

PHẬT HỌC

佛學

PHƯƠNG TIỆN TU HỌC PHẬT PHÁP - PHÁT HÀNH HÀNG THÁNG

SỐ 327, NĂM THỨ 27

THÁNG 10-2021



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

Mạng Nhận 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>Đạo Phật ngày nay</u>	BBT	3
<u>Thiền định một ph ph. biến cải tâm linh</u>	Hoang Phong dịch	4
<u>Pháp Cú: 378 Phẩm Tỳ Kheo</u>	HT. Thích Minh Châu dịch	9
<u>Câu chuyện thật của Bs tâm thân</u>	Th. Tâm Quang dịch	10
<u>Hư Hư Lục: Thân giáo</u>	Thích Nữ Như Thủy	16
<u>Ba câu chuyện về triết lý sống của Steve Jobs</u>	Khải Thiên	17
<u>Thơ: Hiền hữu</u>	Phổ Đồng	22
<u>Ảnh hưởng Phật Giáo đối với nhân loại</u>	Th. Trí Chơn dịch	23
<u>Trang thơ: Chỉ nghe Tích Mich, Vân Am</u>	Nguyễn Đức Sơn	26
<u>Bàn về sự hội nhập Phật Giáo vào nền VH VN</u>	Minh Chi	27
<u>Mẫu chuyện đạo: Tha Thứ</u>	An Nhiên (BD)	31
<u>Thơ: Loan Thi</u>	Tuệ Sỹ	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

Đạo Phật ngày nay

Chúng ta ai cũng biết rằng đạo Phật là do đức Phật Thích Ca Mâu Ni khai sáng tại Ấn Độ từ trước Tây lịch trên 500 năm. Có thể tạm xác định Ngài sinh vào năm 624 Trước Công Nguyên, xuất gia năm 19 tuổi vào năm 605 TCN, thành đạo năm 31 tuổi vào năm 593 TCN, viên tịch lúc 80 tuổi vào năm 544 TCN.

Đạo Phật đã truyền bá sang các nước Á Châu như Việt Nam, Trung Quốc, Nhật Bản, Đại Hàn theo truyền thống Bắc Tông, truyền bá sang các nước Tích Lan, Thái Lan, Miến Điện, Cao Miên, Lào theo truyền thống Nam Tông, đặc biệt Tây Tạng cũng là Bắc Tông nhưng có truyền thống Kim Cang Thừa. Các nước Tây Phương đạo Phật được truyền bá từ thế kỷ 18 do các nhà khảo cổ khám phá. Đặc biệt đạo Phật tại Ấn Độ đã suy vong từ thế kỷ XIII do đạo quân Hồi giáo xâm chiếm Ấn Độ, từ thế kỷ 19 đạo Phật tại Ấn Độ mới được hồi sinh.

Tại Việt Nam đạo Phật được truyền bá vào thế kỷ thứ II TCN, đã có Trung Tâm Luy Lâu của Giao Chỉ.

Trong thời đại ngày nay đạo Phật được phát triển về số lượng tín đồ, về chùa chiền được tu bổ, được xây dựng mới ở nhiều nơi, có những trường Phật Giáo để đào tạo Tăng, Ni. Có những kinh sách được in ấn, báo chí Phật giáo được xuất bản để phổ biến rộng rãi đạo Phật.

Tuy nhiên cũng có mặt không tích cực như có một vài vị Tăng làm hoen ố đạo Phật, từ đó người ta đánh giá sai về đạo Phật. Hơn nữa đạo Phật Việt Nam vẫn chưa có những nhà truyền đạo đi sâu, đi xa vào những làng mạc, những thôn bản ở vùng cao để đem đạo Phật đến với những dân tộc còn chưa được khai hóa.

Trước đây, Thiên sư Nhất Hạnh có lập Trường Thanh Niên Phụng Sự Xã Hội, nhằm mục đích đem đạo Phật đến với những thôn làng, hạ tầng cơ sở xã hội, tiếc thay công trình này không được phát triển vì chiến tranh, vì chằng thuận duyên.

Mong sao Phật Giáo Việt Nam có tông phái dẫn thân, có những vị Tăng, Ni truyền đạo ở những vùng sâu vùng xa, để đạo Phật ngày càng phát triển về lượng cũng như về phẩm.

BBT/NS/PHẬT HỌC

Thiền định

một phương pháp biến cải tâm linh

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

Bài 13

Lịch sử Phật giáo

Người ta có thể hình dung lịch sử Phật giáo như là một quá trình chuyên hóa các khái niệm từ "đông cứng" (solidification) sang "hòa tan" (dissolution). Khái niệm khi mới được thiết lập là để diễn đạt một kinh nghiệm cảm nhận tâm linh nào đó, thế nhưng sau đó đã trở thành "đông cứng" (*solidified/ý nghĩa trở nên cố định và cứng nhắc, mất hết khả năng mở rộng và thích ứng*), và sau cùng sẽ được hiểu đúng với ý nghĩa đông cứng đó của nó, đến độ khiến nó không còn phản ánh được thật sự cảm nhận tâm linh mà nó muốn nói lên lúc ban đầu khi mới được thiết lập. Những gì sẽ xảy ra - và cũng không sao tránh khỏi được - là một sự phản đối (*protest/phản kháng, phản biện, không chấp nhận*) đưa đến sự xuất hiện của một khái niệm mới, sự phản đối đó rất triệt để, đúng với ý nghĩa của nó, có nghĩa là nhất định không chấp nhận trở lại ý nghĩa gốc, thế nhưng khái niệm mới đó vẫn nói lên được cùng một thứ mà khái niệm đông cứng muốn nói lên từ lúc đầu.

(Trên đây là một sự nhận xét rất tinh tế của nhà sư Sangharashita về sự biến đổi ý nghĩa của ngôn từ và các khái niệm trên dòng thời gian. Ý nghĩa ban đầu của một thuật ngữ hay khái niệm khi mới được thiết lập trở nên cứng nhắc sau đó và sẽ được thay thế bởi một thuật ngữ hay một khái niệm khác, thế nhưng cả hai thuật ngữ hay

hai khái niệm - cũ và mới - cũng có thể cùng nói lên một ý nghĩa như nhau. Đây không phải chỉ là một sự nhận xét đơn thuần của nhà sư Sangharakshita về sự biến đổi của ngôn từ và khái niệm mà còn là cả một luận đề triết học của ông, nhằm mục đích phân tích và giải thích về sự tiến hóa của Phật giáo từ Tiểu đến Đại thừa. Ông không trình bày lịch sử Phật giáo dựa vào các sự kiện xuất hiện trên dòng thời gian mà nhất thiết dựa vào sự chuyên biến tư tưởng đưa đến các khái niệm khác hơn với các khái niệm ban đầu của Phật giáo. Vậy chúng ta hãy nêu lên một thí dụ cụ thể.

Chữ "chánh niệm" (正念) là một thuật ngữ tiếng Hán, xuất hiện đã từ lâu đời trong Phật giáo Hán ngữ, nguyên nghĩa là "nhớ lại hay ghi nhớ một cách đúng đắn". Chữ chánh niệm được dịch từ chữ samma-sati trong tiếng Pali hay samyak-smṛti trong tiếng Phạn, tiền ngữ samma hay samyak có nghĩa là đúng đắn, hậu ngữ sati hay smṛti có nghĩa là trí nhớ, nhớ lại hay ghi nhận, tóm lại chữ "chánh niệm" được dịch rất từ chương từ tiếng Pali và tiếng Phạn và có nghĩa là "ghi nhớ hay ghi nhận một cách đúng đắn". Theo nhà sư Sangharakshita thì đó là ý nghĩa gốc hay nguyên thủy của thuật ngữ này, thế nhưng ý nghĩa đó hay khái niệm đó đã trở thành "đông cứng" với thời gian. Ngày nay kinh sách Phật giáo bằng ngôn ngữ Tây phương dịch chữ samma-sati là mindfulness hay awareness. Thật ra chữ mindfulness cũng là một "chữ mới" trong tiếng Anh, được đặt ra để dịch chữ này.

Trong tiếng Pháp cũng vậy, không có chữ nào tương đương với chữ samma-sati và phải dựa vào chữ mindfulness trong tiếng Anh để tạo ra một chữ mới là pleine-conscience. Các chữ tiếng Anh và tiếng Pháp này có nghĩa là một "tâm thức tròn đầy, thẳng bằng và vững chắc" nói lên một "sự chú tâm thật mạnh" hay một sự "tập trung tâm thần không xao động" (attentiveness, recollection, fixing the mind strongly upon any subject). Theo nhà sư Sangharakshita thì ý nghĩa mới này là một sự "hòa tan" của khái niệm lâu đời là "chánh niệm" hay samma-sati, một khái niệm với ý nghĩa "đông cứng". Thế nhưng hai khái niệm "đông cứng" và "hòa tan" đó cũng có thể nói lên cùng một thứ là "sự tập trung tâm thần".

Trong các sách tiếng Việt của Thiền sư Nhất Hạnh thì dùng chữ "chánh niệm", thế nhưng các sách này khi được dịch sang tiếng Anh và tiếng Pháp thì chữ "chánh niệm" được dịch là mindfulness hay pleine-conscience. Nhà sư Sangharakshita dựa vào sự chuyển biến đó của ngôn từ và khái niệm để giải thích về sự hình thành của Đại thừa trên phương diện tư tưởng và mở rộng hơn là lịch sử của cả Phật giáo nói chung. Vậy chúng ta hãy tiếp tục theo dõi góc nhìn mang tính cách logic học và triết học đó của nhà sư Sangharakshita về sự tiến hóa của Phật giáo dưới đây)

Qua góc nhìn lịch sử (tức là giáo lý xưa) người ta có thể xem khái niệm "Bước vào dòng chảy" (Stream-entry, stream enterer, kinh sách Hán ngữ gọi là "Nhập lưu"/□□, là cấp bậc đầu tiên trong số bốn cấp bậc giác ngộ. Người đạt được cấp bậc này gọi là sotapanna/tu-đà-hoàn, là người mới khởi sự tu tập; cấp bậc thứ hai là sakadagamin/tu-đà-hàm, người đạt được

cấp bậc này sẽ còn tái sinh trong cõi người thêm một lần nữa; cấp bậc thứ ba là anagamin/a-na-hàm, sẽ còn tái sinh trong cõi thiên nhân thêm một lần nữa; cấp bậc thứ tư là arahant/a-la-hán, sẽ không còn tái sinh nữa) là một khái niệm thuộc thể loại "đông cứng". Phật giáo Đại thừa không chấp nhận khái niệm này và đưa ra một khái niệm khác gọi là "sự xuất hiện của bodhicitta" (bồ-đề tâm). Qua sự nhận định đó và theo quan điểm của Đại thừa, thì sự xuất hiện của bodhicitta với tư cách là một sự cảm nhận tâm linh, xảy ra sau khái niệm "Bước vào dòng chảy", và thuộc vào một cấp bậc thẳng tiến cao hơn trên đường hướng vào mục đích [giác ngộ].

Những người Đại thừa không cùng chia sẻ một quan điểm chung về mục đích của người a-la-hán. Một số cho rằng mục đích đó chỉ là một chặng trên con đường đưa đến Giác ngộ tối thượng mà thôi, điều đó có nghĩa là sau khi đã đạt được thể dạng a-la-hán thì sau đó người này mới bắt đầu quán thấy được một cấp bậc cao hơn, giúp mình đến gần hơn với Phật tánh (Buddha-svabhava, Tathagatagarbha), tương tự như người bồ-tát. Một số người thuộc các học phái Đại thừa khác lại xem thể dạng a-la-hán chỉ là một ngõ cụt. Họ cảnh giác chúng ta khi bắt đầu tu tập không nên bước theo con đường đó, bởi vì dù nó có thể giúp mình tỉnh ngộ, thế nhưng nó cũng có thể khép lại vĩnh viễn mọi sự thực hiện thể dạng siêu nhiên và thượng thặng của một vị Phật. Nói một cách đơn giản hơn là dù ở vào bất cứ một giai đoạn tu tập nào cũng vậy, phải luôn cảnh giác trước chủ nghĩa cá nhân trong lãnh vực tâm linh (người tu tập không được phép nghĩ đến "cái tôi" của mình, tức là sự giải thoát cho "cá nhân" mình).

Con đường của người a-la-hán cũng

có thể được xem là cùng chung một con đường với người bồ-tát, thế nhưng không được trọn vẹn bằng. Người ta có thể hình dung "Tiểu thừa" và "Đại thừa" là hai con đường song hành hơn là tiếp nối nhau: một đường được mô tả cô đọng hơn và một đường thì cầu kỳ hơn, thế nhưng cả hai chỉ là một con đường tâm linh duy nhất. Chủ đích cá nhân trong việc tu tập (spiritual individualism) nhất định không phải là thông điệp mà Kinh điển Pali muốn gửi gắm cho chúng ta. Hơn nữa người ta cũng có thể cho rằng kinh *Mahagovinda-Sutta* trong *Digha Nikaya* (*Mahagovinda-Sutta là một bản kinh trong Trường bộ kinh/ Digha Nikaya - DN 19, thuật lại tiền thân của Đức Phật. Govinda là tước hiệu của thần Krishna trong Ấn giáo, trong Đại Tạng Kinh tiếng Việt kinh này mang tên là "Kinh Đại Diên Tôn"*) có nói đến một cái gì đó giống như là bodhicitta, đó là phép luyện tập gọi là "*Bốn brahma vihara*" ("*Bốn thể dạng vô biên của tâm thức*", kinh sách Hán ngữ gọi là "*Tứ vô lượng tâm*". Khái niệm này cũng được nêu lên trong kinh *Metta Sutta*, tức là "*Bài kinh về Lòng từ tâm*" trong *Trường Bộ Kinh/Samyutta Nikaya, SN 46.54*), và đôi với Đại thừa thì phép luyện tập này là cách làm hiển lộ bodhicitta. Ngoài ra và cũng quan trọng hơn cả là phép thiền định về *Metta-bhavana* (Lòng từ tâm vô biên), nhằm làm hiển hiện lòng nhân từ (*Metta-bhavana là một trong bốn "thể dạng vô biên của tâm thức"/Tứ vô lượng tâm" đã được nói đến trên đây*), sẽ tạo ra hạt giống của bodhicitta bên trong con người mình. Phát động *Metta* (lòng từ tâm) chủ yếu là để khơi động niềm ước vọng tất cả chúng sinh đều được hạnh phúc, và niềm hạnh phúc to lớn nhất đối với họ là sự Giác ngộ. Cảm nhận được *metta* ở thể dạng tối thượng của nó sẽ khơi động được niềm ước vọng đó của mình, giúp mình làm bất cứ gì mà mình có thể làm được

để thực hiện sự ước mơ ấy của mình. Vì thế *metta-bhavana* (lòng từ tâm vô biên) phải cần có sự thúc đẩy của bodhicitta (bồ-đề tâm), và do đó có thể xem nó như là dấu hiệu báo trước về một cái gì đó sẽ được hình thành về sau này trong Đại thừa (*lòng từ tâm vô biên metta-bhavana trong Kinh điển Pali được xem như là dấu hiệu báo trước sự xuất hiện của bodhicitta/ trong Đại thừa*).

