

PHẬT HỌC

佛學

PHƯƠNG TIỆN TU HỌC PHẬT PHÁP - PHÁT HÀNH HÀNG THÁNG

SỐ 283, NĂM THỨ 21

THÁNG 2-2018



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

Mạng Nhện Toàn Cầu (World Wide Web): <http://www.nsphathoc.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

Mừng Xuân Di Lặc - Xuân hoan hỷ	<i>BBT</i>	3
Tâm điểm của Thiên định	<i>ĐDLLM - Hoang Phong dịch</i>	4
Một Bs thấy gì sau 9 phút chết và hồi sinh	<i>Th Nguyên dịch</i>	18
Thơ: Hạt cát	<i>Tuệ Sỹ</i>	21
Hư Hư Lục: Bà Chúa Xứ	<i>Thích Nữ Như Thủy</i>	21
Đời người quan trọng nhất là điều gì ?	<i>(Sưu tầm)</i>	22
Cuốn sách và giỏ đựng than	<i>(Sưu tầm)</i>	23
Hư Hư Lục: Chim Cú mèo	<i>Thích Nữ Như Thủy</i>	24
Kiến Tánh thành Phật	<i>Bs Trần Xuân Ninh</i>	25
Pháp Cú: 337 Phẩm Câu Uê	<i>HT. Thích Minh Châu dịch</i>	31

Tranh bìa

Hoa Mai

**Đôi lời thưa trước cùng quý tác giả có bài
đăng trong**

Nguyệt San Phật Học

Nhằm mục đích hoằng 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



Mừng Xuân Di Lặc – Xuân Hoan Hỉ

Kính chúc chu Tôn Đức Tăng, Ni

Một năm mới Mậu Tuất:

Pháp thể Khang an, Chúng sinh dị độ, Phật sự viên thành

Kính chúc quý độc giả: Năm Mậu Tuất

Thân tâm an lạc, tu học tinh tấn

BBT/NS/PHẬT HỌC

TÂM ĐIỂM CỦA THIỀN ĐỊNH Khám phá tâm thức thần bí nhất

Đức ĐẠT-LAI LẠT-MA Hoang Phong chuyển ngữ

Lời giới thiệu của người chuyển ngữ

Phiên bản tiếng Anh của quyển sách này được xuất bản tại Mỹ vào tháng 4 năm 2016, tựa là *The Heart of Meditation, Discovering Innermost Awareness/Tâm điểm của Thiền định, Khám phá thể dạng tinh thức sâu xa nhất*, do Jeffrey Hopkins dịch từ tiếng Tây Tạng sang tiếng Anh. Tháng 6 năm sau thì bản dịch tiếng Pháp của quyển sách này cũng đã được xuất bản tại Pháp, tựa là *Le Coeur de la Méditation, Decouvrir l'esprit le plus secret/Tâm điểm của Thiền định, Khám phá tâm thức thần bí nhất*, dịch giả là bà Sofia Stril-Rever.

Chủ đề trình bày trong quyển sách này đã từng được Đức Đạt-lai Lạt-ma thuyết giảng nhiều lần: năm 1982 tại Paris, năm 1984 tại Luân đôn, năm 1988 tại Helsinki, năm 1989 tại San Jose California. Nội dung các lần thuyết giảng này đã được gộp chung trong một quyển sách xuất bản tại Mỹ năm 2000 với tựa là *Szogchen: The Heart Essence of the Great Perfection/Szogchen, Bản thể sâu kín nhất của Đại hoàn thiện*. Quyển sách được chuyển ngữ dưới đây chủ yếu được dựa vào bản dịch tiếng Pháp của bà Sofia Stril-Rever và đối chiếu lại với bản tiếng Anh của Jeffrey Hopkins.

Nội dung của quyển sách được gom lại từ các buổi thuyết giảng của Đức Đạt-lai Lạt-ma tại Luân đôn năm 1984 về một bài thơ thần cảm của vị đại sư Tây Tạng Patrul

Rinpoché (1808-1887), người được xem là hóa thân của Shantideva (Tịch Thiên). Bài thơ liên quan đến một phép tu tập thiền định gọi là Szogchen/Đại hoàn thiện của học phái Nyingmapa (Ninh-mã phái), học phái xưa nhất trong số bốn học phái Phật giáo Tây Tạng.

Szogchen hay Đại hoàn thiện là một phép tu tập nhằm đạt được một sự giác ngộ đột khởi, vượt lên trên tất cả các sự hiểu biết nhị nguyên và đối nghịch, kể cả Niết bàn/Nirvana và Ta-bà/Samsara, có nghĩa là người tu tập không vượt từ cõi Ta-bà lên cõi Niết-bàn, mà là lên trên cả hai thứ ấy, kể cả chủ thể tức là cái tôi hay cái ngã của mình. Thể dạng giác ngộ toàn diện và hoàn hảo đó chính là bản thể tinh túy, đơn sơ, sâu kín, nguyên sinh và thần bí nhất của tâm thức, và đó cũng là bản thể của Phật và cũng hiện hữu nơi tất cả chúng sinh.

Hai lời tựa dưới đây của bà Sofia Stril-Rever và Tiến sĩ Jeffrey Hopkins sẽ trình bày nhiều hơn về quyển sách này của Đức Đạt-lai Lạt-ma.

Bures-Sur-Yvette, 10.01.18

Hoang Phong

Mục lục

Rigpa và Lhaksam: Hai món quà của Đức Đạt-lai Lạt-ma hiến tặng cho thế giới:

Lời tựa của Sofia Stril-Rever.

Lời tựa của Jeffrey Hopkins

Phần thứ nhất

Con đường Phật giáo

1. Vài nhận định.
2. Lòng từ bi nhân ái..
3. Thiền định.
4. Trí tuệ..

Phần thứ hai

Dẫn nhập về phép Đại hoàn thiện

5. Căn bản chung của tất cả các học phái Phật giáo Tây Tạng.
6. Tâm thức nguyên sinh của ánh sáng trong suốt..

Phần thứ ba

Bình giải về *Ba chM đánh th^gng vào đi-m* chủ yếu của Patrul Rinpoché

7. Giáo huấn thứ nhất..
8. Con đường tối thượng của sự nghỉ ngơi.
9. Tinh thần vajra hay "lòng nhân ái toàn cầu"
10. Giáo huấn thứ hai.
11. Con đường thẳng tiến tuần tự.

12. Giáo huấn thứ ba: Sự giải thoát tự nhiên.
13. Tính cách đồng nhất của cả ba giáo huấn..

Phần thứ tư

Đối chiếu giữa hai học phái: dịch thuật xưa và dịch thuật mới

14. Cấu trúc căn bản của học phái dịch thuật xưa trong phép Đại hoàn thiện...
15. Lời khuyên của tôi..

Phụ lục..**Thư tịch chọn lọc.****Rigpa và Lhaksam**

Hai món quà của Đức Đạt-lai Lạt-ma hiến tặng cho thế giới

Vào đầu tháng 4 năm 2016, hai quyển sách mới nhất của Đức Đạt-lai Lạt-ma đã được xuất bản cùng một lúc. Quyển thứ nhất [bằng tiếng Anh] được phát hành tại Hoa Kỳ vào ngày 5 tháng 4, và cũng là bản gốc của bản dịch [tiếng Pháp] *Le Coeur de la méditation, Découvrir l'esprit le plus secret/ Tâm điểm của thiền định, Khám phá tâm thức thần bí nhất* này. Cùng một ngày trên đây, quyển thứ hai [của Đức Lạt-lai Lạt-ma] cũng đã được phát hành tại Pháp, đó là quyển *Nouvelle Réalité, l'Âge de la responsabilité universelle/Hiện thực mới, Thời đại của trách nhiệm toàn cầu*.

Cùng góp phần với Đức Đạt-lai Lạt-ma trong quyển thứ hai nhưng nào ngờ sau đó tôi cũng lại là người dịch quyển thứ nhất. Ba

tháng sau khi quyền sách thứ nhất [*Tâm điểm của Thiền định*] trên đây đã được phát hành ở Mỹ thì một nhà xuất bản tại Pháp lần lượt nhờ ba dịch giả khác nhau dịch quyền sách này sang tiếng Pháp, thế nhưng sau khi dịch được khoảng 20 trang thì cả ba người đều bỏ cuộc vì không thấu triệt được ý nghĩa trong quyền sách. Thế là nhà xuất bản bèn liên lạc với tôi, tuy nhiên suốt trong nhiều ngày sau đó tôi vẫn chưa có dịp mở bản gốc tiếng Anh đính kèm trong điện thư (e-mail) gửi cho tôi. Bỗng nhiên một đêm Đức Đạt-lai Lạt-ma hiện lên trong giấc ngủ của tôi và dạy bảo tôi.

Ngài nói với tôi rằng: "Ta muốn biết chắc là con sẽ không quên đây nhé. Hãy lập lại [những lời ta vừa giảng dạy] và phải hứa với ta là sẽ không được phép quên". Tôi lập lại từng lời, từng lời một, và cố gắng ghi khắc vào tâm. Sau đó hình ảnh Đức Đạt-lai Lạt-ma vụt biến mất tương tự như một tia chớp làm tôi lóa mắt và thức giấc.

Khi tỉnh dậy, tôi vô cùng hốt hoảng! Mới đó mà tôi đã quên mất những gì tôi vừa hứa là không được phép quên. Tôi chỉ nhớ lôm bôm vài điều và thuật lại với Khoa Nguyen, người bạn đời đồng tu với tôi từ hai mươi năm nay. Nhất định là anh ấy đã đọc bản đính kèm này trước tôi nên đã cho tôi biết là những lời giảng dạy trong giấc mơ của tôi chính là cốt lõi của quyền sách này, và ngay sau đó tôi đã tải vào máy. Thật hết sức rõ ràng, các dòng đầu tiên của một siêu phẩm bằng vàng đã hiện ra trước mặt tôi, vừa đọc qua là tôi không khỏi bàng hoàng như trong một giấc mơ, một thể dạng mở rộng của nội tâm, nguyên sinh và không thể mô tả được. Tương tự như cảm nhận được hương vị của vô biên, giữa một không gian trong suốt và

sâu thẳm, tâm thức trở nên trần trụi, bên trong nó không có chủ thể suy tư và cũng chẳng có một tư duy nào cả.

Trong phần bình giải về *Ba cách đánh thức vào điểm chủ yếu*, Đức Đạt-lai Lạt-ma đã thuyết giảng với phong cách của một vị thầy đã hoàn toàn thực hiện được phép *Dzogchen* hay Đại hoàn thiện (Great Perfection) (*Szogchen* hay Đại hoàn thiện là một phép tu tập thiền định dựa vào một nền tảng triết học thật siêu việt, nhằm mang lại một sự giác ngộ tối thượng vượt lên trên các quan điểm Đại thừa và cả Kim cương thừa). Với một văn phong giản dị và trực tiếp Đức Đạt-lai Lạt-ma đã giúp người đọc cảm nhận được *rigpa* một cách trực tiếp. *Rigpa* là tiếng Tây Tạng, tiếng Phạn là *vidya* (*rigpa* hay *vidya* nếu là động từ thì có nghĩa là *hiểu biết* hay *ý thức*, nếu là danh từ thì có nghĩa là *tổng thể các sự cảm nhận của tri thức* hay *các biến cố tâm thần*, cũng có thể hiểu là *trí thông minh*, *trí tuệ*, hay là *sự hiểu biết của sự hiểu biết*). Trên Nóc nhà thứ ba (xứ Tây Tạng) các nhà thông thái (các bậc thầy) thừa hưởng từ các học thuyết của Ấn Độ và đã đạt đến chỗ tột đỉnh của trí tuệ, thì giải thích thuật ngữ này là "tâm thức hay trí tuệ tự tại và nguyên sinh của ánh sáng trong suốt", hay "không gian vajra xuyên thấu không gian", hay "tâm thức minh châu" (*tâm thức rạng ngời như viên ngọc quý*), cũng hạn như trong trường hợp khi nói: "Nếu không có 'tâm thức minh châu' thì sẽ chẳng có Phật cũng chẳng có chúng sinh" (*chúng rigpa có nghĩa từ chương khá đơn giản thế nhưng Phật giáo Tây Tạng đã nâng lên một cấp bậc thật cao siêu, mang ý nghĩa của một khái niệm sâu sắc lồng trong một phép tu tập đặc thù*).

Sở dĩ có nhiều cách diễn đạt khác nhau như trên đây là để nêu lên một cái gì đó không thể mô tả ra được. Đức Đạt-lai Lạt-ma dịch chữ *rigpa* là "tâm thức thần bí nhất" (the most secret spirit), nhưng cũng có thể hiểu một cách từ chương hơn là "tâm thức sâu kín nhất" (the innermost spirit). Trong phần giải thích về *rigpa*, Đức Đạt-lai Lạt-ma sẽ nêu lên cấp bậc tối đỉnh trong giáo huấn của học phái Nyingmapa (*Nyingmapa* dịch âm là *Ninh-mã phái*, tiền ngữ *nyingma* có nghĩa là cổ xưa, hậu ngữ *pa* có nghĩa là truyền thống hay trào lưu), là học phái xưa nhất trong số bốn học phái Phật giáo Tây Tạng.

Do đó quyển sách này có một sức lôi cuốn thật mạnh, vì nó nêu lên các lãnh vực khảo cứu về tâm thần và sự suy tư (*contemplative/trầm tư, chiêm nghiệm, thiền định*) mà thế giới Tây Phương từ lâu nay vẫn thường xem là các hoạt động đơn giản của não bộ, tức là các kinh nghiệm cảm nhận chủ quan, các xúc cảm và thái độ tâm thần. Trái lại tâm lý học Phật giáo Tây Tạng xác định tâm thức qua nhiều cấp bậc tinh tế, từ thấp đến cao, gồm tất cả tám mươi cấp bậc tri thức khái niệm khác nhau, đưa đến các sự cảm nhận trong cuộc sống cũng như trong quá trình của cái chết và cả trong giai đoạn trung gian giữa hai kiếp sống gọi là *bardo*.

