm kiếm những kinh nghiệm những thứ ấy thì thật là non nớt. Sự trưởng thành thoát khỏi những kinh nghiệm. Nó không chịu ảnh hưởng bởi hiện hữu hay không hiện hữu. Sự trưởng thành trong Thiên là thoát khỏi tâm của kiên thức, bởi vì nó hình thành và kiểm soát những kinh nghiệm. Một cái tâm như ánh sáng thực sự cần thiết chứ không phải là kinh nghiệm. Không trưởng thành là sự ham muốn những kinh nghiệm tuyệt vời hơn và lớn hơn. Thiên là sự rong ruổi trong thế giới của kiến thức

và sự tự do bước vào những lãnh vực chưa biết. Tự mình phải tìm thấy chính mình mà không qua bất kỳ ai cả.

Chúng ta có những bậc thầy, những vị cứu rỗi, và những đạo sư. Nếu thật sự bạn muốn biết Thiên là gì thì bạn phải gạt bỏ hoàn toàn những thế lực đó. Hạnh phúc và hỷ lạc bạn có thể mua ở bất cứ đâu nhưng giải thoát thì bạn không thể mua cho cá nhân bạn hoặc cho bất cứ ai. Hạnh phúc và hỷ lạc là sự trói buộc của thời gian. Chỉ khi nào một trạng thái hoàn toàn tự do thì giải thoát mới thật sự xuất hiện. Hỷ lạc cũng như hạnh phúc bạn có thể tìm kiếm bằng nhiều cách nhưng nó đến rồi đi, giải thoát thì không. Bạn không thể kiếm tìm nó. Khi nó có mặt, lệ thuộc hoàn toàn vào tâm của bạn, nó tồn tại một cách không điều kiện và vô tận và không thể đo bằng thời gian. Thiên là sự theo đuổi của hỷ lạc hoặc là sự tìm kiếm hạnh phúc. Hay nói một cách khác Thiên là trạng thái của Tâm mà trong đó không có khái niệm hay một công thức và do đó nó hoàn toàn tự do. Chỉ có một cái tâm như thế thì giải thoát đến không phải tìm kiếm, không mời mọc. Khi thiên có mặt dù là bạn đang sống trong một thế giới đầy náo động thích thú và thù hận, thì những thứ này cũng không ảnh hưởng đến tâm bạn. Khi thiên có mặt thì những xung đột chấm dứt. Nhưng sự chấm dứt những xung đột này không hoàn toàn tự do. Thiên là sự vận động của tâm trong giải thoát. Trong sự giải thoát này cái nhìn được thực hiện một cách innocent và tình yêu là benediction. Tôi không biết bạn đã từng để ý hay không là khi bạn hoàn toàn tập trung có một sự yên lặng hoàn toàn. Và trong sự tập trung đó không có biên giới không có trung tâm cũng không có cái "tôi" được biết hay chú ý. Sự tập trung đó là một trạng thái của thiên. Chúng ta hầu như chưa từng nghe tiếng chó sủa, hay tiếng của một

đưa bé hoặc tiếng cười của một người đàn ông khi ông ta đi ngang qua. Chúng ta tách rời chúng ta ra khỏi mọi thứ và từ sự tách biệt này nhìn và lắng nghe tất cả mọi thứ. Chính sự tách biệt này quá tiêu cực, bởi vì trong đó hàm chứa tất cả những xung đột và nhâm lẫn. Nếu bạn lắng nghe âm thanh của tiếng chuông một cách im lặng hoàn toàn thì bạn sẽ cõi trên nó hơn nữa nó sẽ mang bạn qua những thung lũng và những ngọn đồi.

Cái đẹp của nó là chỉ khi nào bạn và âm thanh là một bạn là một phần của nó. Thiên là sự chấm dứt sự phân biệt không bị lệ thuộc bởi những hoạt động của ý chí hay ham muốn. Thiên không phải là một cái gì đó cách biệt khỏi cuộc sống mà chính ngay trong cuộc sống hằng ngày. Lắng nghe âm thanh của tiếng chuông, nghe tiếng cười của người nông phu khi ông ấy đi ngang qua cùng với vợ ông ta, lắng nghe tiếng chuông của chiếc xe đạp cô một bé gái vừa mới ngang qua. Đó là toàn bộ cuộc sống và thiên bắt đầu. Thiên là nhìn thấy nó là gì và đang là gì. Nhận thức, không có ngôn ngữ, không tư tưởng, là một trong những hiện tượng lạ nhất. Đó là sự nhận thức rất tinh xảo, không những bằng não bộ và còn bằng những ý thức. Sự nhận thức như thế không phải là một phần của trí tuệ cũng không phải là vấn đề của sự cảm xúc. Nó có thể gọi là một sự nhận thức hoàn toàn và nó là một phần của Thiên. Trong Thiên nhận thức mà không có người nhận thức là sự tư duy về cao sâu của không gian. Sự nhận thức này hoàn toàn khác với cái thấy một đối tượng mà không có chủ thể nhận thức. Bởi vì trong sự nhận thức của Thiên không có đối tượng và vì vậy cho nên không có sự cảm nhận. Tuy nhiên thiên thể xảy ra khi mắt đang mở và khi tiếp xúc với những đối tượng chung quanh. Nhưng những đối tượng này không có quan trọng. Khi mắt thấy sắc nhưng không có sự

nhận thức điền này có nghĩa là không có sự cảm nhận.

Vậy Thiên là gì ? Nó không có nghĩa, không có tiêu chuẩn. Nhưng trong Thiên có một trạng thái hỷ lạc mà không phải là những cảm giác bình thường. Đó là cảm giác từ mắt truyền đến não và đưa đến tâm một cách tự nhiên. Nếu không thấy được cuộc sống như là một cái gì đó mới mẻ thì cuộc sống sẽ trở nên một cái vòng lẩn quẩn, buồn tẻ và vô nghĩa. Do đó Thiên là một trong những điều quan trọng nhất. Nó mở ra cánh cửa của bất khả tư nghì. Thiên không lệ thuộc thời gian, thời gian không đưa đến sự thay đổi, nó có thể mang đến những thay đổi cần phải thay đổi như những cải tổ. Thiên thoát ra khỏi sự ràng buộc của thời gian, nó hoàn toàn tự do và nếu như không có tự do thì nó chỉ là một sự chọn lựa và sự xung đột. Chúng ta phải cải tạo xã hội, những bất công, sự suy đồi về đạo đức và sự chia rẽ. Những điều này đã tạo nên những khoảng cách giữa người và người, những cuộc chiến tranh và sự hệt hăng tình thương đã đưa đến sự hủy diệt thế giới. Nếu bạn thiên vì mục đích cá nhân, chỉ vì niềm vui của cá nhân thì đó không phải là thiên. Thiên là một sự thay đổi cơ bản của khối óc và con tim. Điều này chỉ có thể có khi ý thức bên trong hoàn toàn vắng lặng và sự vắng lặng này dẫn đến ý thức tôn giáo. Tâm đó biết được những gì thiêng liêng. Đẹp có nghĩa là sự nhạy cảm. Một thân thể đẹp có nghĩa là có một cuộc sống quân bình và tâm trở nên yên tịnh một cách tự nhiên. Bạn không thể bắt buộc tâm yên tĩnh bởi vì bạn là một kẻ tinh nghịch, bồi rối và lo âu. Làm thế nào bạn có thể làm cho tâm mình an tịnh? Chỉ có khi nào bạn hiểu được yên lặng là gì khi nào bạn hiểu được sự bồi rối là gì, buồn là gì và có phải nỗi buồn là vô tận hay không và khi nào bạn thật sự hiểu được hạnh phúc sau đó ra khỏi những thứ ấy thì

một tâm yên tịnh phi thường sẽ đến; bạn không cần phải tìm kiếm nó. Bạn phải bắt đầu từ đâu và bước đi đầu tiên sẽ là bước đi cuối cùng và đây chính là Thiên. Thiên không phải là một sự trốn tránh cuộc đời, nó không phải là một sự cách biệt mà là những sinh hoạt rất gần gũi với mình đúng hơn là sự hiểu biết về cuộc đời và những phương diện của nó. Cuộc đời có quá ít cơ hội để dâng hiến ngoài những thứ như thức ăn, áo quần, nhà cửa và những khoái lạc với đầy rẫy những khổ đau. Thiên là đi ra khỏi thế giới khổ đau này để trở thành một người hoàn toàn tự do. Cuộc đời sẽ có ý nghĩa hơn và vẻ đẹp của thiên đàng và trái đất là vĩnh hằng. Tình yêu không phải là sự khoái lạc.

Từ điều này tất cả hoạt động bắt đầu, nó không phải là kết quả của sự căng thẳng, của mâu thuẫn, sự tìm kiếm những khát vọng hay là chán nản quyền lực. Nếu bạn thận trọng chọn một tư thế, một vị trí để mà hành thiền thì thiên sẽ trở thành một trò chơi, một thứ đồ chơi của tâm. Nếu bạn thật sự giải thoát khỏi những lo lắng và những khổ đau của cuộc đời rồi nó sẽ trở thành một điều mà bạn không thể hình dung được và đây không phải là thiên. Tâm sáng suốt hay không sáng suốt đều không vai trò gì trong đó cả, thậm chí cũng không biết được lãnh vực và cái đẹp của thiên. Nếu như biết được thì bạn chỉ cần đi mua một cuốn tiểu thuyết. Khi hoàn toàn tập trung vào thiên, bạn sẽ không có cái biết, không có nhận thức cũng không nhớ một sự việc đã xảy ra. Thời gian và tư duy sẽ chấm dứt bởi vì chúng bị giới hạn bởi tầm nhìn của chính nó.

