

PHẬT HỌC

佛學

PHƯƠNG TIỆN TU HỌC PHẬT PHÁP - PHÁT HÀNH HÀNG THÁNG

SỐ 328, NĂM THỨ 27

THÁNG 11-2021



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 TỈNH

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>Lời Phật Dạy</u>	BBT	3
<u>Thiền định một ph. ph. biến cải tâm linh</u>	Hoang Phong dịch	4
<u>Câu chuyện thật của Bs tâm thần</u>	Thích Tâm Quang dịch	10
<u>Pháp Cú: 379 Phẩm Tỳ Kheo</u>	HT. Thích Minh Châu dịch	14
<u>Thơ: Bức tương gỗ</u>	Hoang Phong	15
<u>Cuối Năm, Một Đời, Một Người</u>	Phan	16
<u>Đức Phật trong PGĐT, NT, MT có ...</u>	Alexander Berzin	20
<u>Hư Hư Lục: Kỹ thuật nhà nghề</u>	Thích Nữ Như Thủy	27
<u>Thơ: Lá rơi</u>	Minh Đức Triều Tâm Ảnh	27
<u>Làm việc tốt mà không mong cầu ...</u>	Sưu tầm trên Internet	28
<u>Chiều tà ngồi ở Starbucks .. nhớ Thầy Tuệ Sỹ</u>	Đình Cường	30
<u>Làm gì có ông Phật ở trên đời ..!?</u>	Sưu tầm trên Internet	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

Lời Phật dạy

Chúng ta ai cũng biết rằng một năm có 4 mùa là Xuân, Hạ, Thu, Đông cứ hết mùa nọ sang mùa kia, năm này hết lại tiếp theo năm khác. Đó là nguyên lý của vũ trụ từ xưa cho đến nay, cũng có thể là từ thời kỳ khai thiên lập địa cho đến hôm nay.

Đạo Phật dạy cho chúng ta biết rằng có một nguyên tắc bất di bất dịch. Đó là Nhân quả, chúng ta gieo nhân nào thì sẽ hưởng quả đó, chẳng sớm thì chày, bởi vì thời gian của vũ trụ dài bất tận, nhưng đã có khởi đầu ắt hẳn phải có kết thúc, đó là chân lý Sinh Trụ Hoại Diệt, có sinh phải có tử, có khởi đầu ắt hẳn phải có kết thúc.

Chúng ta sinh ra ở đời do sự ham muốn mà có, chúng ta phải học hỏi để tấn hóa, để trở lại chốn nguyên sinh, trong khi học hỏi để tiến hóa vì vô minh chúng ta gây nên tội ác, nên phải trả quả báo, cứ thế lăn trôi mãi trong vòng sinh tử. Muốn thoát khỏi sinh tử chúng ta phải học hỏi để tiến hóa, phải tu nhân tích đức, để trả quả báo và nhất là để thoát khỏi vòng sinh tử luân hồi.

Công hạnh tu nhân tích đức không phải chỉ một ngày, một năm hoặc một đời, nó có thể phải trải qua nhiều đời, nhiều kiếp kết quả luôn dành cho những người có quyết tâm tu hành, tu nhân tích đức chắc chắn sẽ có kết quả.

Tấm gương trong sáng mà ai cũng biết, cũng có thể làm theo. Đó là con đường tu hành của Thái Tử Tất Đạt Đa, Ngài là một nhân vật có thật, một nhân vật lịch sử, chẳng phải chỉ trong sách vở mà chứng tích ngày nay vẫn còn ở Vườn Lâm Tỳ Ni xứ Nepal, nơi Ngài sinh ra, ở Bồ Đề Đạo Tràng nơi Ngài thành đạo, ở Vườn Lộc Uyển nơi Ngài giảng pháp đầu tiên cho nhóm ông Kiều Trần Như, nơi Tỳ Xá Ly Ngài xả bỏ báo thân. Những chứng tích ấy là sự thật.

Chỉ có sự tu học của mỗi người đều khó khăn, ít người đạt được, nhưng không phải là không, miễn người ta trì chí, luôn luôn tinh tấn. Chắc chắn thành quả sẽ đạt được hôm nay hoặc trong tương lai. Đức Phật đã đạt được chhúng quả và Ngài đã dạy cho người Phật tử chúng ta như vậy. Phải tin tưởng lời Phật dạy.

BBT/NS/PHẬT HỌC

Thiền định

một phương pháp biến cải tâm linh

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

Bài 14

Sự xuất hiện của bodhicitta

Kinh sách đưa ra thật nhiều phương pháp khác nhau giúp khởi động bodhicitta (bồ-đề tâm), thế nhưng đối với phương pháp nào cũng vậy, nếu việc luyện tập thật chuyên cần thì mình cũng sẽ đạt được mục đích đó. Phương pháp mà chúng ta chọn khi mới khởi sự không quan trọng mấy, điều quan trọng hơn hết là phải dốc toàn lực của mình vào việc luyện tập, không một chút do dự nào cả. Tuy nhiên chúng ta cũng có thể dễ bị rơi vào một tình trạng thoải mái (*thích thú, mãn nguyện*) trong cuộc sống tâm linh của mình (*chẳng hạn như trường hợp một người cư sĩ chăm chỉ tụng niệm, thường xuyên đi chùa, tạo được một chút thần phục của những người chung quanh, hoặc trường hợp của một người xuất gia lâu ngày đạt được một phẩm trật cao, khiến phật tử và những người đồng tu trọng vọng và kính nể. Đây là những cái bẫy rất nguy hiểm của sự thoải mái và mãn nguyện. Mục đích của việc tu tập là quên chính mình để xả thân vì kẻ khác*). Nếu muốn tránh cái cạm bẫy đó thì sau khi đã chọn cho mình một phương pháp luyện tập, dù là thuộc lãnh vực nào cũng vậy: đạo đức, thiền định, nghiên cứu, việc làm (*công quả, xây chùa, cứu trợ...*), hào phóng (*bồ thí*), hoặc bất cứ gì khác, thì phải luôn cố gắng một cách nghiêm chỉnh.

Ngoài trừ một phương pháp thiền định thật chuyên biệt được giảng dạy trong Phật giáo

Tây Tạng (*thật ra trong Phật giáo Tây Tạng có rất nhiều phương pháp giúp khởi động bồ-đề tâm, phương pháp phổ biến nhất là "nhận chịu" khổ đau của kẻ khác và "hiến dâng" hạnh phúc của mình cho họ, phương pháp thiền định này rất tinh xảo và hiệu nghiệm, có thể đây là phương pháp mà nhà sư Sangharakshita muốn nói đến chẳng (?)*). Ngoài ra cũng còn một phương pháp khác cũng khá đại chúng, đó là cách "đồng hóa mình với kẻ khác" để nhận thấy kẻ khác cũng như mình, cũng mong cầu được hạnh phúc và tránh khỏi khổ đau) thì Phật giáo nói chung có hai phương pháp chính yếu nhất nêu lên các điều kiện cần thiết giúp cho bodhicitta hiển hiện. Phương pháp thứ nhất gọi là phương pháp Shantideva (Tịch Thiên), phương pháp thứ hai là Vasubandhu (Thế Thân), (*Vasubandhu và người anh cùng cha khác mẹ với mình là Asanga/Vô Trước là hai vị sáng lập học phái Cittamatra/Duy thức*). Cả hai vị này đều là các vị thầy người Ấn, Shantideva sống vào thế kỷ thứ VII và Vasubandhu khoảng thế kỷ thứ IV, và theo truyền thống thì cả hai đều là các vị bodhisattva. Hai phương pháp tuy khác nhau thế nhưng thật ra là bổ khuyết cho nhau. Dưới đây là phương pháp Shantideva.

Anuttara puja hay puja gồm bảy yếu tố

Phương pháp Shantideva là một phương pháp luyện tập hoàn toàn dựa vào sự sùng kính, gọi là *Anuttara puja* (*anuttara trong tiếng Phạn có nghĩa là thượng thặng, tuyệt vời, puja có nghĩa là các nghi thức hay nghi*

lễ) gồm một loạt bảy phép luyện tập, hay bảy cung cách hành xử giúp biểu lộ các cảm tính tín ngưỡng thiêng liêng của mình, có thể xem như là cả một khía cạnh tâm tính của con người mình. Các câu tụng niệm cùng các phép luyện tập này được gọi chung là "puja gồm bảy yếu tố".

1- Sự tôn kính

Yếu tố thứ nhất là sự tôn kính (veneration). Tôn kính ở đây chủ yếu là hướng vào Đức Phật, không những với tư cách là một con Người đích thật, một Nhân vật lịch sử, mà còn là một Biểu tượng của lý tưởng Giác ngộ. Với tất cả lòng sùng kính và ngưỡng mộ sâu xa, chúng ta hãy tỏ bày sự kính cẩn từ bên trong con tim mình trước sự tuyệt vời và cao cả của lý tưởng Giác ngộ [của Đức Phật] vì sự tốt lành của tất cả chúng sinh. Các cảm nhận tôn kính sâu xa và mãnh liệt đó tràn ngập lòng mình, khiến mình không còn biết phải làm gì hơn là tìm mọi cách để cúng dường một cái gì đó, hiến dâng một cái gì đó. Những vật cúng dường thường là bông hoa, một ngọn nến, một ngọn đèn dầu, một nén hương, hoặc nhiều thứ khác nữa (*một tách nước trà, một ly nước lã,... hoặc cũng chỉ cần hai bàn tay chấp lại, một phút yên lặng trong tâm hồn hay một thoáng yêu thương trong lòng... cũng có thể là những vật cúng dường*). Các vật cúng dường đó hiến dâng lên Đức Phật để tỏ bày lòng tôn kính của mình trước Lý tưởng Giác ngộ Tối thượng, dù lý tưởng đó vẫn còn rất xa vời đối với mình.

2- Vái lạy

Yếu tố thứ hai là vái lạy (salutation). Vái lạy là một cách nói lên sự tôn kính của mình bằng cử chỉ. Cảm nhận được một cái gì đó trong tâm thức mình chưa đủ. Chúng ta

không phải chỉ gồm có tâm thức, tư duy và tình cảm, mà còn có cả thân xác và ngôn từ, vì thế nếu muốn việc luyện tập được hiệu quả thì cả ba thứ ấy (*tâm thân, thân xác và ngôn từ*) đều phải góp phần vào đó, dù thật kín đáo cũng vậy. Vì thế chúng ta phải chấp tay, cúi đầu để vái chào với tất cả sự kính cẩn và khiêm tốn của mình. Dầu sao thì đây cũng chỉ là bước đầu giúp mình hé thấy lý tưởng mà thôi. Chúng ta phải ý thức rằng trong lúc này lý tưởng đó còn rất xa vời đối với mình. Lý tưởng đó cũng chẳng khác gì với các đỉnh núi Hy-mã Lạp-sơn lập lánh ở tận chân trời. Tất cả những gì mà chúng ta phải làm trong lúc này là cất bước lên đường, và con đường thì thật là dài.

3- Tham dự các khóa ân cư

Yếu tố thứ ba là "tham dự các khóa ân cư". Trong lúc này chúng ta chỉ mới chấp nhận lý tưởng, chỉ thoáng thoáng trông thấy nó, tôn kính nó, hỏi đáp nó bằng các xúc cảm của mình mà thôi (*chưa trực tiếp cảm nhận được nó từ bên trong con người của mình*). Chúng ta phải công nhận là còn lâu mình mới đạt được lý tưởng đó. Hiện tại, tức là trong giai đoạn thứ ba này (*tham dự các khóa ân cư*), chúng ta phải tích cực thực hiện lý tưởng đó. Khi nào hiểu được lý tưởng đó đối với mình vẫn còn xa tít tận chân trời và hiện chúng ta vẫn còn dậm chân tại chỗ, thì tất chúng ta sẽ hiểu rằng mình nên quyết tâm cất bước ngay. Vậy chúng ta hãy cùng gia nhập với Tam bảo (Đức Phật, Giáo huấn của Ngài và Tăng đoàn), tức là phần cốt lõi sâu xa nhất của toàn thể tín ngưỡng Phật giáo.

4- Sám hối

Tiếp theo là yếu tố thứ tư là sự "thú nhận các lỗi lầm" (confession of faults/kinh sách Hán ngữ gọi là "sám hối"). Một số người cho

rằng giai đoạn luyện tập này rất khó, lý do là vì chữ "sám hối" (confession/thú tội) nói lên một sự tiêu cực (*thú nhận các lầm lỗi và sai trái của mình*). Trong tình trạng hiện tại (*cấp bậc tu tập sơ khởi của mình*) thì đây là sự công nhận một số khía cạnh nào đó nơi con người mình mà mình không muốn kẻ khác trông thấy, ngay cả chính mình cũng vậy, cũng không muốn nhận thấy những thứ ấy nơi con người của mình. Thế nhưng thật ra lúc nào chúng cũng cứ đeo đuổi mình, tương tự như Méphistopheles đeo đuổi Faust trong một thi phẩm nổi tiếng của Goethe (*Goethe, 1749-1832, là thi hào lừng danh nhất của nước Đức. Faust và Mephistopheles là hai nhân vật chính trong hai vở kịch khác nhau của thi hào Goethe, nhưng mang cùng một tên là "Faust". Nội dung của hai vở kịch này là nhằm nêu lên hình ảnh của một nhân loại khổ đau, bị cấu xé giữa sự suy nghĩ và hành động. Faust là một nhân vật siêu nhiên và thân bí, nội tâm luôn khắc khoải, không bao giờ cảm thấy thỏa mãn với sự hiểu biết của mình. Mephistopheles là một nhân vật hoàn toàn trái ngược lại với Faust trên mọi phương diện, một loại yêu ma, thế nhưng lúc nào cũng đeo đuổi và đồng hành với Faust trong các biến cố xảy ra*). Thú nhận lỗi lầm là cách tự nhận các sự yếu đuối nhỏ nhất của mình, các khiếm khuyết hoặc đôi khi cũng có thể là các sự hung dữ của mình. Điều đó không có nghĩa là phải đấm ngực mà chỉ đơn giản là cách nhận định mọi sự việc một cách thực tế hơn, kèm với quyết tâm là trong tương lai mình sẽ làm tốt hơn và hành xử qua một cung cách khác hơn. Lỗi lầm là cả một gánh nặng trên vai mà mình phải trút bỏ hầu giúp mình bước đi nhẹ nhàng hơn trên con đường hướng vào Giác ngộ.