Tại sao Đức Đạt-lai Lạt-ma lại đặc biệt quan tâm đến các ngành khoa học về sự nhận thức nội tâm đến thế? Bởi vì sự hiểu biết tường tận về bản chất của tâm thức sẽ giúp biến cải hữu hiệu tiềm năng của các yếu tố tâm thần và các thể loại xúc cảm, hầu mang lại cho mình một cuộc sống tốt đẹp và hạnh phúc hơn. Các chúng sinh giác ngộ, chẳng hạn như các vị a-la-hán, bồ-tát và chư Phật sở dĩ đã phát động được "lòng từ bi rộng lớn,

nhân ái, vô biên, thoát khỏi mọi định kiến" và "tình thương yêu vô điều kiện" cũng như "các phẩm tính tuyệt vời khác", ấy là nhờ vào việc luyện tập tâm thức bằng phép thiền định. Thật vậy, nguyên nhân của khổ đau (*nghiệp*) nằm bên trong tâm thức, do đó chỉ có tâm thức mới có thể loại bỏ được nó mà thôi. Vì vậy thật hết sức quan trọng là phải phát huy thật mạnh khả năng tự biến cải của tâm thức mới có thể đạt được thể dạng vô cùng tinh tế và cực mạnh của tâm thức thần bí (*rigpa*).

Đức Đạt-lai Lạt-ma xem tâm thức qua các kinh nghiệm cảm nhận của nó thật quan trọng và mang tính cách quyết định nhất, vì thế ngay từ năm 1987 Ngài đã tổ chức các cuộc hội thảo *Minds and Life/Tâm thức và Sự sống*, quy tập các khoa học gia nổi tiếng trên thế giới và những người suy tư (*quan tâm đến sự vận hành của tâm thức*) nhằm trao đổi với nhau về những sự hiểu biết trong các lãnh vực khác nhau. Ngoài ra, gần đây hơn Ngài còn đề xướng một lãnh vực khảo cứu mới, và đây cũng là lần đầu tiên trong lịch sử, một biểu đồ liên quan đến cuộc sống xúc cảm và các quá trình vận hành của tư duy của một cá thể đã được thành lập (*xem trang atlasofemotions.org trên Internet - ghi chú trong sách, gcts*). Sự hiểu biết sâu xa về tâm thức sẽ mang lại một tầm nhìn toàn diện giúp chúng ta nhận định đúng đắn hơn về vị trí và ý nghĩa của một chúng sinh trên hành tinh này của chúng ta trong thế kỷ XXI. Đây cũng là cách giúp mình ý thức được là phải làm thế nào để giúp đỡ mọi hình thức hiện hữu, dù đây là con người hay không phải là con người cũng vậy, chẳng qua cũng vì tất cả đều là thành phần của một cộng đồng bất khả phân của sự

sống trên Địa cầu.

Quan điểm tu tập của Đức Đạt-lai Lạt-ma đòi hỏi chúng ta phải đánh giá lại - kể cả việc xét lại sự vững chắc - về những gì mà trước đây mình tin đúng là như thế. Quan điểm đó được dựa vào nguyên lý tương liên chi phối toàn bộ hiện thực của sự sống mà bên trong nó tất cả mọi thứ đều tương kết với nhau. Sự hiểu biết trực giác (v. nguyên lý tương liên) t□ ngàn x' a ㄣ c□a các n' □c Ấn và Tây Tạng - dù ngày nay đã được xác nhận bởi các ngành khoa học Vật lý lượng tử - nhưng vẫn còn mang nặng tính cách lý thuyết, chưa thật sự tạo được một sự quan tâm đúng mức (*con người v'n chưa c^hm nhận được vị trí tương liên giữa mình với người khác, với xã hội và sự sống trên hành tinh này, do đó cảm tính của một cái tôi chặt hẹp và ích kỷ vẫn còn chi phối mỗi cá thể quá nặng nề*). Ch□ vì không th^h h' u đ' □c là hiện-hữu (exist) cũng có nghĩa là cùng-nhau-hiện-hữu (co-exist) qua các thể dạng thật phức tạp của tâm thức, của năng lượng và cả thân xác mình, nên các vấn đề khó khăn trong thế giới ngày nay chỉ được giải quyết thật hạn hẹp, xoay quanh các khía cạnh vật lý và vật chất, không một chút ý thức là các khó khăn ấy còn liên quan đến một cấp bậc sâu xa hơn tức là tâm thức.

Sự hung bạo trong các xã hội chúng ta, chẳng hạn như nạn đói trên thế giới, hồ sâu cách biệt giàu nghèo, nạn tham nhũng, công cụ hóa con người và thú vật, tất cả không nhất thiết chỉ phát sinh từ các vấn đề kinh tế, chính trị và xã hội. Nguyên nhân đa dạng và phức tạp hơn nhiều, phải tìm kiếm nó bên trong tâm thức con người, bởi vì chính tâm thức làm phát sinh ra các xúc cảm tàn phá (*ti: ng Pa-li là kilesa, tiếng Phạn là*

klēsa, kinh sách Hán ngữ dịch là phiền não! Tiếc thay, một chữ dịch sai cũng có thể mang lại hoang mang và bế tắc cho người tu tập). Các xúc c^hm ㄣ s□ còn t^h p t□c d ㄣ lên trong tâm thức khi chưa được luyện tập để ý thức được phi-bạo-lực cũng như bản chất nhân loại bên trong nó và các giá trị căn bản khác, mang lại bởi tình thương yêu, lòng từ bi, tính bao dung, lòng rộng lượng và sự tha thứ.

Thật rõ ràng là các bản tuyên ngôn thành lập các cộng đồng quốc gia trên thế giới đều khẳng định tính cách bất khả kháng về nhân quyền, thế nhưng trên thực tế thì làm thế nào có thể bảo đảm được quyền sống trong hòa bình mà lại không nghĩ đến việc dạy cho các đứa trẻ - tức là nhân loại trong tương lai - biết ý thức về sự an bình trong nội tâm chúng! Lời mở đầu trong Hiến chương UNESCO (Tổ chức Giáo dục, Khoa học và Văn hóa Liên Hiệp Quốc) năm 1945 nêu lên thật rõ ràng: "Chiến tranh phát sinh từ tâm thức con người, do đó con người cũng phải tạo ra các nguyên nhân mang lại hòa bình từ bên trong tâm thức mình". Thế nhưng tạo ra các nguyên nhân mang lại hòa bình thì cũng chẳng khác gì như đạt được tâm điểm của thiền định giúp mình quán thấy được bản chất đích thật của tâm thức ở thể dạng thần bí nhất..

Khi dịch quyển *Tâm đi-m c\la thi-n đ'snh* này tôi bỗng khám phá ra một điều liên quan đến một quyển sách khác mang tựa là *Nouvelle Réalité/Hiện thực mới (đây một quyển sách của Đức Đạt-lai Lạt-ma với sự cộng tác của bà Sofia Stril-Rever)* cũng đã được xuất bản cùng một ngày. Sự trùng hợp đó dường như không phải là một sự ngẫu nhiên hay tình cờ nào cả, mà đúng hơn đã

cho thấy có một sự tương hợp nào đó giữa các sự kiện xảy ra trong cuộc sống của chúng ta, nói lên một sự rung cảm đồng bộ trong sự tỏa rộng của một hình thức năng lượng toàn cầu (*trên thế giới và trong vũ trụ sống mà chúng ta thường xem là xảy đến với mình một cách tình cờ hay ngẫu nhiên, nhưng thật ra chúng phát sinh từ các nguyên nhân sâu xa và lâu đời, liên hệ với mình thật sâu kín, chỉ có những người hành thiền lão luyện mới nhận thấy được nguyên lý tương liên chi phối phía sau các sự kiện ấy*). Cả hai quyển sách trên đây cùng tạo ra một tổng thể chung thật hoàn hảo. Độc giả sẽ nhận thấy quyển sách mà mình đang cầm trong tay, qua từng trang một, dần dần đưa đến một sự quán thấy và cả một phép thiền định, trong khi đó quyển *Hinshin* thì lại hướng thẳng vào hành động. Thế nhưng làm thế nào hành động có thể đúng đắn được khi mà nó không được hướng dẫn bởi sự quán thấy và thiền định?

Hệ thống Đại hoàn thiện nêu lên một phép thiền định giúp mình hiểu được **sự quán thấy** là một thể dạng **nghe** không xao động (*imperturbable/bình thản, không lay động, không xao xuyến, kinh sách sutta - tức là các kinh sách bằng tiếng Pa-li trong Tam Tạng Kinh - thì gọi sự nghỉ ngơi này là sự ngưng nghỉ, "đỉnh chỉ" hay "đứng lại" nirodha*) **tiếng nói** một ngôn ngữ bất động; hiểu được **thiền định** là một thể dạng nghỉ ngơi không xao động, tương tự như khối nước bất động ở đáy đại dương dù trên mặt đầy sóng gió; và hiểu được **hành động** là một thể dạng nghỉ ngơi không xao động dù phải đối đầu với các cảm nhận về mọi hiện tượng đang hiện lên và biến mất chung quanh mình và cả bên trong chính mình.

Điều mà Đức Đạt-lai Lạt-ma kêu gọi chúng ta trong quyển *Hinshin* là phải hành động để chuyển Niên đại biến đổi này do con người tạo ra (*trong nguyên bản là chữ Anthropocene, là một thuật ngữ chỉ định hiện đại địa chất mà con người qua các sự sinh hoạt của mình, bắt đầu làm cho hệ thống môi sinh bị biến đổi*) trở thành Thời đại trách nhiệm toàn cầu (Age of universal responsibility). Thế nhưng *lhaksam*, tức là trách nhiệm toàn cầu, cũng liên hệ với toàn thể vũ trụ, nhất là đối với tất cả chúng sinh trên hành tinh này qua những sự âu lo và dấn thân của chúng ta đối với mỗi chúng sinh ấy. Và đây cũng là cố gắng chủ yếu nhất trong mọi sinh hoạt phi thường của Đức Đạt-lai Lạt-ma và những người cùng bước theo Ngài trên con đường Giác Ngộ vị tha, khơi động bởi lòng ước mong làm vơi bớt khổ đau cho thế giới. *Tâm địa mạt thị* là cả một nền giáo huấn nguyên thủy và chân chính, mang khả năng biến cải và cách mạng, làm tỏa sáng thể dạng tâm thức thần bí *rigpa*, báo hiệu buổi rạng đông của *lhaksam* (*trách nhiệm toàn cầu*), linh hồn của cả một hiện thực mới.

Katmandou, Dharamsala, tháng 3, 2017

Sofia Stril-Rever

Lời tựa của Jeffrey Hopkins

Đây là một quyển sách khác thường của Đức Đạt-lai Lạt-ma phân tích bản chất của thiền định thật chi tiết và sâu sắc. Mùa hè năm 1984, nhằm chuẩn bị cho một buổi thuyết giảng [của Đức Đạt-lai Lạt-ma] tại Luân đôn liên quan đến một bài thơ thần cảm về tâm

thức sâu kín, trước tác của một du-già Tây Tạng, tôi đã tìm gặp Ngài tại Văn Phòng Riêng (*Private Office*, *ti:ng Tây Tạng là Kuger Yigtsang*, là Văn phòng và ban thư ký riêng của Đức Đạt-lai Lạt-ma, và cũng là nơi hoạch định các buổi tiếp kiến cùng các chương trình thuyết giảng của Ngài tại các nước trên thế giới - ghi chú trong sách/gcts) tại Dharamsala ở Ấn Độ. Nhân dịp này Ngài giảng trước cho tôi nghe về bài thơ trên đây, chẳng qua là vì nội dung của nó sẽ làm căn bản cho các buổi thuyết giảng trước công chúng [tại Anh Quốc] mà tôi sẽ là thông dịch viên. Trong quyển sách này tôi gộp chung những lời giảng riêng [mà Ngài đã dành cho tôi trong dịp trên đây] và các buổi thuyết giảng chính thức của Ngài tại Camden Center (*mṅṅ Trung tâm hṅṅ nghṅ tṅṅ Luân đôn dành tiếp đón các nhân vật quốc tế thuộc các lãnh vực nghệ thuật, khoa học nhân văn và triết học - gcts*). Đọc gì cũng có thể tìm thấy trong quyển sách này những lời hướng dẫn rất minh bạch giúp mình đi sâu vào một thể dạng thiền định thật sâu sắc. Thể dạng đó vượt thoát khỏi các tấm màn che giăng ra bởi tình trạng quá dư thừa tư duy, sẽ giúp mình loại bỏ tri thức thông thường ra khỏi bản thể trần trụi của tâm thức thần bí nhất. Mục đích là sử dụng không gian (*khoṅg trṅṅ*) phân cách giữa các tư duy để cảm nhận cấp bậc sâu xa nhất của tâm thức căn bản, giúp nó trôi lên mặt để làm nền tảng cho mọi sự nhận thức.