J.Krishnamurti
Minh Tâm dịch

Tâm thư gửi bạn Covid-19

Thích Trí Chơn

Thượng Tọa Thích Trí Chơn hiện là Ủy Viên
Hội Đồng Trị Sự,
Chánh đại diện Phật giáo Quận 12, Trụ trì Tu viện
Khánh An, Q12, Tp. HCM.



Bạn thân mến!

Tôi biết bạn chẳng có tên, tuổi gì cả. Cho đến khi bạn ra đời sau gần một tháng trời, người ta vẫn tranh cãi việc đặt bạn tên gì. Cho dù gọi bạn là Covid19, CoVy, Corona, virus Wuhan, virus China hay gì đi nữa thì cũng chỉ là giả danh, tạm đặt cái tên để dễ xưng hô với nhau.

Có người nói bạn sinh ra từ tô cháo rần, từ nồi lẩu dơi, người thì bảo quê hương của bạn là chợ hải sản, một thuyết khác thì nói bạn được khai sinh từ phòng thí nghiệm. Dù bạn ra đời ở đâu thì chắc chắn rằng bố mẹ bạn là tâm thức con người.

Bạn xuất hiện khiến nhân loại chao đảo, người ta bảo là thiên tai. Nhưng, do nhân tâm mà bạn có mặt nên tôi nói đây là nhân tai. Nếu nói bạn nhỏ thì đúng là bạn chỉ bằng 1/900 của đầu sợi tóc, nhưng nếu nói bạn lớn thì cũng đúng - bạn có thể lớn bằng một chiếc xe, chiếc máy bay, bằng một bệnh viện, một thành phố, thậm chí bằng một quốc gia hay hơn nữa là bằng cả địa cầu.

Tôi gọi bạn là “Con” cũng được mà gọi bạn là “Ngài” cũng không sai. Bạn ở trong con doi, con rắn, con người nên bạn là “Con”. Nhưng nếu bạn ở trong một người khoác chiếc áo thủ tướng, nghị sĩ hay hoàng gia thì bạn nghiêm nhiên được gọi là “Ngài”. Nghĩa là từ thành phần thấp hèn cho đến quyền quý, cao sang, từ những phương tiện giao thông công cộng cho đến chuyên cơ của nguyên thủ, từ nhà trọ cho đến vương cung, đâu bạn cũng có mặt.

Bạn có mặt để làm gì?

Chỉ trong khoảng ba tháng nay, bạn đã định đoạt hơn 43.000 sinh mạng con người đi vào cõi chết và gần 900.000 người đang trong cơn mê (Con số sẽ chưa dừng lại).

Trước giờ con người cho rằng “Trái đất này là của chúng mình”. Vậy nên người ta muốn đi đâu thì đi, muốn làm gì trái đất thì làm. Nhưng bạn xuất hiện, con người chỉ còn bốn lựa chọn: ở nhà, ở khu cách ly, ở bệnh viện hoặc chiếc quan tài.

Con người luôn nhân danh là kẻ đứng đầu lẽ sống, kẻ thống trị thế giới nên điều khiển tất tần tật mọi chuyện trên trời, dưới đất. Giờ thì kẻ thống trị thế giới, điều khiển tất tần tật mọi chuyện dưới đất, trên trời là bạn. Chỉ nghe đến bạn, con người chạy như chạy giặc, trốn như trốn động đất, sóng thần. Bạn có thể bắt con người ngò vào một chỗ và bạn cũng có thể giải tán đám đông.

Người ta oán bạn vì đã làm thế giới hoang mang, có những đô thị phồn hoa giờ như vùng đất chết. Bạn đẩy những mạng người vào hố chôn tập thể, thậm chí người thân không dám đi đưa tang. Bạn khiến kinh tế thế giới suy thoái, giao thương ngưng trệ, chứng khoán lao dốc, sân bay, tàu biển đóng cửa, cơ man là công ty, xí nghiệp phá sản, các khu công nghiệp, dịch vụ, du lịch điêu đứng, hàng triệu người thất nghiệp, trẻ em không được đến trường... Bạn tàn ác.

Nhưng

Nhờ thực tập hạnh lắng nghe của Bồ Tát Quán Thế Âm với sự chú tâm và thành khẩn, ngồi nghe với tâm không thành kiến, không phán xét, không phản ứng, ngồi nghe để hiểu - hiểu những điều đang nghe và cả những điều không nói. Nhờ biết lắng nghe như vậy nên tôi đã thấy được bạn, biết bạn là ai, bạn thuộc dòng họ nào, bạn có mặt nơi đây để làm gì.

Nhiều chục năm nay, anh, chị, em, bà con, dòng họ của bạn; những “túyp người” nóng nảy như động đất, sóng thần, cháy rừng, ngập mặn, khô hạn và cả những “túyp người” âm ỉ bực tức như SARS, HIV, dịch tả, dịch hạch, dịch cúm, đậu mùa, sởi, lao, phong... nhiều lần xuất hiện để thức tỉnh nhân loại.

Tôi biết những cơn động đất, sóng thần, cháy rừng, ngập mặn hay khô hạn kia là sự quần quai, đau thương của đất mẹ, những biến đổi khí hậu, hâm nóng toàn cầu là sự rên xiết của thiên nhiên; những SARS, HIV, dịch tả, dịch hạch, dịch cúm, đậu mùa, sởi, lao, phong ... là sự mất cân bằng sinh thái, tác động trực tiếp lên con người, khiến con người mệt mỏi, nóng sốt với nhiều trạng thái đau đớn thậm chí dẫn đến tử vong.

Vậy mà con người nào có chịu để tâm. Trái đất là căn nhà duy nhất để con người sinh sống; môi trường, không gian là bầu dưỡng khí duy nhất để con người thở. Nhưng, con người cho rằng trái đất không biết đau nên tha hồ vui đập; tài nguyên thiên nhiên không bao giờ cạn kiệt nên tha hồ khai phá, bứt bách. Đạt được sự bứt phá nào đó, con người kiêu hãnh với “trí tuệ”, với “thành công” của mình.

Một người mà kiêu hãnh vì đã đón được cột nhà mình, khoét được mái nhà đang che chở cho mình thì thử hỏi tương lai người đấy đi về đâu. Khoan nói đến đất mẹ hay thiên

nhiên, con người đã đang thiếu tử tế với chính mình.

Mấy tháng nay, trong vô hình, bạn đã lặng lẽ điều chỉnh con người dần về với trật tự của vũ trụ, với thiên nhiên, dần trở về với những gì cần thiết nhất cho lẽ sống tự nhiên của muôn loài, trong đó có con người.

Con người dần ý thức được hai chữ “Dừng lại”. Dừng vận chuyển máy bay, tàu biển, xe lửa, xe hơi, hàng hoá; dừng sản xuất, thương mại, kinh doanh, du lịch; dừng tụ tập, hội họp dưới mọi hình thức. Nó gián tiếp nhắc nhở con người phải dừng khai thác tài nguyên, tàn phá thiên nhiên, chạy đua vũ trang, sản xuất vũ khí, sát hại sinh mạng, phát triển kinh tế, lối sống ích kỷ, đua đòi vật chất, tham lam hưởng thụ... Tất cả mọi cái gọi là “thành công” của con người đều phải “Dừng lại”, vì ít nhiều nó có bóng dáng của tàn ác đối với thiên nhiên.

Bạn Covid19 thân mến!

Kể từ bạn xuất hiện, hai chữ “Dừng lại” đã được con người gọi tên. Một số khẩu hiệu như rửa tay sát khuẩn, đeo khẩu trang, khi tiếp xúc phải cách xa 2 mét. Nó gần như là những câu thần chú cho con người thực tập mỗi giờ.

Vậy thì con người cần phải “Dừng lại” những gì?

Con người đã và đang nằm trên núi vật chất và sống với thói quen hưởng thụ. Hai chữ “Dừng lại” với con người nghe sao lạ quá, thật khó chấp nhận. Phát triển kinh tế thực chất là dồn dập sản xuất, kinh doanh, dùng mọi biện pháp quyền rũ, kích thích người dùng. Thành quả mà con người tạo ra và thụ hưởng suy cho cùng là xác chết của thiên nhiên.

Nếu con người là con của mẹ thiên nhiên thì muôn loài, muôn vật cũng là con của mẹ thiên nhiên, nhưng con người chỉ muốn

quyền ưu tiên thuộc về mình. Con người tự cho mình cái quyền được đào, được bới, được khoan được moi tận sâu thẳm trong trái tim của mẹ - lòng sông, lòng biển, lòng núi, lòng đất. Chưa hết, con cá dưới nước, con chim trên trời, con thú trong rừng cho đến rễ cây, ngọn cỏ đều là... vật dưỡng nhơn.

Con người lấy tinh hoa của thiên nhiên nhiều quá nhưng trả lại thiên nhiên chỉ toàn chất độc. Hiện nay, những cụm từ nguy hiểm chết người như ô nhiễm môi trường, ô nhiễm không khí, ô nhiễm đất, ô nhiễm nước, ô nhiễm tiếng ồn... nghe đã quen tai. Ngay như đồ ăn, thức uống cũng đầy đầy độc tố. Tất cả mọi thứ ô nhiễm này đều xuất phát từ ô nhiễm tâm.