Sám hối giữ một vai trò rất quan trọng trong Phật giáo Theravada, đặc biệt hơn cả là trong nếp sống nơi tự viện. Trong sự sinh

hoạt bình thường của một sa di hay một nhà sư Theravada cũng vậy, đều đặn trong từng ngày, vào lúc sáng sớm và chiều tối, họ phải xin vị thầy mình thứ lỗi cho mình về những điều sai lầm trên thân xác, trong ngôn từ và cả tâm thức mà mình đã lỡ vi phạm trong ngày hoặc trong đêm hôm trước. Nếu có một ý nghĩ không tốt - nhất là đối với thầy mình - dù chỉ là trong giấc mơ, thì cũng phải sám hối. Hơn nữa, ít nhất là trên nguyên tắc, sau khi sám hối xong thì phải tụng niệm *pratimoksa*, tức là các giới luật dành cho người tu hành trong chôn thiên môn (*giới luật giúp người tu hành giữ sự tinh khiết trên thân xác, ngôn từ và tâm thức, đồng thời cũng giúp tạo ra cho toàn thể Tăng đoàn một nếp sống hài hòa và đoàn kết. Người thế tục tự do hơn, không bị ràng buộc bởi vô số các giới luật khắt khe dành cho những người xuất gia, họ chỉ cần tôn trọng một số giới luật căn bản, không cần phải sám hối trong từng ngày, thế nhưng họ phải thường xuyên canh chừng và kiểm soát từng cử chỉ, ngôn từ và tư duy của mình, hầu giúp mình bước đi thanh thản hơn và nhẹ nhàng hơn trong thế giới nhiều nhương này. Tiếc thay, dường như một số người tự nhận mình là người Phật giáo thế nhưng không mấy khi nghĩ đến giới luật trong sự suy nghĩ, lời nói và hành động của mình*).

Sám hối không phải là một khía cạnh đặc thù của Đại thừa, thế nhưng nếu Phật giáo Theravada xem sám hối là một hình thức thú nhận tội lỗi, thì Phật giáo Đại thừa lại xem hành động đó là một cách trút bỏ sự hối hận sâu xa, kèm theo một sự quyết tâm mãnh liệt sẽ không tái phạm lỗi lầm ấy nữa trong tương lai. Sự quyết tâm đó được nêu cao trong tập *Bodhicaryavatara (Con đường đưa đến Giác ngộ/"Nhập Bồ-đề hành luận")* của Shantideva/Tịch Thiên. Nếu Shantideva nêu lên sự sám hối với những lời thật quyết liệt

đầy xúc động, thì trái lại trong *Kinh ánh sáng rạng rỡ của vàng ròng (The Sutra of golden light, tiếng Phạn là Suvarnaprabhasa-sutra, tiếng Hán là "Kim Quang Minh Kinh", là một bản kinh Đại thừa rất nổi tiếng)* các lời kinh mang thật nhiều thi tính, các khía cạnh thi vị quả không mấy khi được thấy trong kinh sách Pali.

5- Hân hoan trước những hành động xứng đáng

Yếu tố thứ năm trong *puja* là niềm hân hoan trước những hành động xứng đáng (*merit/công đức, những điều tích cực và đạo hạnh*). Nếu muốn khơi động niềm vui sướng đó trong lòng thì phải nghĩ đến cuộc sống của những bậc cao quý, rộng lượng, đạo đức, thánh thiện. Hoặc cũng có thể nghĩ đến chư Phật, chư Bồ-tát, các thánh nhân, hiền giả, các đại thi hào, các nhạc sĩ, các khoa học gia, kể cả những người nhân từ và đạo đức mà mình quen biết. Sự hồi tưởng đó là một sự cổ vũ lớn lao, mang lại thật nhiều cảm ứng giúp chúng ta nhận ra trong thế giới ti tiện và khổ đau này cũng có những người thật đáng kính, dù họ không đông đảo đi nữa thế nhưng thỉnh thoảng cũng thấy xuất hiện những con người như vậy. Chúng ta sẽ cảm thấy hân hoan khi nghĩ đến trên toàn thế giới này và suốt trên dòng lịch sử nhân loại, luôn có những con người thánh thiện, giác ngộ, đầy lòng tốt, đứng ra giúp đỡ phần còn lại của nhân loại bằng mọi cách. Họ có thể là các thánh nhân, các người thông thái, các vị thầy thánh thiện, các khoa học gia, các người lãnh đạo, các nhân viên bệnh viện, kể cả những người ủy lạo tù nhân. Trước những con người như vậy, chúng ta không tránh khỏi cảm thấy một niềm vui sướng hiện lên trong lòng. Thay vì chỉ biết dèm pha và chỉ

trích như thường thấy trong thế giới ngày nay, thì chúng ta hãy cứ nhìn vào các tấm gương đạo đức, các công trình nhân đạo để ngưỡng mộ và chiêm nghiệm, điều đó sẽ giúp chúng ta cảm thấy vui sướng hơn.

6- Cầu khẩn

Yếu tố thứ sáu là sự cầu khẩn. Chúng ta cầu khẩn những người có trình độ giác ngộ cao hơn mình hãy giảng dạy cho mình. Thế nhưng điều đó không có nghĩa là phải xun xoe, chiêu chuộng và cầu cạnh họ để họ giảng cho mình nghe, mà là cách tạo ra một sự mở rộng bên trong chính mình hầu đón nhận những lời thuyết giảng của họ. Thiếu sự mở rộng đó chúng ta sẽ không thể nào tiếp nhận được bất cứ một thứ gì cả, nhất là bodhicitta.

7- Hồi hướng công đức và tư bỏ cái tôi của mình

Yếu tố thứ bảy và cũng là yếu tố sau cùng là sự "hồi hướng công đức và tư bỏ cái tôi/cái ngã của mình". Đối với tín ngưỡng Phật giáo, mỗi khi thực hiện được một hành động thuận lợi (*cử chỉ, lời nói hay tư duy tích cực*) thì mình cũng sẽ thừa hưởng được một chút *punya (phước đức, công đức)* tức là một sự xứng đáng (merit). Một phần lợi ích trong việc thực thi *puja* (nghi lễ) cũng sẽ hiện ra với mình dưới hình thức đó (*có nghĩa là cúng dường, vái lạy, tụng niệm cũng mang lại cho mình đạo đức và sự xứng đáng*). Do đó *punya* mang hai ý nghĩa: trước hết là sự "xứng đáng" (merit), sau đó là "đạo đức" (virtue). Nói một cách khác thì đây là một chút vốn liếng tồn lưu dưới hình thức nghiệp lành. Ý niệm về *punya* liên hệ mật thiết với ý niệm *karma/nghiệp (karma là tiếng Phạn, tiếng*

Pali là Kamma, có nghĩa là hành động, dịch sang tiếng Hán là nghiệp/□. Chữ nghiệp nguyên nghĩa trong tiếng Hán là "nghề nghiệp", "việc làm", "công việc" hay "sản nghiệp"... , trong khi đó chữ karma trong Phật giáo mang ý nghĩa bao quát và trừu tượng hơn nhiều, chẳng hạn như sự suy nghĩ, các xúc cảm, lời nói, cử chỉ cũng là một "hành động"/action, bất cứ một "hành động" nào cũng đưa đến hậu quả của nó: tích cực, tiêu cực hay trung hòa. Trung hòa ở đây có nghĩa là không tạo ra một nguyên nhân cụ thể khác đưa đến một hậu quả khác mà chỉ gây ra các tác động "nhẹ", không tạo ra nghiệp lâu dài, tương tự như các hành động đạo đức hay hung bạo, nhưng vẫn gây ra một tác động nào đó liên kết và níu kéo với các hiện tượng khác trong thế giới này. Do đó người tu tập phải hết sức thận trọng trong từng cử chỉ, lời nói và tư duy của mình). Nếu chúng ta thực hiện được các hành động tốt lành (trong trường hợp này punya sẽ mang ý nghĩa là "đạo đức") thì sau đó chúng ta sẽ cảm nhận được những niềm vui sướng, bởi vì mình đã gom góp được một ít punya (trong trường hợp này punya sẽ có nghĩa là các sự "xứng đáng") (xin lưu ý các lời ghi chú bằng chữ đứng đặt trong hai dấu ngoặc trên đây là trong bản gốc).

Thế nhưng sau khi thực thi punya và đạt được các sự xứng đáng (trong tiếng Việt còn gọi là "đức") thì chúng ta hãy mang ra để hồi hướng. Chúng ta không giữ lại cho mình các sự xứng đáng ấy nhằm mang lại sự giải thoát cho cá nhân mình, mà là để chia sẻ với tất cả chúng sinh. Ở cấp bậc cao nhất của nó, ước nguyện ấy (tức là sự hồi hướng) sẽ là bodhicitta.

Các tập tục, lễ lạc, tụng niệm là những thứ được bày ra nhằm mục đích hỗ trợ những gì chủ yếu và sâu xa hơn trong việc tu tập, đó

là cách tạo ra cho mình một loạt các sự cảm nhận và các cảm tính sùng kính. Thật vậy, khi nào con tim mình ngập tràn bởi sự kính cẩn, lòng mộ đạo và sự tôn kính, khi nào thật sự cảm nhận được những gì tách rời mình ra khỏi lý tưởng (các sinh hoạt phù phiếm trong cuộc sống), khi nào thật sự tạo được cho mình quyết tâm thực hiện lý tưởng đó, khi nào trông thấy thật mình bạch các khía cạnh tối tăm của bản chất mình, khi nào phát động được một cách thành thực niềm hân hoan khi trông thấy kẻ khác thực hiện được những điều tốt lành, khi nào thật sự mở rộng được lòng mình để tiếp nhận các tác động tâm linh thuộc các cấp bậc cao hơn, khi nào không còn ước nguyện giữ lại cho riêng mình bất cứ một thứ gì, thì vào một hôm nào đó, nhờ vào các phẩm tính ấy, bodhicitta sẽ hiện lên với mình. Khi đã được gieo trồng trong mảnh đất đó thì hạt giống bodhicitta sẽ nảy mầm và lớn mạnh.

Không khiếp sợ sự hiện hữu trong hiện tại và cả sự hình thành trong tương lai

Trong quyển *Bodhicaryavatara (Con đường đưa đến Giác ngộ/"Nhập bồ-đề hành luận")* Shantideva có cho biết là tác động của lòng hào hiệp (generosity/rộng lượng, hào phóng) và *puja* (các nghi thức lễ lạc) - nói một cách vắn tắt là chọn cho mình cuộc sống của người tu hành - sẽ khiến mình "không còn sợ hãi trước sự hiện hữu này và cả sự hình thành trong tương lai". Bước theo con đường của người bồ-tát là cách giúp mình không còn biết lo lắng là gì. Các bạn chỉ cần biết là mình đang bước trên con đường tâm linh thế thôi. Các bạn sẽ không còn quan tâm đến sự sống hay cái chết, giàu có hay cơ hàn, ngợi khen hay chê cười, hay bất cứ những gì đại loại như thế. Các bạn chỉ cần biết là mình đang bước đi trên Con đường và cũng chỉ có

vậy. Cho đến khi nào các bạn vẫn còn tự hỏi phải làm gì đây trong cuộc đời mình, chẳng hạn như ước tính phải dành ra bao nhiêu thời giờ cho việc tu tập, bao nhiêu thời giờ cho các thú vui thể tục, thì khi đó các bạn vẫn còn hoang mang và thiếu sáng suốt, mất hết sự tự tin. Thế nhưng một khi đã quyết định và dần thân, thì dưới một góc nhìn nào đó mọi sự sẽ diễn tiến một cách suôn sẻ và tự nhiên, chẳng có gì để mà lo nghĩ cả.

Chúng ta thường có xu hướng cho rằng nếp sống tu hành quá gay go, cuộc sống thể tục thoải mái hơn, thế nhưng quan điểm đó quả không hợp lý chút nào. Cuộc sống của người tu hành đôi khi tỏ ra ít khổ nhọc hơn nhiều, so với sự cố gắng biên cải cải thế giới (*tạo ra các điều kiện thuận lợi hầu cải thiện cuộc sống của mình*) hoặc cố gắng tạo một sự nghiệp có thể mang lại cho mình hạnh phúc và mọi sự thành công. Dưới một góc nhìn nào đó thì sự Giác ngộ không hề đòi hỏi mình quá nhiều cố gắng đến như vậy. Thật hết sức khó thành công trong thế giới (bởi vì có quá nhiều trở ngại ngăn chặn các hoạch định của mình) (*lời ghi chú này là trong bản gốc*), thế nhưng một khi đã bước vào con đường tu tập và nếu cố gắng, thì sớm muộn chúng ta cũng sẽ gặt hái được thành quả. Tuy nhiên, dù các việc cúng dường, hồi hướng, quên bản thân mình là những gì thật quan trọng, thế nhưng đây cũng chỉ là bước đầu trên đường tu tập. Các thứ ấy chỉ là cách chuẩn bị cho sự xuất hiện của bodhicitta sau này, nhưng chưa phải là một sự cảm nhận đích thật về nó. Sự cảm nhận đích thật về nó đòi hỏi một sức mạnh tâm linh cao hơn như thế. Những gì mà mình đang làm trong hiện tại chỉ là cách nói lên ước vọng của mình mà thôi. *Puja* (các nghi thức lễ lạc) chỉ là cách giúp chúng ta thốt lên - ít nhất là trong tâm trí mình - với

chư Phật và chư Bồ-tát: "Xin hãy chấp nhận tôi. Trước đây tôi muốn làm gì thì làm, thế nhưng từ nay tôi sẽ làm theo những gì chư Phật và chư Bồ-tát muốn tôi phải làm". Trong giai đoạn tiên khởi này, thật hết sức quan trọng là sự đối thoại phải được nẩy mầm. Nói một cách giản dị hơn là khi nào bodhicitta đã hiện lên với mình thì cứ theo đó mà làm (*không cần phải cầu xin hay van vái gì nữa cả*). Không còn cần phải phát động sự quyết tâm giúp mình làm những gì mà mình muốn làm. Con người mình bắt đầu chuyển động thật tự nhiên, tương tự chiếc đàn bodhicitta bật lên các âm thanh của nó.