Quyển sách được chia ra làm bốn phần. Trong phần thứ nhất, Đức Đạt-lai Lạt-ma nêu lên bối cảnh chung về ý nghĩa của bài thơ với những lời giải thích vô cùng trực tiếp nhằm chuẩn bị cho những lời khuyên mà Ngài sẽ triển khai sâu rộng hơn trong các

phần sau: đây là cách phát động lòng từ bi đối với tất cả chúng sinh và các cách luyện tập nhằm mang lại cho mình sự nhận thức về bản chất của tất cả mọi hiện tượng - dù là con người hay sự vật. Trong phần thứ hai Đức Đạt-lai Lạt-ma giải thích về hệ thống Đại hoàn thiện (*ti:ng Tây Tạng là Dzogchen*, là con đường thật trọn vẹn mang lại sự hiểu biết và các cảm nhận về bản chất của tâm thức, vượt thoát khỏi mọi ảnh hưởng tín ngưỡng, tôn giáo và văn hóa. Giáo huấn mang tính cách tâm linh này trong Phật giáo Tây Tạng bắt nguồn từ lâu đời, đã được các vị thầy thuộc các dòng truyền thừa không gián đoạn, lưu truyền qua hàng bao thế kỷ cho đến nay - gcts) và xác định thể dạng tâm thức thần bí nhất chính là nguyên tắc căn bản trong việc tu tập, tương tự như trong tất cả các học phái Phật giáo Tây Tạng khác. Trong phần thứ ba Ngài bình giải về ý nghĩa chủ yếu ẩn chứa trong bài thơ thần cảm *Ba chṅṅ đánh thṅṅ vào điểm chủ yếu bṅṅ* cách nêu lên thông điệp quan trọng của Ngài gồm ba giáo huấn: thứ nhất, giúp người tu tập nhận biết được tâm thức thần bí nhất bên trong chính mình; thứ hai, giúp người tu tập giữ vững sự tiếp xúc thường xuyên với tâm thức thần bí nhất qua từng thể dạng tri thức; thứ ba, giúp người tu tập tự giải thoát ra khỏi tình trạng quá dư thừa tư duy.

Thật ra cũng không khó để nhận thấy ý nghĩa chung liên kết giữa ba phần đầu trên đây trong quyển sách. [Trước hết] là phát huy lòng từ bi đối với tất cả chúng sinh, đây là cách giúp mình phá sập các bức rào giam mình trong vô số tư duy và hành động mang tính cách kém xây dựng cũng như tàn phá (*phần thứ nhất*). Sau đó là khám phá ra bản

chất tâm thức của chính mình và các đối tượng của sự hiểu biết, đó là cách làm giảm tính cách thu hút và mê hoặc của thế giới vật chất (*phát minh hai*) và đây cũng là cách giúp mình tận dụng các khoảng trống giữa các tư duy để làm hiển lộ cấp bậc tri thức sâu kín nhất (*phát minh ba*).

Sau hết, trong phần thứ tư của quyển sách, Đức Đạt-lai Lạt-ma giải thích chi tiết hơn về các điểm thật chính xác trên phương diện tâm linh, chẳng hạn như hai sự thật quy ước và tối thượng, thể dạng tinh khiết nguyên sinh, sự rạng ngời trong nội tâm và bên ngoài, sự thu nhỏ dần dần của các khái niệm và sự thăng tiến ngày càng quan trọng hơn của tâm thức thần bí nhất, cũng như sự quán thấy ánh sáng trong suốt qua từng thể dạng của tri thức. Thật ra cả bốn phần trên đây đều bổ túc cho nhau, do đó có thể đọc bốn phần này theo thứ tự từ một đến bốn hoặc ngược lại tùy ý thích của mỗi người.

Tôi cũng xin mạn phép thuật lại những ngày lưu trú tại Luân Đôn trong dịp hội thảo này tại Camden Center, chẳng qua là vì khoảng thời gian đó đã lưu lại cho tôi nhiều kỷ niệm thú vị. Tổ tiên tôi, thuộc cả hai dòng họ Hopkins và Adams, đều có nguồn gốc Anh quốc, thế nhưng họ đã sinh sống trên đất Mỹ từ thời kỳ Cách mạng (*phong trào dành để lập của Mỹ nhằm tách ra khỏi đế quốc Anh vào cuối thế kỷ XVIII*). Để hiểu rõ trong lòng tôi là muốn biết xem xứ sở gốc gác của tổ tiên tôi có gợi lên cho mình một chút lưu luyến nào đối với người dân Anh hay không? [Trong dịp này] Đức Đạt-lai Lạt-ma lưu trú trong một gia đình thật hiếu hòa, ngoan đạo và dễ mến, đó là gia đình của vị Giám mục Edward F. Carpenter quản lý chủng viện Westminster (từ năm 1974 đến

1986 - gcts) và vợ là Lilian. Chỉ hai đứa trẻ vốn vãn và cởi mở ngay từ phút đầu [khi được gặp lại Ngài]. Phần tôi thì tạm trú trong khuôn viên của một Câu lạc bộ rất thông thoáng, cách đó chỉ vài khu phố. Nếu muốn đến đây thì phải đi ngang văn phòng của Thủ tướng chính phủ, nằm trên đường Downing. Với bản tính thích khuấy động của tuổi trẻ (*lúc này Jeffrey Hopkins đã 44 tuổi*), tôi tỉn tởn gần cổng nhà số 10 (*tức là cửa vào văn phòng Thủ tướng*) và đứng ý ra đây thật lâu, khiến người giữ an ninh đứng gác ở cổng tỏ ra khó chịu.

Ngày 2 tháng 7 (*xin nhắc lại đây là vào năm 1984, và lúc đó Đức Đạt-lai Lạt-ma đã 49 tuổi*), Lilian Carpenter (*bà vợ của vị Giám mục*) hẳn cũng đến tôi bằng ngang cổng viếng Westminster, tuy đồ sộ nhưng màu sắc thì lại xám xịt một cách khủng khiếp. Chúng tôi hàn huyên với nhau rất thú vị, đôi lúc thật vui vẻ. Sự trao đổi thân thiện đó đã tạo dịp cho chúng tôi gọi lại lịch sử của các vĩ nhân Anh quốc mà hình ảnh của họ được tạc trên các bức tường đá to lớn chung quanh chúng tôi, nhằm vinh danh họ. Thế nhưng cũng lạ, tôi phải thú nhận rằng nếu bên cạnh Lilian tôi càng cảm thấy gần gũi với quê hương tôi bao nhiêu thì tôi lại càng cảm thấy tổ tiên tôi xa lạ với tôi bấy nhiêu (*cũng vậy, mỗi khi viết lách hay dịch thuật, đọc đi đọc lại các dòng chữ tiếng Việt, người chuyển ngữ càng cảm thấy mình gần gũi với tổ tiên trên quê hương mình bao nhiêu, thì lại càng cảm thấy xa lạ với các vị anh hùng trên quê hương đó bấy nhiêu*).

Sáng hôm sau, tôi quay lại chủng viện Westminster để làm thông dịch viên cho Đức Đạt-lai Lạt-ma. Bài hợp xướng của các cậu bé với giọng hát như thiên thần vừa

chấm dứt thì đến lượt Đức Đạt-lai Lạt-ma. Trước cử tọa trong chủng viện mênh mông đó Ngài thốt lên một câu bằng tiếng Tây Tạng: "Tôi không màng đến các thứ dinh thự này", với một cử chỉ cho biết là Ngài muốn nói đến tòa dinh thự mà tất cả mọi người đang ở trong đó và sau cử chỉ đó thì Ngài ngược mặt lên trời phía trên đầu chúng tôi. Đây là câu tuyên bố đầu tiên của Ngài trước công chúng tại Luân đôn, sau đó thì Ngài im bất, chờ tôi dịch xong. [Tuy dịch nhưng] tôi hoàn toàn không có một ý niệm nào về những gì mà Ngài đang nghĩ trong đầu, và cả những gì sẽ xảy ra tiếp theo sau đó. Tôi không hình dung ra được một bối cảnh nào cả. Tôi chỉ hiểu rằng mình có bổn phận phải dịch thật đúng những gì một vị Lạt-ma giảng dạy, và phải dựa thật trung thực vào từng bối cảnh để tìm chữ thể thôi. Thế nhưng trước những gì đang diễn ra tôi không xác định được một bối cảnh nào cả, nếu không thì đây cũng chỉ là tòa giảng đường và cử tọa trước mặt tôi!

Dầu sao thì điều đó cũng không quan trọng gì mấy. Điều hệ trọng hơn cả là thông điệp của Đức Đạt-lai Lạt-ma mà tôi phải dịch thật trung thực từng lời. Và tôi đã cố gắng thực hiện điều đó. Thật ra đây là cuộc viếng thăm Anh quốc lần thứ hai của Ngài, thế nhưng trong lần thứ nhất thì Ngài không thuyết giảng. Do đó quần chúng không thể hình dung ra được một bối cảnh nào cả. Đối với tôi thì họ không có một phản ứng nào thể thôi. Khi nhìn vào gương mặt họ thì cứ như là Đức Đạt-lai Lạt-ma chưa hề thốt ra một lời nào cả.

Ngài tiếp tục buổi thuyết trình và tuyên bố như sau: "Những thứ khiến tôi quan tâm chính là những gì đang diễn ra trong tâm

thức quý vị, bên trong con tim của quý vị". Ngày nay mỗi khi Ngài thốt lên những lời đó thì tức khắc mọi người đều hiểu, với lòng biết ơn sâu xa. Thế nhưng lúc đó, trong chủng viện Westminster, khi nhìn vào cử tọa thì tuyệt nhiên tôi không thấy một phản ứng nào. Nếu có một chút gì xảy ra thì cũng chỉ là ngấm ngấm mà thôi. Thế nhưng sau đó thì dần dần cử tọa bắt đầu tỏ ra nồng nhiệt hơn.

Đức Đạt Lai-Lạt-ma bắt đầu nói đến chiều sâu trong tư tưởng của Ngài, và dần dần sau đó mọi người cũng bắt đầu hiểu. Họ biểu lộ sự ngưỡng mộ và thần phục của mình trước một con người đang kêu gọi mình hãy nên quay nhìn vào bên trong chính mình. Thông điệp đó từ trước đến nay chỉ là một, sự khác biệt duy nhất là ngày càng quả quyết hơn khi Ngài đã trở thành Vị Lạt-ma của thế giới.

Tôi mạn phép được thuật lại với quý vị một giai thoại khá lý thú khác như sau. Trước khi đến Luân Đôn, Đức Đạt-lai Lạt-ma và đoàn tùy tùng có viếng thăm Edinbourg (*xM Scotland*), Glasgow (*xir Scotland*), và Coventry (*Anh qu-1c*), và trong khi đang viếng thăm các nơi này thì tiếng đồn truyền đi khắp nơi là Ngài sẽ nói chuyện tại Royal Albert Hall ngày 5 tháng 7 sắp tới. Tôi có cảm giác tiếng đồn này là cả một sự mừng rỡ "Thế à, tại thính đường Hall đây à!" (*trong nguyên b^hn là "Wow Hall!" chM Wow trong tiếng Anh thường nói lên sự ngạc nhiên và ngưỡng mộ, trong trường hợp này là sự vui mừng khi được biết Đức Đạt-lai Lạt-ma sẽ nói chuyện tại một trong những nơi vinh dự và nổi tiếng nhất của Luân đôn - gcts*) th₁ lên b₁ toàn th₁ n₁ c Anh! Lý do là vì thính đường này thật tuyệt đẹp với năm bao lơn chòm sát sân khấu khiến không có chiếc ghế nào quá xa, nhờ đó toàn thể thính

đường tạo ra một khung cảnh thật thân mật. Bục tròn của sân khấu chồm gần đến cử tọa khiến mọi người có cảm tưởng là mình có thể chống khuỷu tay lên đó. Đức Đạt-lai Lạt-ma và tôi giữ vị trí trung tâm. Lúc đó buổi giảng đã được hai phần ba, về phía tay trái chúng tôi và cách chúng tôi không xa, có một thính giả ngồi ở hàng đầu mở một lon nước ngọt làm bật lên một tiếng thật mạnh của hơi trong lon và tiếng sủi bọt của nước ngọt..

Như thường lệ, Đức Đạt-lai Lạt-ma vẫn hoàn toàn bình thản. Thế nhưng đối với tôi thì lại khác, tôi nghĩ rằng mình thuộc hàng rào phòng ngự đầu tiên của Ngài, chẳng qua vì tôi đang ở bên cạnh Ngài, do đó tôi tự hỏi có phải vị thính giả này muốn tắm nước soda hay sao (*Mà là có muốn lon nước soda trút lên đầu mình hay không?*). Thế nhưng không có chuyện gì xảy ra cả, và buổi thuyết giảng vẫn tiếp tục thật trọn vẹn. Trong lúc vị Giám mục ngỏ lời tạm biệt thì chúng tôi đang ở sau hậu trường, tôi bèn quay sang hai người cận vệ Tây Tạng và nói khẽ với họ là hãy canh chừng người cầm lon soda đang ngồi ở hàng ghế đầu. Cả hai hiểu lầm là tôi báo với họ người này có "cầm một thanh kiếm", và thế là cả hai bèn giữ thế thủ thật căng thẳng (*sự hiểu lầm sơ dĩ xảy ra là vì chữ soda và chữ sword/thanh kiếm phát âm khá giống nhau trong tiếng Anh - gcts*)! Sau đó khi hiểu ra thì cả hai đều trách tôi là đã trêu chọc họ bằng cách phát âm mập mờ đó (*k. m. l. câu chuyện khôi hài nhưng thật ra là hết sức tế nhị, đây là cách tránh né không nói thẳng ra là có những người nghe nhưng không hiểu gì cả. Là người Mỹ thế nhưng Jeffrey Hopkins vẫn còn giữ lối châm biếm và khôi hài tế nhị của tổ tiên mình là người Anh. Đối*

với độc giả của quyển sách này cũng vậy, không nên vừa đọc vừa uống trà lại vừa nhấm nhía kẹo bánh, mà phải thật chú tâm và nhìn thật sâu vào chính mình để khám phá ra thể dạng thân bí nhất của tâm thức mình).