Con người được mẹ thiên nhiên chở che, đùm bọc bằng tình thương yêu lớn quá. Có phải vì “đưa con được chiều thương thiếu ngoan hiền”. Trớ trêu thay, khi quả đang đến thì con người không còn nhớ nhân tạo mà chỉ biết thốt lên... thiên tai.

Covid19 ạ, con người đã dần nhận ra một phần rằng, tài sản lớn nhất là sức khỏe, là sinh mạng chứ không phải vật chất phù phiếm xa hoa; hạnh phúc đích thực là tình người chứ không phải quyền uy, thế lực. Biết là vậy nhưng đê thay đổi thói quen - nghiệp - thì không biết đến bao giờ. Tôi tin con người sẽ thay đổi và bạn chắc chắn cũng sẽ thay đổi. Nghĩa là, thay vì bắt bạn hãy biến đi thì giải pháp phù hợp nhất là con người nên thay đổi chính mình.

Kể từ sau “biến cố Vũ Hán”, con người bắt đầu “Dừng lại”. Dù chỉ một thời gian ngắn thôi mà sức sống kỳ diệu của thiên nhiên như được hồi sinh. Bầu khí quyển đã dần tan màu chết, dòng sông nào đen thẳm, hôi thối nay đã bắt đầu trong và các loài thủy tộc đã biết đùa vui; các đô thị lớn trên thế giới ngày nào hình chụp từ vệ tinh một màu xám xịt, thì nay màu sự sống đã dần sáng ra.

Nhờ “Dừng lại”, không ra khỏi nhà mà những đứa trẻ bắt đầu tìm được tình thương trong vòng tay của mẹ, những phụ nữ tìm được hạnh phúc bên chồng. Con người quen sống với văn minh vật chất bên ngoài nên năng lượng tâm linh bên trong cạn kiệt, hao mòn.

Do đó mọi bất an, sợ hãi, hoang mang, bấn loạn khởi lên. Nhờ “Dừng lại” mà con người có cơ hội được ngơi nghỉ cả thân và tâm, để nhìn lại những tranh giành vô nghĩa với những thành bại, được mất, sướng khổ, có không... để rồi tự chọn cho mình cái gì mới là hạnh phúc bền lâu, tài sản nào mới là giá trị đích thực.

Năm xưa, Đức Thế Tôn đang trên đường đi khát thực, tên cướp Angulimāla đã rượt đuổi với hy vọng lấy được mạng Ngài. Rượt mãi mà không được, tên cướp ra lệnh: “Sa môn Cồ Đàm hãy dừng lại”. Đức Phật khoan thai đáp: “Ta đã dừng rồi, này Angulimāla. Và ngươi hãy dừng lại!”. Tên cướp hét lên: “Ông vẫn đang đi mà sao lại nói dừng rồi”. Đức Phật giải thích: “Trên con đường độc ác, với trượng, với kiếm và cung, Ta dừng lại từ rất lâu. Ngươi cũng hãy dừng lại đi”. Nghe xong, tên cướp đã gục xuống, rơi gươm.

Ánh sáng trí tuệ của Thế tôn đã bẻ gãy thanh gươm tàn độc và cái ác đã phải dừng lại, cúi đầu. Phải chăng con người ai cũng có cái chất “Angulimāla” trước thiên nhiên vạn hữu?

Rửa tay sát khuẩn:

Nhắc nhở rửa tay, cứ ngỡ như chỉ dành cho những đứa bé lên 3. Ấy vậy mà nó đã trở thành hiệu lệnh không chỉ ở cấp quốc gia mà còn mang tính toàn cầu.

Tại sao phải rửa tay? Vì tay bẩn, vì sợ dính Covid19. Con người kinh tởm bạn đến thế sao? Vì cảnh giác cao, nói đến bạn là người ta vội đi sát khuẩn, tức là phải sát... bạn. Giá

như con người cảnh giác từ thuở... cháo rắn, lẫu dơi, hải sản hay ngồi vào phòng thí nghiệm thì câu chuyện đã khác. Nhưng tuyệt đại đa số con người sẽ la toáng lên tôi không ăn cháo rắn, lẫu dơi, hải sản, không ngồi phòng thí nghiệm sao bà Covid19 hãm hại đời tôi thế này?

Bạn hãy trả lời cho con người đi Covid19. Bàn tay không chạm tô cháo rắn, lẫu dơi, hải sản nhưng liệu có chạm tê tê, cây hương, trâu, bò, heo, chó, gà...? Có bôi bỏ tẩm thân người bằng cao hổ, cao khí, cao ngựa, ngà voi, sừng tê giác, vi cá...? Có sử dụng túi xách, mang giày bằng da trâu, da cá sấu, da trăn...? Có mặc ấm, mặc đẹp bằng lông cừu, lông vịt, lông ngỗng...

Không ngồi phòng thí nghiệm nhưng liệu có ngồi phòng máy lạnh, xe hơi, máy bay, hay các công xưởng là những “vật chủ” xa “dòng họ covid19” ra môi trường mỗi ngày? Vậy thì bàn tay nào “sạch sẽ” trước thiên nhiên? Ai không là tội đồ của đất mẹ?

Có phải con người tạo ra ô nhiễm nhưng luôn tự hào với bàn tay sạch? Gặp nhau, con người luôn bắt tay, biểu thị hành động “đoàn kết” và chào nhau với mỹ từ “thân ái”, nhưng trong bàn tay ấy có Covid19 hay không, lời nói kia phun ra có Covid19 không thì chỉ bạn mới biết. Có một phụ nữ bị cáo buộc là kẻ tội lỗi. Rất đông người đã đến xử tội người phụ nữ này bằng cách ném đá. Đức Giêsu đã lên tiếng: "Ai trong các ông với bàn tay sạch thì cứ việc lấy đá mà ném trước đi."

Chiếc Khẩu trang:

Tôi hình dung chiếc khẩu trang được sử dụng để bịt mũi, miệng nhằm bảo vệ người đeo khỏi bị hít thở khói, bụi, mùi hôi... Những người nấu ăn thì mang khẩu trang để tránh nói chuyện khiến nước bọt, nước miếng đi vào thức ăn. Những người làm trong môi trường y tế, hoá chất thì mới mang

khẩu trang phòng ngừa các loại vi khuẩn, dịch bệnh.

Đành rằng, chiếc khẩu trang giúp ngăn ngừa, bảo vệ mũi khi hít thở, nhưng tên của nó là “khẩu trang” cơ mà. Mục đích chính của nó là trang bị cho cái miệng. Cái miệng ăn uống, nói năng, khạc nhổ, phun vãi nhiều quá, mà toàn là những chất phải đưa người khác đi cách ly, đi bệnh viện.

Có phải chiếc khẩu trang nhắc con người hãy tiết độ trong ăn uống, cẩn thận khi phát ngôn, hay quý giá hơn là sống nếp sống im lặng. Con người oa oa từ chiếc nôi rồi oang oang lúc trưởng thành, cho đến nấc nấc lúc sắp vô quan tài. Con người nói cả đời, chưa hề biết im lặng.

Tiếp xúc phải cách xa 2 mét:

Bạn Covid19 hỡi!

Nghịch lý quá phải không. Ai đời, trong tình người, tiếp xúc cách xa ta là thương ta. Kẻ gần ta dưới 2 mét là kẻ xấu của ta. Bạn bản, độc hay con người bản, độc mà để đối xử nhau đến mức thế? Uhm, thì bạn độc, bạn bản, bạn cố tình chui vào miệng, vào mũi con người. Nhưng đó là trường hợp đầu tiên bạn núp trong bát phở rắn, nôi lẩu dơi. Sau đó thì con người cứ phun vào nhau để bạn có mặt toàn cầu. Cái “môi trường kia” “tốt” thế nào mà bạn sinh sôi nảy nở giỏi đến vậy?

Giờ thì, cái bắt tay đã trở thành nỗi sợ hãi, mở miệng nói phải bịt khẩu trang, gặp nhau phải đứng cách xa 2 mét thì đây là thời văn minh gì? Đây là biểu tượng niềm tin giữa con người với con người lúc này.

Sự hiện hữu của Covid19, con người gọi đây là biên cố, là tê liệt kinh tế, là đại dịch toàn cầu, là khủng hoảng nhân loại hay gì gì đi nữa thì thông điệp bạn gửi đến nhân loại có phải là:

1/ Hãy quay về:

Hãy quay về an trú với chính căn nhà của

mình. Hãy đốt lên bếp lò làm ấm hạnh phúc gia đình; đừng la cà ăn chơi, sa vào những thú vui nơi thanh lâu tửu điếm. Đừng tụ tập nơi chốn đông người, để “kết duyên” với Covid19 lắm. Hãy thay đổi thói quen “đông mới vui”. Đàng sau cái “Đông - Vui” ấy là Đui - Vong. (Đui là mù, vong là mất).

An thân chưa đủ, phải an tâm nữa. Hãy quay về căn nhà tự tánh, soi chiếu, dọn dẹp “ô dịch” bên trong. Hãy sát khuẩn tự tâm cho thanh tịnh.

2/ Hãy rửa tay:

Sống với bàn tay sạch - hành động đẹp - biết làm thiện, sống biết ơn, biết kính trọng thiên nhiên, con người và vạn loại chúng sinh.