Thế nhưng trước khi điều đó có thể xảy đến với mình thì chúng ta cũng phải tạo ra cho mình khả năng tiếp nhận nó, có nghĩa là phải biết cúng dường (*hiến dâng lễ vật, chẳng hạn như: một cánh hoa, một nén hương, một tách nước..., hoặc hai bàn tay chấp lại như đã được nói đến trên đây*), và tiếp theo sau đó là hiến dâng cả con người của mình bằng cách thốt lên: "Xin chư Phật và chư Bồ-tát hãy đón nhận tôi, tôi ước mong được hướng dẫn, không phải bởi sự quyết tâm hướng vào cái tôi (cái ngã) mà là sự quyết tâm hướng vào sự Giác ngộ. Mong sao sự quyết tâm đó sẽ được khơi động trong tôi, xâm chiếm tôi". Khi nào hiểu được ý nghĩa của những gì mà mình đang làm (*bảy yếu tố nghi lễ*) thì khi đó mình sẽ ý thức được *puja* là một phép luyện tập vô cùng quan trọng, đòi hỏi thật nhiều cố gắng.

Bures-Sur-Yvette, 04.07.20

Hoang Phong chuyên ngữ

(còn tiếp)

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

CHƯƠNG HAI

Mười tám tháng tâm lý liệu pháp trôi qua, Catherine đến gặp tôi một hay hai lần một tuần. Cô là một bệnh nhân tốt, bộc lộ, có khả năng hiểu thấu, và muốn hồi phục nhanh chóng.

Trong thời gian này, chúng tôi khảo sát tỉ mỉ cảm nghĩ, tư tưởng và những giấc mộng của cô. Công nhận kiểu ứng xử hay tái diễn giúp cô có sự sáng suốt và hiểu biết. Cô đã nhớ được nhiều chi tiết có ý nghĩa về quá khứ của cô, chẳng hạn như cha cô buôn bán đường biển thường vắng nhà và thỉnh thoảng rất hung tợn sau khi uống nhiều rượu. Cô hiểu nhiều hơn về sự quan hệ của cô với Stuart, và cô bộc lộ cơn giận một cách thích đáng. Tôi cảm thấy lẽ ra cô khá hơn nhiều. Bệnh nhân hầu như thường khá hơn khi họ nhớ lại được những ảnh hưởng không mấy vui trong quá khứ, khi họ biết công nhận và sửa chữa kiểu ứng xử vụng dại và khi họ phát triển sự sáng suốt và xem những trở ngại của họ bằng cách nhìn rộng rãi hơn và khách quan hơn. Nhưng Catherine không mấy khá lên.

Lo âu và kinh sợ vẫn hành hạ cô. Cơn ác mộng mạnh tái diễn tiếp tục và cô vẫn sợ bóng tối, sợ nước, và sợ bị vây. Giấc ngủ của cô vẫn chập chờn và không khoan khoái. Tim cô hồi hộp. Cô tiếp tục từ chối bất cứ thuốc gì, sợ bị nghẹn khi uống các viên thuốc. Tôi cảm thấy như thể tôi tiến tới trước một bức tường, và dù tôi đã làm gì đi nữa, bức tường ấy vẫn quá cao và chẳng ai trong chúng tôi có thể vượt qua được bức tường ấy. Mặc dầu cảm nghĩ thất vọng, một cảm

giác quyết tâm đến với tôi. Dù thế nào, tôi vẫn giúp Catherine.

Và rồi một sự việc lạ lùng xảy ra. Mặc dù cô rất sợ hãi phải đi máy bay và phải trấn an mình bằng vài ly rượu trong khi đi máy bay, nhưng Catherine đã cùng Stuart đi dự một cuộc hội thảo y khoa vào mùa xuân năm 1982. Tại đây, cô thúc Stuart đi xem cuộc triển lãm Ai Cập tại viện bảo tàng nghệ thuật ở Chicago, nơi đây cô và Stuart đi theo một đoàn du khách.

Catherine luôn luôn quan tâm đến những đồ tạo tác cổ của Ai Cập và những phiên bản di vật ở thời kỳ đó. Cô không phải là một học giả và cũng chưa bao giờ nghiên cứu lịch sử thời kỳ ấy, nhưng không biết làm sao những vật ấy dường như rất quen thuộc với cô.

Khi người hướng dẫn miêu tả một số đồ tạo tác trong cuộc triển lãm, cô thấy người này nói sai, và cô đã sửa lại cho đúng, và cô nói đúng ! Người hướng dẫn ngạc nhiên và Catherine cũng ngỡ ngàng. Làm sao cô đã biết những thứ như vậy? Tại sao cô cảm thấy mình rất đúng, chắc chắn và đến nỗi sửa sai cho người hướng dẫn trước công chúng? Có lẽ những ký ức bị lãng quên từ khi còn thơ ấu được nhớ lại.

Vào lần khám bệnh kế tiếp, cô kể cho tôi nghe điều đã xảy ra. Mấy tháng trước đây, tôi có đề nghị dùng thôi miên, nhưng Catherine sợ hãi và từ chối. Vì việc xảy ra tại cuộc triển lãm Ai Cập, bây giờ cô miễn cưỡng đồng ý.

Thôi miên là một công cụ tuyệt hảo để giúp bệnh nhân nhớ lại những việc xảy ra đã bị quên lãng từ lâu. Không có gì là huyền bí cả về việc này. Đó chỉ là một trạng thái tập trung. Theo chỉ dẫn của một nhà thôi miên thành thạo, cơ thể bệnh nhân thư giãn, làm cho ký ức nhạy bén. Tôi đã thôi miên cả trăm bệnh nhân và thấy rằng thôi miên giúp giảm bớt lo âu, loại bỏ được chứng sợ hãi, thay đổi được thói quen xấu, và giúp nhớ được dữ kiện bị kìm nén. Có dịp tôi đã thành công trong việc giúp bệnh nhân hồi nhớ lại thời kỳ thơ ấu, thậm chí lúc họ mới hai hay ba tuổi, do đó gọi lại được những ký ức về những chấn thương bị lãng quên từ lâu đã ngăn trở cuộc sống của họ. Tôi tin thôi miên có thể giúp Catherine.

Tôi bảo Catherine nằm trên giường khám bệnh, mắt nhắm hờ và đầu nằm trên một gối nhỏ. Đầu tiên chúng tôi tập trung vào hơi thở của cô. Với mỗi lần thở ra cô giải thoát sự căng thẳng và lo âu chất chứa và mỗi lần hít thở cô thư giãn nhiều hơn nữa. Sau ít phút như vậy tôi bảo cô hãy tưởng tượng là cơ bắp từ từ thư giãn, bắt đầu từ cơ bắp mặt và hàm, rồi đến cổ và vai, cánh tay, lưng, cơ bắp bụng, và sau cùng là chân. Cô cảm thấy toàn ngày càng chìm sâu vào giường khám bệnh.

Rồi tôi bảo cô hãy mừng tưng một ánh sáng trắng chói lọi ở đỉnh đầu cô, trong thân thể cô. Sau đó khi tôi đem ánh sáng lan tỏa xuống cơ thể cô, nó hoàn toàn làm giãn mọi cơ bắp, mọi dây thần kinh, mọi cơ quan - tất cả thân thể - đưa cô vào một trạng thái thư giãn sâu xa và an bình. Cô cảm thấy ngày càng buồn ngủ hơn, an ổn và bình tĩnh càng nhiều hơn. Cuối cùng theo chỉ dẫn của tôi, ánh sáng tràn ngập cơ thể cô cũng như bao quanh cô.

Tôi đếm ngược chậm rãi từ số mười đến số một. Với mỗi số, cô tiến sâu vào mức độ thư giãn. Cô chìm vào trạng thái hôn mê. Cô có thể tập trung vào giọng nói của tôi và loại trừ tất cả những tiếng ồn ào chung quanh. Khi đếm tới số một, cô đã ở tình trạng bị thôi miên trung bình. Toàn bộ tiến trình mất khoảng 20 phút.

Sau một lúc tôi bắt đầu hướng cô về quá khứ, yêu cầu cô nhớ lại những ký ức về thời thơ ấu. Cô có thể nói chuyện và trả lời câu hỏi của tôi trong khi duy trì ở mức độ thôi miên sâu. Cô nhớ lại sự việc khó chịu tại phòng nha sĩ khi cô sáu tuổi. Cô nhớ lại rõ ràng sự việc hãi hùng lúc 5 tuổi khi cô bị đẩy từ cầu nhảy xuống hồ bơi. Cô bị tắc và nghẹn, bị uống nước, và trong khi nói chuyện về việc này, cô bắt đầu như nghẹn tại phòng khám của tôi. Tôi nói với cô việc này đã qua rồi, và cô đã ra khỏi nước. Ngừng tắc nghẹn và cô thở lại bình thường. Cô vẫn ở trong trạng thái hôn mê sâu.

Vào năm ba tuổi, một sự cố xấu nhất đã xảy ra. Cô nhớ cô tỉnh giấc trong phòng ngủ tối tăm và thấy cha cô ở trong phòng. Ông ta nồng nặc mùi rượu và lúc này cô vẫn còn ngủ thấy mùi đó. Ông ta sờ mó cô và xoa đến cả "phía dưới" của cô. Cô quá kinh hãi và bắt đầu khóc, ông ta bịt miệng cô bằng bàn tay thô bạo của ông. Cô không thở được. Trong phòng mạch của tôi, hai mươi lăm năm sau, trên giường khám bệnh Catherine bắt đầu thổn thức. Tôi cảm thấy bây giờ chúng tôi đã có được tin tức, chìa khóa để mở cửa. Tôi chắc chắn những triệu chứng sẽ được cải tiến nhanh và mạnh mẽ. Tôi nhẹ nhàng bảo cô, chuyện đó đã qua rồi, và cô không còn ở trong phòng ngủ nữa, mà đang thanh thản và vẫn đang hôn mê. Cô hết thổn thức. Cuối cùng tôi đem cô về tuổi

hiện thời. Tôi đánh thức cô sau khi đã bảo cô, bằng hậu thiên, hãy nhớ tất cả những gì cô đã nói với tôi. Chúng tôi đã dùng thời gian còn lại của buổi điều trị bàn luận về ký ức sống động đột xuất về chấn thương với cha cô. Tôi cố gắng giúp cô chấp nhận và bỏ sung vào kiến thức "mới" của mình. Bây giờ cô hiểu mối quan hệ với cha cô, phản ứng của ông ta với cô, sự cách biệt của người cha, và sự sợ hãi người cha của cô. Cô vẫn còn bàng hoàng khi rời phòng mạch, nhưng tôi biết sự hiểu biết mà cô đạt được rất đáng giá với một chốc lát khó chịu.

Trong loạt sự việc khi phát hiện cô có ký ức bị kiềm chế sâu và đau đớn, tôi đã quên hẳn không xem xét đến việc cô có thể có liên quan tới kiến thức về đồ tạo tác Ai Cập. Nhưng ít nhất cô đã hiểu thêm về quá khứ của mình. Cô đã nhớ được vài biến cố kinh hoàng, và tôi trông đợi một sự cải thiện đáng kể về những triệu chứng của cô.

Bất chấp sự hiểu biết này, tuần lễ sau đó cô thông báo là, những triệu chứng vẫn như cũ và có phần nặng hơn. Tôi rất ngạc nhiên. Tôi không thể hiểu nổi có điều gì không đúng. Có thể có điều gì xảy ra trước lúc cô ba tuổi? Chúng tôi đã phát hiện quá đủ những lý do về sự sợ hãi bị ghen, sợ nước, sợ bóng tối, và sợ mắc bẫy, vậy mà sự sợ hãi nhưc nhối và các triệu chứng, sự lo âu bất trị soát vẫn hoành hành lúc cô thức. Những cơn ác mộng vẫn khủng khiếp như trước. Tôi quyết định đưa cô về quá khứ xa hơn nữa.

Trong khi thôi miên, Catherine đã thì thầm nói chậm và thông thả. Do đó tôi đã có thể viết xuống từng lời cô và đã trích dẫn trực tiếp những lời cô nói. (Hiện tượng thiếu mạch lạc rõ ràng những lúc nghỉ trong câu nói, không phải là xóa bỏ hay là sự biên tập của tôi. Tuy nhiên một số dữ kiện lặp đi lặp

lại không được bao gồm ở đây).

Từ từ, tôi đưa Catherine quay về lúc hai tuổi, nhưng cô không nhớ được những ký ức có ý nghĩa. Tôi chỉ dẫn minh bạch và dứt khoát : "Hãy quay về lúc các triệu chứng phát sinh". Tôi hoàn toàn không chuẩn bị gì cho việc sắp xảy ra.

"Tôi nhìn thấy những bậc thềm màu trắng dẫn đến một tòa nhà, một tòa nhà trắng lớn với những cột nhà to, phía trước trồng trái. Không có ô cửa nào. Tôi mặc y phục dài..... cái áo choàng làm bằng vật liệu thô sơ. Tóc tôi bện lại, mớ tóc màu vàng hoe dài"

Tôi bối rối. Tôi không biết chắc điều đang xảy ra. Tôi hỏi cô, đó là năm nào, và tên là gì. "Aronda... , tôi mười tám tuổi. Tôi thấy một cái chợ trước tòa nhà. Có những cái thúng.....họ mang những cái thúng trên vai. Chúng tôi sống ở một thung lũng Không có nước. Năm 1863 trước Công Nguyên. Vùng này trơ trụi, nóng và có cát. Có một cái giếng, không có sông. Nước từ núi chảy vào thung lũng".

Sau khi kể lại nhiều chi tiết về địa hình, tôi bảo cô hãy đi tới một vài năm xa hơn và nói cho tôi biết cô thấy gì.

"Có cây cối và một con đường đá. Tôi thấy bếp lửa để nấu nướng. Tóc tôi màu vàng hoe. Tôi đang mặc y phục dài màu nâu sồng và đi dép. Tôi 25 tuổi. Tôi có một đứa con gái, tên nó là Cleatra... Cleatra là Rachel (Rachel hiện là cháu của cô, cô và Rachel quan hệ với nhau rất mật thiết). Trời rất nóng."