Tóm lại, cách suy luận hoàn toàn trong lãnh vực tâm linh trên đây (*từ lòng từ bi vô biên đến bồ-đề tâm*) căn cứ vào sự diễn tiến lịch sử (*từ Tiểu đến Đại thừa*) - tất nhiên là cho đến khi nào chưa có ai đưa ra một bằng chứng khác hơn - đã cho thấy khái niệm nguyên thủy "Bước vào dòng chảy" cũng gần như là một thứ với khái niệm về "sự xuất hiện của bodhicitta" được thiết lập sau này. Khi nào chưa phân biệt minh bạch được sự khác biệt giữa hai tầm nhìn lịch sử và tâm linh (*về các khái niệm trong Phật giáo*), thì không thể nào hiểu được vô số những sự khác biệt giữa Tiểu và Đại thừa (*theo nhà sư Sangharakshita thì trên phương diện lịch sử, một số các khái niệm nguyên thủy đã bị "đông cứng" với thời gian, ý nghĩa của các khái niệm ấy mất hết khả năng thích ứng, tiếp theo đó là một sự phản kháng xảy ra đưa đến sự thiết lập các khái niệm mới. Trên phương diện tâm linh thì tư tưởng và quan điểm biến đổi và thích ứng với văn hóa và sự sinh hoạt xã hội, tạo ra các nhu cầu mới đưa đến các khái niệm mới. Nếu muốn hiểu được vô số các sự khác biệt giữa Tiểu và Đại thừa thì phải nắm vững được các sự khác biệt giữa các thuật ngữ và khái niệm của Phật giáo trong cả hai lãnh vực lịch sử và tâm linh*). Ý niệm về "Sự xuất hiện của bodhicitta" không thể tách ra khỏi bối cảnh lịch sử làm phát sinh ra nó (*khái niệm bodhicitta được hình thành trong một khung cảnh khác hơn với thời đại của Đức*

Phật khi khái niệm "Bước vào dòng chảy" được thành lập). Dựa vào khái niệm đó (tức là bodhicitta) vô số các học phái và tông phái Đại thừa đã được thành lập, tất cả đều góp phần đưa Phật giáo vào thế giới - và có thể là cả vũ trụ (tức là tạo cho Phật giáo các kích thước siêu nhiên của một tín ngưỡng vượt lên trên thực tại của thế giới này) - với các kích thước toàn diện hơn so với Phật giáo vào thời kỳ nguyên thủy.

(Thiết nghĩ người tu tập cũng nên ý thức là Giáo huấn của Đức Phật gồm có ba khía cạnh: trước hết là căn bản "giáo lý" tức là sự hiểu biết; sau đó là "phương tiện" tức là các phương pháp giúp mang lại sự hiểu biết ấy; thế nhưng sự hiểu biết của Phật giáo không phải chỉ là để hiểu biết suông mà hướng vào một "mục đích" rõ rệt, đó là sự Giác ngộ giải thoát con người ra khỏi thế giới hiện tượng. Các phương tiện nói chung thường được đánh giá là "thiện xảo", trong đó gồm có "Bước vào dòng chảy" và cả "Bodhicitta". Trên dòng phát triển của Phật giáo, "phương tiện" phát sinh thật phong phú và đa dạng, nhằm thích ứng với văn hóa và xã hội, mang nhiều khía cạnh rất siêu việt, thế nhưng đôi khi cũng khá "đại chúng", trong khi đó "giáo lý" và "mục đích" thì luôn vững chắc và siêu việt, là những "Sự thật" không hề lay chuyển. Màu sắc và sự phong phú của "phương tiện" phản ánh ít nhiều những ước mong mang tính cách bản năng, đôi khi có thể khiến người tu tập không tập trung đúng mức vào "giáo lý" và hướng thẳng vào "mục đích", mà nhất thiết chỉ "tu tập" các phương tiện mà thôi).

Chính vì lý do đó thuật ngữ "bodhicitta" trong một số trường hợp dường như thích nghi hơn so với cách diễn đạt "Bước vào dòng chảy", thế nhưng dưới một góc nhìn khác thì cả hai đều có thể thay thế

cho nhau để cùng nói lên một cảm nhận chung nhưng ở hai thể dạng khác nhau (*chỉ khác biệt nhau về mặt lịch sử: "Bước vào dòng chảy" thuộc Phật giáo xưa, "bodhicitta" là một khái niệm mới hơn của Đại thừa*). Ý nghĩa gốc (*denotation/nguyên thủy*) của cả hai thứ chỉ là một, thế nhưng ý nghĩa mở rộng (*connotation/ ý nghĩa thêm thắt, phụ thuộc, được ghép thêm sau này*) thì khác nhau. Trên dòng tiến hóa lịch sử của Phật giáo, nhiều thuật ngữ đã được bổ khuyết thêm với các ý nghĩa phụ thuộc (*connotation*), khiến một thuật ngữ có thể trở thành thích nghi và phù hợp hơn so với một thuật ngữ khác, nhằm nêu lên một bối cảnh hay một thể dạng nào đó trong cuộc sống tâm linh. Vì thế cũng không nên quá câu nệ và bám víu vào ý nghĩa từ chương của các thuật ngữ ấy một cách quá đáng (*nói chung, những gì nêu lên trên đây cho thấy sự cẩn thận của nhà sư Sangharakshita trong cách dùng chữ. Trong khi đó Phật giáo Việt Nam dường như chỉ xoay quanh các thuật ngữ tiếng Hán đã được dịch lại từ tiếng Phạn có thể đã từ hàng ngàn năm trước. Ngôn ngữ, văn chương và sự hiểu biết nói chung ngày nay đã thay đổi nhiều. Tu tập phải là một sự thức tỉnh*).

Ý nghĩa ghép thêm (*connotation/ý nghĩa phụ thuộc*) trong cách nói "Bước vào dòng chảy" gợi lên sự "thực hiện" của một cái tôi (*nếu muốn "bước vào dòng chảy" thì phải có một cá thể tức là một người nào đó làm "chủ thể" để thực thi hành động "bước vào", ý nghĩa ghép đó gián tiếp gợi lên một "cái tôi" hay "cái ngã"*), thế nhưng sự "thực hiện" đó đúng ra phải là một sự giải thoát "cái tôi", nói một cách khác là chẳng có một cái tôi nào để "bước vào dòng chảy" cả.

Thật hết sức rõ ràng bodhicitta nằm ra bên ngoài ý niệm về cái tôi. Mục đích của

quyết tâm Giác ngộ là mang lại sự tốt lành cho tất cả (*có nghĩa là cho tất cả chúng sinh, hoàn toàn tất cả*) thế nhưng thật ra thì chẳng có một chúng sinh nào để mà giúp đỡ cả (*kể cả chính mình*). Chẳng phải cả hai cách dẫn thân đó ("*Bước vào dòng chảy*" và "*bodhicitta*") đều đòi hỏi phải vượt thoát cái tôi "của mình" và của "tất cả kẻ khác" hay sao? (*tất cả chúng sinh và cả chính mình chẳng ai có một "cái tôi" hay "cái ngã" đích thật và tự tại nào cả, "cái tôi" chỉ là kết quả tạo ra bởi sự níu kéo chằng chịt giữa nguyên nhân và điều kiện. "Bodhicitta" hay "Bước vào dòng chảy" chỉ là hai cách dẫn thân để cùng xông vào một cuộc chiến chung, nhằm tháo gỡ và loại bỏ mạng lưới giăng ra bởi "cái tôi" (cái ngã) bao trùm và trói chặt tất cả chúng sinh...và cả chính mình. Do đó giúp đỡ chúng sinh cũng chỉ đơn giản có nghĩa là giúp đỡ chính mình. Thế nhưng một người tu tập chân chính không bao giờ nên nghĩ đến cái "ý nghĩa" phản ảnh sự bám víu và ích kỷ của bản năng sinh tồn nơi con người của mình*).

Thật vậy, trong Kinh Hoa Sen có cho biết là chỉ có một con đường độc đạo dành cho tất cả mọi người: con đường mà người ta gọi là a-la-hán và con đường mà người ta gọi là bodhicitta cũng chỉ là hai cách hình dung khác nhau về một con đường độc nhất.

Trở lại với chủ đề chính yếu của chúng ta trên đây là phải làm thế nào để bodhicitta có thể hiển lộ bên trong chính mình? Điều đó thật vô cùng huyền bí. Trong quyển *Bodhicaryavatara* (*Con đường đưa đến Giác ngộ/Nhập bồ-đề hành luận*) Shantideva/Tịch Thiên cho biết chuyện đó cũng tương tự như một người mù tìm được một viên bảo châu trong một đống rác. Sự khám phá đó quả hết sức lạ lùng và cũng thật bất ngờ, thế nhưng dầu sao thì cũng

không phải là một sự ngẫu nhiên. Nguyên tắc căn bản nhất trong nền tư tưởng Phật giáo là bất cứ một thứ gì hiện ra trong vũ trụ, dù là ở cấp bậc nào cũng vậy (*hữu hình hay vô hình, vật chất hay tư duy, xúc cảm hay tác ý, trí tuệ hay vô minh,...*), tất cả không hề là một sự ngẫu nhiên, cũng không phải là định mệnh hay là quyết tâm của Trời, mà nhất thiết tùy thuộc vào các nguyên nhân và điều kiện [tạo ra nó] (*đó là nguyên lý tương liên, tương tác và tương tạo giữa mọi hiện tượng pratityasamutpada, còn gọi là "lý duyên khởi", nói đến trong rất nhiều bài kinh*). Sự hiển hiện của bodhicitta bên trong chúng ta tùy thuộc vào sự tạo tác của một số điều kiện tâm thân và tâm linh (*chúng ta có thể liên tưởng đến câu đầu tiên trong kinh Dhammapada: "Tâm thức là nguyên nhân làm phát sinh ra tất cả mọi hiện tượng"*).

Điều đó khiến chúng ta phải nghĩ đến một khía cạnh rất chủ yếu trong cuộc sống tâm linh của mình (*trong việc tu tập của mình*): đó là sự chuẩn bị. Chúng ta quá lo lắng chỉ mong sao sớm đạt được kết quả, nhưng không hề nghĩ đến là kết quả phải cần đến các điều kiện tạo ra nó, đây là lý do khiến không mấy khi chúng ta đạt được kết quả (*tu tập không những cần đến một sự quyết tâm mà còn phải thật kiên nhẫn, tức là phải làm mọi cách để tạo ra điều kiện, kết quả sẽ hiện ra với mình khi nào mình không chờ đợi nó. Chờ đợi sẽ khiến con đường trở nên dài thêm, xa tấp, đầy sương mù và ảo giác*). Nếu chuẩn bị thật cẩn thận thì tự nhiên kết quả sẽ hiện ra với mình. Trên thực tế chúng ta có thể đã đạt được thành công, thế nhưng thường thì chúng ta lại gàn như không hề hay biết gì cả về sự thành công đó của mình (*bodhicitta hiện lên với mình đôi khi rất bất ngờ, bởi vì bản chất của nó là một hình thức xúc cảm, một sự cảm nhận sâu xa, một sự hiểu biết khá đột ngột, đó là*

những gì mà mình không thể chờ đợi hay biết trước được. Do vậy, chúng ta hãy cứ lẳng lặng hành xử như một người bô-tát, bodhicitta cũng sẽ yên lặng và kín đáo nảy nở bên trong a-lại-da thức - alayavijnana - hay "tiềm thức" của mình, và nó sẽ hiện ra với mình khi nào các điều kiện đã "chín muồi" bên trong chính mình. Bodhicitta mà mình "trông thấy" được nó bên trong tâm trí mình không phải là bodhicitta, mà chỉ là một sự tưởng tượng).

Chúng ta không cần phải nghĩ đến là mình phải trở thành một người bô-tát, đây không phải là một cái gì đó mà người ta có thể trở thành được. Thế nhưng cũng phải nghĩ đến là mình phải tạo ra bên trong chính mình các điều kiện cần thiết giúp cho bodhicitta hiển hiện.

Câu nói "khi nào các bạn chuẩn bị một cách thích nghi, thì bodhicitta sẽ hiện lên với các bạn" không có nghĩa là bodhicitta bắt buộc sẽ phải hiện ra với các bạn. Hiện đang trong lúc này, các bạn chưa nắm vững được thật chi tiết tất cả các điều kiện cần thiết, các bạn cũng không biết là phải duy trì các điều kiện đó trong bao nhiêu lâu (*để bodhicitta có thể hiện hiện*). Khả năng của chúng ta trong hiện tại không thể đáp ứng được các nhu cầu cần thiết cho "cái tôi" của mình trong tương lai (*tạo các điều kiện như thế nào để phù hợp với cái tôi của mình trong tương lai hầu giúp cho bodhicitta có thể hiện ra với nó*), và cũng không thể nào lèo lái được nó, kể cả biết trước mình sẽ là người như thế nào trong tương lai. Luôn luôn có một phần nào đó trong sự mong cầu (research/quête) của mình mà mình hoàn toàn mù tịt. Nếu chúng ta biết được thật chính xác mục đích là như thế nào và mình phải làm gì để đạt được mục đích đó, thì tất mình ta đã đạt được nó

từ lâu rồi (*chẳng hạn như một số người cho rằng mình biết thật rành mạch thế nào là "thành Phật" và cũng biết thật chắc chắn là "niệm Phật thì sẽ thành Phật", thì họ đã thành Phật từ lâu, và từ lâu chúng ta cũng đã thành Phật giống như họ, nếu mình chịu khó niệm Phật như họ*). Ví thế chúng ta phải tập buông ra hoặc nắm bắt (juggle/ jongler/ tung hứng) một số các điều kiện, cho đến khi nào tìm được một sự kết hợp thích nghi (*Đức Phật cũng đã phải dọ dẫm trong nhiều năm, chọn hết vị thầy này đến vị thầy khác, chịu mọi sự khắc khổ trên thân xác để phát triển tâm thần, thế nhưng một hôm Ngài đã tìm thấy một sự kết hợp thích nghi, một sự tương tác hài hòa giữa thân xác và tâm thần, kết hợp với cách nhìn thẳng vào sự Giác ngộ thật sâu kín bên trong tâm thức của chính mình*).