3/ Chiếc khẩu trang:

Hãy tiết độ trong ăn uống, cẩn thận khi nói năng; nếu có thể hãy thực tập nếp sống của bậc thánh: sống tĩnh lặng.

4/ Sống biết dừng.

Dừng di chuyển với tâm thân này, với mọi phương tiện giao thông chưa đủ, phải dừng “trí tuệ tàn phá thiên nhiên”, dừng “phát minh khoa học hủy diệt”, dừng “thành tựu kinh tế hưởng thụ”.

5/ Ai cũng có sứ mạng

Covid19. Bạn thật nhỏ. Nhỏ lắm. Mắt thường không thấy được. Nhưng bạn biến hoá khôn lường. Trong cái vô hình bạn đã điều khiển tất cả thủy hữu hình. Tiếc thay, do bị sinh ra từ tâm thức tam độc (tham, sân, si) nên bạn trở thành đứa nghịch tử. Nếu được sinh ra từ Bốn tâm vô lượng (từ, bi, hỷ, xả) bạn chắc chắn sẽ được tôn vinh là thiên tử, thánh nhân.

Dù thế nào thì ai xuất hiện trên đời cũng đều có sứ mạng nhất định. Bạn đến đây để nhận tiếng đời trách oán, nhưng cũng không ít người lên tiếng minh oan.

6/ Sống chung an lạc:

“Trái đất này là của chúng mình” phải được hiểu rằng trái đất này là của trời, người, cầm thú, chim muông, sông, biển, núi, rừng, cỏ, cây, hoa, lá, chất rắn, chất lỏng, chất nóng, chất khí; tất cả các loài hữu tình, vô tình, hữu hình, vô hình, các loài được sinh bằng bào thai, bằng trứng, bằng sự biến hoá và sinh nơi ẩm thấp... Con người chỉ là một trong vô số sự sống. Trong thiên nhiên không có chức vụ “kẻ thống trị thế giới” mà chỉ có hoà đồng, sống chung an lạc.

7/ Thiên nhiên tự hài hoà.

Bạn không xuất hiện nhưng bạn khiến thế giới biểu hiện. Bạn vô hình nhưng bạn tác động lên thế giới hữu hình một cách mãnh liệt trên cả hai bình diện sinh và diệt. Trong nỗi lo bệnh và chết của con người thì có mầm hồi sinh của thiên nhiên vạn hữu. Đây là sự cân bằng hài hoà ngoạn mục, tái cấu trúc sự sống muôn loài.

8/ Cuộc mong manh.

Kiếp người mong manh, mong manh như chính sự sống của Covid19. Bơi trong không khí, bạn sống được 3 tiếng, bám trên kim loại đồng 4 tiếng, bìa carton 24 tiếng, nhựa và thép không rỉ 3 ngày, trên bề mặt vật dụng gia đình 9 ngày.

Con người bám trên trái đất này được tính bằng chục năm, trăm năm nhưng một khi Covid19 gọi tên thì mạng sống không hơn Covid19 lắm.

9/ Một trong tất cả.

Hơi thở của một người bên Dương Tử giang lại có thể tác động đến hơn bảy tỷ người trên thế giới. Như vậy để thấy một niệm khởi lên đều tương tác đến cả nhân loại. Thế nên, hãy luôn khởi niệm thiện lành cho thế giới này tươi đẹp.

Chào thân mến,

Thích Trí Chơn

01/04/2020

Hư Hư Lục

Thích Nữ Như Thủy

Mở Mắt Chiêm Bao

Thuở xưa, có một chú sa di tên là Tăng Hộ. Tăng Hộ xuất gia với vị thầy tế độ, một vị La Hán, nguyên là cậu ruột của chú.

Một hôm Tăng Hộ được thí chủ dâng cúng hai xấp vải thật đẹp, chú mừng lắm định về dâng lên thầy để tỏ lòng biết ơn và kính mộ của mình. Ngờ đâu khi mới mở lời, vị thầy tế độ của chú đã gạt đi:

-Thôi! Ta đã đủ ba y rồi, con hãy giữ lấy mà xài hoặc dâng cúng những vị nào còn thiếu. Chú Tăng Hộ năn nỉ đến ba lần nhưng thầy chú vẫn một mực từ chối. Tăng Hộ đâm ra buồn rầu, bực bội, vừa đứng quạt hầu cho thầy, chú vừa để dòng tư tưởng trôi lan man... mình tứ cố vô thân chẳng có ai để nương tựa... Chỉ có cậu mình là người thân nhất trên đời. Vậy mà cậu cũng không thương ta, vậy ta còn sống ở đây chi cho bận lòng ông. Ta đã năn nỉ ông ba lần mà ông cứ lạnh lùng từ chối... Thôi, ta đi khuất mắt cho rồi... nhưng ta đi đâu bây giờ? Lấy gì mà sinh sống... Á! Phải rồi! Mình sẽ bán xấp vải lấy tiền mua một con bê để nuôi, hằng ngày mình dắt bê đi ăn cỏ bên vệ đường vừa thanh thản, vừa ít tốn kém. Loài thú này sanh sản rất mau nên chừng vài năm là mình đã có một bầy gia súc. Mình sẽ bán bớt đi để tậu nhà cửa, ruộng đất, giường chõng... đồ đạc trong nhà cho khang trang và đến lúc trưởng thành mình sẽ cưới một cô vợ. Khi đưa con đầu lòng chào đời, mình sẽ bế nó đến quy y với cậu mình...

(Xem tiếp trang 29)

Vài nét về Pháp môn Tịnh độ và hành trì Tịnh độ tại Việt Nam

Theo Văn Hóa Phật Giáo



Sau khi Phật niết bàn, những lời dạy của Ngài đã được các vị thánh đệ tử kết tập lại thành ba tạng kinh điển, trong đó triển khai tám vạn bốn ngàn pháp môn tu tập, khai mở cho chúng sanh con đường dứt trừ vọng tưởng, thâm nhập chân như. Một trong vô số pháp môn tu tập, với sự hành trì rất đơn giản nhưng thành tựu nhiệm màu, đó là pháp môn Tịnh độ.

Vài nét về Pháp môn Tịnh độ và hành trì Tịnh độ tại Việt Nam

Pháp môn Tịnh độ là một trong mười tông phái của Phật giáo Trung Hoa, đây là tông phái siêu việt được các bậc cổ đức liệt vào tông phái Đại thừa viên đốn. Nói Đại thừa bởi tông này lấy tâm bồ đề làm nhân, lấy quả vị cứu cánh Phật làm quả. Nói Viên bởi tông này lý sự vẹn toàn, tóm thâu bốn giáo trước (Tiểu thừa giáo, Đại thừa thi giáo, Đại thừa chung giáo, Đại thừa đốn giáo). Nói

Đốn bởi tông này không luận bàn về pháp tướng, mà chỉ chuyên ròng về chân tánh, không cần trải qua nhiều thứ lớp, tu tập trong một đời có thể chứng lên quả vị Bất thối chuyển (A bệ bạt trí). Đây quả thật là điểm siêu xuất của tông Tịnh độ.

Giáo nghĩa Tịnh độ được y cứ trên ba bộ kinh và một bộ luận làm cơ sở nòng cốt để phát huy, đó là Phật thuyết A Di Đà kinh, Vô Lượng Thọ kinh, Quán Vô Lượng Thọ kinh (còn gọi Thập Lục Quán kinh) và một bộ luận là Tịnh độ vãng sanh luận của Bồ tát Thế Thân.

Nơi Tịnh xá Kỳ viên thuộc nước Xá Vệ, Đức Thế Tôn tuyên thuyết kinh A Di Đà. Ngài tóm lược giới thiệu vị giáo chủ và y báo trang nghiêm của thế giới Cực lạc, khuyên chúng sanh phát nguyện sanh về thế giới đó, bằng phương pháp chuyên trì danh hiệu Phật, đồng thời dẫn lời tán dương và ấn

chúng của mười phương chư Phật để làm tăng tiến niềm tin cho người niệm Phật. Ở núi Kỳ Xà Quật thuộc thành Vương Xá, Ngài tuyên thuyết kinh Vô lượng thọ, diễn tả quá trình hành Bồ tát đạo của tỳ kheo Pháp Tạng (tiên thân Phật A Di Đà), trong khi tu nhân đã đối trước Đức Thế Tụ Tại vương Như Lai phát bốn mươi tám đại nguyện thù thắng cao cả, để trang nghiêm Phật độ, nhiếp hóa quần sanh; kể đó nói về công đức tu hành, trí tuệ thân biến của thánh chúng cõi ấy, khiến chúng sanh tâm khát ngưỡng phát nguyện sanh về.

Tại vương cung Tân Bà Sa La thuộc thành Vương Xá, do sự thỉnh cầu của hoàng hậu Vi Đề Hy, Ngài tuyên thuyết kinh Quán vô lượng thọ, chỉ bày mười sáu pháp quán làm nhân tố cầu sanh Tịnh độ, đây là những pháp quán rất tinh vi và sâu thẳm. Sau này Bồ tát Thế Thân nương vào kinh Vô lượng thọ tạo bộ Tịnh độ vãng sanh luận, tán dương cảnh giới trang nghiêm thù thắng của Cực lạc và xiển dương pháp tu Ngũ niệm môn (lễ bái, tán thán, phát nguyện, quán tưởng và hồi hướng) làm nhân tố cầu sanh. Ngoài ba kinh và một luận trên, còn có rất nhiều kinh luận Đại thừa khác như Hoa Nghiêm, Pháp Hoa, Bảo Tích..., Đại Trí Độ, Đại Tỳ Bà Sa... cung đều tán thán và đề cao tư tưởng cầu sanh Tịnh độ Phật A Di Đà.