Tôi giật mình. Dạ dày tôi thắt lại, và căn phòng lạnh lẽo. Những tưởng tượng và hồi tưởng của cô dường như quá rõ ràng. Cô

không một chút do dự gì. Tên, ngày tháng, quần áo, cây cối, tất cả được thấy một cách sống động ! Cái gì đã diễn ra nơi đây? Làm sao một đứa con của cô có bây giờ lại là cháu cô? Tôi bối rối hơn. Tôi đã khám nghiệm cả ngàn người bệnh tâm thần, rất nhiều người bằng thoi miên, nhưng chưa bao giờ gặp trường hợp như thế này - ngay cả trong mơ. Tôi chỉ dẫn cho cô đi xa hơn lúc cô chết. Tôi không biết chắc cách phỏng vấn người nào đó đang ở trong một hiện tượng kỳ quặc rõ ràng (hay ký ức) , nhưng tôi đang tìm kiếm những biến cố gây chấn thương có thể nằm dưới những sợ hãi và triệu chứng hiện nay. Những biến cố lúc gần chết có thể đặc biệt gây chấn thương. Hình như, lũ lụt hay sóng thủy triều đang tàn phá làng này.

"Có những cơn sóng lớn quật đổ cây cối. Không có chỗ nào mà chạy đến. Trời lạnh; nước lạnh. Tôi phải cứu con tôi, nhưng tôi không thể chỉ ôm con thật chặt. Tôi chết đuối. Nước làm tôi bị nghẹt. Tôi không thể thở được, không thể nuốt được... nước mặn. Con tôi bị giăng ra khỏi tay tôi".

Catherine hôn hên và khó thở. Đột nhiên cơ thể của cô thư giãn hoàn toàn, và hơi thở của cô trở nên sâu và điều hòa.

"Tôi nhìn thấy những đám mây ... Con tôi nay với tôi. Và những người khác trong làng tôi. Tôi thấy anh tôi"

Cô đang nghi ngại; cuộc sống này đã chấm dứt. Cô vẫn ở trong hôn mê sâu. Tôi ngỡ ngàng ! Những kiếp trước? Luân hồi? Năng lực trí lực trị liệu bảo tôi rằng cô không bịa đặt ra chuyện này, cô không dựng chuyện. Tư tưởng, cách trình bày của cô, sự chú ý đến những chi tiết đặc biệt, tất cả đều khác với trạng thái có ý thức của cô. Toàn bộ

cung bậc khả năng chẩn bệnh tâm thần lóe lên trong tâm trí tôi, nhưng trạng thái tâm thần và cấu trúc cá tính của cô không giải thích nổi những khám phá này. Loạn tinh thần? Không, cô chưa bao giờ có chứng cứ nào bị rối loạn suy nghĩ hay nhận thức. Cô chưa bao giờ mắc chứng ảo giác về việc nghe tiếng, về thị giác hay ảo ảnh khi thức, hay bất cứ loại nào khác trong các giai đoạn thần kinh. Cô không ảo tưởng cũng chẳng xa rời thực tế. Cô không có nhiều cá tính hay chứng tâm thần phân lập. Chỉ có một Catherine, và tâm thức của cô hoàn toàn biết việc này. Cô không my dân và không có khuynh hướng xa lánh hay chống xã hội. Cô cũng không phải là một nữ tài tử. Cô không dùng ma túy và cũng không ăn các chất gây ảo giác. Cô rất ít uống rượu. Cô không có bệnh thần kinh hay tâm lý có thể giải thích kinh nghiệm trực tiếp rõ ràng này trong khi thoi miên.

Có những ký ức nào đó nhưng từ đâu? Phản ứng chính của tôi là tôi đã vấp phải cái gì đó mà tôi biết rất ít - luân hồi và những ký ức tiền kiếp. Tôi nhủ thầm không phải là tâm trí được đào tạo một cách khoa học của tôi chống lại việc đó. Nhưng ở đây nó đang xảy ra ngay trước mắt tôi. Tôi không thể giải thích nổi, mà cũng không thể phủ nhận sự thật của nó.

Tôi nói, "tiếp tục", một chút nản lòng nhưng bị quyến rũ về cái đang xảy ra. " Cô còn nhớ gì nữa không?" Cô nhớ lại một vài phần của hai kiếp khác.

"Tôi mặc y phục dài có dải áo đen, có một dải đen trên đầu tôi. Mái tóc đen của tôi đã ngả muối tiêu. Đó là năm 1756 sau công nguyên. Tôi là người Tây Ban Nha. Tên tôi là Louisa và tôi 56 tuổi. Tôi đang khiêu vũ, và những người khác cũng đang khiêu vũ. (ngừng lại lâu) Tôi bị ốm. tôi bị sốt, cảm

lạnh. Rất nhiều người bị bệnh; nhiều người đang bị chết... Các bác sĩ không biết là do nước."

Tôi bảo cô nói về thời gian sau đó. "Tôi bình phục, nhưng đầu tôi vẫn đau; mắt tôi và đầu tôi vẫn đau do sốt, do nước... Nhiều người chết."

Sau này cô nói với tôi cô là gái mãi dâm trong kiếp đó nhưng cô không tiếp tục tin tức này vì cô bị bối rối bởi tin ấy. Hiển nhiên, trong khi bị thôi miên, cô đã có thể kiểm duyệt những ký ức truyền cho tôi.

Vì Catherine công nhận cháu gái của cô trong một tiền kiếp, tôi bỗng đồng hỏi cô có bao giờ tôi hiện diện trong kiếp sống nào của cô không. Tôi tò mò về vai trò của tôi nếu có trong những ký ức của cô. Cô trả lời ngay, trái với sự chậm rãi và thông thả trước đây.

"Ông là thầy giáo của tôi, ngồi trên bục giảng. Ông dạy chúng tôi từ những cuốn sách. Ông già và tóc muối tiêu. Ông mặc áo dài có viền vàng... . Tên ông là Diogenes. Ông dạy chúng tôi ký hiệu, tam giác. Ông rất khôn ngoan, nhưng tôi không hiểu. Đó là năm 1568 trước Công nguyên. (Xấp xỉ một nghìn hai trăm năm trước nhà triết học khuyến nho nổi tiếng Diogenes. Tên này không phải là một cái tên khác thường)

Buổi đầu tiên kết thúc. Những buổi lạ lùng hơn còn tiếp theo.

Sau khi Catherine đi khỏi, và tiếp theo vài ngày sau đó, tôi cân nhắc những chi tiết về thôi miên lùi về dĩ vãng. Cân nhắc là điều tự nhiên với tôi. Có ngay cả đến trọng việc điều trị "bình thường" ít chi tiết xuất hiện thoát khỏi sự phân tích tinh thần ám ảnh của tôi,

và buổi điều trị này hầu như không "bình thường". Hơn nữa, tôi rất hoài nghi về đời sống sau khi chết, luân hồi, xuất hồn, và những hiện tượng liên quan. Tóm lại, phần lo gic của tôi suy gẫm đây có thể là sự tương tượng của cô ta. Thực tế là tôi không thể chứng minh bất cứ những khẳng định hay sự mừng tượng của cô ta. Nhưng tôi cũng nhận thức một tư tưởng ít nhiều xúc động hơn và sâu xa hơn tuy không mấy rõ ràng. Giữ tâm trí mở rộng, tư tưởng nói, khoa học thực sự bắt đầu bằng khảo sát. "Những ký ức" của cô có thể không phải là quái dị hay tương tượng. Có thể là một thứ gì đó nhiều hơn được trông thấy - hay bất cứ giác quan nào khác. Hãy giữ tâm mở rộng. Hãy tìm nhiều dữ kiện hơn.

Tôi có một tư tưởng dai dẳng khác. Có nên để Catherine bắt đầu lo âu và sợ hãi, bị quá kinh hoàng lại trải qua thôi miên nữa không? Tôi quyết định không gọi cô. Hãy để cho cô hiểu thấu kinh nghiệm này đi đã. Tôi sẽ đợi cô đến tuần lễ tới.

(Còn tiếp)

Pháp Cú

HT. Thích Minh Châu dịch

Phẩm Tỷ Kheo

379

*Tự mình chỉ trích mình,
Tự mình dò xét mình,
Tỷ kheo tự phòng hộ,
Chánh niệm trú an lạc.*



Bức tượng gỗ

Thơ: Hoang Phong

Trên bệ, bức tượng Bụt ngồi im,
 Tôi nghe âm vang từng thớ gỗ,
 Có tiếng chim trong rừng,
 Cả tiếng rì rào của lá,
 Thì thầm, tiếng hẹn hò của sâu.
 Trên đường vân mặt gỗ,
 Tôi thấy màu xanh trên cành,
 Ứng ánh hồng màu mây.
 Trên vết gân kẻ nứt, có nắng ấm mặt trời,
 Mạch tế bào hơi thở.
 Trên hình thù nét mặt, có bóng hình người
 thợ.
 Trong ánh mắt hiền hòa, có bàn tay người
 khắc.
 Thấm trong từng mạch gỗ,
 Dòng nhựa cây từ đất,
 Mạch nước nguồn từ sông.
 Trong hương, Tượng ngồi im trên bệ.
 Khói mê, tôi ngồi im trên chiếu.
 Bỗng tôi nghe thấy tiếng gặm nhấm,
 Của mối mọt trong cây?
 Của sâu bọ trong chiếu?
 Xác thân tôi, vi sinh vật đông đảo như cát
 cửa sông Hằng,
 Chúng đang sống, sinh sôi và gặm nhấm.
 Giật mình trong hốt hoảng,
 Ngược nhìn lên, qua khói mỏng:
 Hiền hòa và nhân hậu,
 Bụt mỉm cười trong hương.

Bures-Sur-Yvette, 15.07.02

Các nhà khoa học cho biết trên mỗi phân vuông của thân thể ta có khoảng 200 000 vi sinh vật thuộc loài sâu bọ - loài ve acarid / acarien - sinh sống, nhờ hơi ẩm của mồ hôi, hơi ẩm của da thịt và lớp da chết do cơ thể đào thải dùng làm thức ăn. Trong miệng, mũi, tai, mắt, nách, háng, hậu môn, cơ quan sinh dục... có vô số vi sinh vật sinh sống. Trong ruột, bao tử, phổi... hàng triệu vi trùng sống chung với ta, vừa ký sinh vừa giúp đỡ ta trong việc tiêu hóa, hấp thu chất dinh dưỡng, loại bỏ bụi bặm và các thứ ô nhiễm. Nếu không có chúng thì xác thân ta có tồn tại được chăng? Chúng gắn liền với sự hiện hữu của thân xác ta. Ngoài ra cũng còn có vô số các loại vi trùng khác đang chờ đợi hoặc đang âm thầm tàn phá xác thân ta. Vậy xác thân này là nhà của ta hay là đất của chúng, hay chỉ là một mảnh đất chung? Thương chúng tất thương ta, thương ta hóa ra là thương chúng!

Bỗng tôi giật mình và hoảng hốt, một luồng chân động lan truyền khắp mạch máu và tế bào trong cơ thể tôi. Nhìn lên, trong cái bất động của tượng gỗ, tôi thấy sức sống của cả vũ trụ này, liên đới và buộc chặt với sự tồn vong và hạnh phúc của từng vi sinh vật trong xác thân tôi. Và trong sâu thẳm của yên lặng mê mông nơi gương mặt Tượng gỗ, tôi chợt thấy một nụ cười.

Tôi xin quỳ xuống và úp mặt lên chiếu, ước mong vạn vật, bất cứ dưới hình thức nào, từ hạt cát, cọng cỏ, cho đến các sinh vật bên trong và bên ngoài thân xác tôi, dù nhỏ nhoi cách mấy, hữu hình hay vô hình, nọ quý hay thánh nhân, trong lòng đất sâu, trên mặt địa cầu hay bên ngoài vũ trụ, nơi a tỳ hay thượng giới, tất cả đều được an vui và hạnh phúc. Mong lắm thay, ước mơ lắm thay!

Tôi xin được ngàn năm úp mặt xuống chiếu để gần gũi với hạnh phúc của muôn loài sinh vật trong khắp vũ trụ, trên thân thể tôi và cả bên trong thân xác tôi. Chúng tôi xin nhường nhịn nhau, chia sẻ với nhau từng hơi thở ấm và cả những xúc cảm mong manh phát sinh từ mảnh đất chung vô nghĩa và nhỏ nhoi này. Tôi chỉ dám ước mơ xin được giữ lại cho tôi một nụ cười.

Cuối Năm, Một Đời, Một Người

Phan

19/12/2018

“Lời tác giả: Trong bài viết “cuối năm, một đời, một người” về chị bạn làm chung hãng đã về hưu đang sống trong một Viện dưỡng lão, có vài đoạn trùng hợp với một bài của Tuệ Tâm về Viện dưỡng lão mà người viết đã đọc trước đây. Hai hoàn cảnh không quen biết giữa truyện và đời thật gần giống như nhau. Khi kể lại theo trí nhớ, người viết đã sơ sót, thiếu phần nói rõ về bài viết đã đọc và vài đoạn ý tưởng được lập lại. Nay xin bổ túc: hai đoạn chữ nghiêng trong câu chuyện được kể là từ bài viết của Tuệ Tâm. Trân trọng cáo lỗi và chân thành cảm tạ quý bạn đọc và các anh chị em cùng viết...”

*

Thường là sau bữa tiệc cuối năm trong hãng, tôi với vài người bạn làm chung kéo nhau ra tiệm cánh gà Wing Stop ở gần hãng vì chúng tôi chỉ cần chỗ uống bia không quá ồn ào là được. Nhiều khi cũng không còn chuyện gì để nói cho nhau nghe vì có chuyện gì thì đã nói với nhau suốt năm qua rồi. Nhưng dường như ai cũng hiểu là ngồi lại với nhau một chút, uống cốc bia tiễn biệt năm cũ đi, đón năm mới về, chào mừng người mới đến, tưởng nhớ người đã đi... Trong ai cũng dường như cảm nhận được chúng ta đã quá ít khi ngồi lại với nhau dù gặp nhau mỗi ngày; nhưng sự gặp gỡ, trao đổi trong công việc chỉ là cách sinh nhai. Sau đó là sự hồi hã chia tay sau ngày làm vì ai cũng còn việc gia đình đang chờ đợi ở nhà...