Bures-Sur-Yvette, 24.06.20

Hoang phong chuyên ngữ
. (còn tiếp)

Pháp Cú

HT. Thích Minh Châu dịch

Phẩm Tỷ Kheo

378

*Thân tịnh, lời an tịnh,
An tịnh, khéo thiền tịnh.
Tỷ kheo bỏ thế vật,
Xứng danh bậc tịch tịnh.*

Câu Chuyện Thật Của Một Bác Sĩ Chuyên Khoa Tâm Thần, Một Bệnh Nhân Trẻ Của Ông, và Cách Chữa Trị Tiên Kiếp Đã Thay Đổi hẳn Đời Sống của Cả Hai.

LỜI NGƯỜI DỊCH

Thời đại ngày nay là thời đại khoa học, nhưng có thể nói chính xác hơn là thời đại khoa học vật chất, còn khoa học tinh thần thì có lẽ mới chỉ là những bước đi chập chững. Từ thượng cổ người ta đã suy nghĩ và tìm hiểu xem có tiên kiếp và luân hồi không, nhưng cho tới nay hầu như chưa có câu trả lời "khoa học". Những ý niệm, khái niệm, ý tưởng về điều đó vẫn là một vấn đề nhức nhối gây bán tín bán nghi. Thì đây, tác phẩm này đích thực là một công trình khoa học dưới dạng thức văn học về tiên kiếp và luân hồi, một vấn đề xuyên suốt quá trình triết học, tôn giáo trong lịch sử loài người.

Đúng như tác giả, Bác Sĩ Brian L. Weiss viết "*loài người đã chống lại những thay đổi và không chấp nhận những ý tưởng mới*". Quả thật là như vậy. Vì đây là những vấn đề hết sức khó chứng minh một cách khoa học nhưng lại thật đơn giản trong khoa học tôn giáo đích thực. Bạn đọc hoàn toàn có thể tự do so sánh đối chiếu để tìm ra chân lý. Bạn có thể tin rằng có nhiều tiên kiếp và nhiều lần luân hồi hay không, điều đó cũng chẳng khác câu chuyện của Galileo xưa kia. Dù sao, trái đất vẫn cứ quay.

Vì đây là chuyện khoa học nên nó được viết rất chân thật, giản dị, trong sáng song rất hấp dẫn vì xen lẫn hiện tại, quá khứ, những suy tư quý báu của tác giả. Tin chắc rằng bạn đọc sẽ rút ra được những kết luận bổ ích cho cuộc sống, và biết đâu nó cũng thay đổi hẳn cuộc sống của mình.

Tự biết khả năng còn nhiều hạn chế, nhưng với tấm lòng nhiệt thành chúng tôi cố gắng hoàn thành dịch phẩm này, mong mang được ít nhiều lợi lạc cho người đọc.

Chúng tôi xin chân thành cảm tạ chư Tôn Đức đã khích lệ và góp nhiều ý kiến bổ ích. Đặc biệt chúng tôi xin tri ân Đạo Hữu Trần Quốc Cường đã bỏ nhiều công phu để hiệu đính, sửa chữa những thiếu sót sai lầm, một đóng góp to lớn trong việc phát hành tác phẩm này. Chúng tôi cũng xin chân thành tri ân các Đạo Hữu Diệu Linh Phạm Bích Kiều - Bác Sĩ Richard J. Kochenburger, Kỳ Châu - Diệu Thức cùng các bạn đạo tại Houston Texas, Chơn Phổ Nguyễn Thị Phương, Trí Quang Nguyễn Thế Nhiệm, Bác Sĩ Hoàng Giang, Đạo Hữu Trần Minh Tài, Nguyên Khiêm Lương Thị Thanh Kiểm, Võ Hiếu Liêm - Đặng Thị Hạnh, Minh Hỷ Phan Duyệt - Diệu Tâm Nguyễn Thị Thuyên, D.S Hoàng Trọng Bình - D.S Nguyễn Thị Vân, Diệu Chơn Lương Thị Mai, Nguyễn Thị Thúy, Nguyễn Mạnh Cường, Nguyễn Thị Mai Hương, Nguyễn Hữu Tuấn, Nguyễn Thị Mai Trang, Nguyễn Thị Mai Trinh, Nguyễn Hữu Nhung, Nguyễn Cung Thị Hỷ đã phát tâm cúng dường ấn tống tác phẩm này.

Chúng tôi xin hồi hướng công đức hoàng pháp này lên Ngôi Tam Bảo thù từ gia hộ Quý Đạo Hữu cùng bửu quyền thân tâm thường an lạc, hạnh phúc và các hương linh Ninh Viết Khánh, pháp danh Tuệ Trường, Bùi Kim Hạnh, pháp danh Diệu Ngôn, Châu Nguyệt Vân Thu, Nguyễn Mỹ Linh, Hoàng Văn Nhượng, Nguyễn Ngọc Hoạt và Phương Thị Tính, pháp danh Diệu Thủy,

Nguyễn Thị Thái, Phan Thị Lộc vãng sanh
Cực Lạc Quốc.

Sau cùng chúng tôi kính mong Chư Tôn
Thiền Đức, các bậc thức giả cao minh, các
bậc thiện trí thức, các bạn đạo ân nhân hoan
hỉ bỏ chính những sai lầm thiếu sót để tác
phẩm được hoàn chỉnh hơn trong kỳ tái bản.

***Xuân Bính Tuất, Phật Lịch 2549, Dương
Lịch 2006
Tỳ Kheo Thích Tâm Quang***

Tặng Carole, Người Bạn Đường Của Tôi,

*Tình yêu của Carole đã nuôi dưỡng và
nâng đỡ tôi khiến tôi không bao giờ quên*

*Chúng tôi luôn bên cạnh nhau, cho đến giây
phút cuối cùng.*

*Lời cảm ơn và tình thương yêu của tôi gửi
đến các con tôi Jordan và Amy, vì đã thứ lỗi
cho tôi làm cho các con mất nhiều thì giờ để
viết tác phẩm này.*

*Tôi cũng xin cảm ơn Nicole Paskow đã ghi
âm những buổi trị liệu.*

*Cảm ơn Julie Rubin về những ý kiến biên
tập quý báu sau khi đọc bản thảo đầu tiên
của tác phẩm này.*

*Gửi lời cảm ơn chân thành tới Barbara
Gess, biên tập viên, nhà xuất Bản Simon và
Schuster, vì tài năng chuyên môn và lòng
can đảm của bà.*

*Cảm kích sâu xa của tôi tới tất cả những
người ở khắp nơi, đã khiến cho tác phẩm
này được thành tựu.*

Bác Sĩ BRIAN L. WEISS

LỜI TỰA

Tôi biết mọi chuyện đều có lý do. Có lẽ vào
lúc một sự việc nào đó xảy ra chúng ta
không thấu hiểu hay biết nhìn xa trông
rộng để nhận thức thấu đáo lý do đó, nhưng
với thời gian và kiên nhẫn, nguyên nhân này
sẽ được đưa ra ánh sáng.

Cũng như vậy với Catherine. Tôi gặp cô
lần đầu vào năm 1980 khi cô hai mươi bảy
tuổi. Cô đến văn phòng tôi để chữa bệnh
trầm cảm, lên cơn sợ hãi, và ám ảnh sợ. Tuy
cô đã có những triệu chứng này từ hồi còn
thơ ấu, nhưng gần đây tình trạng càng ngày
càng tồi tệ hơn. Hàng ngày cô cảm thấy tinh
thần bị tê liệt và hoạt động kém. Cô sợ hãi
và bị suy nhược.

Trái với sự chao đảo xảy ra trong đời sống
của cô vào lúc đó, đời sống của tôi trôi chảy
suông sẻ. Tôi có gia đình khá vững vàng, hai
con nhỏ, và một sự nghiệp đang phát triển.

Từ lúc đầu, đời sống của tôi dường như luôn
luôn thăng tiến. Tôi lớn lên trong một
gia đình yêu thương. Thành công ở đại học
đến với tôi dễ dàng, và ngay vào năm đại
học thứ hai tôi đã có quyết tâm trở thành
một bác sĩ tâm thần học.

Tôi được cấp bằng Phi Beta Kappa, Cấp
II (Magna Cum Laude) tại Trường Đại Học
Columbia ở Nữ Ước năm 1966. Rồi tôi vào
Trường Đại Học Y Khoa Yale và nhận bằng
Bác Sĩ Y khoa năm 1970. Sau khi thực tập
nội trú tại Trung Tâm Đại Học Y Khoa Nữ
Ước-Bellevue, tôi trở lại Đại Học Yale để
hoàn tất chương trình thực tập nội trú. Sau
khi hoàn tất, tôi nhận một chức vụ của khoa
tại Đại Học Pittsburg. Hai năm sau, tôi tham
gia giảng dạy y khoa tại đại học Miami,
trưởng ban dược lý trị liệu. Nơi đây tôi được

nhà nước công nhận trong lĩnh vực tâm thần sinh học và lạm dụng vật chất. Sau bốn năm ở trường Đại học tôi được đề bạt làm Trợ Lý Giáo Sư ngành Tâm thần tại trường Y khoa, và được bổ nhiệm làm Trưởng Khoa Tâm Thần tại một bệnh viện lớn đã sát nhập với Trường Đại Học Miami. Vào lúc này tôi đã công bố ba mươi bảy tham luận khoa học và sách đề tài trong lĩnh vực của tôi.

Nhiều năm nghiên cứu khát khe đã rèn luyện tâm trí tôi suy nghĩ với tư cách khoa học gia và thầy thuốc, hướng tôi đi theo con đường bảo thủ hẹp hòi trong nghề nghiệp của tôi. Tôi không tin vào cái gì nếu không thể chứng minh được bằng phương pháp khoa học truyền thống. Tôi có ý thức về một số nghiên cứu trong khoa cận tâm lý được thực hiện tại các đại học lớn trong nước, nhưng những nghiên cứu này cũng không làm cho tôi chú ý. Tất cả điều đó dường như quá cường điệu đối với tôi.

Rồi tôi gặp Catherine. Trong mười tám tháng tôi đã sử dụng phương pháp trị liệu thông thường để giúp cô khắc phục những triệu chứng của cô. Khi thấy không có gì hiệu quả, tôi thử thôi miên. Trong trạng thái mơ màng từng đợt, Catherine nhớ lại tiền kiếp chứng minh những nhân tố đã gây ra những triệu chứng cho cô. Cô cũng có thể hành động như cấp thông tin từ "thực thể tinh thần" tiến hóa cao và qua họ, cô đã cho thấy nhiều bí mật về đời sống và cái chết. Chỉ vài tháng ngắn ngủi, những triệu chứng của cô biến mất, và cô đã tiếp tục cuộc sống, hạnh phúc và an lạc hơn trước nhiều.

Không có gì trong học vấn và kinh nghiệm của tôi đã sửa soạn cho tôi về việc này. Tôi tuyệt đối ngỡ ngàng khi những biến chuyển này bộc lộ.

Tôi không có lời giải thích khoa học nào về điều đã xảy ra. Tâm trí con người có quá nhiều cái vượt khỏi tâm nhận thức của chúng ta. Có lẽ, do thôi miên, Catherine đã có thể tập trung vào phần tiềm thức chứa những ký ức thực sự về tiền kiếp hay có thể cô đã kết nối vào cái mà nhà phân tâm học Carl Jung gọi là tập hợp vô thức, nguồn gốc của năng lượng bao quanh chúng ta và chứa đựng những ký ức về toàn thể loài người.

Các khoa học gia đang bắt đầu tìm kiếm câu trả lời ấy. Chúng ta, là một xã hội, đạt được nhiều cái do khám phá ra những bí mật của tâm trí, linh hồn và sự tiếp tục sau khi chết, và ảnh hưởng của những kinh nghiệm của tiền kiếp đối với cách ứng xử hiện tại của chúng ta. Rõ ràng, những sự phân nhánh là vô hạn, đặc biệt trong lĩnh vực y học, tâm thần học, thần học, và triết học.

Tuy nhiên sự nghiên cứu khoa học mạnh mẽ trong lĩnh vực này chỉ ở trong trứng nước. Đã có những tiến bộ lớn trong việc khám phá ra kiến thức này, nhưng tiến trình lại chậm và vấp phải sự phản kháng của các khoa học gia cũng như của dân chúng.

Suốt dòng lịch sử, loài người luôn chống lại sự thay đổi và không chấp nhận những ý kiến mới. Toàn bộ hiểu biết và truyền thuyết lịch sử đầy những thí dụ. Khi Galileo khám phá ra những vệ tinh của Mộc Tinh, những nhà thiên văn học lúc đó đã từ chối, không chấp nhận và thậm chí không xem xét những vệ tinh này vì sự hiện hữu của các vệ tinh này mâu thuẫn với niềm tin đã được chấp thuận của họ. Vậy nên ngày nay các nhà tâm thần học và các bác sĩ chuyên khoa khác cũng từ chối xem xét và đánh giá chứng tích được thu thập về sự sống sót sau khi thân xác chết và về những ký ức về tiền kiếp.

Họ đã nhắm mắt.

Tác phẩm này là sự đóng góp nhỏ nhoi của tôi vào tiến trình nghiên cứu trong lĩnh vực cận tâm lý, nhất là ngành nghiên cứu những kinh nghiệm trước khi sinh và sau khi chết. Mỗi lời nói mà bạn đọc là sự thật. Tôi không thêm gì cả, và tôi chỉ bỏ những phần lặp đi lặp lại. Tôi đã thay đổi chút ít nhận dạng của Catherine để bảo đảm sự bảo mật.

Tôi đã mất bốn năm để viết về cái đã xảy ra, bốn năm để có can đảm liềm lĩnh trong nghề nghiệp tiết lộ những tin tức không truyền thống này.

Đột nhiên một đêm trong khi tôi đang tắm, tôi cảm thấy như bị ép buộc phải viết ra những gì đã kinh qua. Tôi có một cảm giác mạnh là đã đến lúc tôi không nên giữ tin tức này lâu hơn nữa. Những bài học mà tôi biết phải được chia sẻ với những người khác và không nên giữ riêng cho mình. Kiến thức phát ra qua Catherine và nay phát qua tôi. Tôi biết rằng không có hậu quả nào có thể xảy ra nếu tôi phải đương đầu có thể chứng tỏ là tàn phá bằng việc không chia sẻ kiến thức mà tôi có được về sự bất tử và ý nghĩa thực sự của cuộc sống.