Sau buổi thuyết giảng trên đây tại Royal Albert Hall với chủ đề "*An bình trong tâm thức [đưa đến] an bình trong hành động*" (*Peace of Mind, Peace in action*) để □ mọi người hoan nghênh nồng nhiệt thì Đức Đạt-lai Lạt-ma lại quay về với một giảng đường khiêm tốn hơn của thành phố Luân đôn là Camden Center. Tại đây Ngài đã dành ra bốn ngày để thuyết giảng về một chủ đề vô cùng quan trọng trong Phật giáo là nguyên lý tương liên (interdependence) và sau đó chấm dứt với năm buổi giảng về một bài thơ thần cảm gợi ý cho nội dung của quyển sách này.

Quyển sách vô cùng phong phú này phản ảnh chiều sâu của cả nền văn hóa Tây Tạng về thiên định và thế giới nội tâm. Quyển sách ngập tràn lòng nhân từ và những lời giáo huấn thực tiễn, quả là một bằng chứng sáng chói nêu lên sự rạng ngời của nền văn minh Tây Tạng mà ảnh hưởng từng tỏa rộng trong toàn thể Á Châu, và ngày nay đang mang lại nhiều điều tốt lành trên khắp thế giới.

Jeffrey Hopkins, PhD

Chủ tịch viện UMA về Tây Tạng học,

Giáo sư tối cao về Tây Tạng học tại Đại học Virginia

(UMA /Union of the Modern and the Ancient" còn được gọi là UMA Institute for Tibetan Studies, do Jeffrey Hopkins sáng lập)

Chương 1

VÀI NHẬN ĐỊNH

Một phần lớn thế giới ngày nay được kết nối bởi một hệ thống liên lạc điện tử và thông tin chớp nhoáng. Vào thế kỷ XXI này, nền kinh tế toàn cầu còn khiến các quốc gia và các dân tộc càng phải lệ thuộc vào nhau nhiều hơn nữa. Vào các thời kỳ xa xưa những hình thức thương mại quốc tế không phải là một điều cần thiết. [Trái lại] ngày nay chúng ta không thể nào sống biệt lập được. Do đó nếu các quốc gia không duy trì mối bang giao tương kính lẫn nhau thì thật khó tránh khỏi xảy ra các vấn đề rắc rối. Mặc dù có những dấu hiệu cho thấy các cuộc xung đột nghiêm trọng vẫn tiếp tục xảy ra giữa các nước giàu nghèo, tương tự như giữa những người nghèo khổ và những kẻ dư thừa bên trong một quốc gia, thế nhưng những sự nứt rạn về kinh tế đó vẫn có thể giải quyết được bằng sự ý thức sâu xa về nguyên lý tương liên và trách nhiệm toàn cầu. Một dân tộc trong một quốc gia phải xem các dân tộc khác trong các quốc gia khác, và cả những người cùng chung sống trong cùng một xứ sở với mình, đều là anh chị em của mình và họ cũng phải được hưởng quyền tự do phát triển như chính mình.

Dù một số các nhà lãnh đạo chính trị cho thấy nhiều cố gắng thật đáng khen thế nhưng các cuộc khủng hoảng vẫn cứ bộc phát. Chiến tranh vẫn cứ tiếp tục gây ra chết chóc cho những kẻ vô tội: người già, trẻ em vẫn cứ bị vong mạng. Dù vô tội nhưng người lính vẫn phải gánh chịu những khổ đau rất thật, chẳng phải đây là một điều đáng buồn hay sao. Việc buôn bán vũ khí với hàng ngàn

hàng vạn súng ống, đạn dược đủ loại, sản phẩm của các cường quốc, chính là cách tiếp tay duy trì sự hung bạo. Thế nhưng cũng có những thứ nguy hiểm hơn cả bom đạn: đây là hận thù, thiếu lòng từ bi và thái độ bất chấp quyền hạn của kẻ khác. Một khi hận thù còn tồn tại trong tâm thức con người thì hòa bình đích thật sẽ không bao giờ thực hiện được.

Chúng ta phải làm bất cứ gì có thể làm được để ngăn chặn chiến tranh và loại bỏ vũ khí hạt nhân khỏi thế giới này. Khi viếng thăm Hiroshima, nơi gánh chịu quả bom nguyên tử đầu tiên, tôi được trông thấy tận mắt chỗ mà quả bom rơi xuống, và được nghe những người sống sót thuật lại những gì mà họ từng chứng kiến. Tim tôi se thắt lại. Trong một thoáng không biết bao nhiêu người ngã gục! Số người bị thương còn nhiều hơn nữa! Biết bao nhiêu đau thương và đổ vỡ gây ra bởi bom đạn hạt nhân! Hãy cứ nhìn nào số tiền khổng lồ mà người ta đổ vào việc chế tạo các thứ vũ khí đó thì sẽ rõ. Thật hết sức phi lý! Quả là một sự hổ thẹn không che dấu được!

Các tiến bộ khoa học và kỹ thuật mang lại nhiều lợi ích lớn lao cho nhân loại, nhưng không phải vì thế mà không trả một giá quá đắt. Chẳng hạn như việc phát minh phi cơ dân sự giúp con người di chuyển dễ dàng khắp nơi trên thế giới là một điều đáng quý, trái lại việc sản xuất khí giới với sức tàn phá khủng khiếp là cả một điều thật tồi tệ. Dù quê hương có xinh đẹp cách mấy và xa xôi đến đâu, thế nhưng các dân tộc sống trong các quê hương ấy khó tránh khỏi phải thường xuyên phập phồng lo âu trước những mối hiểm nguy rất thật. Hàng ngàn và hàng ngàn đầu đạn nguyên tử đang hướng thẳng

vào họ và sẵn sàng được phóng đi bất cứ lúc nào. Chỉ cần một đầu đạn hạt nhân cất giấu trong một thành phố cũng đủ để tàn phá cả thành phố ấy, thế nhưng nếu không có ai châm ngòi thì nó cũng không nổ được. Tác ý của con người vẫn là yếu tố quyết định duy nhất và cuối cùng.

Phương pháp duy nhất có thể thiết lập một nền hòa bình lâu dài là tạo ra một sự tin cậy, tương kính, tình thương yêu và lòng nhân ái. Không có cách nào khác cả. Việc ganh đua sản xuất các loại vũ khí thông thường, hạt nhân, hóa học hay sinh học, cũng như các kế hoạch và ý đồ tranh dành ưu thế của các cường quốc chỉ mang lại đổ vỡ mà thôi. Không thể nào tạo được một nền hòa bình đích thật khi mà thế giới vẫn còn ngập tràn hận thù và giận dữ!

An bình bên ngoài sẽ không bao giờ có được khi an bình bên trong [nội tâm] chưa thực hiện được. Tìm kiếm các giải pháp bên ngoài quả là một việc làm cao quý, thế nhưng khi con người vẫn còn duy trì hận thù và giận dữ trong tâm thức mình, thì các giải pháp ấy cũng sẽ chẳng hiệu quả gì. Sự biến cải triệt để phải bắt nguồn từ bên trong tâm thức. Trên phương diện cá nhân, mỗi người trong chúng ta phải luyện tập để biến cải các xu hướng căn bản liên quan đến các xúc cảm của mình. Điều đó chỉ có thể thực hiện được bằng sự luyện tập, có nghĩa là phải cố gắng sửa đổi dần dần cách mà mình nhìn vào chính mình (*không nên quá ích kỷ*) và kẻ khác (*ph^hi vs tha hⁿn*).

Tình trạng tuyệt vọng ngày nay trên thế giới bắt buộc chúng ta phải hành động. Mỗi người trong chúng ta phải có bổn phận góp phần mình vào việc giúp đỡ toàn thể nhân

loại ở một cấp bậc thật sâu xa. Tiếc thay, con người thường chỉ biết hy sinh vì một thứ ý thức hệ nào đó mà thôi. Đó là một sự sai lầm hoàn toàn. Các thể chế chính trị đương thời phải mang lại lợi ích cho tất cả mọi người, đối với tiền bạc cũng vậy, không nên để nó kiểm soát con người mà phải sử dụng nó để phục vụ con người.

Lòng nhiệt tình và sự kiên nhẫn sẽ giúp chúng ta biết nhìn vào quan điểm của kẻ khác và trao đổi ý kiến với họ bằng các cuộc thảo luận hòa nhã, đây là cách mang lại sự hợp tác. Vì tình thương yêu và lòng từ bi đối với nhân loại, chúng ta phải có bổn phận tạo ra sự hài hòa giữa các quốc gia, các ý thức hệ, các nền văn hóa, sắc tộc, các hệ thống chính trị và kinh tế.

Khi nào ý thức thành thật được tính cách đồng nhất của nhân loại thì lòng ước vọng kiến tạo hòa bình của mình mới có thể mạnh mẽ được. Trên bình diện sâu xa, tất cả chúng ta đều là anh chị em với nhau, do đó chúng ta phải cùng chia sẻ những niềm đau của nhau. Ước vọng cao đẹp nhất của chúng ta về một nền hòa bình lâu dài trong thế giới này nằm bên trong sự kính trọng, lòng tin cậy và niềm âu lo cho sự an vui giữa chúng ta với nhau.

Tất nhiên là các vị lãnh đạo quốc gia phải nhận lãnh một trọng trách nào đó đối với những điều trên đây, thế nhưng trên phương diện cá nhân thì mỗi người trong chúng ta cũng phải đóng góp phần mình, dù là mình theo tôn giáo nào cũng vậy. Chỉ cần đơn giản ý thức được mình là một con người, mong cầu đạt được hạnh phúc và loại bỏ khổ đau, thì cũng đủ để cảm thấy mình là công dân của hành tinh này, và do đó phải có

trách nhiệm tạo ra một tương lai tốt đẹp hơn cho nó.

Chúng ta phải luyện tập tâm thức thì mới có thể tạo ra cho mình một thái độ thân thiện, một con tim nồng nhiệt, giúp mình biết kính trọng quyền hạn và sự an vui của kẻ khác. Mục đích chủ yếu nhất trong việc luyện tập tâm thức là trau dồi lòng từ bi và sự an bình nội tâm, thái độ đó không thể thiếu sót trong xã hội con người ngày nay, chẳng qua là vì nó có khả năng mang lại sự hài hòa đích thật giữa các quốc gia, sắc tộc và dân tộc khác nhau, thuộc các tín ngưỡng, các đảng phái chính trị và các hệ thống kinh tế khác nhau. Tạo được một tâm thức từ bi và an bình mới có thể giúp mình phát huy được nghị lực và lòng quyết tâm mang lại sự biến đổi.

Các bạn có đồng ý với tôi hay không? Hay các bạn xem những thứ ấy chẳng mang một ý nghĩa nào cả? Tôi chỉ đơn giản là một nhà sư Phật giáo. Những gì tôi nói ra cũng chỉ là các kinh nghiệm hạn hẹp của riêng tôi. Thế nhưng trong từng ngày tôi luôn cố gắng biến các ý nghĩ ấy trở thành hành động trong cuộc sống của tôi, nhất là khi tôi phải đối đầu với các khó khăn. Tất nhiên cũng có lúc tôi không làm được, vì thế đôi khi tôi cũng cảm thấy bức dọc. Thỉnh thoảng tôi cũng thốt ra những lời nặng nề có thể làm thương tổn kẻ khác, thế nhưng mỗi khi thốt ra những lời ấy thì tức khắc tôi cảm thấy đau đớn trong lòng. Tôi hiểu rằng tôi phải hết sức cố gắng phát động bên trong tôi lòng từ bi và trí tuệ (*đ. không thốt ra những lời nói ấy*).

Khi người cộng sản Trung quốc tràn vào miền đông Tây Tạng thì lúc đó tôi mới 15 tuổi, và cũng trong năm đó chính phủ Tây

Tạng đưa ra nghị định đề cử tôi điều hành Chính phủ. Quả là một giai đoạn đầy khó khăn, trong thời gian này chúng tôi cảm thấy nền tự do của chúng tôi bị nghiền nát. Năm 1959, tôi bắt buộc phải trốn khỏi kinh đô, phải hóa trang và ra đi trong đêm tối. Trong thời gian lưu vong tại Ấn Độ, hằng ngày tôi phải đối đầu với đủ mọi thứ khó khăn, từ việc thích ứng với khí hậu hoàn toàn khác hẳn với Tây Tạng cho đến việc tái lập lại các thể chế văn hóa của chúng tôi. Sự tu tập tâm linh đã mở ra cho tôi một tầm nhìn giúp tôi ý thức được là phải luôn tìm kiếm một giải pháp dù trong hoàn cảnh nào, nhưng đồng thời cũng không được phép quên một điều là tất cả chúng ta đều là con người như nhau, dù các ý nghĩ sai lầm có làm mình bị lạc hướng đi nữa, nhưng các mối dây tương liên luôn kết hợp chúng ta với nhau hầu cùng sửa đổi cho nhau.

Điều đó giúp tôi hiểu rằng tầm nhìn mang lại bởi lòng từ bi, sự an bình nội tâm và sự quán thấy sâu xa giữ một vai trò chủ yếu trong cuộc sống thường nhật, do đó phải trau dồi các phẩm tính ấy trong từng ngày. Các vấn đề khó khăn không thể tránh hết được, vì thế thật hết sức quan trọng là phải chọn cho mình một thái độ đúng đắn. Sự giận dữ sẽ làm giảm khả năng phán đoán cái tốt và cái xấu, khả năng đó cũng là một trong các phẩm tính cao nhất của con người. Nếu đánh mất nó thì chúng ta sẽ mất hết định hướng. Đôi khi cũng cần phải phản ứng một cách cứng rắn, nhưng không được phép giận dữ. Sự giận dữ không cần thiết. Nó không có một giá trị nào cả. Lòng từ bi và sự an bình nội tâm trong lâu dài sẽ giúp mình thực hiện được các chủ đích to lớn (*sẽ càng rõ'n có thể tức khắc mang lại kết quả, nhưng cũng chỉ*

là những kết quả vụn vặt mà thôi, phía sau các kết quả nhất thời ấy, khó khăn vẫn còn nguyên hoặc cũng có thể trở nên trầm trọng hơn. Hãy nhìn lại chúng ta và quê hương mình thì sẽ rõ).