Trong năm sắp qua, chỉ còn lại ít ngày cuối năm, anh em ngồi nhắc nhớ người anh là

lính cũ, tính tình vui vẻ, rộng lượng, chịu chơi hết biết! Thế mà chỉ một cái cuối tuần không gặp, sáng thứ hai chị nhà đánh thức anh dậy để đi làm thì anh không bao giờ dậy nữa! Người anh gãy súng tháng ba ngoài miền trung đã gọi lại thân xác nơi quê người sau hơn bốn mươi năm phiêu bạt chỉ mong được một hôm nào đó uống tới bến với anh em để ngâm thơ, rồi cũng không được toại nguyện. Cứ nhớ tới anh là tôi mừng tượng ra một anh lính trẻ con nhà người bắc đi cư nhưng yêu xứ Huế như người tỉnh vì anh hay ngâm thơ về Huế, “qua cầu Tràng tiền rồi mới tới cầu Gia hội/ em đi đâu vội... anh kệ mụ nội em luôn!”; “Núi Ngự không cây chim đậu dưới đất/ sông Hương không khách O lạnh không O...?”

Sao những người vui vẻ lại hay vắn số để đời dài thở than như người hay than thở lại thường sống lâu. Năm nay anh em ngồi lại với nhau đã vắng anh rồi.

Chúng tôi chỉ ngồi chùng một tiếng đồng hồ thì tranh nhau trả tiền mấy cốc bia đã hết nửa tiếng mới định vị được chỗ ngồi cho mọi người, không tranh cãi chuyện giành nhau trả tiền nữa. Từ đó tới lúc chia tay ra về nghỉ lễ cuối năm dường như những người nhớ rõ mặt nhau đều im lặng với cảm thức chia tay năm cũ để đón năm mới về. Cảm tạ ơn trên đã cho bạn bè giúp đỡ nhau trong năm qua, hy vọng sẽ tiếp tục giúp đỡ nhau trong năm tới... nhưng tất cả không lời, chỉ có tiếng cụng ly nhẹ nhàng, những hớp bia sau khi cụng ly rất khiêm nhường, không uống ừng ực như những bữa tiệc thịt nướng vào mùa hè. Mọi người uống ít, uống chậm như

uống thời khắc cuối cùng của một năm sắp ra đi mà lòng ơn nghĩa với đời cả năm qua vẫn chưa làm được gì để đáp lại ân tình...

Tôi thường trở về nhà và ngồi yên lặng hơn cả những ngày thường trong năm. Những ngày đi làm về tới nhà là ngồi đọc ngấu ngiến đủ thứ chuyện trên đời thì hôm cuối cùng làm việc rồi ăn tiệc và về nghỉ lễ cuối năm, tôi thường ngồi nhớ lại những chuyện trong năm khi một năm nữa lại sắp qua. Thường tôi nhớ đến những người lớn tuổi trong hăng và những bữa tiệc về hưu của họ. Nơi tôi làm không kể chức sắc hay chỉ là công nhân bình thường thì cũng như nhau. Mọi người đang làm việc sẽ ngưng tay để tụ họp về phòng ăn. Thường thì ô bánh thật lớn dành cho người về hưu đã được cắt sẵn ra nhiều đĩa nhỏ sau khi chụp hình lưu niệm. Rồi thì mỗi người ăn miếng bánh chia tay, nói lời tạm biệt với người từ ngày mai sẽ không phải đi làm nữa.

Nhưng năm qua, tôi có gặp lại người đã về hưu từ mấy năm trước. Tay bắt mặt mừng giữa chợ vì thường đâu gặp lại những người đã về hưu, hơn nữa bà chị là người Việt nên tình nghĩa đậm đà hơn sự xã giao đơn thuần với đồng nghiệp thuộc những dân tộc khác. Chị tôi đã về hưu năm bảy mươi tuổi, và đã ba năm rồi mới gặp lại chị hôm trước Giáng sinh.

Những lời thăm hỏi không phải nghĩ suy nhiều cũng nói ra được trong đời sống văn minh, nhưng những gì lắng đọng lại không dễ tiêu hoá...

“Chị đã ráng hết sức mới chịu về hưu năm bảy mươi tuổi, nên chỉ hơn năm sau là chị phải vô Viện dưỡng lão rồi em, khi không còn trông cháu nôi nữa, nấu ăn thì quên muối quên đường hay cho muối hai lần, đến

quên tắt bếp thì con chị không cho chị nấu nữa; đến sinh hoạt hàng ngày cũng không còn có thể tự xoay xở, mà con gái chị thì vừa làm việc bận rộn, vừa phải chăm sóc hai đứa cháu ngoại của chị. Nó còn đâu thời giờ để quan tâm đến chị, chị không có chọn lựa khác...”

“Nhưng chị sống ở Viện dưỡng lão có thoải mái không?”

“Không tệ. Một mình chị một phòng sạch sẽ, tiện nghi đơn giản nhưng đủ xài, các phương tiện giải trí cũng nhiều, thức ăn tương đối ngon miệng, phục vụ chu đáo, cảnh quan cũng khá...”

“Được như chị nói thì tiền già, tiền hưu của chị có đủ trang trải không?”

“Không đủ em ơi! Con cái phụ hợp thì chị không muốn vì con cái trưởng thành thì còn con dâu, con rể nữa! Nhưng chị chuyển đổi đến Viện dưỡng lão rẻ tiền hơn cho phù hợp thì sống không nổi, đồ bệnh tưởng chết...”

“VẬY CHỊ TÍNH SAO?”

“Chị còn nhà riêng của chị. Hồi ông xã chị mất có nói, bà ráng giữ lấy căn nhà để bán đi khi bà phải vô Viện dưỡng lão vì tiền hưu, tiền già không đủ trang trải đâu! Nên chị mới bán căn nhà để đắp đổi tới đâu hay tới đó! Chị cũng mừng được con cái thông cảm. Các con chị nói: Tài sản của mẹ thì mẹ sử dụng, không cần lo cho tụi con. Nên số tiền bán nhà chị định chia cho con cháu, nhưng hoàn cảnh chị bây giờ phải giữ lấy để độ thân...”

“Thôi vậy cũng ôn cho chị về tài chánh. Nhưng mấy năm nay chị mạnh khoẻ chứ hả?”

“Trời độ, chị không bệnh vặt, chỉ lú lẫn đi nhiều. Lú lẫn thì đã có người lo cho mình từ chuyện ăn tới đi ngủ, chỉ buồn lúc tinh táo thôi em...”

“Rồi ai thì cũng vậy ở xứ này. Chị hơi đâu buồn cho tổn hại sức khỏe. Sống ngày nào vui ngày nấy đi. Chị thích ăn gì cứ ăn, thích đi chơi đâu cứ đi... Hơi đâu buồn!”

“Nói vậy thì đúng, nhưng làm được mới khó! Đã bao nhiêu năm sống trong nhà không thiếu thứ gì, dù không có thứ gì giá trị nhưng mỗi thứ đều có kỷ niệm. Mọi ngăn kéo đều đầy ắp đồ dùng còn chưa xài tới, quần áo bốn mùa không nhớ hết. Chị lại hay mua rồi cất giấu nhiều thứ linh tinh mà hồi còn trẻ nhỏ ham thích nhưng không có tiền mua như cái kẹp tóc đẹp, cái nơ màu hồng, mấy hòn đá cuội vớ vẩn... Đặc biệt là sách của ông xã chị, cả một phòng sách.

Phản chị còn nguyên bộ dao, bộ nồi chưa xài mà vợ chồng chị tha từ bên Đức về Mỹ vì chị mê đồ nhà bếp của Đức. Chỉ tiếc là để dành mà không nấu được một bữa ăn cho ông xã chị để trả ơn ông bụng bê cực khổ khi chuyển máy bay bên Anh, phải nhận hành lý lại... Hôm bán nhà, chị bệnh luôn vì nhìn nồi niêu xoong chảo, tôm khô mắm muối, đủ loại gia vị xài dở dang mà thương ông xã chị đi làm miết tới chết, chị cũng đi làm miết, không có thời giờ nấu cho ông ăn. Bây giờ bỏ hết! Tới hình ảnh gia đình trên tường, trên tủ lạnh cũng bỏ luôn, chị phát rầu mà sinh bệnh...”

“Em chưa nghĩ đến những điều chị vừa kể. Nhưng em thấy đến sinh mạng mình rồi cũng phải già từ, nên đã từ lâu em chỉ nhận quà tặng là những gì ăn được, uống được, để không phải cất giữ cho vẩn vương. Con em mua cho em áo lạnh, đôi giày... em đều nói

đem trả. Mua cho em chai rượu vang ngon, miếng cheese ngon thì em cảm ơn. Chị đừng nặng lòng với kỷ vật nữa vì chúng ta đến tay trắng nên khi về cũng tay không! Chị hiểu ý em mà?”

“Đàn ông mau quên chứ đàn bà đâu dễ đâu em. Viện dưỡng lão chỉ có một gian phòng, một cái tủ, một cái bàn, một giường ngủ, một ghế sofa, một tủ lạnh, một tivi... không có chỗ để lưu giữ kỷ vật thì tiền già, tiền hưu mình đã không đủ trả hàng tháng rồi! Thật ra chị cũng cảm nhận được tất cả là dư thừa, nồi niêu sẽ không dùng đến nữa, kỷ vật cũng không giữ được hoài vì căn nguyên chúng không thuộc về mình. Đòi người cuối cùng chị mới hiểu chẳng qua là nhìn một cái, chơi một chút, xài một lát rồi thôi! Tất cả thuộc về thế giới này để mọi sinh mệnh lướt qua một lần cho biết rồi thôi. Ngại vàng không chôn theo hoàng đế dù ông ấy chinh chiến, sống chết mới có được. Tỷ phú muốn cho hết gia tài trước khi chết vì hiểu ra tiền của trên thế gian cũng không phải của mình... Ai cũng chẳng qua là nhìn một cái, chơi một chút, dùng một lát, sinh không mang theo, chết không mang đi. Chị hiểu được tích đức làm việc thiện lưu lại phúc đức cho con cháu là điều quan trọng nhất thì cả đời người lại chú tâm, gắng sức tích lũy của cải...”

“Thì ra mấy năm nay không phải thức dậy theo cái đồng hồ báo thức nên chị đọc sách nhiều ha. Lú lẫn khi tuổi già kể ra là điều tốt đó chị vì già rồi mà nhớ nhiều quá chỉ khổ cho mình.”

“Hiểu biết là một chuyện, nhưng từ cây kim sợi chỉ cũng phải nai lưng đi làm mới có tiền mua. Rồi bỗng nhiên bỏ hết, không dễ đâu em! Bao nhiêu đồ đạc của chị hôm bán nhà, chị thật lòng muốn đem hiến tặng, nhưng lại

không nở. Phải tính sao đã trở thành vấn đề khó khăn, con cháu lại chẳng dùng được bao nhiêu. Chị tưởng tượng, lúc con cháu mình tiếp nhận những bảo bối mà chị đã khổ tâm tích lũy thì sao: Quần áo chần nệm toàn bộ đều vứt đi, hơn chục cuốn album quý báu bị đốt bỏ, sách bị coi như đồ thừa đem bán rẻ hay cho đi, đồ cất giữ không có hứng thú sẽ bị dọn sạch, đồ gỗ quý trong nhà không dùng đến cũng sẽ bán rẻ cho ai cần... Giống như phân cuối Hồng Lôu Mộng mà chị thâm thía... Chỉ còn lại trắng xóa một mảnh, thật sạch sẽ!

Nên hôm chị đứng nhìn đồng quần áo như núi, chỉ lấy vài bộ thích mặc, đồ dùng nhà bếp chị chỉ sờ qua nôi niêu chén bát lần cuối. Sách chọn lấy vài cuốn chưa đọc, âm trà của ông xã chị nhiều lắm, nhưng chị lấy một cái thôi để uống trà khi nhớ tới ông ấy chứ chị đâu uống trà thường. Chị mang theo giấy tờ cần thiết là đủ rồi! Chị đi từ biệt mấy người hàng xóm. Nhìn lại ngôi nhà mà vợ chồng chị đã đổ mồ hôi sôi nước mắt để có được, nhưng nó thuộc về không phải của mình nên trả lại cuộc đời. Không tiếc nữa đâu em, thậm chí cảm ơn cuộc đời đã cho mượn ngôi nhà để trú thân mà đi làm, nuôi con...

Cuối cùng chị cũng hiểu được người ta chỉ có thể ngủ một giường, ở một gian phòng, dù nhiều hơn nữa cũng chỉ để nhìn chơi. Thì ra sống ở trên đời không cần quá nhiều, đừng quá coi trọng của cải vì tất cả đều phải trả lại cho cuộc đời này! Nên chị đọc nhiều sách, khi có thể thì về nhà chơi với con cháu trước lúc mình đi xa...

Như lần này chị về nhà con chơi, chị còn đi chợ một mình được nè! Nhưng chị về chơi trước lễ cuối năm để gia đình nó có thể đi chơi xa vào dịp lễ mà không kẹt bà ngoại đi

theo thì theo không nổi mà ở nhà thì cản trở tụi nó cũng phải ở nhà với bà ngoại. Chị thấy vui khi nhớ lại hồi còn trẻ, vợ chồng đi làm miết, chỉ mong nghỉ lễ để đưa mấy đứa con nhỏ đi chơi xa. Chị không muốn mình cản trở mấy đứa cháu ngoại vì bà ngoại mà không được đi tắm biển trong mùa đông ở những xứ nóng; con cái chị còn trẻ thì vợ chồng cũng đáng được thụ hưởng chút riêng tư hơn là cứ phải chăm sóc cho cha mẹ già..."

"Được như chị thì hay quá! Chị nuôi con lúc nhỏ, nhưng khi con chị lớn khôn thì chị lại cho con sự thông cảm còn quý hơn tuổi nhỏ đủ đây..."

Chúc chị mùa lễ này thật bình an trong tâm tưởng. Em rất vui được gặp lại chị. Cảm ơn chị đã cho quà em trong mùa lễ là chia sẻ những tâm tư tình cảm của chị khi chị đã về hưu. Em sẽ nhớ lời chị hôm nay, cuộc đời chẳng qua chỉ để nhìn một cái, chơi một chút, dùng một lát... rồi trả lại hết cho thế gian này.

Em chào chị. Chúc chị mùa lễ bình an và mong gặp lại chị..."

"..."