Tôi vội vàng ra khỏi phòng tắm, ngồi vào bàn với chồng băng thêu trong những buổi làm việc với Catherine. Vào lúc gần sáng, tôi nghĩ đến ông nội, người Hung ga ri của tôi đã chết khi tôi hãy còn là một thiếu niên. Bất cứ khi nào tôi nói với ông là tôi sợ liềm lĩnh, ông cũng khuyến khích tôi một cách thương yêu bằng cách nhắc lại câu thành ngữ tiếng Anh ưa thích của ông : "địa ngục gì mà sợ", ông sẽ nói. "địa ngục gì mà sợ".

-ooOoo-

CHƯƠNG MỘT

Lần đầu tôi gặp Catherine, cô mặc một bộ đồ đồ tươi và bòn chồn dờ trang tạp chí để tại phòng đợi của tôi. Rõ ràng là cô thờ hồn hèn. Hai mươi phút trước đó, cô đi tới đi lui trong hành lang bên ngoài Khoa Tâm Thần, cố gắng thuyết phục mình giữ đúng hẹn gặp tôi mà không bỏ đi.

Tôi ra phòng đợi và chào cô, và chúng tôi bắt tay nhau. Tôi nhận thấy tay cô lạnh và ẩm ướt, xác nhận có sự lo âu. Thực ra sau hai tháng trời thu thập can đảm để làm hẹn gặp tôi mặc dù hai thầy thuốc tư vấn mà cô tin tưởng khuyên cô tìm sự giúp đỡ nơi tôi. Cuối cùng cô đã ở đây.

Catherine là một phụ nữ quyến rũ lạ thường, với mái tóc vàng hoe dài vừa phải và cặp mắt màu nâu nhạt. Lúc đó, cô là một chuyên viên phòng thí nghiệm tại bệnh viện mà tôi là Trưởng Khoa Tâm Thần, và cô kiếm thêm tiền bằng cách làm nghề mặc áo tắm.

Tôi bảo cô vào phòng tôi, đi qua chiếc đi văng tới chiếc ghế da lớn.

Chúng tôi ngồi đối diện nhau, cái bàn bán nguyệt của tôi ngăn cách chúng tôi. Catherine ngả lưng trên ghế, im lặng không biết bắt đầu từ đâu. Tôi chờ đợi, muốn đề cho cô khởi đầu, nhưng sau vài phút, tôi bắt đầu hỏi về quá khứ của cô. Trong lần khám bệnh đầu, chúng tôi bắt đầu làm sáng tỏ cô là ai và tại sao cô đến tìm gặp tôi.

Trả lời câu hỏi của tôi, Catherine cho biết câu chuyện về đời sống của cô. Cô là một đứa trẻ trung bình, sinh ra trong một gia đình Cơ Đốc Giáo ôn hòa tại một thành phố nhỏ ở Massachussetts. Người anh cô, sinh ra trước cô ba năm, rất khỏe mạnh, được hoàn toàn tự do mà cô thì không được

phép. Em gái của cô là đứa con được cưng chiều nhất của cả bố mẹ.

Khi cô bắt đầu nói về những triệu chứng của cô, cô trở nên căng thẳng và giao động nhiều. Cô nói thật nhanh và ngả người về phía trước, tựa khuỷu tay lên bàn. Đồi cô luôn luôn bị đè nặng bởi sợ hãi. Cô sợ nước, sợ bị nghẹn đến mức không thể nuốt nổi viên thuốc, sợ máy bay, sợ bóng tối, và cô rất hãi hùng về cái chết. Trong thời gian vừa qua, sự sợ hãi của cô bắt đầu trở nên tồi tệ hơn. Để cảm thấy an toàn, cô thường ở phòng nhỏ có lối đi trong căn hộ của cô. Cô phải mất hai hay ba giờ mới ngủ được. Khi ngủ, cô ngủ chập chờn không ngon giấc, chốc chốc lại thức. Những cơn ác mộng và những tình tiết mộng du gây tệ hại cho cô lúc còn nhỏ bắt đầu trở lại. Khi sợ hãi và những triệu chứng ngày càng làm cô tê liệt, cô càng trở nên phiền muộn.

Trong khi Catherine nói chuyện, tôi có thể cảm thấy cô đau khổ sâu xa đến nhường nào. Nhiều năm qua tôi đã giúp nhiều bệnh nhân như Catherine thoát khỏi những thống khổ của sợ hãi, và tôi cảm thấy tin tưởng cũng có thể giúp cô. Chúng tôi quyết định đào sâu thời ấu thơ của cô tìm ra căn nguyên phát sinh các khó khăn của cô. Thường thường kiểu nhìn vào bên trong giúp làm nhẹ đi lo âu. Nếu cần thiết, và nếu cô có thể uống thuốc, tôi sẽ cho cô một số thuốc chống lo âu loại nhẹ để cô được thoải mái hơn. Đó là cách chữa trị theo tiêu chuẩn sách vở cho các triệu chứng của Catherine, và tôi không bao giờ ngần ngại dùng thuốc an thần, hay thuốc chống suy nhược thần kinh, để chữa trị những chứng sợ hãi và lo âu nghiêm trọng và kinh niên. Bây giờ tôi ít khi dùng những thứ thuốc đó và chỉ dùng chúng tạm thời hay là không dùng nữa. Không có thứ thuốc nào có thể trừ được tuyệt căn những

triệu chứng ấy. Những kinh nghiệm của tôi với Catherine và với những người khác như cô đã chứng minh điều đó với tôi. Bây giờ tôi biết có thể có những phương thuốc không chỉ ngăn chặn hay bao trùm những triệu chứng.

Trong buổi chữa bệnh đầu tiên, tôi cố gắng đánh nhẹ vào thời thơ ấu của cô. Vì lạ lùng là Catherine chỉ nhớ được một số ít biến cố hồi thơ ấu, để tiến nhanh đến việc khắc phục sự ức chế này, tôi đã để tâm xem xét đến cách chữa trị bằng thôi miên. Cô không thể nhớ tí gì đến những lần chấn thương đặc biệt nào trong lúc thơ ấu có thể giải thích được sự sợ hãi lan tràn trong đời cô.

Vì cô gắng sức căng tâm trí ra để mà nhớ lại, những mảng ký ức riêng biệt đã xuất hiện. Khi cô năm tuổi, cô đã kinh sợ khi một người nào đó đẩy cô từ cái cầu nhảy xuống hồ bơi. Cô nói là ngay cả đến trước khi việc xảy ra này, cô không bao giờ thấy thoải mái ở dưới nước. Khi Catherine mười một tuổi, mẹ cô bị suy nhược trầm trọng. Mẹ cô bỏ nhà một cách kỳ cục, đòi hỏi phải được khám bệnh bởi một bác sĩ tâm thần với sự điều trị bằng sốc điện. Cuộc điều trị này đã khiến cho mẹ cô rất khó nhớ lại các sự việc. Kinh qua việc này với mẹ cô làm Catherine sợ hãi, nhưng, vì mẹ cô đã đỡ nhiều và trở lại như xưa, Catherine nói, những nỗi sợ hãi của cô tiêu tan. Cha cô là một người rượu chè và đôi khi người anh Catherine phải tìm đến quán rượu địa phương để đưa ông về. Cha cô càng ngày càng uống nhiều rượu dẫn đến đánh lộn thường xuyên. Mẹ cô, bà trở nên ủ rũ và thu mình lại. Tuy nhiên Catherine thấy đó là mẫu hình gia đình đã được chấp nhận.

Mọi sự tốt hơn bên ngoài gia đình. Cô có hò

hẹn ở trường trung học và hòa đồng dễ dàng với bạn bè, đa số bạn cô, cô biết họ đã nhiều năm. Tuy nhiên cô thấy thật khó mà tin người, nhất là những người ở ngoài nhóm bè bạn nhỏ nhoi của cô.

Tôn giáo của cô thì bình dị và không có vấn đề gì. Cô được nuôi dưỡng để tin vào hệ tư tưởng cách tu tập của Cơ Đốc Giáo truyền thống, và thực sự là chẳng bao giờ cô hoài nghi về tính đúng đắn và giá trị của Cơ Đốc Giáo. Cô tin rằng nếu bạn là một người Cơ Đốc ngoan đạo và sống đúng bằng cách tuân theo niềm tin và nghi thức, sẽ được lên thiên đàng, nếu không bạn sẽ phải chuộc tội hay địa ngục. Thượng Đế Cha và Con Ngài ban ra những quyết định cuối cùng. Sau này tôi được biết Catherine không tin luân hồi; thật ra cô biết rất ít về khái niệm này, tuy thỉnh thoảng cô có đọc về những người Ấn Giáo. Luân hồi là một ý niệm trái ngược với sự dạy dỗ và hiểu biết của cô. Cô không bao giờ đọc sách về siêu hình hay huyền bí, vì chẳng bao giờ đề ý đến chuyện ấy. Cô vững tin vào tín ngưỡng của mình.

Sau trung học, cô hoàn tất hai năm kỹ thuật, trở thành một chuyên viên phòng thí nghiệm. Có một nghề nghiệp và được khuyến khích bởi người anh, cô chuyển về Tampa, giành được chỗ làm ở Miami tại một bệnh viện huấn nghiệp lớn liên kết với Trường Đại Học Y Khoa Miami. Cô dọn về Miami vào mùa xuân năm 1974 lúc 21 tuổi.

Hóa ra là đời sống của Catherine ở Miami lại khó khăn hơn ở một thành phố nhỏ, tuy nhiên cô thấy sung sướng là đã thoát khỏi những vấn đề gia đình.

Trong năm đầu tại Miami, Catherine gặp Stuart. Là người Do Thái hai con, Stuart khác hẳn với những người mà cô từng hò

hẹn. Anh là một thầy thuốc thành công, mạnh mẽ và năng động. Có một quá trình bí mật không cưỡng nổi giữa hai người, nhưng cuộc ngoại tình của họ không vững chắc và đầy bão tố. Một cái gì đó ở anh đã lôi cuốn tình cảm mạnh mẽ của cô và đã tỉnh thức cô, như thể cô bị anh mê hoặc. Vào lúc Catherine bắt đầu chữa bệnh, cuộc tình với Stuart đã được sáu năm, vẫn còn rất mặn nồng nếu không phải là sâu đậm. Catherine không thể cưỡng lại nỗi Stuart tuy anh đối xử với cô không đẹp, và cô tức giận về những dối trá, không giữ lời hứa và những mảnh khốc của anh.

Một vài tháng trước khi gặp tôi để khám bệnh, Catherine cần phải giải phẫu dây thanh vì một khối u lạnh. Cô đã rất lo lắng trước khi giải phẫu và hết sức kinh hoàng lúc tỉnh lại tại phòng hồi sức. Phải mất nhiều giờ ban trợ y mới làm cho cô bình tĩnh lại được. Sau khi bình phục ở bệnh viện, cô bèn tìm đến Bác Sĩ Edward Poole. Bác sĩ Edward là một bác sĩ nhi khoa rất tốt bụng mà Catherine đã gặp trong khi làm việc tại bệnh viện. Hai người đều cảm thấy có ngay mối quan hệ và nảy nở tình bạn hữu thân thiết. Catherine bày tỏ hết với Bác sĩ Edward, cho biết về những sợ hãi, quan hệ với Stuart, và cô cảm thấy mất tự chủ trong cuộc sống. Bác Sĩ Edward khẳng khẳng bảo cô gặp tôi, chỉ tôi chứ không bác sĩ tâm thần đồng nghiệp nào khác để chữa bệnh. Khi Edward điện thoại cho tôi để giới thiệu, ông giải thích, vì lý do nào đó, ông nghĩ rằng chỉ có tôi mới có thể hiểu tường tận Catherine, dù cho các bác sĩ tâm thần khác cũng rất có tín nhiệm và là những bác sĩ chuyên khoa lành nghề. Tuy nhiên Catherine không gọi tôi.

Tám tuần lễ trôi qua. Là Viện Trưởng Khoa tâm thần, tôi rất bận với công việc nên đã quên bằng cuộc điện đàm với Bác sĩ Edward. Sợ hãi và ám ảnh sợ hãi của Catherine trở nên

tôi tệt. Bác Sĩ Frank Acker, trưởng Khu phẫu thuật, tình cờ biết Catherine từ nhiều năm, thường đùa vui với Catherine khi ông đến thăm phòng thí nghiệm nơi Catherine làm việc. Ông cảm thấy cô không vui và bị căng thẳng. Nhiều lần ông muốn nói với cô song lại lưỡng lự. Một buổi chiều, Frank lái xe trên một con đường nhỏ để ra khỏi bệnh viện để tới nơi thuyết trình. Trên đường đi, ông thấy Catherine lái xe về nhà ở gần bệnh viện, ông vội vẫy cô vào lề đường, rồi nói to với Catherine, " Tôi muốn Catherine gặp ngay Bác Sĩ Weiss", ông la lên qua kính xe "Không được chậm trễ". Mặc dầu các bác sĩ giải phẫu thường thôi thúc hành động, nhưng ngay cả Frank cũng ngạc nhiên là làm sao ông đã nhấn mạnh đến nhường nào.

Những cơn sợ hãi và lo âu ngày càng hay xảy ra và kéo dài dài. Cô bắt đầu bị hai cơn ác mộng tái phát. Một ác mộng về một cây cầu sập khi cô đang lái xe qua cầu. Xe cô đâm xuống nước, cô bị mắc kẹt và chết đuối. Trong ác mộng thứ hai, cô bị kẹt ở trong căn phòng quét hắc ín đen, trượt chân và vấp vào mọi thứ, không thể tìm thấy lối ra. Cuối cùng cô đã đến gặp tôi.

Lần chữa trị đầu tiên, tôi không hình dung là cuộc sống của tôi sắp đảo ngược mà người thiếu nữ sợ sệt bối rối ngồi bên kia bàn tôi, là chất xúc tác, và tôi không bao giờ còn như trước nữa.

(Còn tiếp)



Hư Hư Lục

Thích Nữ Như Thủy

Thân Giáo

Thuở xưa có một nhà sư sống ẩn dật tại một triền núi, được mọi người xem là đạo cao đức trọng.

Một hôm nhà sư tiếp một bà lão cùng cậu con trai của bà.

Bà lão thưa:

- Bạch sư thầy bé này mắc phải cái tật là ưa sưu tầm hoa kiểng. Nó đã làm cho tôi tốn hao không biết bao nhiêu là tiền của trong cái thời củi que gạo châu này... Xin sư làm ơn chữa trị hoặc răn dạy giùm kéo tội nghiệp cho tôi cùng vợ con nó.

Nhà sư ngẫm nghĩ giây lâu nói:

- Bà hãy dắt nó về khoảng nửa tháng sau trở lại tôi sẽ giúp cho.