Khi Phật giáo mới truyền sang Trung Hoa, pháp môn Tịnh độ đã sớm hòa nhập vào dòng tư tưởng của người bản xứ. Trung Hoa quả thật là một mảnh đất màu mỡ, để tông Tịnh độ đâm chồi nảy lộc. Sau Ca Diếp Ma Đằng và Trúc Pháp Lan, kế tiếp có các đại sư từ Ấn Độ sang, phụng sắc chỉ dịch các bộ kinh từ chữ Phạn sang Hán, kinh sách Tịnh độ cũng được theo đó mà truyền vào.

Thời Đông Tấn (317- 419), Pháp sư Đạo

An (312- 385) đã làm sách luận về Tịnh độ, mở trường pháp phái nêu rõ chánh tông, phát huy những điểm đặc sắc của Tịnh độ. Dưới thời Tào Ngụy (220-280), Ngài Khang Tăng Khải (đến Trung Quốc năm 252) dịch kinh Vô Lượng Thọ. Đời Dao Tần (còn gọi Hậu Tần 354-417), bậc dịch kinh nổi tiếng Cưu Ma La Thập (344- 413), phụng dịch Phật thuyết A Di Đà kinh. Thời Lưu Tống (năm 420), Ngài Cương Lương Da Xá (383- 420) dịch Quán Vô Lượng Thọ kinh. Từ đó, giáo nghĩa tông Tịnh độ đã hoàn bị. Vào đầu thế kỷ thứ năm, hệ tư tưởng hình thành tông phái tín ngưỡng Di Đà giáo đã chính thức khai nguyên; bậc cao Tăng được đăng quang lên ngôi vị khai tổ là đại sư Huệ Viễn (344- 415) ở chùa Đông Lâm Lô Sơn, lừng danh với hội Bạch Liên Xã mà âm hưởng còn vang vọng đến ngày nay.

Sau đó vào thời Tuyên Đế - Bắc Ngụy (500-512), pháp sư Bồ Đề Lưu Chi (sang Trung Hoa vào năm 508) dịch bộ Tịnh độ vãng sanh luận của Bồ tát Thế Thân, là bộ luận căn bản, đến đây hệ thống giáo nghĩa của tông Tịnh độ đã hoàn thành.

Pháp môn Tịnh độ còn gọi là pháp môn niệm Phật. Ý nghĩa niệm Phật là đem tâm thanh tịnh mà tưởng nhớ đến công đức mẫu nhiệm và thân tướng trang nghiêm của Phật. Chữ Niệm ở đây là một tâm sở trong năm biệt cảnh tâm sở, ý nghĩa của nó là nhớ nghĩ vào hiện tại, buộc tâm vào một đối tượng không rong ruổi theo niệm trần, nhưng niệm này không hề lụy vào một cảnh giới nào mà thông suốt ba đời, thường tỉnh thường giác hiện rõ trước mặt. Chữ Phật là chỉ cho bản thể bất sanh bất diệt, cái chân như thật tánh bình đẳng ở nơi chư Phật và chúng sanh. Hành giả niệm Phật là quán tưởng thân tướng hay niệm danh hiệu Phật, danh này

bao trùm các công đức, trí tuệ, từ bi... của các Đức Phật.

Do đức lập, nhờ danh chiêu cảm đức. Lấy danh hiệu làm cảnh sở niệm, tâm thanh tịnh làm đối tượng năng niệm, thường trụ vào bản tánh bất sanh bất diệt ấy tất sẽ đạt đến cảnh giới an vui chân thật. Hành giả thường trụ vào câu Phật hiệu hay quán tưởng thân tướng trang nghiêm của Phật, với tâm thanh tịnh sẽ tạo thành một năng lực tuyệt đối nhiệm mầu, quét sạch mọi vọng tưởng điên đảo, khơi dậy tự tánh Di Đà bên trong của mỗi chúng sanh. Từ đây vọng tưởng quyết dứt trừ, cảnh giới an vui lặng mầu sẽ hiển lộ, như trong Quán vô lượng thọ kinh có dạy: "Chư Phật Như lai là thân pháp giới, vào trong tâm tưởng chúng sanh, cho nên tâm các người tưởng Phật thì tâm ấy là ba mươi hai tướng tốt tám mươi vẻ đẹp, tâm ấy làm Phật tâm ấy là Phật. Biến chánh biến tri của Phật từ nơi tâm tưởng mà sanh, vì thế các ông phải nhớ nghĩ và quán tưởng kỹ thân của Đức Phật kia".

Lập trường căn bản của tông Tịnh độ được kiến lập trên nền tảng của nhân quả, tức có gây nhân mới mong hưởng quả. Điều này xác quyết, hành giả nếu muốn mai hậu làm thánh chúng cảnh giới Cực lạc thì ngày hôm nay phải có tư cách của bậc thánh. Vì vậy, trong cuộc sống hiện tại, hành giả cần phải thường xuyên cải hóa ba nghiệp thân khẩu ý hướng đến chiều hướng thanh tịnh. Ví như học trò trong việc học tập phải có sự tiến bộ, từ lớp nhỏ tiến dần đến lớp lớn, có như vậy mới mong có ngày thành tài đỗ đạt. Người niệm Phật cũng thế, nếu hôm nay cứ sống trong sự buông thả, không chịu nỗ lực tinh tấn tu hành, mà cứ van xin và tin rằng ngày mai Phật sẽ cứu độ; nếu tin như thế thì thật trái với lý nhân quả, chẳng khác nào luận thuyết của ngoại đạo và hoàn toàn không

phù hợp với giáo lý nhà Phật.

Vẫn biết, pháp môn Tịnh độ là pháp phương tiện siêu thắng, cho dù đến bậc Bồ tát Đẳng giác còn chưa thấu triệt rốt ráo, và nguyện lực tối thâm của Phật A Di Đà thật là vô tận, hàm nhiếp tất cả nguyện lực của mười phương ba đời chư Phật. Đối với nghiệp lực của phàm phu, ngay cả đến các bậc Sơ địa Bồ tát, nếu không nương vào oai lực tiếp độ của Phật, chỉ nương vào sức tự lực tu hành của mình cũng không thể vãng sanh. Nhưng tha lực đó chỉ thành tựu trên cơ sở hành giả phải có sức tự lực. Ví như người mẹ luôn nghĩ đến con, nhưng người con không nghĩ đến mẹ, thì dẫu mẹ có thương con cũng đành cam chịu không thể cứu được. Tha lực của Đức Phật cũng thế, mặc dầu vô song, nhưng điều quan trọng ở điểm là hành giả có hội đủ tư cách tu trì, có chân thành tiếp nhận sự cứu độ đó hay không. Có rất nhiều người tu Tịnh độ, không nhận ra được lý này, rồi quan niệm Đức Phật như một đấng thần linh luôn ban ân cứu rỗi, và cảnh giới Cực lạc chẳng khác nào thiên quốc của thần giáo. Để rồi từ đó có lắm kẻ thiên cận cho rằng pháp tu Tịnh độ là pháp của ngoại đạo mê tín dị đoan, hoặc là hành môn của hạng hạ căn. Đây quả thật là những ngộ nhận sai lầm đáng tiếc đã xảy ra.

Tóm lại, người niệm Phật muốn vãng sanh Tịnh độ, ngoài lực hộ trì và tiếp dẫn của Phật, cần phải có sức tự lực tu tập, tức phải có chánh nhân Tịnh độ. Theo kinh Quán Vô lượng thọ, hành giả muốn được vãng sanh Tịnh độ phải hội đủ ba điều kiện: "Một là hiếu dưỡng cha mẹ, phụng thờ sư trưởng, giữ lòng từ không sát hại, tu tập mười nghiệp lành. Hai là thọ trì ba pháp quy y, đầy đủ các giới không phạm oai nghi. Ba là phát Bồ Đề tâm, tin sâu lý nhân quả, đọc tụng kinh điển Đại thừa, khuyên người khác

cùng tu". Ba điều trên đây gọi là chánh nhân Tịnh độ. Ba điều này có thể tóm thâu vào hai việc, một là phát Bồ Đề tâm, hai là nghiêm trì tịnh giới.

Việc đầu tiên của người niệm Phật là phát Bồ Đề tâm. Thế nào là phát Bồ Đề tâm? Tức phát tâm trên mong cầu quả vị Phật, dưới mong hóa độ các loài chúng sanh. Người tu Phật nếu không phát Bồ Đề tâm, dầu có tinh tấn thực hành các hạnh lành cũng chỉ là nhọc công vô ích. Điều này trong kinh Hoa Nghiêm có dạy: "Vong thất Bồ Đề Tâm, tu chư thiện pháp, thị danh ma nghiệp" (Quên mất tâm Bồ Đề, dầu tu các hạnh lành, cũng đều là nghiệp ma). Vì vậy, hành giả muốn thành tựu ước nguyện vãng sanh, thì trước hết phải phát tâm Bồ Đề mà niệm. Đây là điểm vô cùng quan trọng không thể thiếu đối với người tu Phật nói chung và người tu Tịnh độ nói riêng.