Dáng chị tôi liu xiú khuất dần vào bãi đậu xe. Gió cuối năm liu xiú, chứ chị còn bước đi vững lắm sau khi đi qua cuộc đời chỉ để nhìn một cái, chơi một chút, dùng một lát... rồi trả lại thế gian này.

Giáng sinh 2018

Phan

Đức Phật Trong Phật Giáo Nguyên Thủy, Đại Thừa và Mật Tông Có Giống Nhau Không?

Tiến sĩ Alexander Berzin

Các phiên bản hay những cách trình bày khác nhau về cuộc đời của Đức Phật không nên được xem xét về những sự kiện đơn thuần trong bối cảnh lịch sử nghiêm ngặt, cũng không nên được xem là xung đột với nhau. Thay vì vậy thì phải hiểu rằng mỗi một cách trình bày được viết và đọc theo một bối cảnh nào đó, và mỗi một cách trình bày đều đúng và hợp lệ. Nếu như xem xét về cách những bối cảnh khác nhau cung cấp cho mình những giáo lý cụ thể như thế nào, thì ta không chỉ có lòng cảm kích sâu sắc hơn về giáo pháp của Đức Phật nói chung, mà còn học được cách áp dụng giáo pháp từ tất cả những cách trình bày khác nhau trong đời sống của mình. Nếu như noi theo các giai đoạn trong cuộc đời của Đức Phật và áp dụng giáo lý theo cách này, thì mình có thể chứng ngộ chân lý như Đức Phật đã chứng ngộ, và hoàn thành mục tiêu giúp đỡ tha nhân với lòng bi mẫn.

Lời Mở Đầu

Khi muốn tìm hiểu về Đức Thích Ca Mâu Ni, người sáng lập đạo Phật là ai, thì ta sẽ thấy rằng có nhiều phiên bản khác nhau về cuộc đời của Ngài. Vì vấn đề là như vậy, nên ta có thể đặt câu hỏi: Có phải họ đều nói về cùng một người hay không? Đây không phải là một thắc mắc đơn giản để trả lời.

Một phiên bản về cuộc đời Đức Phật đã nổi bật lên từ Kinh điển Pali, Kinh điển của truyền thống Nguyên thủy (Theravada). Thật ra thì chúng không chứa đựng việc tường thuật đầy đủ về cuộc đời của Đức Phật tại

một nơi, nhưng ta có thể chấp vá những mẩu chuyện lại với nhau từ nhiều sách vở. Về sau thì văn học Phật giáo đã bổ sung thêm nhiều chi tiết vào câu chuyện thô sơ này.

Đại thừa đã mở rộng rất nhiều về bản sắc của Đức Phật, là một phiên bản khác về cuộc đời của Đức Phật, một phiên bản khác với phiên bản của Phật giáo Nguyên thủy. Trong phiên bản của Nguyên thủy thì Đức Phật là một nhân vật lịch sử, thường được chấp nhận là đã tại thế từ năm 566 đến năm 485 trước Công nguyên, và đã giác ngộ trong kiếp đó, chấm dứt dòng tâm thức khi Ngài nhập diệt. Phiên bản Đại thừa nói thêm về câu chuyện đã được trình bày trong kinh điển Pali, và mô tả cách Đức Phật đã giác ngộ vô số kiếp trước đó, và đã giảng thuyết bằng sắc tướng Thích Ca Mâu Ni. Ở trái đất này, Ngài đã thực hiện mười hai công hạnh giác ngộ như một tấm gương, để chỉ cho người khác thấy cách nó có thể được thực hiện như thế nào, và khi nhập niết bàn thì dòng tâm thức của Ngài tiếp tục, để hiển lộ trong nhiều cõi khác, thuyết pháp và tạo lợi lạc cho tất cả chúng sinh.

Một phiên bản khác về Đức Phật là phiên bản được tìm thấy trong Mật tông. Trong phiên bản này thì Đức Phật xuất hiện qua nhiều sắc tướng khác nhau, trong cùng một lúc. Những sắc tướng này được gọi là “chư Hộ Phật”, có nhiều màu sắc khác nhau, nhiều tay chân và mặt, tất cả đều đại diện cho những khía cạnh khác nhau về các chứng ngộ của Đức Phật. Ngài đã xuất hiện trong những sắc tướng khác nhau, nhưng

đồng thời cũng thuyết Pháp trong sắc tướng của một con người, ví dụ như trên đỉnh Linh Thứu ở Ấn Độ, nơi Ngài cũng thuyết giảng Kinh điển.

Cuộc Đời Của Đức Phật Trong Những Bối Cảnh Cụ Thể

Những phiên bản khác nhau, bao gồm luôn những phiên bản phụ, có vẻ rối rắm, nên thật ra thì Đức Phật là ai? Để hiểu được những phiên bản khác nhau thì trước tiên, cần phải hiểu nguyên tắc cơ bản của đạo Phật, rằng mỗi phiên bản về cuộc đời của Đức Phật đã giảng dạy kinh điển theo khía cạnh cụ thể đó trong đạo Phật, ví dụ như trong một bối cảnh cụ thể. Hình thức của vị Phật được mô tả trong Kinh điển Pali đã thuyết pháp trong bối cảnh của giáo pháp Nguyên thủy. Do đó, điều đó sẽ không có nghĩa gì, nếu như cũng cùng một vị Phật ấy lại giảng dạy pháp Đại thừa và Mật tông.

Trong kinh sách Đại thừa thì hình thức của vị Phật được mô tả không phải là “Đức Phật lịch sử” (ví dụ như là người đã giác ngộ trong một đời, và dòng tâm thức chấm dứt vào lúc nhập diệt). Điều này cũng đúng, khi nhắc đến thể dạng của vị Phật được mô tả trong giáo lý Mật tông.

Tóm lại, khi bàn luận về cuộc đời của Đức Phật, hay các chủ đề khác, thì phải nhớ một nguyên tắc cơ bản trong đạo Phật là bất cứ điều gì được mô tả hoặc trình bày trong các giáo huấn khác nhau đều phải được hiểu theo một bối cảnh cụ thể. Một cách khác để xem xét cùng một tài liệu trong những bối cảnh khác nhau là nêu ra những câu hỏi nào đó, chẳng hạn như: Việc học hỏi tài liệu này có ích lợi gì trong đời sống hàng ngày của tôi? Tài liệu này có lợi ích gì về đường tu của nhà Phật?

Khi nhìn vào cuộc đời của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni trong những bối cảnh khác nhau thì hy vọng là ta có thể tránh được những câu hỏi có vấn đề như sau: Thật sự thì Đức Phật có thuyết Kinh điển Đại thừa hay không? Ngài có thật sự dạy Mật tông không? Vào thời Đức Phật, vì giáo lý chỉ được truyền khẩu, và không có điều gì được viết xuống, nên đã có nhiều cuộc tranh luận giữa các Phật tử về việc Đức Phật có giảng pháp Đại thừa và Mật tông hay không. Một cuộc tranh luận đã được trình bày trong tác phẩm “*Nhập Bồ Tát Hạnh*” (“*Engaging in Bodhisattva Behaviour*”) của Tịch Thiên (Shantideva), đạo sư vĩ đại người Ấn Độ, mà trong đó, ngài đã nói rằng, “Dù các hành giả Tiểu thừa (hành giả Phật giáo Nguyên thủy v.v...) có nêu ra bất kỳ lý do nào để bác bỏ giá trị Kinh điển Đại thừa thì tôi có thể sử dụng chính những lý do đó để bác bỏ giá trị Kinh điển của quý vị.”. Nói cách khác là cả hai trường phái Tiểu thừa và Đại thừa đều nói rằng giáo pháp của họ đã được trao truyền theo truyền thống khẩu truyền. Do đó, nếu như các hành giả Nguyên thủy nói với hành giả Đại thừa rằng, “Giáo pháp của các ông không xác thực, vì chúng không được Đức Phật thuyết giảng, bởi vì chúng ra đời sau này”, thì các hành giả Đại thừa có thể đáp lại rằng, “Giáo pháp của các ông cũng giống như vậy thôi. Giáo huấn của các ông cũng được trao truyền theo truyền thống truyền khẩu, và rất lâu sau đó mới được ghi chép lại. Nếu như giáo pháp của chúng tôi không xác thực thì giáo pháp của các ông cũng không xác thực.”.

Một lập luận khác đã được trình bày sớm hơn trong bài này là có một khái niệm khác biệt về Phật trong cả hai bối cảnh của Nguyên thủy và Đại thừa. Vị Phật Nguyên thủy đã thuyết giảng Kinh điển Nguyên thủy, và vị Phật Đại thừa đã thuyết Kinh

điển Đại thừa. Từ những bối cảnh này trong ba truyền thống: Nguyên thủy đại diện cho Tiểu thừa, truyền thống kinh điển Đại thừa, và truyền thống Mật tông Đại thừa, chúng ta có thể tìm hiểu về đời sống chung chung của Đức Phật.

Thời Của Đức Phật

Trước tiên thì cần phải đặt câu hỏi: Đức Phật đã sống vào lúc nào? Ngài đã sống trong một thời điểm nào đó trong một xã hội cụ thể, ví dụ như trong một bối cảnh được xác định. Xã hội này đã có những tín ngưỡng cơ bản nào đó, mà Đức Phật đã nói đến. Trong hệ thống tín ngưỡng này thì các chủ đề cơ bản được tìm thấy trong tất cả những cách suy nghĩ của người Ấn Độ đã có mặt vào thời đó, và được phát triển qua lịch sử. Đức Phật đã giải thích những chủ đề này, chẳng hạn như tái sinh, được xác định theo nghiệp lực (hành vi cá nhân), và cách để thoát khỏi luân hồi. Tất cả các hệ thống Ấn Độ nói chung đều nói rằng kiến thức, hay sự hiểu biết về thực tại, là phương tiện giúp cho người ta thoát khỏi tái sinh. Vì không hài lòng với giải đáp của các triết lý và tôn giáo vào thời đó, nên Đức Phật đã tư duy, thiền định và tu tập nhiều pháp tu khác nhau, để đi đến chứng ngộ về chân lý.

Ở Ấn Độ, vào thời Đức Phật, có một phong trào mạnh mẽ hướng về hệ thống chuyên quyền. Có nhiều loại vương quốc, trong đó, các thương nhân trở nên giàu có hơn, nên lại cạnh tranh với các nhà vua về mức độ giàu sang. Để đáp lại thì nhà vua trở nên chuyên quyền hơn. Trong một vài khu vực của Ấn Độ thì các nước cộng hòa nhỏ bắt đầu thành lập một hệ thống tư tưởng không phân cấp hơn, dựa vào tư tưởng của người dân nói chung. Vì Đức Phật ra đời [hay ở gần] một trong những nước cộng hòa này, nên Ngài

đã chịu ảnh hưởng của hệ thống này, và thành lập một hệ thống tu viện mà những quyết định trong đó phải được tất cả các thành viên chấp hành.

Ngoài ra, vào thời điểm đó, có một phong trào của những người chống lại tôn giáo Vệ đà cũ, cùng với các nghi lễ và thầy tu của tôn giáo này, v.v..., một tôn giáo đã được tất cả mọi người tin theo, bao gồm các nước cộng hòa và chuyên chế. Những người phản động là những vị “Sa di” (“Shramanera”), những vị đầu đà lang thang hay “những người rời xa” xã hội, những người rút lui khỏi xã hội để lang thang trong rừng, thiền định và cải thiện sự phát triển tâm linh của mình. Đại diện của loại phong trào này không chỉ có Đức Phật, mà còn có các trường phái và tín đồ khác. Việc rút lui ra khỏi xã hội, ít nhất là trong một khoảng thời gian nào đó, là điều quan trọng, nếu như người ta muốn theo đuổi con đường tâm linh – trở nên độc lập, để đi tìm chân lý. Một khi cảm thấy rằng mình đã tìm thấy sự thật thì không nên áp đặt nó lên người khác theo cách phân cấp và chuyên quyền, mà hãy tiết lộ nó bằng một cách “dân chủ” hơn.

Mục Tiêu Và Tính Hợp Lệ Của Các Tiểu Sử

Trong bối cảnh Phật giáo, Ấn Độ hay Tây Tạng, thì tiểu sử được sử dụng để giảng dạy và minh họa một số điểm nào đó trong chuyện đời của một nhân vật vĩ đại, thay vì chỉ trình bày các sự kiện. Trong bối cảnh này thì đời sống của một nhân vật tôn giáo vĩ đại là để truyền cảm hứng cho người khác, và do đó, theo quan điểm Tây phương thì có những phần trong câu chuyện có vẻ rất tuyệt vời. Ví dụ như từ cuộc đời của Đức Phật, khi mẹ của Ngài được một con voi trắng có sáu ngà viếng thăm trong chiêm

bao, hoặc khi Đức Phật được sinh ra từ hông của người mẹ, và bước bảy bước, nói rằng “Duy ngã độc tôn!” vân vân. Theo quan điểm của Ấn Độ và Tây Tạng thì việc câu chuyện có chính xác về mặt lịch sử hay không không quan trọng. Vấn đề là câu chuyện đại diện hay dạy cho người khác điều gì? Điều quan trọng là mình có ráp nối lại cuộc đời của Đức Phật lịch sử hay không, để tìm hiểu xem thật ra Ngài đã làm gì, hay điều gì đã xảy ra trong nhóm tín đồ của Ngài. Hay là ta muốn nhìn vào câu chuyện từ quan điểm về cách mà một người Ấn Độ hoặc Tây Tạng sẽ đọc nó. Trong mỗi một bối cảnh thì chuyện đời của Ngài là để dạy chúng ta điều gì đó, chứ không có cách nào hợp lệ hơn cách khác. Một nguyên tắc quan trọng về cách tư duy trong nhà Phật vận hành là có thể hiểu sự việc ở nhiều mức độ khác nhau, từ nhiều quan điểm khác nhau, và thấy rằng nhiều quan điểm trong số này có thể hoàn toàn hợp lệ; có nhiều hơn một chân lý về cách sự việc đã xảy ra.

Một ví dụ phổ biến trong văn học Phật giáo là về chất lỏng. Đối với con người thì chất lỏng này trông giống như nước; đối với ngựa quý thì nó giống như mủ; đối với chúng sinh trong địa ngục thì nó trông giống như axit; đối với chư thiên thì nó giống như cam lồ. Cái nào là đúng? Theo cách nghĩ của đạo Phật thì tất cả đều đúng, vì tính hợp lệ của một cái gì đó chỉ là điều tương đối, trong một bối cảnh nào đó.