Bà lão y lời. Đến ngày hạn nhà sư chỉ thốt một câu đơn giản:

- Đó là một thú vui hao tài tốn của con hãy bỏ đi, để tiền mà thờ mẹ nuôi con.

Bà lão bất bình:

- Tưởng thầy có phương cách gì té ra chỉ có bao nhiêu lời đó. Thế sao thầy không làm ơn nói giùm ngay bữa trước mà còn hẹn đến hôm nay? Đường xá xa xôi biết là bao!

Nhà sư mỉm cười:

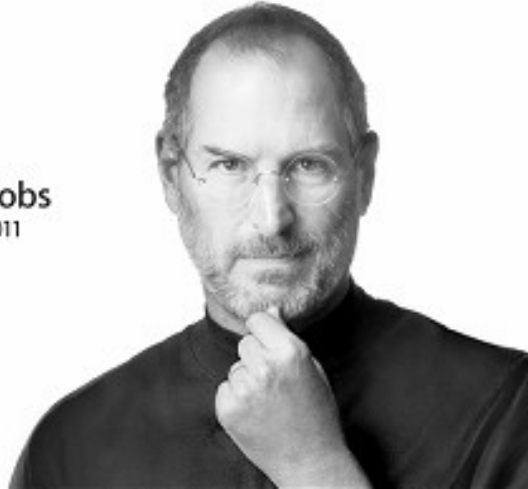
- Chẳng giấu gì bà... tôi cũng mắc phải cái tật như cậu nhà đây. Nửa tháng gia hạn là thời gian để tôi bỏ cái cố tật đó. Nay mọi việc đã xong tôi mới dám mở miệng khuyên can cậu em này.

Chàng trai từ đó ăn ở rất vừa lòng mẹ.

BA CÂU CHUYỆN VỀ TRIẾT LÝ SỐNG CỦA STEVE JOBS

Khải Thiên (Thích Tâm Thiện)

Steve Jobs
1955-2011



Steve Jobs được thế giới ca ngợi là thiên tài kỹ thuật, nhà phát minh vĩ đại, một doanh nhân tài ba... Ẩn dưới những bề nổi đó, Steve Jobs là một Phật tử, thực hành thiền định từ thuở thanh niên. Là người sở hữu tài sản rất lớn, nhưng ông luôn sống đơn giản, thiếu dục tri túc, ăn chay. Steve Jobs từng bộc bạch: “Tâm vắng lặng là chìa khóa của mọi sáng tạo”. Ngày Steve Jobs tạm biệt thế giới này, cả thế giới thương tiếc ông, dành những lời tốt đẹp nhất để nói về Steve Jobs. Nhân ngày Doanh nhân Việt Nam, 13-10, Câu chuyện trong tuần kỳ này dành nói về những triết lý sống đã hướng đạo cuộc đời Steve Jobs. GN trân trọng giới thiệu cùng độc giả bài viết của thầy Khải Thiên (Thích Tâm Thiện), sáng lập tu viện Cát Trắng và Cát Sơn, Florida, Hoa Kỳ.

Cuộc đời Steve Jobs - sống vì cái đẹp, vì tình yêu và vì lý tưởng

Người viết bài này chẳng liên hệ gì với Steve Jobs trong mọi lĩnh vực. Mỗi liên

hệ duy nhất với ông ta đơn giản chỉ là một chiếc máy tính Macbook Air mới vừa mua chưa đầy vài tháng... Bao nhiêu niềm vui vì tiện ích kỳ vĩ của chiếc máy tính này trong thoáng chốc đã nhuộm màu u buồn khi hay tin người sáng tạo ra nó đã vĩnh viễn ra đi!

Càng ngậm ngùi hơn khi biết rằng người ấy đã nói về sự ra đi của mình 5 năm trước qua bài thuyết trình nhân lễ tốt nghiệp tại một đại học danh giá bậc nhất thế giới, Stanford University, cũng là nơi tràn đầy kỷ niệm của tác giả. Bài viết như một lời tri ân... không phải vì tôn vinh sự lên ngôi của những chiếc máy tính cực mỏng, iPad, iPhone... mà vì xúc động trước bức thông điệp về triết lý sống “rất Phật” đến bất ngờ của người sáng lập Apple.

Thông điệp ấy đang truyền cảm hứng về một đời sống với lý tưởng cao đẹp đến khắp hành tinh này, nhất là đối với các bạn thanh thiếu niên, những người vốn đang *sống vì cái đẹp, vì tình yêu, và vì lý tưởng*. Dưới đây là ba câu chuyện và triết lý sống của Steve

Jobs đã truyền đạt cho các bạn trẻ tại Đại học Stanford, Palo Alto.

Định nghiệp như những dấu chấm...

Câu chuyện đầu tiên mà Steve Jobs giới thiệu trong diễn văn của mình đó là việc bỏ học nửa chừng của ông ta. Nghe rất cảm động. Ông ta bỏ học không phải vì lười biếng mà vì cảm thấy buồn và xấu hổ khi phải tiêu quá nhiều tiền để dành cả đời của bố mẹ nuôi trong khi bản thân ông lại không thực sự cảm nhận được những điều mà ông cho là có giá trị thật sự. Ông đã quyết định từ giả ngôi trường chỉ sau sáu tháng theo học. Tuy nhiên, môn học viết chữ đẹp (*calligraphy*) đã lôi kéo sự quan tâm của ông. Ông đã theo học những lớp thư pháp mà ông không hề nghĩ rằng sau này ông đã áp dụng chúng vào trong các mẫu thiết kế của Apple.

Trong thời điểm của những quyết định khó khăn ở tuổi học sinh, Steve Jobs đã chọn lòng hiếu kính với cha mẹ và yêu thích cái đẹp làm động lực dẫn dắt cuộc sống của mình. Nhìn lại những kinh nghiệm thời thơ ấu, Steve Jobs đã khuyên các bạn trẻ trong lễ tốt nghiệp của họ rằng, “... *Bạn không thể nối kết những dấu chấm khi nhìn về phía trước; bạn chỉ có thể nối kết chúng khi nhìn lại đằng sau. Cho nên bạn phải tin tưởng rằng những dấu chấm đó thế nào rồi cũng sẽ nối kết với tương lai của bạn bằng cách này hay cách khác. Bạn hãy tin tưởng vào điều gì đó ở chính mình: bản năng, định mệnh, cuộc sống, nghiệp lực, vận vận. Lối tiếp cận này chưa bao giờ làm cho tôi thất vọng, và nó đã tạo ra những thay đổi quan trọng trong cuộc sống của tôi.*” (... *You can't connect the dots looking forward; you can only connect them looking backwards. So you have to trust that the dots will somehow connect in your future. You*

have to trust in something - your gut, destiny, life, karma, whatever. This approach has never let me down, and it has made all the difference in my life).

Mười năm sau, khi hồi tưởng lại, Steve Jobs đã nhận ra rằng sự thành công của ông được quyết định bởi những yếu tố quan trọng đó là: ông đã nhìn đời bằng chính đôi mắt của mình; ông đã nói với đời bằng chính tiếng nói từ nội tâm của mình, và ông đã sống giữa đời bằng tình yêu cái đẹp sâu thẳm đến từ trái tim của chính mình. Bạn thử nghĩ đến một chàng thanh niên vừa từ bỏ một con đường đại học danh giá và tham dự vào những lớp học viết chữ đẹp nghe có vẻ viễn vông và rõ ràng chẳng thực tế chút nào! Nhưng Chính Steve Jobs, khi nhìn lại, đã khẳng định, “Nó thật là đẹp, thật kỳ vĩ, và tinh tế một cách điệu nghệ trong một cách thức mà khoa học không làm sao nắm bắt được, và tôi đã thấy nó quả thực là tuyệt vời.”

Tuy nhiên, những điều này thậm chí không hề có chút hy vọng nào đến những ứng dụng thực tế trong đời sống của tôi. Nhưng mười năm sau, khi chúng tôi thiết kế chiếc máy tính Macintosh đầu tiên, tất cả đã trở lại với tôi”. (*It was beautiful, historical, artistically subtle in a way that science can't capture, and I found it fascinating. None of this had even a hope of any practical application in my life. But ten years later, when we were designing the first Macintosh computer, it all came back to me.*)

Thật vậy, tâm sự của ông là những kinh nghiệm sống quý giá vô bờ. Câu chuyện đầu tiên mà Steve Jobs đã chia sẻ với chúng ta đó chính là những lời khuyên chân tình cho những ai đang bước vào ngưỡng cửa của cuộc đời: Hãy để tâm chiêm ngưỡng cái đẹp, dù rất bình thường, ngay cả

trong tình huống tồi tệ nhất, vì chính nó sẽ đem lại sự tươi mát để nuôi dưỡng cuộc sống. Và hãy để lòng hiếu kính với cha mẹ, sự quan tâm đến nỗi khó nhọc của những người chung quanh, và lòng yêu thích cái đẹp dắt dẫn bạn trước những quyết định khó khăn nhất. Rõ ràng, đây là một quan điểm, một thái độ sống rất vị tha bên cạnh tình yêu tha thiết đối với cái đẹp.

Steve Jobs thực tập thiền từ thuở thanh niên, ở độ tuổi thường chẳng mấy ai quan tâm tới vấn đề sinh, lão, bệnh, tử...

Nhẹ nhàng trong sự thành, bại...

Câu chuyện thứ hai cũng thật là cảm động. Nó nói rõ về ý nghĩa của tình yêu và sự mát mẻ. Trong căn nhà đậu xe của bố mẹ nuôi, Steve Jobs và người bạn đã lần đầu tiên thành lập Hãng Apple. Lúc ấy ông chỉ vừa 20 tuổi. Đến 10 năm sau, Công ty Apple trong căn nhà đậu xe của ông đã phát triển thành một đại công ty với tổng trị giá hai tỷ đô la và hơn 4.000 nhân viên làm việc. Nhưng rồi, trong lúc đang ở đỉnh cao của sự thành đạt, lúc ông vừa 30 tuổi, ông đã bị buộc thôi việc vì bất đồng quan điểm về tầm nhìn tương lai với người mà ông đã thuê làm điều hành. Ông phải ra đi vì toàn ban điều hành đứng về phía người ấy.

Ông đã thực sự đau khổ vì thất bại này. Nhưng từ trong đáy thẳm của con tim, ông đã nhận ra một phép lạ, đấy là, ông vẫn chưa mất tình yêu đối với công việc của mình. Thế là ông đã khởi sự thành lập một công ty mới là NeXT và tiếp sau đó là Công ty Pixar gắn liền với người phụ nữ, mà sau này trở thành vợ của ông. Điều kỳ thú là chẳng bao lâu sau sự thành đạt của NeXT, chính Apple đã mua lại Công ty NeXT, một công ty đã tạo ra những sản phẩm then chốt cho sự phục hưng của Apple như hiện

nay. Thế là Steve Jobs đã trở lại với Apple.

Về sau ông đã phát biểu rằng, “Bị thôi việc ở một công ty do chính mình sáng lập quả là điều tốt đẹp nhất đã đến với tôi. Cái nặng nhọc của thành công được thay thế bằng cái nhẹ nhàng trong trạng thái của người mới khởi sự, ít có bám chắc vào bất cứ cái gì. Nó đã cởi trói cho tôi đi vào một giai đoạn sáng tạo nhất của cuộc đời”. (... *Getting fired from Apple was the best thing that could have ever happened to me. The heaviness of being successful was replaced by the lightness of being a beginner again, less sure about everything. It freed me to enter one of the most creative periods of my life*).

Những gì Steve Jobs nói quả thật là chẳng khác gì giọng điệu của một thiền sư chính thống. Vâng, ông đã nói với chúng ta bằng sự kiện, chứ không phải bằng ngôn ngữ rằng: *thất bại không phải là điều đáng sợ mà đánh mất tình yêu vào cuộc sống mới là điều đáng sợ!* Trong những lúc thất bại và náo nê như thế, ông đã bám lấy tình yêu vào công việc thay vì sống với phiền muộn khổ đau hay tự đồng hóa mình với những cảm giác buồn vui, thương ghét... Là một người Phật tử, Steve Jobs đã rất tinh tế khi sống lời Đức Phật dạy bằng cách có vượt ra khỏi sự bức bách của tám nhân duyên ám ảnh trần thế - được, mất vui, buồn, khen chê, danh vọng và không danh vọng - để khơi dậy tình yêu và lý tưởng của mình. (Xem *Kinh Anguttara Nikaya AN 8.6*).

Nếu bạn cứ tiếp tục chạy theo tám nhân duyên này, cho dù bạn được phép sống thêm một trăm năm nữa thì bạn vẫn mãi miết trong pháp phòng, đau khổ. Vì chân lý của cuộc sống là sự thay đổi không ngừng. Chỉ có cách, hãy tự mình vượt lên trên các nhân duyên đối đãi này và an

trú sâu xa trong tĩnh lặng, bạn mới có thể sáng tạo và làm mới cuộc sống của chính mình. Sống như Steve Jobs, tĩnh tâm trước thành hay bại, chắc chắn bạn sẽ được an bình, hạnh phúc.

Những thông điệp trong bài nói chuyện của Steve Jobs tại ĐH Standford đã thực sự chạm vào trái tim của nhiều người, những triết lý sống "rất Phật"

Quán niệm về vô thường (sự chết) để sống tốt đẹp hơn...

Câu chuyện thứ ba đã khép lại cuộc đời trần thế của Steve Jobs. Và lạ lùng thay, đây lại là một bài giảng về vô thường, về cái chết cho hàng ngàn sinh viên trong ngày lễ ra trường tại Đại học Stanford. Tất nhiên bài thuyết trình trong một bối cảnh quan trọng như thế được phô diễn trên văn bản với một quan điểm sống rõ ràng chứ không phải là một cảm hứng ngẫu nhiên. Steve Jobs đã giảng về vô thường như thế nào?

Ông bắt đầu câu chuyện: “Mỗi buổi sáng khi soi gương tôi đều hỏi chính tôi rằng “Nếu như hôm nay là ngày cuối cùng của đời tôi, thì tôi có muốn làm những gì mà tôi sắp sửa làm hay không?”. Nếu như câu trả lời là ‘Không’ suốt nhiều ngày như vậy, thì tôi biết rằng tôi phải thay đổi một điều gì đó”. *(I have looked in the mirror every morning and asked myself: “If today were the last day of my life, would I want to do what I am about to do today?”. And whenever the answer has been “No” for too many days in a row, I know I need to change something).*

Một lối sống cẩn thận và có ý thức từng ngày, từng giờ như thế xuất phát từ căn bệnh

ung thư tụy tạng (lá lách) mà ông đang cur mang. Chính căn bệnh của ông cũng đã giúp ông phần nào tỏ ngộ chân lý vô thường. Nhưng căn bệnh đó không giúp ông tìm đến Phật giáo. Vì Steve Jobs đã đến với Phật giáo ở ngay vào độ tuổi thanh xuân, ở một lứa tuổi mà hầu như chẳng ai bận tâm đến chuyện sinh lão bệnh tử.