Tôi kêu gọi tất cả hãy nên xem lòng từ bi là một nhu cầu toàn diện. Sự an bình nội tâm tất nhiên sẽ tạo ra một thái độ hành xử từ bi, điều đó là cả một nhu cầu căn bản cho toàn thể nhân loại. Đối với các sinh viên cũng như các chính trị gia, kỹ sư, khoa học gia, kiến trúc sư, bác sĩ, giáo sư, luật sư - qua từng giai đoạn của cuộc đời mình - phải khơi động nơi mình một động cơ thúc đẩy đúng đắn và một lòng từ bi đích thật, đó là nền tảng thật cần thiết cho một sự phát triển lành mạnh.

Ngày nay những ai có dịp tiếp xúc với người Tây Tạng đều quý mến họ vì nhận thấy tánh tình của họ rất tốt, dù họ từng phải gánh chịu những khổ đau thật to lớn. Dù quê hương bị lọt trong tay những kẻ xâm lược thế nhưng họ vẫn giữ được sự bình thản. Một số người cho rằng đây là nét văn hóa đặc thù của người Tây Tạng, thế nhưng phần đông những người khác thì lại cho rằng đây là nhờ vào cách suy nghĩ của họ và quyết tâm của họ mượn nghịch cảnh để giúp mình thăng tiến trên đường tu tập tâm linh (đây cũng là một nét đặc thù của Phật giáo Tây Tạng nói chung, tức không những khơi động các năng lực tích cực mà còn phải lợi dụng cả các năng lực tiêu cực để biến chúng trở thành tích cực, hầu giúp mình thăng tiến nhanh hơn). Đây là lý do tại sao họ không tuyệt vọng, và hơn thế nữa sự an bình trong nội tâm họ không những giúp họ không lo âu mà còn mang lại cho họ một thái độ thân thiện trong cuộc sống bên ngoài. Tất cả các kết

quả đó là nhờ vào nền giáo huấn về lòng từ bi được quảng bá sâu rộng tại Tây Tạng.

Thực thi lòng từ bi càng nhiều càng tốt. Ngoài ra cũng thật hết sức quan trọng là phải ước vọng sẽ còn tiếp tục thực thi lòng từ bi nhiều hơn nữa trong tương lai. Đối với tất cả mọi sinh hoạt liên hệ đến xã hội con người, dù là trong lãnh vực chính trị, kinh doanh, công ăn việc làm, khảo cứu khoa học, kỹ thuật, v.v., tình thương yêu và lòng từ bi luôn giữ một vai trò chủ yếu hơn cả. Nếu làm việc với một động cơ thúc đẩy chính đáng thì nghề nghiệp của mình sẽ trở thành một phương tiện phục vụ nhân loại. Ngược lại nếu thiếu một sự thúc đẩy đúng đắn, và cứ để sự ích kỷ và giận dữ chi phối mình, thì công ăn việc làm của mình sẽ rơi ra ngoài mục đích cao cả của nó. Thay vì mang lại lợi ích cho nhân loại, thì các sự hiểu biết góp nhặt được dù là từ bất cứ ngành nghề nào cũng vậy, cũng sẽ trở thành đầu mối mang lại thảm họa mà thôi. Lòng từ bi thật hết sức cần thiết là như thế.

Kinh nghiệm bản thân cho tôi biết rằng thay đổi thái độ nội tâm và biến cải tâm thức con người là những gì hoàn toàn có thể thực hiện được. Tuy không màu sắc, không hình tướng và đôi khi cũng tỏ ra yếu đuối, thế nhưng tâm thức cũng có thể trở nên cực mạnh tương tự như gang thép. Luyện tập tâm thức do đó phải kiên trì và quyết tâm, tương tự như luyện kim vậy. Nếu muốn luyện tập để cải biến tâm thức thì phải phát động một lòng quyết tâm và một sức kiên trì không lay chuyển, có nghĩa là phải cố gắng ngày càng nhiều hơn và nhiều hơn nữa, dù phải đối đầu với bất cứ một khó khăn nào. Với lòng kiên nhẫn, sự chuyên cần và thời gian, những sự biến cải mà mình mong muốn sẽ thực hiện

được. Không nên thôi chí. Hãy can đảm hoàn tất những gì mà mình có thể làm được.

Bures-Sur-Yvette, 17.01.18
Hoang Phong chuyển ngữ

(hết chương 1)

Một bác sĩ đã thấy gì trong 9 phút sau khi chết và hồi sinh

Thủy Nguyên dịch

Trải nghiệm ở bên ngoài thân xác (OBE) và trải nghiệm cận tử (NDE) đã được biết đến từ lâu và vẫn bị tranh cãi, đơn giản bởi giới khoa học chủ lưu không tin là có linh hồn. Tuy nhiên, thật thú vị khi nghe một bác sĩ hàng đầu thế giới nói về trải nghiệm OBE và NDE của chính mình.

Giáo sư Bác sĩ George G. Ritchie (25/9/1923 – 29/10/2007) từng là chủ tịch của Học viện Trị liệu đa khoa Richmond, từng là trưởng khoa Tâm thần học của Bệnh viện Towers, người sáng lập và chủ tịch Liên Đoàn Thanh niên Thế giới (Universal Youth Corps, inc) trong gần 20 năm.

Năm 1967, ông làm bác sĩ tư ở Richmond, và vào năm 1983 ông chuyển đến Anniston, Alabama làm trưởng khoa Tâm thần học tại Trung tâm y tế khu vực Đông Bắc Alabama, Hoa Kỳ. Ông trở về Richmond vào năm 1986 để tiếp tục làm bác sĩ tư cho đến khi nghỉ ngơi vào năm 1992.

Vào tháng 12/1943, George Ritchie đã chết trong một bệnh viện quân đội ở tuổi 20 vì bệnh viêm phổi và đã được đưa vào nhà xác. Nhưng kỳ diệu thay, 9 phút sau ông sống trở lại, và kể về những điều đáng kinh ngạc mà ông đã chứng kiến khi trong trạng thái ở bên ngoài thân xác. Ritchie đã viết về Trải

nh nghiệm cận tử (NDE) của ông trong cuốn sách "Trở lại từ ngày mai", đồng tác giả với Elizabeth Sherrill, xuất bản lần đầu năm 1978. Cuốn sách đã được dịch sang 9 thứ tiếng khác nhau.

Bác sĩ George Ritchie đã kể lại rất chi tiết những gì mà mình đã trải qua trong suốt khoảng thời gian ông chết.

Đó là đầu tháng 12/1943, khi Ritchie được chuyển tới một bệnh viện tại trại Barkeley, Texas, Hoa Kỳ để điều trị bệnh viêm phổi. Ông không biết là mình bệnh nặng tới mức nào. Ông luôn chỉ nghĩ tới việc bình phục cho mau mà lên xe lửa tới Richmond, Virginia để nhập học trường y trong chương trình đào tạo bác sĩ quân y của quân đội. Theo hẹn, vào lúc 4 giờ sáng ngày 20/12, xe quân đội sẽ đến đưa ông ra nhà ga để tới trường.

Trái với mong muốn của ông, bệnh tình của ông không thuyên giảm. Vào đêm 19/12/1943, bệnh của Ritchie trở nặng. Ông bắt đầu sốt và ho liên tục. Ông lấy gối bịt miệng lại để đỡ làm ồn. 3 giờ sáng ngày 20, Ritchie cố gắng đứng dậy và thay quần áo đợi xe đến. Nhưng ông đã không thể làm được, và bất tỉnh sau đó.

"Khi tôi mở mắt ra, tôi thấy mình đang nằm

trong một căn phòng mà tôi chưa từng thấy bao giờ. Một ngọn lửa nhỏ cháy trong một ngọn đèn ở bên cạnh. Tôi nằm đó một lúc, cố gắng nhớ lại là mình đang ở đâu. Thành linh tôi ngồi bật dậy. Xe lửa ! Mình trở chuyển tàu mất !

Giờ đây tôi biết rằng những gì mình sắp mô tả sẽ nghe rất lạ thường... tất cả những gì tôi có thể làm là kể lại những sự kiện đêm đó đúng như chúng đã xảy ra. Tôi nhảy ra khỏi giường và tìm bộ đồng phục của tôi khắp phòng. Không có trên thành giường : tôi dừng lại, nhìn chằm chằm. Một người nào đó đang nằm trên cái giường mà tôi vừa mới rời khỏi.

Tôi bước lại gần giường trong ánh sáng mờ, rồi lùi lại. Anh ta đã chết. Hàm răng khép hờ, làn da màu xám thật kinh khủng. Rồi tôi nhìn thấy chiếc nhẫn. Trên bàn tay trái của anh ta là chiếc nhẫn của hội sinh viên Phi Gamma Delta mà tôi đã đeo trong suốt hai năm qua.

Tôi chạy vào đại sảnh, mong muốn thoát khỏi căn phòng bí ẩn đó. Richmond, đó là điều quan trọng nhất – tới Richmond. Tôi bắt đầu xuống đại sảnh để ra cửa bên ngoài. "Coi chừng !" Tôi hét lên với một người phục vụ trong bệnh viện mà đang rẽ quay sang chỗ tôi. Anh ta dường như không nghe thấy, và một giây sau anh ta đã đi ngang qua chỗ tôi đứng như thể tôi không có ở đó.

Thật lạ lùng. Tôi tới chỗ cánh cửa, đi xuyên qua và phát hiện ra là mình đang tiến về Richmond rất nhanh trong bóng tối bên ngoài. Đang chạy ư ? Đang bay ư ? Tôi chỉ biết rằng mặt đất tôi đang trượt qua

trong khi những ý nghĩ khác chiếm lấy tâm trí tôi, những suy nghĩ đáng sợ và khó hiểu. Người phục vụ đã không nhìn thấy mình. Nếu mọi người tại trường y cũng không thể nhìn thấy mình thì sao ?

Tôi thấy một con sông rộng, rồi thấy cây cầu dài bắc qua sông để vào một thành phố. Tôi thấy một tiệm giải khát, quán bia và một quán cà phê. Tại đây tôi đã gặp một vài người và hỏi họ tên đường và tên thành phố nhưng chẳng có ai thấy và đáp lời tôi cả. Tôi nhiều lần đập tay lên vai một người khi hỏi nhưng tay tôi như chạm vào khoảng không. Đó là một người có gương mặt tròn và cằm có sợi râu dài. Sau đó tôi đi đến bên một người thợ điện đang loay hoay quấn dây điện thoại vào một bánh xe lớn.

Vô cùng bối rối, tôi dừng lại bên một buồng điện thoại và đặt tay tôi lên sợi dây điện thoại. Ít ra thì sợi dây nằm đó, nhưng bàn tay tôi không thể chạm vào nó. Tôi nhận thấy một điều rõ ràng: tôi đã mất đi xác thân của mình, cái bàn tay mà có thể cầm được sợi dây kia, cái thân thể mà người ta nhìn thấy.

Tôi cũng bắt đầu hiểu ra rằng cái xác trên chiếc giường đó chính là của tôi, không thể hiểu sao lại tách ra khỏi tôi, và việc mà tôi phải làm là phải trở về nhập lại vào nó càng nhanh càng tốt.

Việc tìm đường quay lại khu căn cứ và bệnh viện không có gì khó khăn. Thực sự tôi hầu như trở lại đó ngay tức khắc khi tôi nghĩ đến nó. Nhưng căn phòng nhỏ mà tôi đã rời đi thì ở đâu ? Thế là tôi bắt đầu một trong những cuộc tìm kiếm kỳ lạ nhất đời: cuộc tìm kiếm chính mình. Khi tôi chạy từ khu

này sang khu khác, đi qua hết phòng này sang phòng khác lúc các bệnh binh đang ngủ – những người lính đều trạc tuổi tôi, tôi nhận ra rằng chúng ta lạ lẫm với chính khuôn mặt của mình như thế nào. Mấy lần tôi dừng lại bên một người mà tôi cứ ngỡ là mình. Nhưng chiếc nhãn Hội sinh viên không có, và tôi lại vội tìm.

Cuối cùng tôi đi vào một gian phòng nhỏ với ánh sáng lờ mờ. Một tấm khăn trải đã được kéo phủ lên xác người trên giường, nhưng đôi cánh tay của người đó nằm dọc ở bên ngoài. Chiếc nhãn tôi tìm nằm trên bàn tay trái của thân xác ấy.

Tôi đã cố kéo tấm vải ra nhưng không thể nắm được nó. Và lúc đó là lần đầu tiên tôi nghĩ điều mà đã xảy ra với mình, chính là cái mà nhân loại vẫn gọi là "cái chết".

Trong thời khắc tuyệt vọng nhất ấy, căn phòng bỗng sáng rực rỡ, một thứ ánh sáng lạ lùng tôi chưa từng thấy bao giờ, và tôi như bị lôi cuốn theo nguồn ánh sáng ấy. Tôi đã trông thấy những quang cảnh mà từ khi sinh ra cho đến bây giờ tôi chưa bao giờ được thấy, những cảnh trí mà tôi nghĩ rằng chỉ có ở thế giới bên kia, và tôi không nhìn được rõ các sinh linh ở đó. Có vùng tối tăm u ám, có vùng lại chan hòa ánh sáng vô cùng tươi đẹp với các sinh linh trông như những thiên thần.