Một ví dụ khác là trong một chi nhánh trong pháp tri liệu gia đình, được gọi là liệu pháp ngữ cảnh, mà mỗi thành viên trong gia đình được yêu cầu mô tả tình huống của họ trong hoàn cảnh gia đình. Người cha sẽ kể theo một cách, người mẹ sẽ nói theo cách khác, và mỗi đứa con sẽ nói theo cách của chúng. Mỗi một trong những cách tường thuật này

đều chính xác và được tôn trọng như nhau, vì tất cả các thành viên trong gia đình đều trải qua hoàn cảnh theo cách riêng của họ. Đây là một cách suy nghĩ rất giống đạo Phật, và có thể được áp dụng vào chuyện đời của Đức Phật. Nếu như mình đọc câu chuyện theo nhiều cách khác nhau, thì mỗi một phiên bản đều đúng, và sẽ dạy cho ta điều gì đó.

Những Sự Kiện Chính Trong Cuộc Đời Của Đức Phật, Và Sự Liên Hệ Của Điều Này Đối Với Việc Tu Tập Của Chúng Ta

Đức Phật sinh ra trong một gia đình có đặc quyền và giàu có (liệu Ngài có phải là hoàng tử hay không là một điều tạo ra tranh luận), do đó, đã hưởng thụ những niềm vui và lợi lạc lớn lao, kể cả một nền giáo dục tốt. Ngài đã lập gia đình và có một đứa con trai. Về sự nghiệp thì Ngài sẽ nói đổi quyền cai trị của cha Ngài, là người trị vì một nước cộng hòa, nhưng vì Ngài là người theo phong trào Sa di, nên đã từ chối đề nghị này. Ở đây, điều quan trọng phải nhấn mạnh là Đức Phật không vô trách nhiệm khi rời bỏ vợ con. Trong xã hội Ấn Độ thì vợ và con cái được chăm sóc trong đại gia đình, gồm có ông bà và các thành viên khác. Ngoài ra, Đức Phật đã sinh ra trong đẳng cấp chiến binh, đẳng cấp mà những người đàn ông sẽ đi chinh chiến xa nhà. Đức Phật đã tham dự trận chiến của chính mình, cuộc chiến nội tâm chống lại vô minh và những phiền não khác. Việc Đức Phật quyết định rời bỏ cuộc sống gia đình dạy cho ta rằng việc tìm cầu chân lý, chẳng hạn như chấm dứt nỗi khổ về mặt tái sinh, hay thống khổ về tinh thần và cảm xúc thì quan trọng hơn nhiều, so với việc có một địa vị cao, quyền uy và tiền bạc. Điều quan trọng hơn là phải hiểu cách để tìm ra giải pháp cho những vấn đề cá nhân phổ quát, chẳng hạn như sân hận, tham lam, ích

kỷ, v.v., hay vấn đề xã hội, hơn là tìm kiếm quyền lực và tiền bạc cho bản thân mình. Đó là bài học mà cuộc đời của Đức Phật đã dạy cho chúng ta.

Đức Dalai Lama nói rằng việc theo đuổi đời sống tâm linh 100% không dành cho tất cả mọi người. Thay vì vậy thì điều quan trọng là chất lượng đời sống của bạn và đời sống của những người xung quanh bạn. Đức Phật đã hoàn toàn theo đuổi con đường tâm linh, rời bỏ cung điện trên một chiếc xe ngựa (một ví dụ từ Bhagavad Gita) và chứng kiến nhiều nỗi khổ vì lão, bệnh, và tử, và những người lang thang mà Ngài không thể nhìn thấy trong cung điện.

Nét biểu tượng trong những câu chuyện về cuộc đời Đức Phật có thể được áp dụng cho lý thuyết Jungian, khi mà Đức Phật bị mù quáng vì sự giàu sang và những thú vui nhục dục, nên Ngài không nhìn thấy những nỗi khổ trên thế gian. Chỉ đến khi ra khỏi cung điện bằng cỗ xe, và bắt đầu hành trình tâm linh thì Ngài mới thấy được nỗi khổ, và nhận ra tất cả những vấn đề mà tất cả mọi người đều phải đối diện.

Một khía cạnh rất quan trọng về câu chuyện của Đức Phật và giáo lý nhà Phật là không tu hành theo cực đoan cuồng tín. Sau khi rời khỏi cung điện thì Đức Phật đã thiên định miên mật và thực hành pháp tu khổ hạnh rất cực đoan, đến nỗi Ngài sắp chết đói. Trong khi ngồi dưới cội cây, Ngài nhận ra rằng những pháp tu này không có lợi, nên đã ngưng tuyệt thực và nhận bát sữa chua từ một cô gái chăn trư. Theo suy nghĩ của người Ấn Độ thì một con bò (sữa chua, sữa) đại diện cho lòng từ bi của người mẹ. Vì vậy, đó là biểu tượng rằng Đức Phật đã được cúng dường thực phẩm từ một con bò, để dạy chúng ta rằng chính lòng từ bi đã đánh

thức mình thoát khỏi việc hành xác, để giúp ta tìm ra một cách phù hợp, một cách liên hệ với nỗi khổ phổ quát.

Ngay trước khi đạt giác ngộ thì Đức Phật an tọa dưới cây bồ đề (cây thánh trong tư tưởng Ấn Độ là một chủ đề chung) và Ma vương (Mara) đã xuất hiện. *Mara*, trong tiếng Phạn là cái chết, đại diện cho những chướng ngại, trở ngại và cảm dỗ, v.v... Từ đó, ta có thể thấy rằng ngay cả Đức Phật, ngay trước khi Ngài giác ngộ, cũng phải đối mặt với những chướng ngại và cản trở trong việc cố gắng đạt được điều gì tích cực.

Ngay trước khi giác ngộ thì Đức Phật đã vô cùng tiến bộ về mặt tâm linh. Vào thời điểm này thì Ngài đã không đi từ một người hoàn toàn sơ cơ để trở thành bậc giác ngộ. Ngay cả ở giai đoạn cuối cùng của việc tu hành thì những chướng ngại và khó khăn thậm chí còn mạnh mẽ hơn nữa, và khi Đức Phật phải đối mặt với những chướng ngại, ngăn trở Ngài hoàn thành mục tiêu của mình, thì chúng ta cũng vậy. Trên thực tế thì hành động mà mình đang cố gắng thực hiện càng tích cực bao nhiêu thì trở ngại sẽ càng lớn hơn bấy nhiêu. Do đó, lời dạy ở đây là không được nản lòng, mà thay vì vậy thì hãy chiến đấu để vượt qua chướng ngại bằng sức mạnh, như một dũng sĩ. Điều này liên quan đến ý tưởng rằng Đức Phật xuất thân từ đẳng cấp chiến binh, bởi vì nó thật sự là một cuộc chiến nội tâm, chống lại lòng si mê và sợ hãi, v.v...

Sau khi Đức Phật giác ngộ thì Ngài đã ngăn ngại về việc thuyết Pháp, và tự hỏi ai trên thế gian này sẽ hiểu được giáo pháp của mình. Tuy nhiên, khi được thỉnh cầu thuyết Pháp thì Ngài vẫn nghĩ rằng mình sẽ cố gắng. Điều này dạy cho ta thấy rằng ngay cả khi việc giảng dạy hay giải thích giáo pháp

cho người khác là điều cực kỳ khó khăn, nhưng vì lòng bi mẫn thì mình vẫn phải làm như vậy, dù điều đó có thể khó khăn ra sao.

Sau khi Ngài thuyết pháp thì nhiều người đã muốn đi theo Đức Phật, nên từ đó, đời sống tu viện mới bắt đầu. Lúc đầu thì không có giới luật trong tu viện. Tuy nhiên, vì các nhà sư đang sống trong xã hội, nên nhiều giới luật gọi là “Vinaya” đã được đề ra, để tránh những vấn đề, khi chư tăng sinh sống trong một cộng đồng và xã hội. Những giới luật này không được lập ra vì người nào đã ra lệnh như vậy, mà được đề ra, khi có vấn đề xảy ra. Ví dụ như, để người dân không nghĩ rằng chư tăng tham lam khi đi khất thực (phong tục của sa di vào thời ấy), thì giới luật được đặt ra để các ngài không thể xin thực phẩm, mà chỉ có thể nhận những gì người khác cúng dường; không thể tích trữ thức ăn; không thể xin thêm thức ăn, v.v... Những giới luật này được đặt ra để đảm bảo là xã hội sẽ không phản đối giới xuất gia, và cho đến ngày nay, vẫn còn hiệu lực đối với chúng ta.

Lúc đầu, Đức Phật đã ngần ngại về việc cho phụ nữ tham gia tăng đoàn, vì Ngài e rằng xã hội sẽ nghĩ việc nam giới và phụ nữ sẽ sống trong rừng với nhau thì không thích hợp. Nhưng cuối cùng, khi chấp nhận cho phụ nữ gia nhập tăng đoàn thì Ngài đã đặt ra những giới luật cực kỳ cụ thể, để bảo đảm xã hội không có ý niệm sai lầm, chẳng hạn như một tăng và một ni không được phép ở chung với nhau, mà một vị nữ xuất gia (ni cô) phải luôn luôn có mặt, và tăng ni không thể ngồi cùng một chỗ hay chung một giường. Những giới luật này dạy chúng ta rằng một mặt, Đức Phật đã chối bỏ tất cả những điều vinh quang của xã hội để tìm ra chân lý, và mặt khác thì ngài không muốn cho xã hội có ý niệm sai lầm. Mặc dù người

ta có thể không đồng ý với tất cả các nguyên tắc của xã hội về mặt giá trị của chúng, tuy nhiên, bạn cũng không muốn xa lánh xã hội. Điều này liên quan đến các chính trị gia ngày nay cần học hỏi cách ngoại giao, để hiểu cách làm thế nào để không xúc phạm, cũng không gây ra sự nghi ngờ vô căn cứ, mặc dù họ không đồng ý về việc các giá trị xã hội đó là gì.

Phật có một người em họ, Đề Bà Đạt Đa (Devadatta), người rất thù ghét Đức Phật, và luôn gây rắc rối cho Ngài. Trên thực tế, nếu như nhìn xa hơn trong Kinh điển Pali thì có rất nhiều người đã tạo rắc rối cho Đức Phật, và không thích Ngài. Điều này dạy cho ta một bài học quý giá là ngay cả Đức Phật còn không được người khác yêu thích, và không thể làm hài lòng tất cả mọi người, vậy thì làm sao mình có thể làm được điều đó? Do đó, phải thực tế và không trầm cảm, khi người khác không ưa thích mình, nếu ta không thể làm tất cả mọi người hài lòng.

Trong những câu chuyện về cuộc đời của Ngài, khi việc Đức Phật nhập niết bàn được nhắc đến thì ngài A Nan (Ananda, một trong những đại đệ tử của Ngài) đã có cơ hội thỉnh cầu Đức Phật đừng nhập diệt, nhưng lại không làm như vậy, và thế là cuộc đời của Ngài kết thúc. Điều này dạy chúng ta rằng Phật chỉ thuyết pháp khi được thỉnh cầu, và chỉ trụ thế khi được thỉnh cầu. Nếu không ai muốn Ngài ở lại thì Ngài sẽ ra đi. Ta có thể áp dụng điều này cho bản thân mình, rằng nếu như người khác không muốn mình giúp đỡ họ, hay không cần mình thì không nên ép buộc họ. Có rất nhiều người khác có thể tiếp nhận mình tốt hơn, và có thể mong muốn sự giúp đỡ của mình.

Kết Luận

Chúng ta có thể nhìn cuộc đời của Đức Phật từ nhiều góc độ. Chúng ta có thể cố gắng tìm kiếm tất cả các sự kiện lịch sử, tuy có giá trị trong bối cảnh lịch sử Tây phương, nhưng sẽ không giúp cho mình biết chắc chắn về ngày, hay năm tháng cụ thể. Hay ta có thể nhìn vào những bài học mà mình có thể học hỏi được từ những biểu tượng hiển nhiên trong một câu chuyện, chẳng hạn như trong sự phân tích của Jungian, để đặt câu hỏi: Nó nói lên điều gì? Nó đại diện cho cái gì?

Ta có thể nhìn vào cuộc đời của Đức Phật trong bối cảnh Đại thừa rộng lớn hơn, với cách trình bày về việc Đức Phật đã đạt giác ngộ nhiều a tăng kỳ kiếp trước đây, và điều này giảng dạy chủ đề Đại thừa phổ quát, cũng như tạo lợi lạc cho chúng sinh trong nhiều kiếp sống hơn. Điều này dạy cho ta rằng những gì mình đang làm hiện nay là kết quả của tất cả những thế hệ đi trước, và nếu mình đang cố gắng làm điều gì tích cực, thì phải nghĩ đến tất cả các thế hệ tương lai.

Trong cách trình bày của Mật tông thì Đức Phật đã thuyết giảng về triết lý thậm thâm ở một nơi, và ở một nơi khác, Ngài đã xuất hiện với bốn mặt, mà mỗi một mặt đã thuyết giảng những điều khác nhau trong cùng một lúc. Điều này cho thấy tất cả những khía cạnh khác nhau trong giáo lý nhà Phật mà ta thấy được trong suốt dòng lịch sử đều ăn khớp với nhau từ cùng một nguồn gốc hay ý niệm cơ bản, và có thể được trình bày theo cách khác nhau.

Chúng ta thấy những nguyên tắc cơ bản có mặt trong tất cả các loại giáo pháp của Phật, dù có nghĩ đến cách trình bày của Nguyên thủy, của Kinh điển Đại thừa, hay Mật tông Đại thừa. Trong tất cả những cách trình bày này thì có những nguyên tắc cơ bản được đại diện bằng nhiều tay chân và mặt của các

Bốn tôn. Giáo pháp cơ bản của Đức Phật là về Tứ Diệu Đế, có thể được xem là đại diện cho bốn khuôn mặt! Cách trình bày về cuộc đời của Đức Phật không được đưa ra theo dạng sự kiện có thể đọc được, mà để giúp mình tìm hiểu về sự ứng dụng của mỗi cách trình bày, và mục đích của nó. Từ việc tìm hiểu này, ta có thể có một sự cảm kích sâu sắc hơn về tài liệu này.