Mặc dù phải đối diện với bệnh tật nhưng tâm ông đã không hề chùng xuống mà trái lại nó lại sáng suốt và mạnh mẽ hơn bao giờ. Ông nhấn mạnh: “Quán niệm rằng nay mai tôi sẽ chết là một công cụ quan trọng nhất mà tôi đã đương đầu để có thể giúp tôi quyết định những lựa chọn lớn lao. Bởi vì hầu như tất cả mọi thứ - lòng mong đợi từ bên ngoài, niềm kiêu hãnh, nỗi sợ hãi về sự thất bại hay bẽ bàng - những điều này sẽ bị rơi rụng trước cái chết, chỉ còn lại những gì thật sự quan trọng.

Ghi nhớ rằng bạn sẽ phải chết là cách tốt nhất mà tôi biết để có thể tránh được cạm bẫy của ý tưởng rằng bạn có cái gì đó để mất!” *(Remembering that I’ll be dead soon is the most important tool I’ve ever encountered to help me make the big choices in life. Because almost everything - all external expectations, all pride, all fear of embarrassment or failure – these things just fall away in the face of death, leaving only what is truly important. Remembering that you are going to die is the best way I know to avoid the trap of thinking you have something to lose).*

Dường như Steve Jobs đã rất tâm đắc pháp môn quán niệm về sự chết. Một trong những pháp môn quán niệm mà Đức Phật đã giảng dạy trong mười pháp tùy niệm đó chính là niệm Chết (niệm diệt). Câu chuyện của Steve Jobs dường như vô tình

cũng đã mang theo bóng dáng của cô bé quay tơ 16 tuổi, cư dân làng Alavi, được ghi lại trong chuyện tích *Kinh Pháp Cú*. Cô bé làm nghề quay tơ cũng đã thành tựu về mặt tâm linh nhờ vào pháp niệm này; và cũng đã từ giã thế giới rất sớm...

Thế nhưng có lẽ Steve Jobs đã cảm nhận về một dự báo rất gần khi ông ta phát biểu bằng một ngôn ngữ bộc trực và mãnh liệt rằng, “Không ai muốn chết cả. Thậm chí người muốn lên thiên đàng cũng không muốn chết để đến đó. Tuy nhiên, chết là điểm đến chung cho tất cả chúng ta. Chưa bao giờ có ai trốn thoát nó được. Và rằng, rất có thể Chết là một tạo phẩm tốt đẹp của đời sống. Nó là điểm thay đổi cuộc sống. Nó dọn sạch cái cũ và mở đường cho cái mới. Ngay bây giờ, cái mới là bạn, nhưng rồi ngày nào đó, không mấy lâu đâu, bạn sẽ từ từ trở thành cái cũ, và sẽ bị dọn sạch. Xin lỗi, vấn đề trở nên quá bi thương, nhưng nó là sự thật”. (*No one wants to die. Even people who want to go to heaven don't want to die to get there. And yet death is the destination we all share. No one has ever escaped it. And that is as it should be, because Death is very likely the single best invention of Life. It is Life's change agent. It clears out the old to make way for the new. Right now the new is you, but someday not too long from now, you will gradually become the old and be cleared away. Sorry to be so dramatic, but it is quite true*).

Lỗi chỉ thẳng vào sự thật của cuộc sống biến chuyển vô thường rõ ràng nghe có vẻ ảm đạm và u buồn thật đấy! Nhưng đó không phải là một quan điểm bi quan mà là sự thật cho dù bạn muốn nói ra hay là không. Nên nhớ rằng, quán niệm về chết không phải để chết; quán niệm về chết là để sống tốt đẹp hơn và làm cho chính cuộc sống trở

nên tốt đẹp hơn trong mọi lĩnh vực và giá trị của nó.

Điều này được khẳng định khi Steve Jobs đánh giá về kẻ đồng hành của mình: “Vấn đề duy nhất của Hãng Microsoft là họ không có cái cảm thức thẩm mỹ. Họ tuyệt nhiên không có cảm thức thẩm mỹ. Tôi không nói điều đó theo lối hẹp, mà tôi nói điều đó trong một phương diện lớn lao, trong ý thức rằng họ không nghĩ đến những ý niệm ban sơ, và họ không đem nhiều yếu tố văn hóa vào trong những sản phẩm của họ”. (*The only problem with Microsoft is they just have no taste. They have absolutely no taste. And I don't mean that in a small way, I mean that in a big way, in the sense that they don't think of original ideas, and they don't bring much culture into their products.*)-PBS Documentary, *Triumph of the Nerds*, 1996). Lời bình phẩm này cho thấy Steve Jobs quan tâm đến đời sống thẩm mỹ như thế nào và dĩ nhiên nó cũng lôi kéo chúng ta về với triết lý của những dấu chấm và nét chữ đẹp mà ông đã kể với chúng ta trong câu chuyện ban đầu.

Quán niệm về Chết theo tinh thần Phật giáo mà Steve ứng dụng vào đời sống của mình hẳn không hề mang dấu ấn bi quan nào hết. Trái lại, nó mở ra một con đường thênh thang với biết bao cơ hội chuyển hóa và thăng tiến theo giấc mơ lý tưởng của mình, bỏ lại đằng sau tất cả những vương bận vào được mất, hơn thua cho cuộc sống nhị nguyên. Vâng, đây chính là sức công phá vĩ đại của một tâm thức đã vượt lên trên thế giới vô thường vì đã “tỏ ngộ” về vô thường. Hẳn bạn không cần phải chờ cho tới khi già chết rồi mới hiểu được những giá trị chân thật của cuộc đời!

Chỉ một phút tĩnh tâm với một trang kinh, Steve Jobs đã hiểu được những giá trị thực thụ khi quán niệm về chết. Từ đó, ông đã ra sức sống hết mình với những gì tốt đẹp nhất và đeo đuổi mục tiêu của mình cho tới cùng. Động lực của sự đeo đuổi này, dĩ nhiên, không phải vì hơn thua mà chính vì tấm lòng trân trọng cuộc sống, trân trọng những giá trị chân thật, và trân trọng cái “Mỹ” bên cạnh cái Chân và cái Thiện.

Có lẽ, bạn sẽ thấm thía hơn khi nghe Steve Jobs nói về cội nguồn hạnh phúc thật sự của đời mình trong mối tơ duyên nhọc nhằn của sống và chết: “Làm người giàu có nhất nằm trong nghĩa địa đối với tôi không thành vấn đề... Mỗi đêm khi đi ngủ và nói với mình rằng chúng ta đã làm điều gì đó thật là tuyệt vời... đó mới là vấn đề quan trọng với tôi. (*Being the richest man in the cemetery doesn't matter to me... Going to bed at night saying we've done something wonderful... that's what matters to me*) - The Wall Street Journal, 1993.

Xin tạm biệt một tâm hồn tràn ngập yêu thương!

Khải Thiên (Mùa Thu 2011)

(*) Bài cảm niệm được viết bởi cảm xúc của tác giả nhân đọc bài phát biểu của Steve Jobs được đăng trên trang web của ABC News, tháng 10, ngày 08, 2011. Link:



HIỆN HỮU

Phổ Đồng

*nghìn năm thương năm uẩn
ra vào cõi trầm luân
luân hồi ta xuôi ngược
gót quanh vương bụi trần.*

*hư không hạt nắng đỏ
chim bay mất lối về
lên rừng ngắm lan nở
đường về tâm mất tâm.*

*bốn mươi năm rong rỗi
gót mòn dấu rêu xanh
ta thấy trong hơi thở
thoảng giọt cười tình anh?*

*trăm năm trước chưa biết
ta từ đâu đến đây
trăm năm sau không biết
ta sẽ đi về đâu!*

*hiện tại nay chỉ thấy
hơi thở ra và vào
thân hành luôn tương tức
lay động cả hư không.*

*đêm qua ta mơ ngủ
thấy mình đá cuội xanh.*

ẢNH HƯỞNG PHẬT GIÁO ĐỐI VỚI NHÂN LOẠI

Nguyên tác: T.T. Nyanatiloka Maha Thera **Chuyển ngữ:** H.T. Thích Trí Chơn

Khoảng vài ba mươi năm trước đây, bất cứ người nào ở các nước Tây Phương có cảm tình với Phật giáo đều được coi là hạng người thiếu suy xét. Vào thời đó, người ta còn xem đạo Phật đại để như một tôn giáo đầy màu sắc thần bí lẫn mê tín dị đoan và không ai tin rằng Phật giáo sẽ có thể đóng một vai trò quan trọng trong sự hướng dẫn đời sống tinh thần cho các dân tộc Tây Phương như hiện nay. Có nhiều người Âu Châu, phần đông thuộc các tín ngưỡng đối lập, đã chỉ trích xuyên tạc Phật giáo, cũng như đã cố gắng thuyết minh cho những bạn bè của họ tin rằng ảnh hưởng của Phật giáo rất tai hại vì nó gieo rắc tư tưởng bi quan yếm thế cho con người. Do đó, dưới mắt họ, Phật giáo là một chướng ngại nguy hiểm cho mọi hoạt động xã hội và phát triển quốc gia. Tuy nhiên, những người có hiểu biết đạo Phật ít nhiều hoặc đã từng sống ở các quốc gia thuần túy theo Phật giáo chẳng hạn như Miến Điện, Thái Lan, nơi mà dân chúng cảm thấy cuộc sống hầu như được an lành và hạnh phúc nhất trên thế giới thì họ sẽ nhận thấy ngay những lời phê bình trên về Phật giáo của một số người Tây Phương là hoàn toàn vô căn cứ, sai hẳn sự thật.

Dưới đây, chúng ta sẽ thấy rằng, một học thuyết cao siêu toàn hảo như Phật giáo có thể gây nên những ảnh hưởng tốt đẹp cho tâm tính con người và đem lại nhiều lợi ích thiết thực cho xã hội, quốc gia. Phật giáo luôn nhắc nhở con người nên tin ở mình, tinh tấn tu hành để tự giải thoát. Thật chưa có tôn giáo nào xác nhận tinh

tấn là động lực chính giúp con người vươn đến cõi toàn thiện và trái lại giải đãi (biếng nhác) là nguyên nhân khiến con người phải sa đọa khổ đau như Đức Phật đã dạy:

“Tinh tấn là đường dẫn đến Niết Bàn,

Giải đãi và trì hoãn là đường về sanh tử”

Chỗ khác đức Phật bảo: “Này các Tỳ Kheo! Nhờ ý chí cương quyết thiên định mà Ta đã giác ngộ và cũng do bởi sự tinh tấn chuyên tu mà Ta đã được giải thoát hoàn toàn. Hỡi các Tỳ Kheo! Nếu các con biết tinh tấn tu hành, không bao lâu các con cũng sẽ chứng được quả Bồ Đề Vô Thượng”. Và trước khi nhập Niết Bàn, trong lời di chúc cuối cùng Đức Phật cũng dạy: “Các con hãy nỗ lực tinh tấn để tự giải thoát”. Bởi thế, trên đường tu tập, người Phật tử luôn luôn trông cậy vào sự cố gắng của chính mình. Họ không ỷ lại vào một ngoại lực nào, vì họ thừa hiểu rằng không một ai, dù là đáng có quyền phép đến đâu có thể cứu giúp cho họ thoát khỏi được trong đời hiện tại, những nghiệp quả khổ đau mà họ đã lỡ gieo nhân từ tiền kiếp. Cho nên, “Lành do ta mà dữ cũng do ta. Tịnh hay bất tịnh đều bởi ta. Không ai có thể làm cho người khác thanh tịnh được”.

Phật giáo dạy rằng, mỗi chúng ta phải chịu trách nhiệm lấy những hành động thiện hoặc ác mà chúng ta đã gây ra và cuộc đời hạnh phúc hay đau khổ cũng do tự bàn tay chúng ta xây dựng lấy. Vì: “Mọi hành động xấu đều không phải do cha mẹ, bạn bè của ta gây nên mà bởi ta đã tạo ra, cho nên

chính ta phải gạt lầy những kết quả đau khổ đó”. Người Phật tử biết rằng không phải hoàn toàn ỷ lại vào sự giúp đỡ của đức Phật, Giáo Hội, hay của chư Tăng mà mình có thể giải thoát được, nên người Phật tử buộc phải trông cậy vào nỗ lực tu tập nơi chính bản thân để tự cứu lấy mình. Nhờ thế mà họ đạt được cao độ của tinh thần tự tin. Cũng không ai chối cãi được rằng, sự tin tưởng vào một đấng Thượng Đế hay bất cứ một năng lực tưởng tượng nào đều làm con người mềm yếu, mất hết đức tính tự tin và tự trách nhiệm. Trong khi đó trái lại, kẻ biết tự tin vào năng lực của chính mình họ sẽ trở nên cương quyết và mạnh mẽ.

Không những Phật giáo đã làm phát triển đức tánh tự tin nơi con người mà còn khuyên con người phải sáng suốt trước khi tin một điều gì. Phật giáo phủ nhận lối tin vào những tập tục mù quáng hay những quyền lực vu vơ. Muốn đạt được chân lý, giải thoát mọi khổ đau, con người phải tin tưởng vào khả năng giác ngộ và thiên định nơi chính mình. Đức Phật dạy: “Đừng tin vào một điều gì dẫu điều ấy là lời khẩu truyền hay những tập quán. Đừng tin theo điều gì dù điều ấy do một bậc Thầy dạy lại. Những điều nào các con tự xét thấy là sai lầm, xấu xa sẽ gây đau khổ cho các con và mọi người khác thì các con hãy đừng tin theo”. Một học thuyết nêu cao khả năng giác ngộ của con người như thế không thể nào gây ảnh hưởng tai hại cho nhân loại được.