Sau đó đột ngột vàng sáng giảm dần, tôi muốn quay về. Trong phút chốc tôi lại thấy những căn phòng, những thân xác bất động trên giường. Tôi tiến tới chiếc giường của thân xác mình. Tôi như bị cuốn hút vào cái thân xác đó. Rồi, từ từ cử động các ngón tay, cuối cùng tôi mở mắt ra. Một lúc sau, một bác sĩ và cô y tá đã ở trước mắt tôi, nét mặt

rạng rỡ. Vậy là tôi đã sống lại, đã thật sự hồi sinh..."

Thời đó, thuốc penicilline chưa được phát minh nên việc chữa trị bệnh sung phổi vô cùng khó khăn, 90 phần trăm người bệnh khó thoát khỏi lưỡi hái của tử thần. Vào buổi sáng ngày 20/12/1943 các bác sĩ ở bệnh viện đã xác nhận rằng George Ritchie đã chết nên người ta chuyển xác ông đến nhà quản. Tại đây một sổ thủ tục giấy tờ, giấy khai tử và thủ tục chuẩn bị đưa người chết vào quan tài đã được tiến hành, và người ta chuẩn bị thông báo đi các nơi rằng George Ritchie đã chết. Không ai có thể tưởng tượng được, Ritchie sống lại và mang theo câu chuyện diệu kỳ mà ông trải nghiệm trong giây phút trái tim đã ngừng đập, khi mà mọi dấu hiệu của sự sống không còn.

Những điều George Ritchie kể lại sau khi sống dậy đã làm các bác sĩ trong bệnh viện kinh ngạc. Điều kỳ lạ đáng lưu ý là những gì Ritchie đã kể và ghi chép lại trong tập nhật ký trong 9 phút chết đó về sau đều được chứng minh là có thực.

Một năm sau, Ritchie trở về trại Barkeley và được gởi sang Âu Châu để phục vụ tại một bệnh viện quân y. Trên đường xe đã chở Ritchie đi ngang qua thành phố mà một năm trước trong khi bị coi là đã chết, Ritchie đã tới. Tiệm bán bia, tiệm cà phê, cây cầu dài bắc qua sông, những con đường, những bảng hiệu, cả cái buồng điện thoại năm xưa... tất cả đều có thật trong thực tế. Đó là thành phố Vicksburg thuộc tiểu bang Mississippi, nơi mà chưa bao giờ George Ritchie đặt chân đến.

George Ritchie sau này trở thành Viện trưởng Viện tâm thần học ở Charlottesville, bang Virginia Hoa Kỳ, và suốt đời ông không thể nào quên rằng mình đã có lần chết đi sống lại, cũng như không thể nào quên các cảnh giới lạ lùng ở bên kia cửa tử.

Giáo sư Bác sỹ George G. Ritchie mất vào ngày 29/10/2007 tại nhà riêng ở Irvington, Virginia, Hoa Kỳ, hưởng thọ 84 tuổi.

"Cái chết chẳng qua là một ô cửa, là một cái gì đó mà bạn bước qua" – George Ritchie nói



Hạt cát

Tuệ Sỹ

*Nữ vương ngự huy hoàng trong ráng đỏ
Cài sao hôm lấp lánh tóc mai
Bà cúi xuống cho đẹp lòng thần tử
Kìa, khách lạ, người là ai?*

*Tôi sứ giả Hư vô
Xin gởi trong đôi mắt Bà
Một hạt cát*

Nguồn: Tuệ Sỹ, *Giv'c mñ Trø'ng Sñn*, An Tiem California, 2002

Hư Hư Lục

Thích Nữ Như Thủy

Bà Chúa Xứ

Thuở xưa có một anh chàng xấu xí kia, con nhà nghèo, thất học phải sinh sống bằng nghề khuôn vác mướn ngoài chợ. Người ta gọi anh là thằng Bu.

Bu làm việc siêng năng giỏi giã nên cuộc sống của anh không lấy gì làm chật vật cho lắm. Có điều anh rất buồn khi chung quanh chẳng có ai coi trọng nề vì anh hết. Cũng như hầu hết mọi người, anh thèm thường được quyền uy, lòng ái mộ khát ngưỡng của đồng loại. Mặt mũi anh đã không thuộc loại đẹp trai, anh lại không có một làn hơi thiên phú để ca vọng cổ hay tân nhạc, nên anh không thể tiến thân bằng con đường văn nghệ. Anh lại tứ cố vô thân không tiền của nên khó mà mua danh vọng chức tước, chữ nghĩa lại chẳng bằng ai... Vậy thì phải làm cách nào cho thiên hạ ngán mình đây? Suy nghĩ suốt một đêm chàng Bu nảy ra một sáng kiến.

Một hôm, sau vài ly ba xì đế, Bu đến ngồi trước miếu Bà Chúa Xứ, một vị thần không được thiêng cho lắm, nên nhang tàn khói lạnh, mỗi năm chỉ được người ta cúng cho một lần. Bu đến trước cửa miếu, ngồi lắc lư ợ ngáp liên hồi... Ban đầu chỉ có bọn trẻ con tụ tập chung quanh anh sau đó là các bà vô công rồi nghề, rồi dần dần có đến cả hội đồng bộ lão của làng nữa. Người ta nhìn nhau thì thầm:

([Xem tiếp trang 31](#))

Đời người quan trọng nhất là điều gì?

Sưu tầm

Điều tuyệt vời nhất chúng ta đang có là gì? Không phải giây phút huy hoàng trong quá khứ, cũng không phải niềm hy vọng trong tương lai mà chính là hiện tại.

Trong chùa Vĩnh Bình có một vị thiền sư đã hơn 80 tuổi, một hôm trong ông lúc đang phơi nắm hương, vị sư trụ trì nhìn thấy liền nói với ông: “Trưởng lão, ngài nhiều tuổi thế rồi sao còn phải làm việc này? Ngài không cần vất vả thế, để tôi cho gọi người khác đến làm giúp ngài!”

Vị thiền sư liền trả lời: “Người khác không phải là tôi!”

Vị sư trụ trì nói: “Ngài nói đúng, nhưng nếu muốn làm thì cũng không nên chọn thời điểm đang nắng to như thế!”

Vị thiền sư nói: “Trời nắng to không phơi, chẳng lẽ chờ đến lúc trời râm, trời mưa mới đi phơi hay sao?”

Vị sư trụ trì lúc đó mới ngộ ra được vấn đề.

Mọi người thường nói: “Việc hôm nay chớ để ngày mai”, “Việc của mình mình phải tự làm”, nói thì đơn giản nhưng không phải ai cũng làm được. Mọi người thường tìm trăm ngàn lý do để biện minh cho việc lười nhác của mình, nhưng cuối cùng sự thực vẫn cho thấy rõ tất cả, người mà mình lừa gạt không ai khác chính là bản thân mình. Con người

sống trên đời có 2 việc tuyệt đối không nên làm đó là “Chờ đợi” và “Dựa dẫm”, không được chờ ngày mai, không được dựa dẫm vào người khác, bằng không cuộc sống này của bạn sẽ chẳng còn ý nghĩa nữa.

Thân Loan – người sáng lập Chân Tông Tịnh độ Nhật Bản- mồ côi cha từ nhỏ. Năm lên 9 tuổi ông đã quyết định xuất gia đi tìm thiền sư để xuống tóc, thiền sư hỏi ông: “Con hãy còn nhỏ thế này tại sao đã muốn xuất gia?”

Lúc đó ông trả lời: “Năm nay mặc dù cháu mới 9 tuổi nhưng bố cháu đã qua đời, cháu không biết vì sao con người phải chết, vì sao cháu và bố phải rời xa nhau, vì thế để hiểu được đạo lý này, cháu nhất định phải xuất gia”.

Vị thiền sư vô cùng vui mừng với trí nguyện của Thân Loan, ông nói: “Được! Ta hiểu rồi. Ta đồng ý nhận con làm đồ đệ, nhưng hôm nay muộn rồi, chờ đến sáng sớm mai ta sẽ cắt tóc cho con!”

Thân Loan nghe xong liền nói: “Thưa sư phụ, mặc dù sư phụ nói là chờ đến sáng sớm mai sẽ cắt tóc cho con, nhưng con còn nhỏ, con không dám chắc quyết tâm đi tu của con có còn giữ được đến sáng mai không, mà sư phụ thì đã nhiều tuổi thế này rồi, sư phụ có dám chắc sáng mai tỉnh dậy sư phụ vẫn khỏe mạnh không?”

Vị thiền sư nghe xong liền nói “Tốt, tốt” và vô cùng vui mừng mà rằng: “Con nói rất hay! Những gì con nói đều đúng, ta sẽ cắt tóc cho con ngay bây giờ”.

Nếu còn ngày mai, bạn sẽ định trang điểm khuôn mặt của mình thế nào? Nếu không còn ngày mai, bạn có nói được lời tạm biệt nữa không? Mỗi người đều phải đối mặt với vấn đề sinh lão bệnh tử, đứa trẻ cũng không dám chắc quyết tâm của mình có duy trì được đến sáng mai không, người già cũng không biết sự sống của mình có kéo dài được đến ngày mai hay không, còn bạn, bạn

có dám chắc ngày mai có còn nhớ được kế hoạch của ngày hôm nay không? Đúng vậy, không ai biết trước được tương lai, không ai có thể khẳng định ngày mai sẽ đem đến một hy vọng mới hay một sự tuyệt vọng cho bạn, vì thế khi còn sống hãy cố gắng hết sức, ngày hôm nay rồi sẽ trở thành một phần của ngày hôm qua!

Cuộc sống là không chờ đợi, đời người rất ngắn, hà tất chờ đợi đến hôm sau.

Sưu Tầm

CUỐN SÁCH VÀ GIỎ ĐỰNG THAN (sưu tầm)

Có một câu chuyện kể rằng tại một trang trại ở miền núi xa xôi, miền Đông bang Kentucky, có một ông cụ sống với người cháu của mình. Mỗi buổi sáng, ông cụ đều dậy rất sớm để đọc sách. Có những cuốn sách ông đã đọc nhiều lần, đến mức cuốn sách sờn cũ, nhưng lúc nào ông đọc cũng say mê và chưa một buổi sáng nào ông quên đọc sách.

Cậu cháu trai cũng bắt chước ông, cũng cố gắng mỗi ngày đều ngồi đọc sách. Rồi một ngày, cậu hỏi ông:

- Ông ơi, cháu cũng thử đọc sách như ông, nhưng cháu không hiểu gì cả. Hoặc là có những đoạn cháu hiểu, nhưng khi gấp sách lại là cháu quên ngay. Thế thì đọc sách có gì tốt đâu mà ông đọc thường xuyên thế ạ...

Ông cụ lúc đó đang đổ than vào lò, quay lại nhìn cháu và chỉ nói:

- Cháu hãy đem cái giỏ đựng than này ra sông và mang về cho ông một giỏ nước nhé!

Cậu bé liền làm theo lời ông, dù rằng tất cả nước đã chảy ra hết khỏi giỏ trước khi cậu bé quay về đến nhà.

Nhìn thấy cái giỏ, ông cụ cười và nói:

- Nước chảy hết mất rồi! Có lẽ lần sau cháu sẽ phải đi nhanh hơn nữa!

Rồi ông bảo cháu quay lại sông lấy một giỏ nước.

Lần này cậu bé cố chạy nhanh hơn, nhưng lại một lần nữa, khi cậu về đến nhà thì cái

giỏ đã trống rỗng. Thở không ra hơi, cậu nói với ông rằng “đựng nước vào cái giỏ là điều không thể”, rồi đi lấy một chiếc xô để múc nước. Nhưng ông cụ ngăn lại:

- Ông không muốn lấy một xô nước. Ông muốn lấy một giỏ nước cơ mà! Cháu có thể làm được đấy, chỉ có điều cháu chưa cố hết sức thôi!

Rồi ông lại bảo cháu ra sông lấy nước. Vào lúc này, cậu bé đã biết rằng không thể đựng nước vào giỏ được, nhưng cậu muốn cho ông thấy rằng dù cậu chạy nhanh đến đâu, nước cũng sẽ chảy hết ra khỏi giỏ trước khi cậu về đến nhà. Thế là cậu bé lại lấy nước, lại chạy nhanh hết sức, và khi về đến chỗ ông, cái giỏ lại trống rỗng.

- Ông xem này - Cậu bé hệt hơi nói - Thật là vô ích!

- Cháu lại nghĩ nó là vô ích ư... - Ông cụ nói - Cháu thử nhìn cái giỏ xem!

Cậu bé nhìn vào cái giỏ, và lần đầu tiên, cậu bé nhận ra rằng cái giỏ trông khác hẳn ban đầu. Nó không còn là cái giỏ than đen bẩn nữa, mà đã được nước rửa sạch sẽ.

- Cháu của ông, đó là những gì diễn ra khi cháu đọc sách. Có thể cháu không hiểu hoặc không nhớ được mọi thứ, nhưng khi cháu đọc, sách sẽ thay đổi cháu từ bên trong tâm hồn, như nước đã làm sạch giỏ than kia vậy.

Hư Hư Lục

Thích Nữ Như Thủy

Chim Cú Mèo

Xưa có con chim Cú mèo làm tổ chung trên một cây với chim Gáy.

Một hôm Cú mèo đến từ già chim Gáy để dọn đi nơi khác, Gáy ngạc nhiên hỏi:

- Bác đi đâu thế?

- Tôi dời nhà sang phương Tây.

- Sao thế? Có việc gì làm trở ngại cho bác? Tôi trông nơi đây sinh sống dễ dàng, mát mẻ, sao bác lại bỏ đi?

Cú mèo buồn rầu đáp:

- Dân cư vùng này không ưa tôi.

Chim Gáy dịu dàng bảo:

- Này bác ạ! Chỗ thân tình với nhau tôi nói cho bác nghe... sở dĩ người ta không ưa bác là vì tiếng kêu của bác. Nếu sang phương Tây bác cũng kêu như thế thì người ta cũng ghét bác thôi... Chỉ bằng bác đổi tiếng kêu thì đông tây gì cũng tốt như nhau, chẳng ai ghét bác nữa đâu mà sợ.