Tóm Tắt

Có ba phiên bản về cuộc đời Đức Phật: cách trình bày của Phật giáo Nguyên thủy, và hai cách trình bày theo Kinh điển Đại thừa và Mật tông. Có những cuộc tranh luận về vấn đề liệu những sự trình bày này có xung đột với nhau hay không, nhưng qua luận lý học, ta có thể nêu rõ là mỗi một cách trình bày được dạy trong một bối cảnh khác nhau. Những cách trình bày khác nhau là để truyền cảm hứng và giảng dạy chúng ta. Nếu nhìn vào câu chuyện của Đức Phật thì Ngài sống trong một xã hội cụ thể, có một hệ thống tín ngưỡng giải thích một số chủ đề về cách thoát khổ. Vì không hài lòng với hệ thống này, nên Đức Phật đã tìm cầu chân lý, được giảng dạy trong một hệ thống bất phân cấp. Ngài đã rời xa mái ấm gia đình để chiến đấu với phiền não, trong cuộc chiến nội tâm. Cuộc chiến đã không thành tựu bằng pháp tu khổ hạnh, mà nhờ lòng bi mẫn, liên hệ với nỗi khổ phổ quát. Đức Phật phải đối diện với những chướng ngại lớn, nhưng điều này đã không khiến Ngài chùn bước, và một khi đã giác ngộ thì với lòng từ bi, Ngài đã chấp thuận lời thỉnh cầu thuyết Pháp. Đối với các tín đồ đi theo Đức Phật thì hệ thống tặng đoàn cho chư tăng ni được hình thành bằng những giới luật được thiết lập hài hòa với xã hội.

*Bản sao chép của một hội thảo,
Knappenberg, nước Áo, tháng 3, năm 2010.
Lozang Ngodrub chuyển Việt ngữ; Võ Thu
Ngân hiệu đính.*

Hư Hư Lục

Thích Nữ Như Thủy

Kỹ Thuật Nhà Nghề

Xưa, có một vị quan muốn may áo mới. Quan cho vờ một chàng thợ may đến. Thợ may nhận vải đo ni tắc xong kính cẩn thưa:

- Bẩm quan, xin Ngài cho con biết Ngài đã làm quan được bao nhiêu năm rồi ạ?

Ông quan ngạc nhiên hỏi:

- Cái nhà chú này thật lắm chuyện! Công việc của chú là may áo thì cứ gắng mà may cho khéo, hỏi chi thêm những chuyện chẳng dính dáng gì đến mình làm chi thế?

- Bẩm quan! Con hỏi câu ấy cũng nằm trong phạm vi nghề nghiệp của con. Con mà may khéo cũng nhờ những câu hỏi tỉ mỉ ấy!

Ông quan ngạc nhiên:

- Hử! Chú mà nói rõ cho ta nghe... xem sao.

- Bẩm quan... khó nói quá!

- Mi cứ nói đi.

- Bẩm, nhưng nếu có điều gì sơ sót thì xin Ngài thứ lỗi cho con.

- Ủ!

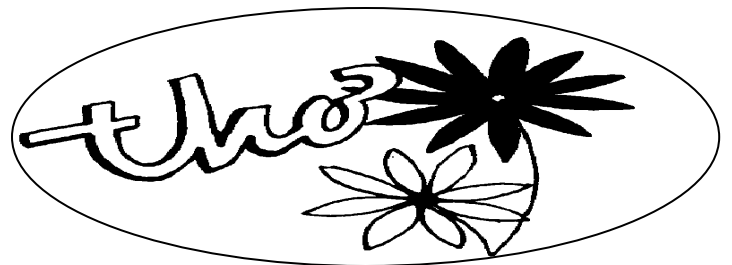
- Bẩm... theo kinh nghiệm nhà nghề của con thì đức ông nào mới được bổ nhiệm... đều phải may vạt áo trước dài hơn vạt áo sau, ngực to và bụng nhỏ...

- Sao thế?

- Bẩm! Vì các ngài thường hay ngẩng mặt lên và ưỡn ngực ra phía trước ạ...

Bẩm... ngược lại, đức ông nào đã nhậm chức lâu năm thì con phải may vạt áo sau dài hơn vạt áo trước... vì quý ngài thường phải vào lòn ra cúi với cấp trên mới giữ chức lâu như thế...

Dạ bẩm, còn các quan trung niên, nghĩa là được tiên cử không quá lâu hay quá mau thì con may cả hai vạt bằng nhau. Ngài đã hỏi thì con xin thưa như thế.



lá rơi

Minh Đức Triều Tâm Ảnh

*buông mình
theo chiếc lá rơi
phiền lao trăm nỗi
thả trôi nước dòng
qua bờ
với chiếc đò không
như con hạc trắng
chơi rong kiếp người!*

Làm việc tốt mà không mong cầu được Báo đáp là biểu hiện của đạo đức cao thượng

Sưu tầm



Đây là một câu chuyện có thật, xảy ra vào năm 1892 tại Mỹ. Một câu chuyện có thật

Vị thủ tướng cho cậu bé 35 triệu nhập học, không ngờ cậu cứu 1,5 triệu dân của ông khỏi đại thảm họa.

Đây là một câu chuyện có thật, xảy ra vào năm 1892 tại Mỹ.

Năm đó, có một chàng trai trẻ đã thi đậu vào khoa địa chất học của trường đại học Stanford, nhưng do hoàn cảnh gia đình khó

khăn, lại là đứa trẻ mồ côi nên cậu không biết làm thế nào để có tiền chuẩn bị nhập học.

Một ngày, cậu cùng người bạn của mình nảy ra sáng kiến sẽ tổ chức một buổi hòa nhạc cho một nghệ sĩ piano tài năng.

Cậu hy vọng sẽ kiếm được chút tiền hoa hồng để có thể trả học phí và trang trải cuộc sống.

Họ đến gặp nghệ sĩ dương cầm nổi tiếng trong vùng của mình, ông Ignace Paderewski.

Người quản lý của Ignace Paderewski và hai thanh niên trẻ đã thỏa thuận với nhau và thống nhất rằng, vị nghệ sĩ sẽ nhận được 2.000 đô la cho Buổi Biểu diễn.

Vị nhạc sĩ cũng đồng ý với đề xuất đó và cho rằng đó là một khoản thù lao hấp dẫn, phù hợp với tên tuổi của ông lúc bấy giờ.

Tuy nhiên, đối với hai chàng thanh niên trẻ, đây là một số tiền rất lớn.

Nếu số người đến xem Buổi Biểu diễn không đủ, thì họ sẽ bị lỗ nặng.

Cả hai dốc hết sức lực để tổ chức Buổi hòa nhạc được thành công.

Nhưng thật không may, cuối Buổi hòa nhạc, sau khi kiểm kê số tiền thu được, họ phát hiện rằng họ chỉ thu được 1.600 đô-la.

Thất vọng, họ tìm đến Paderewski để giải thích hoàn cảnh của mình.

Họ đã đưa toàn Bộ số tiền đó cho vị nhạc sĩ cùng tấm giấy nợ 400 đô la cho khoản tiền còn thiếu với lời hứa rằng họ sẽ tranh thủ thanh toán sớm nhất có thể...

Paderewski nhìn hai chàng trai nghèo và đã rất xúc động.

Ông lập tức xé tờ giấy Biên nợ, cầm tay chàng trai trẻ và nói: “Đây là 1.600 USD, hãy dùng nó trả hết các chi phí và trang trải cho việc học.

Với số tiền còn lại, các cậu hãy lấy 10% như là tiền hoa hồng.

Còn dư bao nhiêu thì hãy đưa tôi.”

Hai cậu sinh viên đã vô cùng Bất ngờ, không thốt nên lời trước tấm lòng của Paderewski.

Người nghệ sĩ hào phóng sau đó đã trở về quê hương và trở thành Thủ tướng của Ba Lan.

Ông là một nhà lãnh đạo tài ba và tận tụy, nhưng không may, chiến tranh Thế giới đã xảy ra, Ba Lan bị tàn phá.

Hơn 1,5 triệu người dân trong nước đang lâm vào cảnh chết đói còn Chính phủ thì rơi vào tình trạng tài chính kiệt quệ.

Ông đã đôn đáo khắp nơi nhưng cũng không thể giải quyết cuộc khủng hoảng nghiêm trọng này.

Không còn lựa chọn nào khác, ông đã tìm đến Herbert Hoover, chủ tịch Cơ quan Cứu trợ và Lương thực Hoa Kỳ để xin sự giúp đỡ.

Khi Herbert Hoover nhận được lời kêu gọi trợ giúp, ông đã lập tức phản hồi rằng ông sẽ gửi cho Ba Lan một lượng viện trợ lớn.

Không lâu sau, hơn một vạn tấn lương thực viện trợ đã đến Ba Lan.

Thảm kịch ở Ba Lan đã được đẩy lùi.

Thủ tướng Paderewski muốn gặp mặt trực tiếp để cảm ơn Herbert Hoover và hẹn gặp ông ở Paris.

Khi hai người gặp nhau, Herbert Hoover đã nhìn Paderewski bằng ánh mắt xúc động nói: “Ngài không cần phải cảm ơn tôi, thưa Thủ Tướng. Thủ tướng Paderewski, có một việc có lẽ ngài đã quên từ lâu, nhưng tôi vẫn luôn ghi nhớ trong lòng.

Vài năm trước đây, khi còn ở Hoa Kỳ, ngài đã giúp đỡ hai cậu sinh viên nghèo tiếp tục theo đuổi việc học.

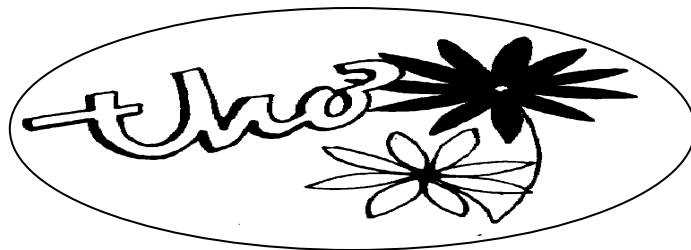
Và tôi chính là một trong hai thanh niên đó”. Làm việc tốt mà không mong cầu được báo đáp là biểu hiện của đạo đức cao thượng.

Những người có phẩm chất cao thượng và lòng tự trọng thường làm nhiều việc tốt để giúp đỡ những người khác mà không mong cầu được báo đáp.

Những người nhận được sự hào phóng rộng lượng của họ cũng sẽ bắt đầu tự mình làm theo như vậy.

Nhờ điều này, những người tốt có thể nhận được phúc báo bất ngờ cho hành động của họ.

Và có lẽ, đó chính là quy luật nhân quả mà Đức Phật vẫn luôn nhắc nhở chúng ta.



Chiều tà ngồi ở Starbucks coffee một mình nhớ Thầy Tuệ Sỹ

*Thầy về trên Thị Ngạn Am
Gió từ Bảo Lộc thổi tràn nương dâu
Sớm mai núi cũng xa mù
Dáng ai đứng lặng. mắt sâu dậm ngàn
Trải qua mây dậm quan san
Phương trời viễn mộng. đọa đày còn không
Ngón tay Phật chỉ trắng tròn
Thầy ơi nhớ quá những lời như Kinh
Phật là luôn ở trong Tâm
chiều nơi góc quán. tụng thầm Om Mani [1]
Virginia, May 7, 2014 Đình Cường*

[1] OM MANI PADME HUM HRIH
(... Giáo lý giải thích rằng mỗi âm trong sáu âm của thân chú trên có hiệu quả đặc biệt để mang lại sự chuyển hóa thuộc nhiều tầng lớp khác nhau của bản thể ta... Sogyal Rinpoche - *Tặng Thư Sống Chết* - Thanh Văn 1996, Trí Hải dịch)

LÀM GÌ CÓ ÔNG PHẬT Ở TRÊN ĐỜI..!?

Sưu tầm trên Internet

Thợ hớt tóc vừa đưa một đường kéo ngọt xót tia chỏm tóc lòa xòa trước trán thân chủ vừa phán một câu chắc nịch:

- Làm gì có ông Phật trên đời...

Người khách hỏi:

- Tại sao bác nói thế?

Bác thợ nói luôn một mạch: “Thì cứ ra phố mà xem. Nhiều trẻ em phải lang thang kiếm sống. Lắm người già yếu còn phải còng lưng dầm mưa dãi nắng bán rong. Bao kẻ không nhà đêm đêm vẫn mượn vĩa hè nằm co ro lẩn lóc. Chưa kể là vào các bệnh viện nào cũng thấy chen chúc và đầy dẫy nghịch cảnh đau lòng... Nếu quả thật trên đời này có một ông Phật từ bi luôn thương xót chúng sinh, thì có sao những mảnh đời khổ ải đó lại không được Ngài cứu vớt?!”

Ông khách làm thinh.

Khi trả tiền xong, khách bước ra khỏi tiệm hớt tóc và bắt gặp bên kia đường một người râu tóc lùm xùm, thậm thọt, rõ là đã lâu ngày không hớt không cạo. Khách liền quay trở vào tiệm nói lớn:

- Bác thấy đó, trên đời này làm gì có thợ hớt tóc!

Bác thợ sừng sốt:

- Nói vậy mà nghe được à! Thế tôi là ai? Ai vừa mới hớt tóc cho anh ở đây?

Ông khách kéo bác thợ cắt tóc ra cửa, chỉ

sang bên kia đường:

- Đây! Thợ hớt tóc không hề có, vì nếu có thì người kia đã không phải để râu tóc lùm xùm, thậm thọt như vậy.

- Sai bét! Thợ hớt tóc vẫn luôn có, nhưng tay đó không chịu bước vào tiệm thì dầu có đông có nhiều chẳng nữa, thợ hớt tóc cũng đành bó tay.

Khách mỉm cười:

“Chính xác! Đức Phật cũng vậy mà thôi. Ngài luôn luôn đưa tay ra chờ đợi chúng ta, nhưng chúng ta không chịu tìm đến mà nắm lấy tay Ngài. Chúng ta luôn kiêu ngạo với cái 'Tôi' ảo tưởng của mình. Đó là nguyên do sâu xa của mọi nỗi đau khổ trên thế gian này!”

Sưu tầm trên Internet



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