Những tôn giáo phủ nhận lý trí cá nhân, buộc tin đồ mù quáng tin vào thần quyền, giáo điều hoặc những lễ nghi tập tục sai lầm, mới thật đưa con người vào con đường mê tín dị đoan, phá sản xã hội. Cho nên tinh thần con người chỉ tiến bộ được khi họ có tự do tư tưởng. Và ai cũng nhận thấy rằng, lòng tin mù quáng vào giáo

điều, tín ngưỡng đã gây nên ở con người bệnh cố chấp và lòng phân chia hẹp hòi ích kỷ. Ngày nay họ còn nhớ tới xã hội thời Trung cổ (Middle Ages) với những hình phạt tra tấn, thiêu đốt chém giết, tàn sát con người một cách dã man cùng những cuộc Thánh chiến rùng rợn. Tất cả những hành động phi nhân này đều là kết quả của lòng tin cuồng nhiệt vào giáo điều của những tôn giáo Thần quyền. Nói tóm, mọi chủ trương độc tài tín ngưỡng và tàn bạo bao giờ cũng đưa xã hội con người đến cảnh suy vong, man rợ, phản tiến hóa vậy.

Trái lại, một nền tiến bộ tự do và hòa bình trong sự phát triển xã hội, đạo đức, kiến thức, nghệ thuật, khoa học và triết học chỉ có thể xuất hiện trong một quốc gia biết tôn trọng đức tánh khoan dung cũng như tự do tư tưởng con người. Và không thể thực hiện được trong một quốc gia mà nơi đó có sự kỳ thị về tôn giáo, chính trị hay sự tự do của con người bị bóp chết hoàn toàn. Bây giờ điều trên hết để giúp chúng ta phát triển đức tánh khoan dung này trong nhân loại là lòng từ bi, mà theo Phật giáo nó là nền tảng luân lý để xây dựng cho mọi sự tiến bộ xã hội và đạo đức con người. Đúng vậy, dân chúng những quốc gia thật sự theo Phật giáo đều thấm nhuần tinh thần từ bi này. Nó không phải là kết quả của đức tin mù quáng vào những giáo điều cố định mà là kết quả của sự hiểu biết chân chính rằng, tất cả chúng sanh từ loài người đến côn trùng đều có tương quan mật thiết: “Ta là tất cả chúng sanh, tất cả chúng sanh là ta”.

Bởi sự sống của ta với sự sống của mọi chúng sanh là một, nên con người không có quyền sát hại bất cứ sinh mạng nào. Không có tôn giáo nào trên thế giới đề cập đến lòng từ bi như Phật giáo. Nó thể hiện qua những lời kinh chân

thành mà thường nhật chư Tăng tụng đọc với mục đích cầu nguyện cho chúng sanh không phân biệt chủng loại luôn thoát khổ được vui. Cho nên, tại các nước Phật giáo, kinh Từ Bi (Metta Sutta) đã được tụng hàng ngày hai buổi sáng tối cho tất cả hàng chư Tăng, Đại Đức cũng như hàng Thượng Tọa, lớn cũng như nhỏ mà tôi xin trích một đoạn ngắn dưới đây:

“Nhu bà mẹ chăm sóc bảo vệ hết sức đứa con độc nhất của mình.

Làm thế khi chúng ta đối với tất cả chúng sanh,

Hãy phát tâm từ bi rộng lớn,

Trần khắp vũ trụ bao la,

Trên dưới mọi nơi,

Không còn những tâm niệm hận thù ganh ghét”.

Trong khi đó, những kẻ cuồng tín tin vào Thần quyền lại khuyên tín đồ: “Hãy giết chết những kẻ thù của anh bất cứ nơi nào anh gặp chúng. Hãy tắm chúng trong máu đào bởi đó là hình phạt dành cho những kẻ bất tín”. Hay là “Hãy chiến đấu chống lại những kẻ thù của anh cho đến khi chúng chịu đầu hàng, cho đến khi nào chúng chịu tôn thờ Thượng Đế. Phải bắt chúng chịu mọi sự đau khổ của sự trả thù” Như vậy, chúng ta thấy rằng ở đâu lời khuyên răn tàn bạo được chấp nhận thì nơi đó sẽ phát sanh những ảnh hưởng tai hại của sự cuồng tín, độc ác và có thể gây cho thế giới con người sự đau khổ và âu lo khủng khiếp. Điều ai cũng thấy là lòng từ bi và đức tánh khoan dung nói trên thường được nhắc đến trong các kinh điển Phật giáo, một đặc

điểm mà ở các kinh sách những tôn giáo khác rất khó tìm thấy.

Thật vậy, chưa có nhà truyền giáo tên tuổi nào của Phật giáo có ý tưởng phỉ báng hay sân hận chống đối những kẻ khác tín ngưỡng với mình, và cũng không bao giờ có sự kỳ thị về tôn giáo quốc gia hay chính trị nơi một dân tộc đã thực sự thấm nhuần chân tinh thần từ bi của Phật giáo. Nhờ thế mà không cần đến súng đạn hay giáo guom, Phật giáo vẫn chinh phục được tâm hồn của hàng trăm triệu người trên thế giới. Trong lịch sử, như chúng ta đã biết, từ lúc Phật còn ở đời cho đến hôm nay, chưa có một giọt máu nào đã chảy nhân danh đức Phật hay bởi sự truyền bá giáo lý của Ngài. Nhưng với các tôn giáo khác thì sao? Thật không thể nào dân chúng hết ở đây tất cả những phương tiện man rợ mà một vài tôn giáo đã dùng đến để truyền bá đạo lý của họ.

Hơn nữa, Phật giáo cũng dạy rằng đức tin và những hình thức phát triển bên ngoài không hẳn hoàn toàn giúp người Phật tử đạt đến sự giác ngộ giải thoát và truyền bá Phật giáo bằng vũ lực có nghĩa là bành trướng những đức tính công bình và tình thương bằng hành động bất công và tàn bạo. Người Phật tử không xem sự cải giáo của tha nhân là quan trọng. Với một kẻ tự nhận mình là Phật tử hay không, điều ấy không mấy cần thiết đối với họ, bởi người Phật tử biết rằng, chỉ có chính bản thân họ học hiểu và thực hành giáo lý, họ mới đến gần được cứu cánh giải thoát của đức Phật.

Người Phật tử chỉ muốn tạo sự an lạc cho những kẻ khác bằng cách hướng dẫn họ trở về với ánh sáng đạo đức, trí tuệ cùng chỉ

cho họ một con đường giải thoát khỏi mọi khổ đau mà thôi. Và ngay từ xưa, tinh thần từ bi này cũng đã ảnh hưởng mạnh mẽ đến các dân tộc theo Phật giáo, khiến dân chúng thực hiện được nhiều công tác từ thiện hữu ích như thiết lập trên các quốc lộ những nhà tạm trú miễn phí cho khách bộ hành mỗi mệt, hoặc cung cấp thức ăn, nước uống cho người và vật; xây cất những nhà thương thí và phát thuốc không cho các bệnh nhân v.v...

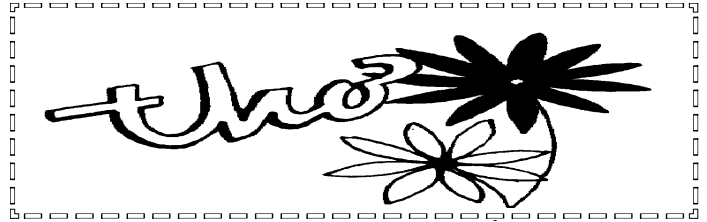
Như vậy, có thể nói rằng thay vì gây ảnh hưởng tai hại cho loài người—như các quốc gia Tây Phương thường bày tỏ—trái lại, Phật giáo là một trong những tôn giáo của thế giới bao hàm nhiều phương pháp tốt đẹp nhất, có thể cải thiện và giáo dục tâm tánh con người. Nó đánh thức nơi con người đức tính tự trọng và tinh thần trách nhiệm bản thân. Phật giáo còn khích lệ sự tiến bộ tinh thần bằng cách tán dương năng lực suy tưởng của chính con người. Nó phổ biến trong nhân loại đức tánh khoan dung và giúp cho loài người thoát khỏi bệnh cuồng tín cố chấp hẹp hòi vì tín ngưỡng quốc gia. Nó phát huy trong nhân loại đức tính từ bi, tình huynh đệ, cùng dứt trừ được nơi con người lòng sân hận và bạo tàn.

Nói tóm, Phật giáo đã nêu cao tinh thần tự tín bằng cách dạy rằng số phận con người nằm trong tay của nó, và chính con người có đủ tiềm lực để phát triển những đức tánh tốt đẹp, hầu đạt đến quả vị giải thoát, chứ Thượng Đế và đức Phật không bao giờ có thể giúp con người điều ấy. Cho nên, tự trọng, tự tín, khoan dung, từ bi, trí tuệ là những đức tánh tốt đẹp có thể tạo được cho nhân loại nhờ ảnh hưởng của Phật giáo. Và trong một quốc gia mà mọi dân chúng đều thấm nhuần những đức tính ấy

thì chắc chắn là hạnh phúc, hòa bình sẽ hiện đến và một quốc gia như thế sẽ là một quốc gia kiểu mẫu cho toàn thế giới, một nhân gian tịnh độ vậy.

Trích tập “Influence of Buddhism On A People”

Phát hành tại Tích Lan (Sri Lanka)



Trang thơ

Nguyễn Đức Sơn

CHỈ NGHE TỊCH MỊCH

Nửa đêm soi bóng trăng tròn
Thấy đau trời đất rõ còn trong thai
Các em đều chẻ làm hai
Từ đâu một chỗ rách dài thiên thu
Hồn tôi, con thú cần cù
Nằm chơi trong cát bụi mù vuốt ve
Hỏi thăm, nước chảy xè xè
Chỉ nghe tịch tịch phủ đè rêu xanh

VÂN AM

Nhờ hồng phước
Mà nay
Mặc dù đã có gia đình bầy bạ rồi
Tôi vẫn còn đang ngủ trên am mây
Với những bậc thầy
Muôn thuở trước

Bàn về sự hội nhập của Phật giáo vào nền văn hóa Việt Nam

Minh Chi

I - Bàn về khái niệm hội nhập văn hóa

Cho phép tôi, trước hết dừng ở khái niệm và từ ngữ "hội nhập văn hóa". Người phương Tây, Anh và Pháp đều dùng từ tương đương của họ là acculturation, theo nghĩa một dân tộc này, thường là lạc hậu hơn, tiếp thu nền văn hóa của một dân tộc khác, thường là tiên tiến hơn. Trong khái niệm **hội nhập văn hóa**, chủ yếu là một nền văn hóa ngoại lai (hay là những yếu tố của nền văn hóa đó) du nhập hay xâm nhập vào nền văn hóa bản địa, đến mức như là **nước với sữa**.

Nước hòa với sữa, đến nỗi không thể phân biệt được đâu là nước, đâu là sữa, đó là một ảnh dụ Phật giáo, được dùng để nói Tăng chúng sống hòa hợp với nhau, đoàn kết với nhau, như các bộ phận gắn liền với nhau trong một cơ thể thống nhất.

Những yếu tố của nền văn hóa ngoại nhập cũng phải được như vậy, nghĩa là chúng phải được nền văn hóa bản địa hấp thụ đến mức chúng trở thành những bộ phận cấu thành thật sự của nền văn hóa bản địa, không khác gì da thịt xương máu của cơ thể văn hóa bản địa. Có hai điều kiện cho một sự hấp thụ hoàn hảo như vậy: **Một** là phải có thời gian. **Hai** là, những yếu tố văn hóa ngoại nhập đó, qua thử thách của thời gian đã chứng tỏ rõ ràng là không có hại, mà rất có lợi cho sự củng cố và phát triển mọi mặt của cộng đồng dân tộc tiếp thu những văn hóa đó.

Tôi nghĩ rằng Phật giáo, từ Ấn độ hay từ

Trung Hoa du nhập vào Việt Nam, đã có đầy đủ điều kiện để thành tựu một sự hội nhập thật sự vào nền văn hóa Việt Nam, vào cuộc sống của dân tộc Việt nam, theo đúng nội dung của khái niệm hội nhập như tôi đã trình bày ở đoạn trên.

Về điều kiện thời gian, thì như mọi người đều biết, Phật giáo Việt Nam có một bề dày lịch sử hơn 18 thế kỷ, một thời gian đủ dài để dân tộc Việt Nam thử thách, chọn lọc trong đạo Phật những gì phù hợp nhất cho sự củng cố và phát triển của dân tộc Việt Nam. Trong hơn 18 thế kỷ đó, có hai thời kỳ là triều đại nhà Lý (1010-1225) và triều đại nhà Trần (1225-1400), đạo Phật được xem là quốc giáo, hệ tư tưởng chủ đạo của hai thời kỳ đó là Phật giáo, không phải là Nho giáo. Đó cũng là hai thời kỳ văn trị và võ công huy hoàng nhất, oanh liệt nhất của lịch sử phong kiến nước ta. Dưới đời Lý, quân dân ta hai lần đánh Tống thắng lợi, dưới đời Trần, họa xâm lăng từ phương Bắc còn nguy hiểm hơn, nhưng quân Nguyên Mông ba lần tiến công nước ta, cả ba lần đều thất bại thảm hại. Thực tế lịch sử đời Lý và đời Trần buộc chúng ta phải xét lại những nhận định thiếu căn cứ Phật giáo là chán đời, có tác dụng ru ngủ, mê hoặc, ngu dân, tiêu cực, khuyến khích sự chây lười v.v...

II - Sự hội nhập văn hóa thể hiện qua từ ngữ

Trong kho từ ngữ nước ta, có nhiều từ ngữ mọi người đều dùng kể cả những người ít học, nhưng không phải số đông biết được

đó là những từ ngữ nguồn gốc Phật giáo.

Thí dụ: **Tội nghiệp**, là từ đầu lưỡi chúng ta, mỗi khi thấy một người gặp tai nạn bất ngờ. Theo đạo Phật, tội nghiệp là tội của nghiệp, do nghiệp tạo ra từ trước, dẫn tới tai nạn hay sự cố hiện nay. Theo thuyết nghiệp của đạo Phật thì không có một hiện tượng hay sự cố, tai nạn nào xảy ra là ngẫu nhiên hay tình cờ, mà chỉ là kết quả tập thành của nhiều nguyên nhân tạo ra từ trước. Những nguyên nhân đó (sách Phật gọi là nhân duyên) khi chín mùi, thì đem lại kết quả. Mọi người đều nói tội nghiệp, nhưng không phải nhiều người biết được đó là một từ ngữ nói lên một chủ thuyết rất căn bản của đạo Phật: Thuyết nhân quả báo ứng. Thuyết đó cũng đi sâu vào nhận thức dân gian với những câu châm ngôn như: ở hiền gặp lành, gieo gió gặp bão v.v...

hay là câu của nhà Nho

*"Tích thiện chi gia, tất hữu dư khương
Tích ác chi gia, tất hữu dư ương"*

Nghĩa là:

Nhà làm nhiều điều lành, sẽ có thừa điều lành
Nhà làm nhiều điều ác, sẽ có dư điều dữ"

Hay là câu thơ dân dã:

*"Người trồng cây hạnh người chơi
Ta trông cây đức để đời mai sau."*

Hằng hà sa số, vốn là từ Phật thường dùng để nói lên số nhiều như cát sông Hằng bên Ấn Độ. Thế mà nhiều người Việt Nam, dù có biết chữ Hán hay không, biết đạo Phật hay không, vẫn nói "hằng hà sa số" để chỉ một số rất nhiều, mà cũng không cần dịch nghĩa nữa là số cát sông Hằng. Nhất là các bà các cô ở nông thôn tuy

nói "Hằng hà sa số" mà không biết sông Hằng ở đâu?