Điều cần thiết thứ hai của người niệm Phật là nghiêm trì tịnh giới. Tức mỗi người tùy theo giới luật bản thân đã thọ mà hành trì. Bởi vì bất kỳ tông phái nào trong đạo Phật cũng không thể ly khai tinh thần giới luật, vì giới là nền tảng nhập đạo, là thọ mạng của Phật pháp. Nếu không có giới thì định huệ cũng không từ đâu phát sanh. Giới định tuệ đã không phát sanh thì Pháp thân huệ mạng biết nương đâu thành tựu.

Lại đối với tông Tịnh độ, việc giữ giới lại càng thiết yếu, chúng ta có thể nói Luật tông và Tịnh độ tông là hai tông phái hỗ trợ bao trùm và không thể tách rời nhau. Hai tông này tóm thâu toàn bộ tám tông khác của Đại thừa, như đại sư Thái Hư nói: "Luật là nền tảng của tam thừa, Tịnh độ là mái che chung tam thừa". Hành giả nghiêm trì giới luật, từ đó câu niệm Phật mới hiển lộ hết công năng mâu nhiệm, như trong kinh Quán

Vô lượng thọ có dạy: "Một câu niệm Phật, có thể tiêu trừ tám mươi vạn ức kiếp sanh tử trọng tội".

Trên nền tảng của việc phát Bồ Đề tâm và nghiêm trì tịnh giới, hành giả phát tâm khát ngưỡng cầu sanh Tịnh độ. Tâm cầu sanh Tịnh độ này phải hội đủ ba đức tính quyết định là tín sâu, nguyện thiết và hạnh chuyên. Tín là đức tin, là yếu môn để nhập đạo, là cội nguồn của mọi công đức. Người tu Phật thiếu mất yếu tố này sẽ không thoát ly sanh tử, đạt kết quả an vui giải thoát. Bởi tất cả công đức vô lậu đều nương nơi tín lập và do tín mà thành, như trong Khế kinh có dạy: "Phật pháp như biển cả do tín mà vào". Hành giả niệm Phật ngoài việc có đức tin trong sạch tuyệt đối với Tam bảo, với sự tìm hiểu bằng kiến chiếu của trí tuệ Bát nhã kiên định không ngờ vực, trên nền tảng đó gia thêm lòng tin kiên cố vào pháp môn niệm Phật. Đức tin này được dựng lập trên ba điểm.

Thứ nhất hành giả tin tưởng Đức Phật Thích Ca là bậc đã thân chứng cảnh giới Tịnh độ, những lời dạy của Ngài về cảnh giới Cực lạc và khuyên chúng sanh phát nguyện cầu sanh là có thật. Hai là tin Đức Phật A Di Đà với bốn mươi tám đại nguyện vĩ đại tiếp độ chúng sanh, nếu ai có tâm mong về thế giới của Ngài thì người ấy sẽ được Phật tiếp độ. Ba là tin vào tự tánh thanh tịnh, vào khả năng sẵn có của mình, nếu hiện đời phát tâm niệm Phật thì mai hậu quyết định sẽ được vãng sanh Tịnh độ.

Trên cơ sở của tín, hành giả cầu sanh Tịnh độ cần phải có đủ yếu tố thứ hai là Khẩn thiết phát nguyện. Trong "Phát Bồ Đề tâm văn" của đại sư Tịnh Am có dạy: "Nhập đạo yếu môn, phát tâm vi thủ, tu hành cấp vụ lập nguyện cư tiên. Nguyện lập tác chúng sanh khả độ, tâm phát tác Phật đạo kham

thành" (Cửa yếu vào đạo lấy sự phát tâm làm trước, việc cấp thiết tu hành lấy lập nguyện làm đầu, nguyện có lập thì chúng sanh mới độ, tâm co phát thì Phật đạo mới thành). Lời dạy của Tổ sư đã cho chúng ta thấy được tầm quan trọng của sự phát nguyện đối với việc tu hành như thế nào.

Tâm nguyện cầu sanh Tây phương theo Thiên Thai Trí Giả đại sư gồm hai điều là yêm ly và hân nguyện. Tâm yêm ly là tâm chán lìa. Hành giả phải luôn Ý niệm sắc thân này vốn là hư tướng, chỉ là sự tổ hợp của năm uẩn luôn nhuốm màu khổ đau và bất tịnh. Thân phận con người so với chư thiên chẳng khác nào bầy dòi chen chúc trong hầm phân. Mọi phiền não cuộc đời luôn cấu xé tâm can, chúng như những mũi tên độc găm vào da thịt như những trận tra tấn cực hình. Nhờ thường xuyên quán sát như thế, hành giả sanh tâm nhàm chán, đối với thân xác và mọi thú vui dục lạc ở đời sẽ không sanh tâm đắm nhiễm.

Tâm chán bỏ thế giới Ta bà càng lớn thì chí nguyện cầu sanh càng mạnh. Người niệm Phật trước sau chỉ có một ước nguyện duy nhất là mong cầu sớm thoát khỏi lao tù Ta bà hiện tại, nguyện thác sanh về Cực lạc ngày mai. Tâm tha thiết cầu sanh đó ngăn trâu kéo không lại. Chẳng khác nào như kẻ tha phương trông ngóng cô hương, người xa cha mẹ mong ngày đoàn tụ, như trong Di Đà sơ sao có câu: "Trông về Cực lạc như nhớ cô hương, ngưỡng mến đức Từ tôn như cha mẹ".

Tín nguyện đã đầy đủ nhưng thiếu phần Hạnh, người tu Tịnh độ cũng khó thành tựu, vì vậy cần phải chú trọng vấn đề hành trì. Đại sư Ngẫu Ích tụng dạy: "Được vãng sanh hay không cũng đều do ở tín và nguyện; phẩm vị cao hay thấp là bởi ở chỗ hành trì có cạn hoặc sâu".

Tín và Nguyện đã có, tức đã chuẩn bị tư lương, nhưng muốn đạt mục đích, hành giả cần phải thực hiện các sự nghiệp phước đức và trí tuệ. Đây là món tư lương thứ ba của người tu niệm Phật. Ngoài việc tu tạo phước đức trí tuệ và giữ gìn giới luật làm trợ hạnh vãng sanh, hành giả phải thực hành chánh hạnh. Chánh hạnh ở đây là phát tâm thanh tịnh thường trì thánh hiệu Phật. Theo pháp môn Tịnh độ thì việc niệm Phật bao gồm bốn môn là Thật tướng niệm Phật, Quán tướng niệm Phật, Quán tượng niệm Phật và Trì danh niệm Phật.

Thật tướng niệm Phật là thể nhập vào đệ nhất nghĩa đế niệm tánh Phật bản lai của mình. Bản thể xưa nay vốn thanh tịnh vắng lặng không bị phiền não cấu nhiễm. Hành giả trụ tâm vào tánh Phật bản lai đó, khiến tâm không vọng động, không chạy theo niệm trần, tâm lặn hồi trong sáng thể nhập vào cảnh giới nhất tâm.

Quán tướng niệm Phật là hành giả quán tưởng Chánh báo và Y báo trang nghiêm của Đức Phật A Di Đà và thế giới Cực lạc, cho đến khi mở mắt hay nhắm mắt, cũng đều thấy cảnh giới Cực lạc rõ ràng.

Quán tượng niệm Phật là người tu luôn nhiếp tâm vào hình tượng của Phật A Di Đà, cho đến khi có đối trước hay không đối trước tượng, hình tượng oai nghiêm của Phật A Di Đà vẫn hiện ra trước mắt.

Sau cùng là trì danh niệm Phật, đó là niệm thầm hay niệm ra tiếng bốn chữ hay sáu chữ "Nam mô A Di Đà Phật". Hành giả niệm Phật với tâm tha thiết chí thành không xen lẫn tạp niệm, chỉ chú tâm vào danh hiệu Phật lặn hồi sẽ thể nhập vào cảnh giới nhất tâm.

So với ba môn trước thì pháp trì danh niệm

Phật có phần giản dị dễ tu và dễ thành tựu. Đây quả thật là phương tiện thù thắng trong các phương tiện, là đường tắt tu hành trong mọi đường tắt, như trong Di Đà sơ sao có câu: "Ví như chim hạc tung mình đâu bằng đại bàng cất cánh, ngựa ký ruồi vó đâu bằng rồng chúa tung bay".

Bởi do căn tánh của chúng sanh có thiên sai vạn biệt, nên pháp trì danh được các bậc cổ đức chia thành nhiều cách, như Ký thập trì danh; Phản văn trì danh; Sở châu trì danh; Tùy tức trì danh; Truy đánh trì danh; Giác chiếu trì danh; Lễ bái trì danh; Liên hoa trì danh; Quang trung trì danh và Quán Phật trì danh. Trong đó có thể nói pháp Ký thập trì danh là pháp tu rất dễ thành tựu, dễ đưa hành giả chứng đắc Niệm Phật tam muội.