Cú mèo nghe nói, giận dữ bỏ đi đến miền Tây ở. Đúng như lời tiên đoán của chim Gáy, dân chúng miền Tây cũng ghét bỏ nó, Cú mèo đâm ra hận đời, nhất định đi vào thâm sơn cùng cốc, lánh xa loài người, loài vật, mặt trời, mặt trăng...

Kiến Tánh (Tính) Thành Phật

BS. Trần Xuân Ninh

Kiến tánh thành Phật là câu chốt trong một yếu chỉ gồm 4 câu Hán Việt tóm tắt nguyên tắc truyền đạo của Thiền tông (Nam phái) Trung Hoa mà người hoằng dương là Huệ Năng, thiền sư thứ sáu tính từ sơ tổ là Bồ đề Đạt Ma (Bodhidharma):

**Giáo ngoại biệt truyền
Bất lập văn tự
Trực chỉ nhân tâm
Kiến tánh thành Phật.**

Dịch nghĩa đen ra tiếng Việt là:

**Truyền riêng ngoài đạo
Không lập chữ nghĩa
Đến thẳng lòng người
Thấy tánh thành Phật**

“Kiến tánh thành Phật” có nghĩa là “thấy được tánh (của mình) thì (sẽ) thành Phật”.

Có thực như thế không? Hy vọng câu trả lời sẽ nảy ra sau khi đọc xong phần trình bày ở dưới đây.

1/Trước hết, tính là gì. Xin bắt đầu bằng lối giải thích thông thường, nghĩa là viện ra kinh sách. Trong cuốn Thiền luận tập một của Daisetz Teitaro Suzuki, có ghi lại giải thích chữ Tính trong câu chuyện đối đáp giữa đệ tứ tổ Thiền tông Trung quốc là Đạo Tín (580-651) và ngũ tổ Hoằng Nhẫn. Tương truyền rằng trên đường qua huyện Huỳnh Mai, Đạo Tín gặp một đứa bé cọt

cách thanh tú, thần thái khác thường.

Tổ hỏi: danh tánh là gì?

Đứa bé đáp: có tánh nhưng chẳng phải tánh thường

Tổ hỏi: Tánh gì

Đứa bé đáp: Tánh Phật (Buddha Nature)

Tổ hỏi: Con không có tên sao?

Đứa bé đáp: Không, vì nó vốn là không

Đứa bé sau trở thành Hoằng Nhẫn, tổ thiền tông đời thứ năm.

Giáo sư Suzuki giải thích rằng đối đáp trong chuyện kể trên là lối chơi chữ Trung hoa. Vì người Tàu có tên và họ (danh và tính). Câu chuyện lấy đứa bé trả lời tổ Đạo Tín để định nghĩa chữ Tính trong Phật giáo. Chữ tính trong Phật giáo không phải là tính (họ) thường, *chữ Tính trong Đạo Phật là chữ PH' tính*. Mà nếu hỏi Phật Tính là gì và từ tính truy cứu nữa thì lại ra một lô các chuyện hay lời nói hay chữ giải thích cũng dài dòng như vậy và khó hiểu tương tự, hay hơn.

Cho nên, một cách thật tóm gọn, cho khỏi bị rối mù, thì chỉ xin nói rằng chữ **Tính** còn gọi là **Tự Tính** hay là **Bản lai diện mục**. Và đến đây tôi xin phép ngưng dùng kinh sách mà sử dụng lối nói và suy nghĩ dựa trên hiểu

biết thời nay để giải thích ý nghĩa tại sao mà kiến Tánh thành Phật.

Một cách thông thường và trong một phạm vi nhỏ hẹp, ai cũng hiểu Tánh hay Tính là chỉ *đặc điểm* của một người hay một vật.

Thí dụ ở người thì có: Tính tốt, tính xấu, tính nóng, tính tham vân vân. Nếu là vật thì tính cứng, tính mềm. Đến đây thì xin giải thích mấy chữ Hán Việt *bản lai di-n m* nghe rắc rối, nhưng cần thiết để hiểu Phật tính là gì.

Bản là gốc, lai là đến, diện là mặt, mục là mắt. Bản lai diện mục là cái mặt cái mắt của mình từ gốc, tức là lúc ban sơ, khởi đầu.

Mặt tập trung các đặc tính thể chất bề ngoài để nhận ra con người. Điều này được công nhận từ xưa tới nay từ Đông sang Tây. Cho nên thể thông hành ngày nay là luôn luôn có hình chụp để xác nhận con người. Và ngày xưa truy tầm can phạm thì người ta vẽ hình để truyền rộng đi khắp nơi. **Mắt** là biểu lộ cái đặc tính tinh thần con người. Theo khoa tướng số ngày xưa, nhìn mắt người ta có thể thấy được sự khôn ngoan hay ngu tối, sự gian tà hay chính trực vân vân... Điểm này thì ngày nay không mấy ai để ý, trừ những người có hiểu chút tướng số mà biết rằng ngày xưa các cụ nói mắt sáng như sao là người thông minh, mắt la mày lét là kẻ gian ý, vân vân và vân vân.

Thí dụ thêm về ý nghĩa của mặt và mắt (diện mục) trong văn hóa Việt nam thì có thể kể:

*Những người mặt nạc đóm giầy
Mo nang trôi sấp, biết ngày nào khôn
Những người con mắt lá dăm,*

*Lông mày lá liễu đáng trăm quan tiền
Mắt la mày lét
Con mắt có đuôi
Mì thanh mục tú*

Và vô số các câu khác về tướng số mà nhiều người đứng tuổi từng nghe qua. Kể ra những câu này không phải là để bàn xem những mô tả này về mặt và mắt là đúng hay sai. Nhưng chỉ để nói rằng mặt và mắt (diện mục) trong văn hóa Trung hoa và Việt nam thời xưa là biểu lộ đặc điểm vật chất và tinh thần con người.

Đối với con người, thì *lúc ban đầu* kể là lúc lọt lòng mẹ, nghĩa là con người tối-thiểu-hoàn-chỉnh đủ để trưởng thành. Tóm lại, Tính, hay Tự Tính, hay Bản lai diện mục là những đặc điểm của một con người *lúc mới sinh*. Đặc tính ban đầu này của con người được thể hiện ra trên hai phương diện, là thể chất và tinh thần.

Về thể chất thì đó là mắt xanh, tóc đen, da vàng, da trắng, da đen vân vân. Về tinh thần thì biểu hiện vẫn tất ra như: khó khăn, dễ dàng, nhanh nhạy, chậm chạp, lạnh, dữ vân vân. Nhờ những hiểu biết về sinh học ngày nay mà người ta hiểu rằng tất cả những điều này là do các nhân di truyền (genes) một nửa từ bố, một nửa từ mẹ tạo thành. Con người mới sinh này do đó xin tạm gọi là **con người di truyền (genotype)**.

Dưới góc nhìn Phật giáo, thì con người di truyền ra sao được giải thích là do cái **ngiệp** từ nhiều kiếp trước. Nhìn như vậy thì đặc tính thể chất ban đầu của mỗi người do đó không giống nhau. Đó là sự tự nhiên của vũ trụ, bao gồm sinh vật cũng như vật vô tri. Như đá thì khác đất, khác cát. Đất sét thì

khác đất thịt. Gỗ lim khác gỗ tạp. Cam thi khác với táo. Vân vân. Nhân đây thì xin nói rằng cái quan niệm thời nay mọi người sinh ra như nhau, bình đẳng chỉ là một khẩu hiệu chính trị con người tùy tiện chế ra, để làm nền cho việc quy định cách đối xử với nhau trong một số xã hội Tây phương.

Mọi bé sơ sinh dù bất cứ nguồn gốc di truyền nào lúc mới lọt lòng mẹ cũng chỉ có chung một phản ứng đầu tiên là khóc. Vì nó bị đổi từ môi trường yên lặng tiện nghi trong bụng mẹ sang môi trường bên ngoài, nóng lạnh khác hẳn, tạo khó chịu cho nó. Các giác quan (ngũ uẩn) tiếp nhận đủ loại tấn công, kích thích từ ngoài. Những phản ứng trong những giờ phút tiếp theo cũng đơn giản như thế: như đói thì khóc đòi ăn, khát thì khóc đòi uống vân vân... Khi những nhu cầu đơn giản thiết yếu gắn liền với sự sống này mà được thỏa mãn, thì không còn đòi hỏi phản ứng gì khác.

Đứa bé mới sinh ra không ghét ai, không yêu ai, ngay cả đối với bố với mẹ. Cho nên mọi trẻ mới sinh dù da đen da trắng hay da vàng không tật bệnh mà bú no xong, được ở trong môi trường ấm áp tiện nghi là ngủ, bộ mặt bình thản, thoải mái. Nói chung ai nhìn cũng thấy dễ thương.

Bộ mặt này là bộ mặt thanh thản trên các tượng Phật. Tình trạng thoải mái còn được thấy trên mặt đứa bé lúc ngủ hé miệng cười, cũng có khi là méu miệng rồi yên. Mà các cụ ta thường nói là “mụ dầy”.

Với sự trưởng thành, con người di truyền lớn lên thay đổi dần dần bởi *môi trường, hoàn cảnh sống và giáo dục*. Cái ý u t□ môi

trường và giáo dục này rất quan trọng. Một đứa trẻ bố mẹ Mỹ sống ở Việt Nam từ lúc mới sinh ra thì sẽ hành xử như một người Việt nam, nhưng hình dạng và thể chất là Mỹ. Ngược lại một đứa bé bố mẹ Việt Nam sống ở Mỹ từ lúc mới sinh lớn lên sẽ hành xử như một người Mỹ nếu không được dạy dỗ hướng dẫn gì về VN. Ngoài ra, cho dù được dạy dỗ nói cho nghe về VN thì đứa bé VN sống ở Mỹ cũng không hành xử hoàn toàn như một người VN sống ở VN.

Đến đây thì ta có thể thấy rằng con người di truyền (genotype) chịu ảnh hưởng của môi trường sẽ trở thành **con người hiện thực** (phenotype). Con người hiện thực này còn thay đổi theo thời gian. Nói cho rõ thì con người hiện thực lúc tuổi thiếu niên khác con người lúc 30, 40, 50 tuổi và hơn nữa. Trong sách Luận ngữ, Khổng tử đã mô tả một cách tổng quát sự thay đổi này rằng “*ngô th‘p ngũ nhi chỉ u học, Tam thập nhi lập, tứ thập nhi bất hoặc, ngũ thập nhi tri thiên mệnh, lục thập nhi thuận nhĩ, thất thập nhi tàng tâm sở dục bất du cử.*”

Vấn tắt nghĩa là “tôi lúc 15 tuổi chỉ lo học, 30 tuổi xác định chỗ đứng, 40 tuổi không còn nghi ngờ, 50 tuổi hiểu được mệnh trời, 60 tuổi nghe thấy thuận tai (không bức bối với những điều nghe thấy), 70 tuổi tùy lòng muốn mà không vượt qua nguyên tắc”. Khổng Tử nói như vậy là do nhận định và kinh nghiệm cá nhân.

Nhưng con người di truyền của người ta không ai giống như con người di truyền Khổng tử. Cho nên những người đồng thời Khổng Tử 40 tuổi vẫn nghi hoặc không hiểu việc đời, 60 tuổi vẫn không lắng lòng bình

tĩnh mà nghe, 70 vẫn không biết những nguyên tắc tối thiểu ở đời để giữ. Tôi không nói những con người thời nay vào những mốc tuổi như vậy, vì môi trường và hiểu biết khác không giống thời Khổng Tử.

Trong mạch lý luận này thì có thể nói, được chứng minh bằng thực tế, rằng mỗi chúng ta ở Mỹ (hải ngoại) ngày nay khác với mỗi chúng ta ngày còn ở VN hay ngày mới đến Mỹ.

Sau chót, tổng kết lại thì con người hiện thực tùy theo môi trường và hoàn cảnh sống đã đành, mà còn thay đổi theo cả thời gian nữa. Nhìn rộng ra một chút, thì đó chính là cái lẽ vạn vật **vô thường**, (nghĩa là không có gì bất biến), trong đạo Phật. Nói khác đi thì *thay đổi trong mỗi người* là 1□t□nhiên □ những mức độ khác nhau tùy lãnh vực, mà phần lớn là không tự thấy, không ý thức được. Và khó cưỡng lại được. Cưỡng bằng mọi giá là tạo ra khổ nạn cho chính mình, và cho người khác. Tại sao lại nói thay đổi ở mức độ khác nhau và tùy lãnh vực? là bởi vì như trên đã nói đất sét hút nước và trở thành mềm dẻo nắn được. Đá, cát không hút nước, để nước trôi đi....Con người không thay đổi đồng đều về thể chất cũng như tinh thần.

2/Phân tích như trên thì những đặc điểm thể chất và tinh thần (bản lai diện mục) của con người di truyền khác nhau từ lúc mới sinh. Vậy thì có cái gì là chung cho tất cả mọi người lúc mới sinh để mà có thể nói cái tính ban đầu là Phật tính? Là tiếng khóc phát biểu ban đầu, đơn giản. Mà như đã nói ở trên là đói ăn, mệt ngủ. Ăn gì cũng được miễn no bụng thì thôi, vì chưa được dạy dỗ để quen ăn gì, uống gì, ăn thế nào: Bú sữa mẹ hay sữa bò, lạnh hay nóng. Ăn đồ làm sẵn cho trẻ con hay ăn bột, ăn cháo, ăn cơm nhà nấu.