Lục tặc, là câu đầu lưỡi của bà mẹ Việt Nam mắng đứa con nhỏ hay quậy "Mày lục tặc lắm". Nhưng từ lục tặc là từ ngữ Phật giáo chỉ sáu thằng giặc là: màu sắc, âm thanh, hương, vị, xúc, pháp từ bên ngoài xâm nhập vào chúng ta để quấy nhiễu chúng ta. Người tu hành phải luôn luôn tỉnh táo, không để cho sáu thằng giặc ấy quấy nhiễu. Một từ ngữ có ý sâu xa như vậy, thế mà khi đi vào dân gian Việt Nam, khi đạo Phật hội nhập vào nền văn hóa Việt Nam, thì lại biến thành lời mắng đầu lưỡi của các bà mẹ Việt Nam.

Các bạn đến một số chùa chắc là đều chú ý tới tượng Phật Di Lặc, một ông Phật béo tròn, bụng phệ, ngồi ngả lưng ra đằng sau, cười hớn hở như một người thật sự sung sướng. Tuy rằng, trên một cánh tay của Ông, bỏ lồm ngồm sáu đứa bé biểu trưng cho sáu thằng giặc (lục tặc) đang quậy.

Thiền sư Việt Nam Toàn Nhật đời Tây Sơn trong cuốn "Tam giáo nguyên lưu ký" có câu:

*"vả như sáu giặc trong mình,
chẳng nên để nó tung hoành khuấy ta"*

Từ **sám hối**, một từ ngữ Phật giáo, gồm có hai thành phần là **sám** (từ sanskrit là ksamayati) là hối lỗi, và từ **hối** là chữ Hán với nghĩa hối hận. Người Việt Nam cũng hay dùng từ hối hận, hối lỗi, thế nhưng khi cần nói văn chương hay là nghiêm túc, thì lại dùng từ ngữ Phật giáo **sám hối**.

Từ danh lam, gồm hai thành phần: **danh** là danh tiếng, là một từ Hán. Còn **lam**, vốn là từ sanskrit ashram, chỉ nơi yên tĩnh, vắng lặng, chùa chiền, tu viện Phật

giáo. - thành phố Hồ Chí Minh, quận Gò Vấp có chùa **Già Lam**. Tên chùa Già Lam dịch âm đây đủ hơn từ chữ sanskrit **Ashram** của Ấn Độ.

Từ **chùa** xuất phát từ đâu? Rõ ràng đây là một từ Phật giáo rồi, nhưng gốc từ đâu, là một vấn đề đang tranh cãi. Trong cuốn "từ điển Phật học Việt Nam" (nhà xuất bản khoa học xã hội, trg 132) tôi có đưa ra giả thuyết, của thầy Thiện Châu, là gốc từ chùa có thể là ở từ sanskrit **stupa**, vốn có nghĩa là bảo tháp thờ Phật, người Trung Quốc dịch âm gọn là **phù đồ** hay **đồ ba**, đọc âm Trung Quốc là Phù tô, hay là Thu Ba. Người Việt Nam vốn thích gọn, bèn phát âm là chùa.

Từ Phù đồ quen thuộc với người Việt Nam trong hai câu, mang giá trị đạo đức lớn:

Dù xây chín đợt Phù đồ

Không bằng làm phúc cứu cho một người
và chân giá trị hạnh phúc này của Phật giáo được biểu trưng trong cử chỉ cao đẹp của Tiểu Kính Tâm nuôi con của Thị Mầu, như con đẻ của mình. Tuy rằng như mọi người đều biết Tiểu Kính Tâm bị oan

Khi làm gái, chồng ngờ thất tiết

Khi làm trai, gái đổ oan tình

Tôi muốn nói từ mít. Các tăng sĩ Nam Ấn Độ, vào đầu kỷ nguyên, khi đạo Phật đại thừa đã hưng khởi, thường hay đi truyền giáo nơi xa, đến đâu họ thường đem hạt giống cây trồng theo, khi họ đến Bắc Việt Nam và Nam Trung Hoa họ có đem theo hạt giống loại cây mà không hiểu sao họ gọi là cây Paramita. Paramita, Hán dịch âm Ba la mật chỉ cho đức hạnh bồ tát, mà bồ tát, như chúng ta biết, là nhân vật tiêu biểu của Phật giáo đại thừa, tức Phật giáo Bắc truyền. Một hình thức Phật giáo rất năng động, sáng tạo, đầy nhiệt

tình truyền giáo, hưng khởi vào những thế kỷ đầu công nguyên. Paramita có nghĩa là đức hạnh hoàn thiện. Hán dịch âm đây đủ là Ba la mật đa. Có thể là các tăng sĩ Ấn Độ thời ấy gọi cây đó là Paramita để tự nhắc nhở mình về hạnh bồ tát chẳng, về hạnh nguyện của các vị bồ tát không ngại đường xa gian khổ đi khắp nơi, cùng trời cuối đất để truyền bá giáo lý của Phật đà chẳng? Từ đó về sau, người dân miền Nam Trung Quốc cũng theo các tăng sĩ truyền giáo Ấn Độ, gọi đó là cây Ba la mật (họ bỏ âm đa, theo thói quen). Còn người Việt ta thì bỏ cả những âm đầu và cuối, chỉ gọi là cây mít (Paramita: giản âm hóa thành cây mít). Cây mít thường trồng nhiều xung quanh chùa, gỗ mít được xem là gỗ thiêng, chỉ dùng làm mõ, làm bàn thờ v.v...

Nhưng tôi xin phép hỏi các nhà ngôn ngữ học có mặt ở đây, vì sao người Việt ta lại có từ **mít đặc**, để chỉ người dốt, hỏi gì cũng không biết: **mít đặc**. Phải chăng đây là một trường hợp biến nghĩa, thường gặp trong ngôn ngữ. Một từ ngữ bác học, sau khi đã xâm nhập vào dân gian, thì hay bị biến nghĩa. Cũng như từ **thiên binh**, chỉ cho binh đội nhà trời của nước Trung Quốc ngày xưa. Vua Trung Quốc gọi là thiên tử, triều đình của vua Trung Quốc gọi là thiên triều, còn binh đội của vua Trung Quốc gọi là **thiên binh**, là quân đội nhà trời, đáng lẽ người dân Việt Nam phải kính nể, khiếp sợ. Ấy thế mà người dân Việt Nam lại nói: **chuyện thiên binh**, như một chuyện khôi hài, láo khoác, không có thật, không đáng sợ. Có thể đây là trường hợp cũng giống như từ **mít đặc** nói trên chẳng? Paramita, là hoàn thiện, siêu việt lại dám dùng trong trường hợp **mít đặc**, để chỉ sự dốt nát không biết gì hết.

III - Hội nhập qua hình ảnh ông Bụt

Ông Bụt hiền, ông Bụt lành... đó là hình tượng đức Phật Thích Ca trong dân gian Việt Nam, là một kết quả rất đặc sắc của Phật giáo hội nhập vào nền văn hóa dân gian Việt Nam. Người Việt Nam sợ thần, sợ thánh, sợ ma, sợ quỷ... có thể sợ ông Ác, hay là Diêm vương mặt sắt đen sì, nhưng nhất định là không sợ ông Bụt, bởi vì ông Bụt tuy có quyền năng vô hạn, như có thể thấy trong chuyện Tấm Cám, và mỗi lần nghe "khô quá, Tấm nức nở khóc" Bụt lại hiện lên. Đúng như vậy, người Việt Nam hình dung một ông Bụt, không những đầy quyền năng, vì Phật bà quan Âm có đến nghìn mắt, nghìn tay, nhưng rõ nét nhất là một ông Bụt hiền lành, thương người, đặc biệt là người cô cút, cô đơn, bị ức hiếp, bao giờ cũng trung trinh như cô Tấm trong chuyện Tấm Cám, người em út trong chuyện Cây khế, thằng Giun trong chuyện Hét và Giun, người xấu xí trong chuyện Sọ dùa...

Ông Bụt trong dân gian Việt Nam hiền lành, nhân hậu tới mức không biết giận là gì, cho nên, thậm chí người ta không gọi là đức Bụt hay ông Bụt mà chỉ gọi là Bụt cụt ngùn, nhưng thân thương biết bao:

*Gần chùa gọi Bụt bằng anh,
Trông thấy Bụt lành, công Bụt đi chơi*

Thậm chí có câu còn tai ngược:

*Gần chùa gọi Bụt bằng anh,
Trông thấy Bụt lành, hạ xuống đất chơi*

Tất nhiên, có tín đồ nhà Phật khó chịu với những hình ảnh đức Phật như vậy. Thế nhưng nhìn từ một góc độ khác, lại có thể đánh giá những hình ảnh Bụt đó là đánh dấu mức độ hội nhập sâu sắc của đạo Phật vào văn hóa dân gian và bác học của Việt Nam. Chúng ta có gì phải thắc

mắc, khi đức Phật, đạo Phật để lại trong ký ức tập thể (kiểu như một archetype) trong tiềm thức tập thể của dân tộc Việt Nam, trong lòng mỗi người dân Việt Nam, những biểu trưng đậm nét nhất, nhất quán nhất của lòng người vô hạn, sự công minh và công bằng tuyệt đối, thái độ không khoan nhượng với cái ác, cái giả dối, cái xảo trá quỷ quyệt... Đức Phật là như vậy, đạo Phật là như vậy. Chính những biểu trưng nói trên mới là quan trọng, chứ còn những chuyện khen chê, thị phi với đạo Phật và đức Phật là chuyện miệng lưỡi thế gian, làm sao mà tránh được. Các hình ảnh Quan Âm tông tử (cho con) Quan Âm Nam Hải (cứu người gặp nạn trên biển cả), Quan Âm Diệu thiện ở chùa Hương Tích (cứu cha độ mẹ), hay là các hình ảnh Phật Pháp Vân, Pháp Vũ, Pháp Lôi, Pháp Điện (mây, mưa, sấm, sét) ở chùa Đậu và nhiều chùa khác vùng Hà Bắc và nhiều vùng đồng bằng sông Hồng... đều biểu trưng cho một đạo Phật gần gũi với người nông dân ở một xứ nông nghiệp làm lúa nước cần có mưa thuận gió hòa.

Vì chùa Phật thường tọa lạc ở những nơi phong cảnh đẹp, cho nên phong cảnh đẹp cũng gọi là **phong cảnh Bụt**. Bụt không chỉ tượng trưng cho lòng hiền từ, thương người mà cũng tượng trưng cho sự đẹp đẽ nữa, đẹp cả ở nội tâm và đẹp ở ngoại cảnh.

Đúng như hai câu thơ của thiền sư Huyền Quang đời Trần mô tả cảnh chùa Vân Yên trên núi Yên Tử:

*"Đất tựa vàng lên
Cảnh bằng ngọc đức"
(Vịnh chùa Vân Yên)*

(Còn nữa)

Tha thứ

AN NHIÊN (3D)

Trong số những người anh em họ của Phật, có Đề Bà Đạt Đa luôn ghen tị và quyết tâm hãm hại Phật. Một hôm, trong lúc Đức Thích Ca đang đứng bên sườn núi Linh Thứu, Đề Bà Đạt Đa đã trèo lên trên đỉnh cao, xô một tảng đá thật lớn cho lăn xuống ngay chỗ Ngài đang đứng. May thay, khi lăn xuống gần tới chỗ đức Phật thì tảng đá bị chặn lại bởi những mô đá khác. Tuy nhiên, lực đẩy cùng sức nặng của tảng đá khi va chạm mạnh khiến nó bị vỡ và văng ra vài mảnh nhỏ. Một mảnh trong đó đã văng trúng vào chân trái của Phật, làm Ngài bị thương, máu chảy nhiều.

Về phần Đề Bà Đạt Đa, sau này ông lâm trọng bệnh liên tiếp nhiều năm, chỉ ở yên một chỗ, không đi đâu được, những người ủng hộ trước kia không một ai đến thăm. Trong thời gian bị bệnh, ông đã có nhiều thời giờ chiêm nghiệm về những được mất, thành bại, và suy xét lại những hành động của mình trong những năm trước. Đại đức đã thành khẩn ăn năn, và muốn được yết kiến Phật trước khi lìa đời. Lúc đó đại đức đã yếu lắm rồi, thấy Phật đứng trước mặt mà không ngời dậy được, chỉ biết nhìn Phật chăm chú với cặp mắt khẩn cầu tha thứ. Cuối cùng, cố gắng lắm đại đức mới bật nói được vồn vện một câu: “Đệ tử qui y Phật”. Phật để tay lên trán ông để an ủi và chấp nhận sự sám hối của đại đức.

Không một ai có phẩm hạnh cao quý, phát triển tâm từ ái và từ bi như Đức Phật đã làm trong thời đại của Ngài. Ngay cả với những kẻ có ý định hãm hại mình, Ngài vẫn thương xót và bao dung cùng tha thứ cho họ. Còn chúng ta ngày nay, nhiều khi vẫn luôn dùng cái nhìn của mình để phán xét và hiểu lầm người khác để rồi gây ra nhiều đau khổ cho chính mình. Bớt oán giận, thêm tha thứ là thực hành đem lại hạnh phúc theo lời Phật dạy.

Hy vọng năm câu chuyện Phật giáo trên sẽ giúp bạn có thêm sự hiểu biết lớn hơn, bớt đi phiền não và áp dụng những bài học sâu sắc chứa đựng trong đó vào cuộc sống để trở thành người trí tuệ.

(Theo Exploring your mind)



Loạn thị

Tuệ Sỹ

*Cắt gân máu chiêm bao qui hiện
Ai làm gì bên chiếc ghé mây
Vách tường trắng bàn tay năm ngón
Một bông hồng năm cánh đang xoay
Chông gỏi cao không thấy mặt trời
Trên khung cửa con chim thất cổ
Đàn kiến bò hạt cát đang rơi
Tôi nhắm mắt trầm ngâm ánh lửa*

Nguồn: Tuệ Sỹ, *Giấc mơ Trường Sơn*, An Tiem xuất bản, California, 2002

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