Sanh tiền, đại sư Ấn Quang thường khuyên các liên hữu nên ứng dụng cách thức này, đó là cách niệm ký số, cứ mười câu làm một đơn vị, người hơi dài có thể niệm thành hai lượt, một lượt năm câu, người hơi ngắn có thể chia thành ba lượt, hai lượt đầu ba câu và lượt sau bốn câu. Sau khi niệm đủ mười câu, thì đếm một vài lần cho đến khi được một trăm, tức niệm được một ngàn. Cứ như thế lại đếm từ đầu là một lại, từ đó có thể biết một ngày niệm được bao nhiêu vạn. Niệm theo lời này tâm đã niệm Phật lại còn ghi nhớ số. Như vậy dù không chuyên cũng bất buộc chuyên, nếu không chuyên thì sẽ bị sai lạc số mục. Cho nên pháp này là một phương tiện cưỡng bức giúp cho hành giả chuyên tâm, rất có công hiệu và đưa đến thành tựu cho người niệm Phật một cách nhiệm màu.

Ngoài ra, vấn đề quan trọng của pháp niệm Phật là trong khi niệm phải giữ tâm thanh tịnh, bởi tâm thanh tịnh là nhân tố quyết định cho việc thành tựu cảnh giới nhất tâm.

Muốn đạt được điều này cũng theo tổ sư Ấn Quang: "Khi hành giả đề khởi câu Phật hiệu, tai phải nghe rõ ràng từng chữ, tâm phải trụ vào câu Phật hiệu, không chạy theo vọng trần và nhiếp tâm liên tục hành giả sẽ tiến sâu vào cảnh giới chánh định". Theo đại sư Liễu Nhất: "Khi tâm chuyên chú vào câu Phật hiệu, quên cả thân tâm ngoại cảnh, tuyệt cả không gian thời gian, đèn lúc sức lực công thuần ngay cả nơi niệm trần mà vọng hoặc tiêu tan, tâm thể bừng sáng, hành giả có thể chứng được niệm Phật tam muội". Qua những điểm trình bày sơ lược về ba yếu tố Tín, Nguyện, Hạnh của pháp môn niệm Phật, chúng ta thấy pháp môn này có phần đơn giản dễ thực hành mà kết quả lại cao tuyệt. Môn này quả thật là pháp môn siêu tuyệt, là thuyên từ ra khỏi Ta bà, là cửa mâu đề vào Phật đạo: "Xuất Ta bà chi bảo phiệt, thành Phật đạo chi huyền môn". Sự dễ tu dễ chứng so với các pháp môn khác được các bậc cổ đức đánh giá: "Tu các pháp môn khác, như con kiến bò dọc theo ống tre, hành trì môn Tịnh độ như con kiến đục thủng ống tre ra ngoài".

Phải chăng, pháp môn Tịnh độ là pháp môn duy nhất trong thời mạt pháp, để cho chúng sanh y cứ tu tập thoát ly sanh tử luân hồi; như trong kinh Đại tập nguyệt tạng, Đức Phật có dạy: "Mạt pháp ức ức nhân tu hành, hãn nhất đắc đạo, duy y niệm Phật đắc độ sanh tử" (Thời mạt pháp vạn vạn người tu hành, song ít có người đắc đạo, chỉ nương vào pháp môn niệm Phật mà khởi thoát luân hồi). Đó có phải là mật ý vi diệu, là tình thương bao la của bậc có trí tuệ bất tận đối với chúng sanh căn cơ hèn kém, như trong kinh Vô lượng thọ nói: "Đương lai chi thế, kinh đạo diệt tận, ngã dữ từ bi ai mãn, đặc lưu thử kinh chi trụ bách tuế. Kỳ hữu chúng sanh trị tư kinh giả, tùy ý sở nguyện, giai khả đắc độ" (Trong đời tương lai, khi kinh

đạo diệt hết, Ta dùng sức từ bi thương xót, riêng lưu trụ kinh này một trăm năm. Chúng sanh nao gặp, tùy theo sở nguyện, đều có thể đắc độ).

Vì tính cách khế lý khế cơ ấy mà từ trước đến nay không biết bao nhiêu người niệm Phật được kết quả vãng sanh. Sự màu nhiệm đó như rồng bay phượng múa, ngọc chạm vàng khua mà trong "Tịnh độ thánh hiền lục" đã ghi lại rõ ràng. Pháp môn này lại bao quát cả ba căn, trên từ các bậc Đẳng giác Bồ tát, các bậc Đại đức cao tăng, dưới cho đến những kẻ cùng hung cực ác, nhần đến những loài súc sanh như hồng, sáo, uyên ương, se sẻ... cũng nhờ trì niệm danh hiệu Phật A Di Đà mà được thoát ly thân cảm thú sanh về cảnh giới Tịnh độ.

Trải qua bao thế hệ thăng trầm của dòng thời gian biến đổi, các tông phái khác có nguy cơ bị hoại diệt hoặc trở thành một triết lý hỗ tương. Riêng tông Tịnh độ có tính cách thiết thực, đã ngày càng đứng vững và phổ cập, trở thành một trong hai tông phái tu tập căn bản của Phật giáo Đại thừa là Thiên tông và Tịnh độ tông. Có thể nói đây là hai tông phái bao trùm toàn bộ tinh hoa, đường lối tu tập của Phật giáo Đại thừa.

Với sự tán dương truyền thừa tông Tịnh độ, từ trước đến nay đã có biết bao vị cao tăng thạc đức, các bậc văn nhân chí sĩ... đã làm các số giải, các luận văn, làm truyện, làm kệ, làm thi, làm phú... để khen ngợi và xiển dương tông phái này.

Ngoài ra, các bậc cao đức, chuyên tu tịnh nghiệp, cầu sanh Tây phương số lượng không sao kể xiết, như Ngài Bách Trọng Hoài Hải với bản Bách trọng thanh quy làm quy củ cho Thiên tông, cũng không ngoài ý nghĩa quy túc Tịnh độ. Các Tổ bên

Thiên tông như Vĩnh Minh Diên Thọ; Thiên Như Duy Tắc; Thiên Thai Hoài Ngọc... Bên Luật tông như các Ngài Nguyên Chiêu; Hoài Tố... Bên Tam luận tông như các Ngài Cát Tạng; Đạo Lăng... Bên Duy thức tông như các Ngài Khuy Cơ; Hoài Cảm... Bên Mật tông như các Ngài Bất Không; Hồ Đồ Khắc Đồ... Bên Hoa Nghiêm tông như các Ngài Đỗ Thuận; Trùng Quán... Bên Pháp Hoa tông như các Ngài Trí Giả; Quán Đảnh... Các bậc cao tăng xướng lãnh các tông phái trên đây và vô số danh tăng khác, cũng đều phát nguyện cầu sanh cảnh giới Cực lạc.

Tại nước Việt Nam, pháp môn Tịnh độ đã sớm truyền vào và phát triển mạnh mẽ. Trong thế kỷ XI, có thiền sư Tĩnh Lực (thuộc phái Vô Ngôn Thông) là vị đã chứng niệm Phật tam muội. Cũng trong thế kỷ này, một lang tướng của Lý Thánh Tông đã dựng một tượng Phật A Di Đà cao hai thước rưỡi tây tại núi Lan Kha, huyện Tiên Du tỉnh Bắc Ninh. Thiền sư Không Lộ (mất năm 1141) đã từng dựng tượng Phật A Di Đà ở chùa Quỳnh Lâm. Thảo Đường quốc sư, vị khai tổ dòng thiền thứ ba của Phật giáo Việt Nam (vào thế kỷ XI) đã khuyên đồ chúng nên tu Tịnh độ với bài Pháp ngữ thị chúng tuyệt vời. Tôn giả Huyền Quang tam tổ thiền phái Trúc Lâm cũng đã lập tháp Cửu phẩm liên đài tại chùa Bút Tháp để khích lệ tứ chúng cầu nguyện vãng sanh. Thời cận đại có các bậc cao tăng như HT. Tâm Tịnh, HT. Khánh Anh, HT. Hải Tràng, HT. Trí Thủ, HT. Thiên Tâm... đã tự tu và truyền bá pháp môn này từ Bắc chí Nam, làm cho Phật pháp được hưng thịnh và lan truyền cho đến ngày hôm nay.

Thiền nghĩ, trên bước đường tu tập người xuất gia lẫn tại gia, ai cũng mong muốn đạt đến kết quả giải thoát giác ngộ, nhưng thành tựu sở nguyện đó là điều không phải dễ dàng. Khi tự thân chúng ta luôn tràn đầy những

nghiệp lực chi phối, cộng thêm hoàn cảnh xã hội bên ngoài, luôn có những năng lực tác động đưa con người đi vào trong quỹ đạo của dục vọng đê hèn. Chỉ một tập quán xấu nhỏ nhưng diệt trừ nó không phải đơn giản, hoặc một chút điều lành nhưng thực hiện không phải một sớm một chiều. Để rồi trong âm thầm, cuộc sống của chúng ta cứ trôi lăn trong vòng sanh tử, trong sự chỉ đạo của phiền não, tồn tại với bao ước vọng hão huyền, rồi một mai khi tám thân tứ đại này tan rã, biết hướng về đâu mà nương tựa.

Chi bằng, đặt trọn tâm lòng thành hướng về với Tam bảo, mỗi niệm xả ly Ta bà, mỗi niệm cầu về Cực lạc. Quyết chí nương nhờ Phật lực, phát nguyện cầu sanh Tây phương, đến khi thành tựu quả vị Vô thượng Bồ Đề, trở lại Ta bà tiếp độ chúng sanh. Có như vậy mới hợp với bản hoài thị hiện của Đức Phật Thích Ca, đúng với hạnh nguyện tiếp dẫn của Đức Phật A Di Đà và không cô phụ tánh linh của mình.

Hư Hư Lục

Thích Nữ Như Thủy

(Tiếp theo trang 21)

Ô! Thằng bé mới kháu khỉnh làm sao... Đường xa trời nắng ngó mẹ vợ đã mỏi tay, ta bảo:

-Đưa thằng cu anh bé cho, nhưng nó không nghe cứ dành ẵm trên tay... bắt chọt... mẹ vợ vấp một rễ cây, thằng bé rớt xuống đất... giận quá, ta với lấy một cành cây, gõ cho

mẹ vợ một cái nên thân:

-Đã bảo đưa ta bế mà cứ không nghe... cái thứ đàn bà hư... chỉ biết có cãi lời.

Dòng tư tưởng của chú sa di còn đang tiếp tục trôi chảy như thế thì bỗng nhiên chú nghe tiếng nói điềm đăm của thầy chú, vị La Hán, cất lên:

-Này chú! Chú đánh không trúng cái mẹ vợ hư thân ấy đâu mà lại trúng ngay cái đầu trọc của ta kêu cái “tróc” đây này!

Tăng Hộ bình tỉnh cơn mơ, chú hốt hoảng co giò chạy, vừa ngẫm nghĩ:

-Chết rồi... Ta nghĩ trong bụng ông cũng biết hết tội... phải chạy cho lẹ mới được. Thấy chú khi không bỏ chạy như ma đuổi, các bạn chú vội vã chạy theo bắt lại.

Đương sự được dẫn đến gặp đức Phật. Sau khi nghe rõ đầu đuôi câu chuyện, Ngài an ủi chú tiểu:

-Này chú, cái tâm của phàm phu thường hay lén lút đi chơi như thế, nó thường đi rất xa, vô hình, vô dạng... Người thiện trí nên khéo léo như gã mục đồng dùng dây xỏ mũi con trâu hoang, dẫn nó về chuồng cũ, chặn đất cho đến lúc nào buông lơ dây mà nó không lén đi rong nữa mới tạm yên.

Được lời dạy dỗ của đức Thế Tôn, chú Tăng Hộ bình tỉnh ở lại tu viện và tu cho đến ngày đắc quả A La Hán... tuy lâu lâu, chú vẫn bị lâm vào cảnh mở mắt chiêm bao, nhưng không khi nào chú trở cán quạt gõ vào đầu sư phụ như lần trước vì chú đã biết cách chặn trâu và cột trâu rồi.

Tĩnh tâm như nước là cảnh giới tinh thần cao thượng

Hiếu Minh



Trong cuộc sống chúng ta thường xuyên chứng kiến một số người nóng vội, bởi vì một chút việc nhỏ mà nổi trận lôi đình. Hoặc bởi vì một câu nói của người khác không hợp ý mình mà buông lời nhục mạ. Nhưng cũng có khi lại thấy một số người, mỗi ngày đều là dùng tâm thái bình tĩnh để xử lý vấn đề, không sợ hãi trước vinh nhục, đó là bởi họ giữ được “tâm tĩnh như nước”.

Vậy người như thế nào mới có thể tĩnh tâm? Người như thế nào mới có thể nhẫn nhịn không tranh biện? Có một vị thiền sư từng nói: *“Một người muốn tĩnh tâm như nước thì điểm mấu chốt là có thể bỏ qua được những phiền não về danh lợi, vứt bỏ được những quấy nhiễu của tình sắc. Cho nên, muốn làm được điều ấy thì phải biết buông bỏ.”*

Quả thực, trong cuộc sống không ngừng phân tranh, rất nhiều người tinh thần không yên tĩnh, tâm thần không an định, họ không thể nào tĩnh tâm đều là bởi vì họ đặt nặng bản thân mình.

Tĩnh tâm mới có thể sản sinh trí tuệ, tâm tĩnh như nước là biểu hiện của một loại trí tuệ cao. Trong “Tam quốc diễn nghĩa”, Gia Cát Lượng sau khi bị thất thủ ở Nhai Đình, lại nghe được tin Tư Mã Ý dẫn theo mười lăm vạn đại quân tấn công Tây Thành. Trong tay Gia Cát Lượng lúc ấy chỉ có vền vền 2500 quân lính giữ thành. Nhưng Gia Cát Lượng không hề hoảng loạn, mà bình tâm tĩnh khí dẫn hai tiểu đồng cầm đàn, dựa vào lan can trong thành ngồi gảy đàn.

Tư Mã Ý dẫn quân kéo đến Tây Thành, thấy tình cảnh như vậy lấy làm lạ, đâm chiêu nghe

Gia Cát Lượng gây đàn một lúc, rồi hạ lệnh cho quân nhanh chóng tháo lui. Tiếng đàn “bình tĩnh bất loạn” của Gia Cát Lượng đã hù dọa được Tư Mã Ý thoái lui. Đây được gọi là “*Núi Thái Sơn sụp đổ ngay trước mắt mà sắc mặt không thay đổi, con nai có nhảy múa bên cạnh thì ánh mắt không liếc ngang.*” Khi độ siêu phàm như vậy, một người bình thường tất nhiên không thể làm được.

Có một khoảng thời gian, Khổng Tử cùng các học trò của ông trên đường đi từ nước Trần đến nước Thái thì bị vây khốn, gặp phải nguy nan. Họ còn bị cạn hết cả lương thực. Lúc ấy, các học trò của Khổng Tử đều mang vẻ mặt rất rầu rĩ, thất vọng, nhưng Khổng Tử vẫn giữ được tâm thái bình tĩnh, không một chút hoang mang lo sợ mà ca hát, soạn nhạc.

Ông nói: “*Người quân tử yêu thích âm nhạc chính là vì ở trong âm nhạc mà tĩnh tâm, hồi tưởng lại chuyện lúc xưa, tự hướng lại bản thân mà kiểm điểm chính mình, xóa bỏ đi tính khí kiêu ngạo.*”

Một người hiểu rõ bản chất của sinh mệnh mới có thể tĩnh tâm như mặt nước. Thành công khiến con người vui sướng tựa như sự mãnh liệt của hải triều. Nhưng hải triều lên rồi cũng tự nhiên xuống, tâm người nếu vui buồn theo hải triều thì sẽ mệt mỏi vô cùng. Cho nên, tĩnh tâm như nước mới là cảnh giới tinh thần cao nhất trong cuộc đời.

Vì sao người ta càng đến tuổi trung niên lại càng thấy thanh tĩnh, thản nhiên xem nhẹ mọi thứ trong cuộc sống? Đó là bởi vì trải qua những năm tháng cuộc đời, người ta bắt đầu hiểu ra rằng đặt nặng được mất, xem nặng danh lợi chỉ khiến tâm hồn mệt mỏi. Thản nhiên, xem nhẹ là một loại phẩm cách, một loại hạnh phúc, một loại khoan dung độ lượng và là cảnh giới tinh thần cao thượng.

Tĩnh tâm là khi tâm bình khí hòa, tâm tính ổn định mới có thể không vì được tài vật mà vui, không vì cái mất của bản thân mà buồn, vô có

bị nhục mạ mà không phẫn nộ, đứng trước gian nguy mà không kinh sợ. Khi đối mặt với những lên xuống, những mừng vui và bi thương của cuộc đời mới có thể thản nhiên ứng đối. Người thực sự hiểu được ý nghĩa sinh mệnh, ý nghĩa nhân sinh sẽ không vì những “vật ngoại thân”, những việc nơi cuộc sống đời thường làm khó khăn, phiền não. Họ gặp chuyện không hoảng hốt, lâm nguy không sợ hãi, lấy mỉm cười để đối đãi với lời phi báng, lấy từ bi đối đãi với phản bội, gặp biến cố có thể thông dong bình tĩnh.

Khi ấy, người ta đã thực sự đạt đến cảnh giới tinh thần cao thượng: tĩnh tâm.

Nguồn: Trithucvn



Pháp Cú

HT. Thích Minh Châu dịch

Phẩm Tỷ Kheo

362.

*Người chế ngự tay chân,
Chế ngự lời và đầu,
Vui thích nội thiền định,
Độc thân, biết vừa đủ,
Thật xứng gọi tỷ kheo.*

VỀ bài đăng báo Phật Học

Ban Biên Tập hoan nghênh quý độc giả viết bài cho Nguyệt San Phật Học, xin được lưu ý những điểm sau đây :

- ♦ Bài viết về giáo lý hay thơ, văn, nhạc mang chứa nội dung Chân, Thiện, Mỹ theo tinh thần Phật Giáo, có ích cho sự tu học.
- ♦ Bài gửi đăng báo Phật Học, tác giả có thể viết tay hay đánh máy.
- ♦ Bài được đăng báo hay không, xin miễn trả lại bản thảo.
- ♦ Tác giả dùng bút hiệu, xin ghi rõ họ, tên, địa chỉ để dễ liên lạc nếu cần.
- ♦ Tôn trọng tác giả, Ban Biên Tập không sửa chữa hành văn trừ khi tác giả cho phép. Ban Biên Tập có thể sửa lỗi chánh tả hoặc đánh máy bị sai.

**Ban Biên Tập
Nguyệt San Phật Học**



HỘ PHÁP

Quý vị muốn nhận báo xin gởi tên và địa chỉ về:

**Phật Học Inc
P.O. Box 221483
Louisville, KY 40252**

TO:

BULK RATE
U.S. POSTAGE PAID
LOUISVILLE, KY
PERMIT NO. 368