Ngủ sao cũng được, miễn là được yên ổn ngủ. Chưa quen nghe tiếng mẹ ru ngủ hay quen nghe tiếng nhạc từ trong băng âm thanh, trong điện thoại khôn. Quen ngủ nổi một mình hay ngủ cạnh mẹ vâng vâng.... Và cứ thế, hoàn cảnh sống làm cho con người di truyền thành con người hiện thực, nghĩa là được *điều kiện hóa* theo m□t s□ các thói t□c. Mà không có những cái đó thì khổ sở, thêm muốn. Và nghĩ rằng con người hiện thực đó là chính mình, là cái NGÃ, cái ta không bỏ được.

Trong đời sống thường ngày, không có mấy ai để ý phân biệt con người hiện thực với con người di truyền. Và con người hiện thực nào, vào lúc nào, ở đâu. Vì thế, nhiều khi cứ coi những suy nghĩ hành xử của mình ngày hôm nay vẫn như mười năm trước, mà thật tình không phải. Phán xét cuộc đời ngày hôm nay theo như tiêu chuẩn hai mươi năm trước cũng không chắc là phải. Vì thế mà nhiều phần tạo ra khổ nạn cho mình trước hết, và cho người luôn. Có lẽ vì thế mà triết gia Pháp Pascal đã nói “le moi es haissable” (cái tôi đáng ghét). Bởi vì với tâm thức như thế thì cái Ngã vừa là độc tài đối với người mà vừa là nô lệ cho định kiến của mình. Cái ngã như thế thì không đáng ghét sao được?

Nhìn sự việc qua lăng kính như thế, nhà Phật gọi là **vô minh**.

3/Như vậy thì cái TÍNH thuở ban đầu của con người di truyền (bất kể đen, trắng, vàng hay nâu) là *hành x□ theo nguyên t'c địn gi^hn tự nhiên* c□a cu□c s□ng – tương tự đói ăn mệt ngủ, khác xa với cái phức tạp của con người hiện thực. Nói khác đi là khi thấy rõ cái bản lai diện mục con người nào cũng như vậy thì

sẽ nhìn ra đường giải khổ, thoát khổ. Nghĩa là sống ở đời mà không bị trôi vào đời. Đói thì ăn chứ không chỉ lo bám chặt lấy cái ăn.

4/Cái khác của đứa bé sơ sinh và đức Phật. Như đã trình bày trên, đứa bé sơ sinh phản ứng, hành xử đơn giản, đầu óc trong sáng, vì chưa bị điều kiện hóa bởi môi trường hoàn cảnh sống và giáo dục. Đức Phật hành xử đơn giản trong sáng, vì bằng tu tập đã gạt bỏ được hết các phức tạp gắn vào mình bởi hoàn cảnh sống, môi trường sống, và giáo dục. Quá trình tu tập của đức Phật trải qua nhiều giai đoạn: khổ tu đến gần chết, rồi sau tìm ra con đường trung đạo, con đường tự cứu, rồi giảng đạo cứu người (như ngón tay chỉ mặt trăng), ngót nghét năm mươi năm.

Khi mà nhìn và hiểu tự nhiên là như thế, thì nghèo mà không khổ. Đói mà không khổ. Vất vả mà không khổ. Không hiểu như thế thì giàu mà khổ:

Không thiếu gì người giàu có, quyền uy, mà thường xuyên than khổ kêu khổ.

Vì phải ăn vội, uống vội, nghỉ vội để còn làm, và làm thì mong cho hết giờ để giải trí và tham dự các cái gọi là trò vui khác vân vân...

Và nếu mà không làm được như thế là lại khổ tiếp chồng lên. Cái khổ trong trường hợp này chỉ là gắn liền với công việc mình chọn, thứ trò vui mình tự trôi vào. Cái hình ảnh gần đúng để diễn tả tình trạng này là hình ảnh con chuột bạch trong lồng cầu mà người ta thường thấy bán ở miền Bắc trước năm 1954.

Đến đây ắt có người sẽ hỏi nếu thay đổi xảy ra mà cứ để cho nó như thế và thích ứng theo đó, theo như tinh thần đói thì ăn, khát thì uống, bởi vì không thể cấm khát cấm đói được, nghe thì có đúng, nhưng phải chăng là quá tiêu cực? Cụ thể như trường hợp VC trấn áp đủ mặt, lấy tiền bạc nhà đất của mình mà cứ chấp nhận hay sao? Câu hỏi này rất phải, nhưng sự so sánh hai trường hợp không thực sự giống nhau. Đói là vì không có đồ ăn thì giải quyết rất ráo là ăn, mà muốn ăn thì phải kiếm thực phẩm, phải đi làm v.v. Tức là dẹp cái nguyên cơ của đói. VC trấn lột thì phải dẹp VC, hay làm sao cho nó không lấy được. Ta sẽ không đi vào trả lời chi tiết những điều này. Thí dụ như làm sao có việc làm, làm cái gì, làm sao giải quyết VC vân vân... Bởi vì bản như thế là bản trôi vô tận, ra ngoài phạm vi đề tài.

Ở đây chỉ lấy một trường hợp cụ thể về cách giải quyết cái đói, để suy nghĩ. Các nhà tu hành thời đức Phật thì suốt ngày tập trung suy nghĩ tìm hiểu cái lý để giải khổ, cho nên không làm gì do đó không có gì để ăn và bị đói. Cho nên đến giờ ăn đứng thưa thì cầm bình bát xin ăn, đứng giữa đường không nói. Người qua đường cho gì ăn nấy. Quá giờ không có ai cho thì đi về nhịn đói. Và tu tập tiếp. Giải quyết cái ăn như thế là bởi vì không coi ăn là quan trọng phải giải quyết. Tương tự đứa bé sơ sinh đói thì khóc, nhà tu đói thì cầm bình bát đứng đường. Ở VN xưa mà tôi biết lúc còn nhỏ, ở chùa làng vị sư trụ trì cùng chú tiểu làm ruộng trồng rau để sống ngoài giờ tụng kinh niệm Phật. Bây giờ, sư đa số chỉ tụng kinh niệm Phật và làm lễ cầu siêu cầu an và tìm cách cho có nhiều Phật tử đi chùa, kêu gọi Phật tử bố thí {hay cúng dường}. Trong ba trường hợp đưa ra,

thì chúng ta thấy rằng cuộc sống các sư thời đức Phật và cuộc sống các sư ngày nay thật khác nhau. Những vấn đề cần giải quyết khác nhau.

5/Chữ Phật trong câu kiến tính thành Phật nghĩa là gì?

51.Nói đến Phật thì hầu như ai cũng nghĩ đến đức Thích Ca Mâu ni Phật, tức là thái tử Tất Đạt Đa con vua Tịnh Phạn. Là người đã bỏ cung vàng điện ngọc, bỏ cuộc sống đầy đủ hoan lạc không thiếu thứ gì để đi tu tìm phương cách cứu khổ cho mọi chúng sinh. Trải qua một giai đoạn khổ tu đến gần chết, ngài đã tìm ra con đường trung đạo, thiền định 49 ngày giác ngộ thấy đạo (Pháp), và đi giảng đạo suốt 50 năm, chỉ cho chúng sanh con đường thoát khổ, rồi viên tịch thoát ra khỏi vòng luân hồi. Đó là đức Phật lịch sử. Như thế thì không ai trở thành đức Phật lịch sử được.

52. Chữ Phật trong câu *thầy tính mà thành Phật* ý nghĩa thế nào? Chữ Phật trong câu: *Ta là Phật đã thành, các người là Phật-sẽ-thành*.

Nói khác đi thì đó là trạng thái giác ngộ, mà trong nhiều kinh sách gọi là *quả vị Phật*. Người tới tình trạng giác ngộ này chưa thể là một vị Phật trong hàng “tam thế chư Phật”, bởi vì điều kiện tất yếu không có không được để thành Phật là phải thể nghiệm, tức là *tu tập*, từng giây từng phút, thường xuyên, mà kết quả ra sao thì chỉ mình mình biết chỉ mình mình hay. Tức là cái tình trạng thân tâm an lạc. Người ngoài không thể biết qua những điều nhìn thấy từ ngoài như chùa to, tượng lớn, Phật tử đông đảo...

Tu như thế nào thì nói ra dài vô tận. Bởi vì chính Đức Phật đã chỉ dạy gần 50 năm mà lúc gần nhập Niết bàn, đệ tử còn van xin ở lại. Cho nên không nói đến tu tập thế nào ở đây. Nhưng có thể tùy nghi thảo luận về một số nguyên tắc tu tập trong phần kế tiếp.

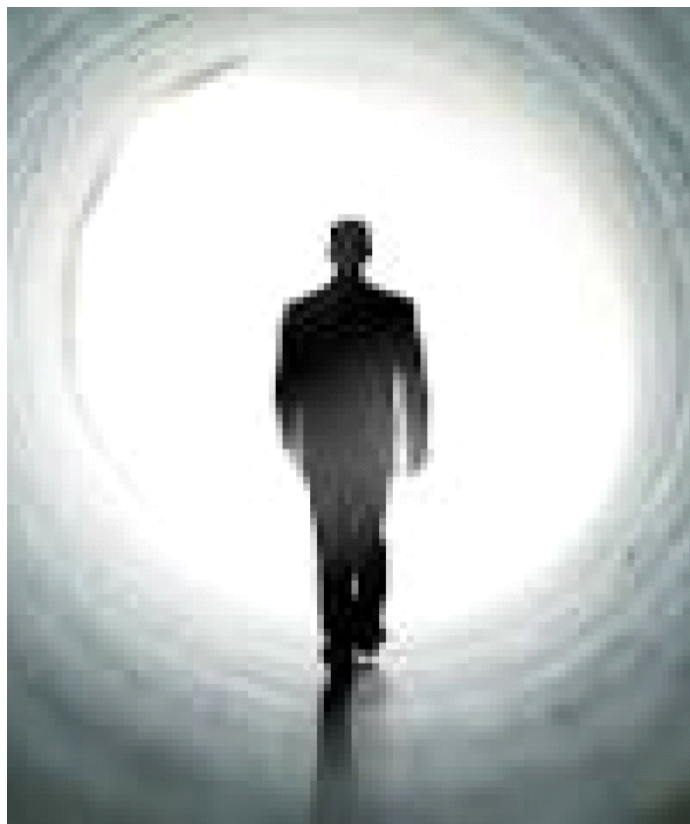
6/Thảo luận:

Con chó có Phật tính không? Một vị tăng hỏi thiền sư Triệu Châu.

Tại sao Huệ Năng truyền đạo theo nguyên tắc 4 câu kệ này?

Vân vân...

Bác sĩ Trần Xuân Ninh
(Ngày 21 tháng 3/2017)



(Tiếp theo trang 21)

- Bà về! Bà về!

Vài mụ đàn bà góp ý:

- Khoảng nửa tháng nay đêm nào tôi cũng thấy có cục lửa to xẹt lên xuống ngang chòm cây này. Tui sinh nghi trong bụng mà không dám nói ra chớ.

Mỗi người góp một ý, vàng hương hoa quả được mang đến và chàng Bu nghiêm nhiên thành cái xác của Bà Chúa Xứ.

Từ đó, Bu không còn phải đi khuân thuê vác mướn nữa, người gọi anh bằng “Bà,” bằng “Ngài,” xúm xít cười và lả, đón rước những lời nũng nịu, ông ẹo thốt ra từ đôi môi xám xịt của Bu. Anh mặc áo lụa quần sa ten trắng, đi hài cườm, thoa son phấn và đeo đồ trang sức.

Một tháng sau, Bu đã có vô số người ái mộ, những kẻ trước kia dòm Bu chỉ bằng nửa con mắt bây giờ lại kính cẩn lễ bái đón nhận từng mệnh lệnh của anh. Người ta đến xin bùa phép của anh để mua may bán đắt, để được sinh con trai, con gái, đánh đề, đánh bạc, đua ngựa, đá gà v.v... Bởi vì chư Phật và Bồ Tát thường ít khi chịu khó chịu lòng những tham vọng ấy của chúng sanh, thánh thần thì bận thương thiện phạt ác, ma quỷ thì đòi ăn hối lộ. Duy có anh Bu không đòi hỏi gì cả, ngoài việc ước mong được thiên hạ chịu chuộc, dâng bốc vuốt ve lòng tự ái của mình.

Ba tháng trôi qua, những cuộc lên đồng cầu đảo bất kể đêm ngày đã khiến Bu xuống sắc

rõ rệt. Lốp son phấn dày cộm không che khuất đôi mắt đầy quầng đen. Càng đông người tín mộ, anh càng phải lên đồng thật xuất sắc... Anh không còn đủ thì giờ để ăn uống ngủ nghỉ... Những lúc mệt quá, anh cũng muốn nghỉ ngơi “thăng” đồng để trở lại đời sống bình thường của anh... nhưng những lúc ấy anh phải trở lại chấp nhận cái bản thân bình thường thấp kém của anh Bu khuân vác mướn, một điều mà anh muốn chối bỏ, anh phải chịu đựng những ánh mắt lạnh nhạt khinh bỉ của người chung quanh. Người ta sẽ gọi anh bằng “thăng,” bằng “mày.” Vì thế, dù mệt mỏi anh vẫn phải đồng hóa mình với Bà Chúa Xứ, một nhân vật do cư dân trong vùng lập ra và tôn thờ, chỉ ăn hương, uống hoa, sông bằng giọng đàn, tiếng địch cùng lời xưng tụng của người chung quanh.

Pháp Cú

HT. Thích Minh Châu dịch

Phẩm Cầu Ưế

237

*Đời người nay sắp tàn,
Tiến gần đến Diêm Vương.
Giữa đường không nơi nghỉ,
Đường trường thiếu tư lương.*

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

Phật Học Inc
7913 Rochelle Road
Louisville, KY 40228-2379

NON-PROFIT ORG.
U.S. POSTAGE PAID
LOUISVILLE, KY
PERMIT NO. 368

To: