

PHẬT HỌC

佛學

PHƯƠNG TIỆN TU HỌC PHẬT PHÁP - PHÁT HÀNH HÀNG THÁNG

SỐ 337, NĂM THỨ 27

THÁNG 8-2022



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

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



NGUYỆT SAN PHẬT HỌC

Chủ Biên:

PHÚC TRUNG

Thủ Quỹ:

DIỆU LAN

Kiểm Soát:

PHƯỚC SƠN

Ban Biên Tập:

**BÌNH ANSON
CHÂN ĐẠI LƯỢNG
MINH HÒA
NHÂN CA
TÂM KHÔNG
TÂM TUỆ 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>Dại Lễ Vu Lan Phật Lịch 2566</u>	BBT	3
<u>Thiền Định một PP. cái biến tâm linh</u>	Hoang Phong dịch	4
<u>Pháp Cú: 387 Phẩm Tỳ Kheo</u>	HT. Thích Minh Châu dịch	9
<u>Thơ: Kết từ</u>	Tuệ Sỹ	9
<u>Câu chuyện that của Bs tâm thần</u>	Thích Chân Quang dịch	10
<u>Dại lão Hòa Thượng Thích Tịnh Không</u>	Theo Wikipedia	18
<u>Khai thi Niêm Phật của Pháp sư Tịnh Không</u>	Tịnh Không	20
<u>Nhân lễ Vu Lan nhớ chuyện MKL cứu mẹ</u>	Tuệ Như	25
<u>Hư Hư Lục: Khi người đẹp trả thù</u>	Thích Nữ Như Thủy	26
<u>Nhà sư gieo hạt giống ở Châu Phi</u>	Văn Công Hưng dịch	30

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

Đại Lễ Vu Lan PL. 2566

Đại Lễ Vu Lan năm nay Phật lịch 2566, nhằm ngày 12 tháng 8 năm 2022. Theo trong kinh điển ngày Rằm tháng Bảy là ngày Vu Lan Bồn, người Phật tử cúng dường Trai Tăng, để cầu nguyện cho thân nhân quá vãng của mình được siêu thăng về cõi an lạc.

Theo như kinh điển, đức Mục Kiền Liên đệ nhất thần thông trong hàng ngũ đệ tử của đức Phật Thích Ca Mâu Ni, nhớ ân mẹ, ngài dùng thần thông đến cõi âm, nơi địa ngục, ngài thấy mẹ là bà Thanh Đề bị tội nặng nề, chịu đói khát nên Mục Kiền Liên dâng thức ăn cho mẹ, nhưng tánh bà Thanh Đề vẫn còn bòn xén, che dấu không chia xẻ cho người khác cùng ăn, khi bà đưa thức ăn lên miệng thì thức ăn lập tức biến thành ngọn lửa, nên bà Thanh Đề không thể ăn, mặc dù rất đói khát.

Mục Kiền Liên bèn đem câu chuyện ấy bạch với đức Phật Thích Ca. Phật dạy rằng Mục Kiền Liên không thể dâng thức ăn cho mẹ được. Phải chờ đến Rằm tháng Bảy, ngày chư Tăng mãn Hạ, chư Tăng dùng công đức tu hành trong 3 tháng Hạ, cùng chú nguyện, thần lực ấy sẽ giúp cho vong linh ở địa ngục hưởng được thực phẩm dâng cúng.

Do đó mỗi năm đến ngày Rằm tháng Bảy, người Phật Tử cúng Trai Tăng để nhờ thần lực chư tôn đức cùng chú nguyện cho người quá vãng hưởng được thực phẩm cúng, sẽ không bị đói khát nơi địa ngục, tội báo cũng được tiêu trừ, sớm được vãng sinh về cõi Tịnh Độ.

Trong dân gian, người ta không hiểu nhiều về giáo lý đạo Phật, cho rằng đến ngày Rằm Tháng Bảy là Ngày Xá Tội Vong Nhân, nên đến ngày đó người ta cúng bánh, trái, gà, vịt rồi cho trẻ con ăn, hoặc là cho những người nghèo khó gọi là “Thí thực”, cũng gọi là “Thí cô hồn” cũng có nghĩa là cúng cho những người chết bị “trôi sông, lạc chợ”, không có thân nhân cúng kiến, nên đói khát hằng ngày.

Tin theo lời Phật dạy, chúng ta sẽ đi chùa, tụng kinh Cầu Siêu, cúng Trai Tăng, để chư Tăng, Ni hợp năng lực cùng cầu nguyện sẽ có kết quả tốt đẹp nhiều hơn. Đó là Ngọn gốc và ý nghĩa Ngày Rằm Tháng Bảy, Ngày Vu Lan Bồn.

Theo sách *Bông hồng cài áo* của Thiền sư Nhất Hạnh, theo tập tục của người Ty phương có Ngày Mẹ (Mother's Day), người Nhật áp dụng cài hoa Cẩm Chương lên áo, với hoa đỏ cho ai còn mẹ và hoa trắng cho ai đã mất mẹ, tác giả mong muốn Việt Nam ta áp dụng vào ngày Vu Lan. Nên sau này ở Việt Nam áp dụng vào Ngày Vu Lan gắn hoa trên áo: Hoa hồng đỏ cho ai còn mẹ và hoa hồng trắng cho ai đã mất mẹ.

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

CHƯƠNG IV

Lòng vị tha và chủ trương cá nhân trong cuộc sống tâm linh

oOo

Bài 22: Tình thương người và thái độ ích kỷ.

Bài 23: Tình thương người.

Bài 24: Dana và sự hào hiệp.

Bài 25: Hiến dâng sự can đảm – tức không biết sợ là gì.

Bài 26: Hiến dâng mạng sống của chính mình.

Bài 27: Sila paramita – hay đạo đức hoàn hảo.

Bài 28: Ăn chay và Phật Giáo.

Bài 29: Hôn nhân và Phật Giáo.

Bài 23

Tình thương người

Lòng vị tha đi ngược lại với bản chất con người, vì thế phải luyện tập, và sự luyện tập đó đôi khi cũng khá gay go. Dầu sao đi nữa, vấn đề đặt ra là chúng ta có thể phát động lòng vị tha đó đến mức độ nào? Mỗi khi làm được một điều gì cho kẻ khác, thì có phải là hành động đó của mình tự nó cũng đã pha lẫn một chút vụ lợi kín đáo hay chẳng? Giúp đỡ kẻ khác sẽ mang lại cho mình một chút gì đó, chẳng hạn như một chút nhẹ nhõm kín đáo trước sự ích kỷ của mình, thế nhưng

thường thì mình không ý thức được điều đó. Cũng có thể [trong thâm tâm] chúng ta muốn mọi người hãy nhìn vào mình như là một người tự đứng ra giúp đỡ kẻ khác, điều đó phải chăng cũng có thể tạo ra cho mình một chút cảm tính cao hơn kẻ được mình giúp đỡ? Thái độ tự nhận mình là người giúp đỡ sẽ khiến mọi người phải kính phục mình, xem mình như một tấm gương cho kẻ khác. Một sự giúp đỡ hoàn toàn bất vụ lợi và tinh khiết quả hết sức hiếm hoi. Luôn có một chút ích kỷ nào đó thúc đẩy mình, sự ích kỷ đó có thể rất kín đáo, chẳng hạn như hy vọng sẽ tạo được công đức cho mình hoặc được khen thưởng nơi cõi thiên đường.

Điều đó không có nghĩa là khi nào động cơ thúc đẩy mình chưa hoàn toàn tinh khiết thì mình không được phép làm bất cứ điều gì cho kẻ khác. Trái lại chúng ta phải làm tất cả những gì mà mình có thể làm được để giúp đỡ mọi người, đồng thời cố gắng biến cải động cơ thúc đẩy đó bên trong chính mình (*loại bỏ các cảm tính ích kỷ và vụ lợi ẩn nấp kín đáo phía sau những hành động vị tha của mình, cố gắng giữ tình thương người bên trong con tim mình luôn tinh khiết*). Nếu hành động với tất cả sự chú tâm (*không để một chút cảm tính vụ lợi nào hiện ra trong tâm thức mình*) thì đây là cách giúp mình tinh khiết hóa động cơ thúc đẩy lòng thương người của mình.

(*Công đức, tức là các sự xứng đáng và đạo hạnh, tiếng Phạn gọi là punya, là một cái gì*

đó thật tinh khiết, hiện ra trong tâm thức mình dưới hình thức các xúc cảm thật thanh cao và kín đáo. Các xúc cảm đó sẽ âm thầm và lặng lẽ in đậm dấu vết của chúng trên dòng tri thức và sâu kín của mình, tạo ra mầm mống của nghiệp lành – tức là punya – tồn lưu trên dòng tri thức của mình. Các mầm mống đó hay punya đó sẽ hiện ra với mình một lúc nào đó khi chúng gặp được các cơ duyên và điều kiện thuận lợi và phù hợp với chúng.

Trái lại một sự giúp đỡ pha màu ích kỷ là một hành động phát sinh từ các tác ý vụ lợi bên trong tâm thức mình, tác ý hay hành động đó cũng sẽ tạo ra nghiệp như trên đây, thế nhưng nghiệp không hoàn toàn tích cực, bởi vì nó đã bị pha lẫn bóng dáng “cái tôi” hay “cái ngã” của mình trong đó, có nghĩa là phản ảnh một sự vương mắc và bám víu nào đó. Tóm lại khi giúp đỡ thì phải chú tâm vào việc giúp đỡ, phát động lòng hân hoan và sự nhiệt tình trong tâm thức mình hầu giúp mình xóa bỏ các cảm tính vụ lợi của mình. Qua một góc nhìn khác chúng ta sẽ thấy rằng sự ích kỷ phát sinh từ bản năng sinh tồn, một thứ bản năng vô cùng mãnh liệt, ẩn nấp phía sau từng tư duy, ngôn từ, cử chỉ và hành động của mình. Tinh khiết hóa lòng vị tha hay tình thương người là cách chận đứng và hóa giải sức mạnh đó của bản năng sinh tồn, luôn điều khiển và chi phối mình).

Vậy có thể nào phát động được lòng vị tha nhưng không cần đến tín ngưỡng hay không? Điều này quả khá khó, tuy nhiên cũng có một số người có một cuộc sống rất đạo đức, nhưng bề ngoài dường như họ không có một ý niệm gì về tín ngưỡng cả. Trong số họ có nhiều người hy sinh cả đời mình để giúp đỡ kẻ khác, nhưng không cần dựa vào một nguyên lý siêu hình nào cả.

Một số khác có một cuộc sống tâm linh thật tự nhiên mang tính cách bản năng, nhưng không cần đến một ý niệm triết học nào. Họ không đọc Thánh kinh, không biết đến Phật Giáo, cũng không tự xem mình là một người tu hành, thế nhưng dường như họ có một tấm lòng tốt bẩm sinh từ bên trong chính mình. Những người như thế vô cùng hiếm hoi, vì vậy tốt hơn chúng ta không nên tự xem mình là một trong số những người như thế (phải tự xem mình là một người vụ lợi và ích kỷ thì mới có dịp để biến cải mình, nếu khoe khoang và tự phụ thì đây là cách mà mình bước đi ngày càng xa hơn trên con đường của vô minh và u tối).

Nhiều người vì hoàn cảnh không thể tham gia vào các hoạt động từ thiện, thế nhưng cũng có thể biến mình thành những con người vị tha. Nếu chỉ biết phấn đấu để sống còn thì sẽ khó có thể phát động được tình thương người. Nói vậy để hiểu rằng những người càng nghèo thường càng hào hiệp. Đối với chúng ta [những người Phật Giáo] lòng vị tha đích thật gồm chung cả sự chăm sóc chính mình. Góp phần mình vào việc đáp ứng sự đòi hỏi của hoàn cảnh bên ngoài (giúp đỡ kẻ khác), nghĩ nhiều hơn đến kẻ khác và quên đi đôi chút chính mình là điều tốt, thế nhưng cũng thật hết sức quan trọng là không nên gạt bỏ hẳn các đòi hỏi của riêng mình. Phó mặc kẻ khác hoặc quên đi chính mình cả hai đều là các thái độ không đúng đắn, đối với mình và cả kẻ khác. Ngoài các trường hợp cấp bách [đòi hỏi mình một sự cố gắng và hy sinh vượt bậc], đôi khi chính mình cũng phải tự giữ gìn sức khỏe, nếu không thì mình cũng chẳng làm được gì nhiều cho kẻ khác. Nếu kiệt quệ thì biết đâu cái mà mình gọi là tình thương người trong lòng mình cũng chỉ vồn vện là một ý niệm không lối thoát (một sự tương tượng). Nói thì rất dễ, thế nhưng thực hành

thì lại khác, thật hết sức khó nhận định là mình làm quá nhiều [cho kẻ khác] hay chăm lo quá nhiều cho riêng mình.

Quả vô cùng sai lầm khi cho rằng nhận lãnh trách nhiệm là cách gây trở ngại cho việc tu tập của riêng mình. Chúng ta phải lãnh trách nhiệm nhưng phải xem trọng trách đó như là một phương tiện phát triển tâm linh của cá nhân mình. Nếu làm được điều đó thì có nghĩa là mình đã kết hợp được cả hai khía cạnh của con đường, sự kết hợp đó thật cần thiết giúp mình vững bước trên con đường [mà mình đã chọn].

Chúng ta thường nghĩ rằng nếu mình quyết tâm làm một điều gì đó [tốt đẹp], thì nhất định điều đó sẽ rất thuận lợi cho việc phát triển tâm linh của mình. Thế nhưng thông thường nhiều người dường như chỉ nhất thiết quan tâm đến việc phát triển tâm linh của mình và phải làm những gì mà lúc khởi đầu đầu mình không thích làm (*giúp đỡ kẻ khác*), thay vì xem đây là những gì mình thích làm. Thật hết sức quan trọng là phải phân biệt được giữa những gì mà mình cần phải làm hầu giúp vào việc phát triển tâm linh của mình và những gì mà mình muốn làm. Mục đích trong lâu dài là mình sẽ không còn phân biệt (*không còn nề hà như trước đây*) giữa những gì mà bối cảnh [bên ngoài] đòi hỏi mình phải làm (*trợ giúp kẻ khác*) và những gì thuận lợi cho việc tu tập của cá nhân mình. Nói lên điều đó để hiểu rằng mình phải làm cả hai thứ cùng một lúc. Sự căng thẳng (*tension*) giữa mình và kẻ khác – nếu có thể nói như vậy – sẽ đưa đến sự xuất hiện của bodhicitta/ bồ đề tâm, và đó cũng là quá trình tiêu biểu trên đường tu tập lâu dài của mình (*không quên kẻ khác nhưng cũng không quên chính mình*). Cái tôi và kẻ khác cả hai đều có giá trị như nhau, không thể loại bỏ một bên, dù là bên này hay bên kia –

vị thế bất ổn đó (*phân biệt giữa cái tôi và kẻ khác*) phải được loại bỏ, không có cách nào khác hơn. Một lối thoát sẽ hé mở trong lâu dài. Sự cảm nhận đốn đau đó (*vì mình hay vì kẻ khác?*) sẽ giúp chúng ta vượt lên một cấp bậc cao hơn, ở cấp bậc đó sự tương phản trước đây (*mình và kẻ khác*) sẽ không còn là một sự đối nghịch nữa.

Người Bồ-tát là hiện thân của một sự tương phản sinh động

Mỗi khi xảy ra một sự vượt thoát tạo ra một cấp bậc cảm nhận tâm linh khác, thì đó thường là kết quả mang lại bởi một sự lưỡng nan (*dilemma*) thật đốn đau, không thể giải quyết được bằng lý trí. Người Bồ-tát là hiện thân của một sự tương phản sinh động, một sự hợp nhất giữa hai vị thế đối nghịch nhau ở một cấp bậc cao nhất, chẳng qua vì người Bồ-tát là biểu trưng của một sự hợp nhất tối thượng giữa niết-bàn/ nirvana và luân hồi/ samsara (*Bồ-tát là một người đã đạt được giác ngộ nhưng vẫn tiếp tục lưu lại trong cõi luân hồi để cùng xoay vần với tất cả chúng sinh, niết-bàn hiện ra giữa cõi luân hồi là như vậy*). Sự hợp nhất đó không thể diễn đạt được bằng khái niệm (*sự vận hành chung giữa niết-bàn và luân hồi không thể hình dung và mô tả bằng lý trí được*). Khi nào chúng ta vẫn còn suy nghĩ dựa vào khái niệm thì khi đó sẽ vẫn còn tạo ra một sự đối nghịch, bất cứ một sự cố gắng nào nhằm giải quyết một sự đối nghịch bằng phương tiện khái niệm sẽ không tránh khỏi tạo ra một khái niệm khác mang tính cách đối nghịch lại. Sự hợp nhất giữa các khái niệm (*có nghĩa là giữa những sự đối nghịch và tương phản nhau*) chỉ có thể thực hiện được trong cuộc sống cá nhân, khi các khái niệm vẫn còn giữ được một giá trị nào đó đối với cá thể ấy (*niết-bàn bằng bạc trên dòng tri thức của người Bồ-tát, thế nhưng luân hồi vẫn*

tiếp tục đánh cùng một nhịp với con tim của mình). Nói một cách khác, sự sống [đúng nghĩa của nó] vượt lên trên sự hợp lý (một câu nói thật tuyệt vời, một sự nhận xét siêu việt, xin bái phục. Đang đói cầm một bát cơm để ăn hầu bảo vệ sự sống của mình là một sự hợp lý. Thế nhưng nếu xẻ ra một nửa chia cho một người cũng đang đói như mình, thì cũng là một sự hợp lý. Sự hợp lý thứ hai đó chỉ có thể xảy ra trên phương diện cá nhân, tức là đối với một cá thể mà thôi. Chiến tranh triền miên trong lịch sử nhân loại bắt nguồn từ sự hợp lý thứ nhất và cũng là duy nhất: bát cơm là “của mình”. Nói một cách khác, bản năng sinh tồn và lòng hào hiệp không thể ghép chung với nhau để tạo ra một khái niệm duy nhất, một sự hợp lý duy nhất. Sự hợp nhất giữa hai thể dạng tâm thần đối nghịch đó – bản năng và sự hào hiệp – chỉ có thể xảy ra với một cá thể mà thôi).

Cho đến khi nào tự mình chưa đủ sức đạt được điểm hợp nhất đó (mình và kẻ khác chỉ là một), thì các sự đối nghịch sẽ vẫn còn hiện ra với mình dưới hình thức một sự lưỡng nan (dilemma/ tình trạng khó xử) mang tính cách hiện sinh. Chiến lược thông thường và vô thức (không nghĩ đến cũng không ý thức được) của chúng ta là nghiêng theo bên này và trấn áp bên kia, thế nhưng sớm hay muộn thì chúng ta cũng sẽ phải chọn cả hai bên, bởi vì đây là cách duy nhất có thể giải quyết được tình trạng lưỡng nan trên đây. Cũng vậy, sự sống và cái chết sẽ khiến chúng ta phải đối đầu với một sự lưỡng nan cuối cùng. Mong cầu sự sống và e sợ cái chết sẽ khiến chúng ta bám vào thứ này và tránh né thứ kia. Thế nhưng sớm hay muộn chúng ta cũng sẽ phải đối đầu với cái chết, dù là cái chết của mình hay của kẻ khác cũng vậy. Chúng ta chỉ có thể giải quyết được các vấn đề liên quan đến sự sống

khi nào chúng ta đã sẵn sàng và đủ sức đối đầu với các vấn đề tạo ra bởi cái chết – tức có nghĩa là thật sự sẵn sàng và đủ sức ý thức được sự sống và cái chết chỉ là hai mặt khác nhau của một đồng tiền duy nhất (sự sống của mình và sự sống của kẻ khác cũng chỉ là sự sống như nhau, cái chết của mình hay cái chết của kẻ khác cũng chỉ là cái chết như nhau. Thương mình hay thương kẻ khác cũng chỉ là một thứ tình thương như nhau, tình thương phi đối nghịch và không biên giới đó gọi là lòng ngân từ vô biên/ metta bhavana).

Cũng vậy, chúng ta chỉ có thể giải quyết các khó khăn của cá nhân mình bằng cách nghĩ đến các khó khăn của kẻ khác. Nói một cách khác, việc giữ gìn sila tức là đạo đức, phải luôn đi đôi với dana là sự hiến dâng: đây là phương pháp tu tập qua sự sinh hoạt và trong suốt cuộc sống của người Bồ-tát, và đó cũng chính là paramita (ba-la-mật) thứ nhất trong số sáu paramita hay đạo đức siêu nhiên.

—=oOo=—

Vài lời ghi chú của người chuyển ngữ

Bài giảng trên đây nêu lên một sự lưỡng nan rất khó xử, đó là sự đối nghịch giữa mình và kẻ khác, và đây cũng là bước đầu tiên của người tu tập trên con đường mà mình đã chọn. Bước chân đó khá gay go cần phải tập, tương tự như một đứa bé tập đi. Phép thiền định Metta-bhavana là một trong các phương pháp giúp chúng ta đặt bước chân đầu tiên đó trên con đường, và cũng là một phương pháp rất phổ biến trong Phật Giáo Tây Tạng. Chữ metta có nghĩa là lòng nhân ái, tình thương người hay lòng từ tâm, bhavana có nghĩa là khơi động hay phát huy,

metta-bhavana cũng là phẩm tính thứ nhất trong số bốn phẩm tính vô biên gọi là brahmavihara, kinh sách Hán ngữ gọi là “Tứ vô lượng tâm”. Hiệp Hội Phật Giáo Triratna (Tam Bảo) do nhà sư Sangarakshita thành lập thường giảng dạy phép thiền định này cho những người mới bắt đầu tu tập. Người chuyển ngữ xin mạn phép tóm lược phép thiền định này dưới đây, như là một cách bổ khuyết cho bài thuyết giảng khá lý thuyết của nhà sư Sangharakshita trên đây:

Phép thiền định Metta-bhavana phải được thực thi đều đặn hằng ngày. Tốt hơn hết là nên luân phiên phép luyện tập này với phép thiền định dựa vào hơi thở, tức là phương pháp giúp tập trung và giữ vững sự chú tâm. Khi mới bắt đầu luyện tập thì không nên quá hăng say, chỉ cần 20 hay 25 phút cho cả hai phép luyện tập này, có nghĩa là chỉ cần khoảng 5 phút xen kẽ nhau cho mỗi phép thiền định.

Nên chọn một lúc nhất định và thuận tiện nhất với mình trong ngày, sau đó là chọn một nơi thích hợp nhất để ngồi thiền. Trước khi ngồi thiền cũng nên bày ra một vài nghi thức tạo ra một khung cảnh nghiêm trang và thuận lợi, chẳng hạn như đặt ảnh tượng của Đức Phật trước mặt, hoặc một cành hoa hay một lọ hoa, thắp một ngọn nến hay một nén nhang. Hãy cúp điện thoại, ngồi thật ngay ngắn, thoải mái, không gượng ép cũng không gò bó. Giữ tâm thức yên lặng, không lo lắng hay suy nghĩ miên man, hầu giúp nó lắng xuống. Không nên quá lo lắng về điều này, lúc mới tập có thể khá gay go, thế nhưng sau đó sẽ dần dần trở nên dễ dàng và tự động hơn, mỗi khi ngồi xuống thì tâm thức sẽ lắng xuống ngay. Sau khi tâm thức đã lắng xuống thì tập trung nó hướng vào các cảm giác trên thân thể mình, tức là ý thức về tình trạng đang cảm nhận của ngũ

giác, sau đó hướng vào các tư duy – tức là các sự suy nghĩ – và các xúc cảm đang hiện ra bên trong tâm thức mình. Sau đó sẽ bắt đầu các giai đoạn thiền định:

1. Trong giai đoạn trước nhất, sau khi hướng sự chú tâm vào bên trong tâm thức mình, thì phát động ngay thái độ thân thiện và thương yêu chính mình, khơi động ước vọng mang lại cho mình một niềm hạnh phúc thật sâu xa. Hãy tự mình hình dung và phác họa những gì có thể mang lại niềm hạnh phúc đó cho mình. Dù sự hình dung và phác họa đó là phương tiện và cũng là thành phần của phép hành thiền, thế nhưng cũng phải nói lên một sự mở rộng, không nên pha lẫn với một sự bám víu hay thèm khát nào cả.

2. Trong giai đoạn hai, chúng ta bắt đầu chọn một người bạn thân thiết với mình, hãy tưởng tượng thật mạnh người bạn ấy hiện đang ngồi bên cạnh mình. Sau đó phát động tình thương yêu và thân thiện với người bạn ấy, đồng thời ao ước mong sao người bạn của mình đạt được thật nhiều an vui. Hãy tưởng tượng chính mình là người mang lại hạnh phúc và những điều toại nguyện sâu xa trong cuộc sống của người bạn mình, và bạn mình cũng sẽ đạt được những điều ước nguyện đó của mình.

3. Trong giai đoạn ba, chúng ta chọn một người mà mình quen biết, nhưng chỉ ở vị thế trung hòa, có nghĩa là chỉ quen biết thế thôi, mình không có một cảm tính đặc biệt nào cả đối với người ấy, mục đích chỉ là đề gọi lên sự hiện diện của người ấy trong khi thiền định. Người này có thể là một người cùng xóm với mình, một đồng nghiệp hay một người buôn bán nào đó gần nhà mà mình thường gặp. Trước hết chỉ cần đơn giản phát động cảm tính gần gũi với người này, sau đó

ý thức rõ ràng hơn về sự hiện hữu của người này bên cạnh mình, và dần dần sau đó là phát động cảm tính thân thiện với người này, tương tự như người bạn thân thiết của mình, con tim mình và con tim của người này cùng đập chung một nhịp như sau.

4. Giai đoạn bốn, chúng ta hãy chọn một người nào đó thật khó thương, nhưng không hẳn là một kẻ thù cay độc – ít nhất là lúc mới bắt đầu luyện tập – một người mà mình không thích lắm, hoặc giữa người này và mình đang xảy ra những chuyện bất bình. Sau đó hãy cố gắng khám phá các khía cạnh tích cực hơn của người này. Hãy tượng tượng người này cũng có những người bạn quý trọng họ, đồng thời cũng nên phân tích những sự đánh giá có thể sai lầm của mình về người này và đồng thời mở rộng khả năng nhận thức của mình để xét đoán đúng đắn hơn sự tương giao giữa mình và người ấy.

5. Trong giai đoạn năm, chúng ta hình dung cùng một lúc tất cả bốn thể loại người nói đến trong bốn giai đoạn thiền định trên đây, sau đó cố gắng phát động cùng một tình thân thiện như nhau đối với tất cả bốn thể loại người ấy, đồng thời cũng không quên là mình cũng thuộc cùng một nhóm với họ, họ và mình tất cả là năm người đang cùng ngồi với nhau. Điều đó có nghĩa là nếu mình thương yêu bốn người ấy thì cũng là cách thương yêu cả chính mình. Sau đó mở rộng tình thương yêu và ước vọng mang lại hạnh phúc đó hướng vào những người chung quanh và gần gũi với mình, sau đó lại tiếp tục mở rộng hơn nữa hướng vào tất cả những người sống trong cùng một làng mạc hay một thành phố với mình, thuộc chung một xứ sở, trên cùng một lục địa, và sau hết là cả thế giới và toàn thể chúng sinh.

Sau khi chấm dứt thiền định, hãy nhẹ nhàng và thanh thản đứng lên, không vội vã cũng không hấp tấp. Nên dành thêm một chút thì giờ để chú tâm trở lại thân thể mình, lắng nghe các rung động bên trong chính mình và cả các tiếng động trong gian phòng, mở to mắt để nhìn vào thế giới chung quanh. Hãy cảm nhận niềm thích thú hiện lên qua các tư duy của mình, trông thấy được tâm thức bình lặng và hài hòa của mình và sống với nó giữa thế giới đang hiện ra chung quanh mình./.

Bures-Sur-Yvette, 21.11.2020
HOANG PHONG chuyển ngữ

Pháp Cú

HT. Thích Minh Châu dịch

Phẩm Bà La Môn
387

Mặt trời sáng ban ngày,
Mặt trăng sáng ban đêm.
Khí giới sáng ban đêm.
Khí giới sáng Sát ly,
Thiên định sáng Phạm chí.
Còn hào quang đức Phật,
Chói sáng cả ngày đêm



Kết từ

Tuệ Sỹ

Ngược xuôi nhớ nửa cung đàn
Ai đem quán trọ mà ngăn nẻo về

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.

Bác Sĩ Brian L.Weiss Phó Gs, Khoa Tâm Thần tại Trường Y Khoa Đại Học Miami, Florida
Thích Tâm Quang dịch

(Khởi đăng từ Ns PHẬT HỌC số 327)

CHƯƠNG MƯỜI MỘT

Vài đêm sau đó, trong một giấc ngủ say, tôi chòang tỉnh dậy. Tỉnh táo ngay, tôi dường như nhìn thấy khuôn mặt của Catherine to hơn mặt thật của cô vài lần. Trông cô buồn bã như thể cần tôi giúp đỡ cô. Tôi nhìn vào đồng hồ, lúc đó là 3 giờ 30 phút sáng. Không có một tiếng động bên ngoài nào làm tôi tỉnh dậy cả. Carole ngủ an bình bên tôi.

Tôi xua đuổi việc bất ngờ này và ngủ lại.

Cũng đúng vào 3 giờ 30 sáng đó, Catherine tỉnh dậy sau cơn ác mộng hãi hùng. Cô toát mồ hôi và tim cô đập thành thịch. Cô quyết định trầm ngâm để bớt căng thẳng, mừng tượng đến lúc thôi miên tại phòng mạch. Cô hình dung khuôn mặt tôi, nghe giọng nói của tôi, và từ từ ngủ lại.

Catherine càng ngày càng trở nên tâm linh, và hiển nhiên tôi cũng vậy. Tôi có nghe thấy những giáo sư tâm thần cũ của tôi nói về sự phản ứng của việc chuyển đạt và phản chuyển đạt trong những mối quan hệ chữa bệnh. Chuyển đạt là làm hiện hình cụ thể những cảm nghĩ, tư tưởng, và mong ước của người bệnh cho bác sĩ chuyên khoa, tượng trưng một người nào đó trong quá khứ bệnh nhân. Phản ứng chuyển đạt thì ngược lại, những phản ứng xúc cảm vô thức của người chữa bệnh với bệnh nhân. Nhưng sự liên lạc lúc 3 giờ 30 sáng này chẳng phải cả hai. Đây là sự liên kết ngoại cảm cùng bước sóng ngoài những bệnh thông thường. Hay đó là

thính giả, một nhóm các loại thần linh - các Bậc Thầy và những người bảo vệ và những người khác chịu trách nhiệm về bước sóng mới? Tôi đã vượt quá mức kinh ngạc.

Trong buổi kế tiếp, Catherine nhanh chóng tiến vào mức độ thôi miên sâu. Cô hoảng hốt ngay. "Tôi thấy một đám mây lớn ..., đám mây này làm tôi sợ hãi. Nó vẫn ở đây." Cô thở dồn dập.

"Nó vẫn ở đây à?"

"Tôi không biết. Đám mây đó đen và đi nhanh ... cái gì đó cao trên núi." Cô vẫn lo lắng, tiếp tục thở nặng nề. Tôi lo sợ cô đang nhìn thấy một quả bom. Liệu cô có nhìn về tương lai không?

"Cô có nhìn thấy quả núi không? Nó có giống quả bom không?"

"Tôi không biết".

"Tại sao nó làm cô sợ?"

"Thật là rất đột ngột. Đúng là ở đây. Rất nhiều khói... Rất nhiều khói. Nó rất lớn. Ở đằng xa. Ô..."

"Cô an toàn mà. Cô có thể đến gần không?"

"Tôi không muốn đến gần!" Cô trả lời dứt khoát. Rất hiếm khi cô cưỡng lại.

Tôi lại hỏi, "Tại sao cô lại quá sợ hãi về cái đó?"

"Tôi nghĩ đó là một loại hóa chất hay một thứ gì đó. Rất khó thở khi ở gần." Cô đang thở rất khó nhọc.

"Có phải giống như hơi ngạt? Có phải nó xuất phát từ quả núi giống như núi lửa?"

"Tôi nghĩ như vậy. Nó giống như một cái nấm to. Nó giống như... một cái nấm trắng."

"Nhưng không phải là một quả bom? Không phải là một quả bom nguyên tử hay loại tương tự?" Cô ngưng lại rồi lại tiếp tục.

"Tôi nghĩ nó là một ... một loại núi lửa hay thứ gì đó. Thật sợ hãi. Rất khó thở. Có bụi trong không khí. Tôi không muốn ở đây." Từ từ hơi thở của cô trở lại mức độ bình thường, thậm chí hô hấp ở trạng thái thôi miên. Cô rời bỏ quang cảnh sợ hãi này.

"Bây giờ có đã thở dễ dàng hơn chưa?"

"Rồi"

"Tốt. Bây giờ cô nhìn thấy gì?"

"Không thấy gì cả ... Tôi nhìn thấy một cái dây chuyền, một dây chuyền trên cổ một người nào đó. Nó màu xanh ... Nó bằng bạc và có treo một viên ngọc xanh và có một hạt ngọc nhỏ hơn ở dưới."

"Có gì ở trên hạt ngọc xanh không?"

"Không, nhìn trong suốt. Ông có thể nhìn suốt qua nó. Người thiếu phụ tóc đen đội một cái mũ xanh ... có lông chim dài, và bộ đồ bằng nhung."

"Cô có biết thiếu phụ này không?"

"Không."

"Cô có ở đây không, hay cô là thiếu phụ ấy?"

"Tôi không biết"

"Nhưng cô có trông thấy bà ta không?"

"Đúng tôi không phải là thiếu phụ ấy"

"Bà ta bao nhiêu tuổi?"

"Vào khoảng 40. Nhưng trông bà già hơn tuổi."

"Bà ta đang làm gì?"

"Không, bà ta chỉ đứng bên cạnh một cái bàn. Có một chai nước hoa trên bàn. Nó màu trắng có những bông hoa màu xanh trên đó. Có một bàn chải và một cái lược có cán bằng bạc. "Tôi rất ấn tượng với sự chú ý đến chi tiết của cô."

"Đây là phòng của bà ta, hay là một cửa hiệu?"

"Đó là phòng ngủ của bà ta. Có một cái giường với bốn cái gối giường. Giường màu nâu. Có một cái bình để rót nước trên bàn."

"Một cái bình để rót nước?"

"Phải, không có tranh ảnh trong phòng. Có những màn cửa sẫm rất ngộ nghĩnh."

"Có người nào khác trong phòng không?"

"Không."

"Quan hệ của bà này với cô thế nào?"

"Tôi hầu hạ bà ta". Một lần nữa cô là người

hầu hạ.

"Cô ở với bà ta lâu chưa?"

"Không lâu... mới vài tháng."

"Cô có thích cái dây chuyền đeo cổ không?"

"Không." Câu trả lời ngắn ngủi của cô đòi hỏi sự gọi ý tích cực của tôi nhằm có tin tức căn bản. Cô nhắc nhở tôi nhớ đến đứa con tuổi thiếu niên của tôi.

"Bây giờ cô bao nhiêu tuổi?"

"Có thể là mười ba, mười bốn tuổi..." Vào khoảng cùng tuổi.

Tôi hỏi, "Tại sao cô bỏ gia đình?"

Cô sửa lại tôi, "Tôi không bỏ gia đình, tôi làm việc tại đây".

"Tôi hiểu. Cô có về nhà sau khi làm việc không?"

"Có" Câu trả lời khiến cho tôi hầu như không còn chỗ để thăm dò.

"Gia đình có ở gần không?"

"Cũng gần ... Chúng tôi rất nghèo. Chúng tôi cần làm việc ... phục vụ."

"Có biết tên bà ta là gì không?"

"Belinda"

"Bà ta đối xử có tử tế với cô không?"

"Có"

"Tốt. Cô làm việc có khó nhọc không?"

"Cũng không mệt lắm". Phòng vẫn tuổi thiếu niên không bao giờ dễ dàng, ngay cả về tiền kiếp. Rất may mà tôi hành nghề tốt.

"Tốt. Bây giờ cô còn nhìn thấy bà ta nữa không?"

"Không"

"Bây giờ cô ở đâu?"

"Trong một phòng khác. Có một cái bàn bao phủ bằng một khăn trải bàn đen... và có tua viền chung quanh phía dưới. Có mùi của nhiều cỏ cây... mùi thơm gắt."

"Có phải thứ đó thuộc về bà chủ của cô không? Bà ta dùng nhiều nước hoa lắm phải không?"

"Không, đây là một cái phòng khác. Tôi đang ở một phòng khác."

"Phòng đó của ai?"

"Phòng đó của một bà có màu da đậm"

"Đậm như thế nào? Cô có nhìn thấy bà ta không?"

"Bà ta đội nhiều khăn trên đầu" Catherine thì thào, "nhiều khăn choàng. Bà ta già và nhăn nheo".

"Quan hệ của bà ta và cô thế nào?"

"Tôi vừa mới đi gặp bà ta."

"Để làm gì?"

"Bà ta bói bài."Trực giác cho tôi biết cô đã gặp một người bói toán, người này đọc các lá bài. Đây là một sự biến đổi mỉa mai. Nơi

đây Catherine và tôi đang tham gia vào một cuộc phiêu lưu tâm linh không thể tưởng tượng được, bao trùm những kiếp sống, và những phương chiều vượt quá cả những việc như thế và có lẽ hai trăm năm trước đó, thế mà cô lại đi xem một bà đồng để biết tương lai của mình. Tôi biết Catherine chưa bao giờ đi xem bói toán trong hiện kiếp, và cô cũng không biết gì về bói bài hay thầy bói; những thứ này làm cô khiếp sợ.

Tôi hỏi, "Bà ta đang bói bài phải không?"

"Bà ta thấy các sự việc".

"Cô có hỏi bà ta không? Cô muốn xem gì? Cô muốn biết gì?"

"Về một người đàn ông... mà tôi có thể lấy"

"Bà ta nói gì khi bà ta đọc những lá bài?"

"Những lá bài có ... loại gậy nào trên đó. Những cây gậy và hoa ... nhưng những cây gậy, cây giáo hay loại như vậy. Có một con bài khác có một cái ly trên đó, một cái ly... Tôi nhìn thấy một lá bài có một người hay một cậu bé mang khiên. Cô nói tôi sẽ lấy chồng, nhưng tôi không lấy người này ... Tôi không nhìn thấy khác".

"Cô có thấy bà ta không?"

"Tôi thấy những đồng tiền."

"Cô vẫn ở với bà ta chứ, hay ở một nơi khác?"

"Tôi ở với bà ta."

"Trông đồng tiền thế nào?"

"Đồng tiền vàng. Cạnh đồng tiền không

nhấn nhụi. Chúng hình vuông. Một mặt có vương miện".

"Hãy nhìn xem có năm in trên đồng tiền không. Thứ gì cô có thể đọc được... bằng chữ."

"Những con số lạ" Cô trả lời, con số "X và I".

"Cô có biết đó là năm nào không?"

"Mười bảy ...có lẽ như vậy. Tôi không biết khi nào." Cô lại im lặng.

"Tại sao sự bói toán lại quan trọng với cô?"

"Tôi không biết..."

"Bà ta bói ta có đúng không?"

Catherine thì thào, "Bà ta đi rồi. Việc qua rồi. Tôi không biết."

"Cô có nhìn thấy gì bây giờ không?"

"Không"

"Không". Tôi ngạc nhiên. Cô ấy hiện ở đâu? Tôi hỏi, "Cô có biết tên cô của kiếp sống này không?" Hy vọng tiếp tục theo mạch sống của kiếp này một vài trăm năm trước.

"Tôi đã đi khỏi đó", Cô đã rời khỏi kiếp đó và đang nghỉ ngơi. Từ nay trở đi cô có thể tự làm được việc này. Cô khỏi cần phải trải nghiệm cái chết để làm việc đó. Chúng tôi chờ đợi ít phút. Kiếp này không có gì lạ. Cô chỉ nhớ để mô tả một số sự việc nổi bật và cuộc viếng thăm thú vị bà thầy bói.

Tôi lại hỏi, "Cô có nhìn thấy gì bây giờ không?"

Cô thì thào "Không"

"Cô đang nghỉ ngơi đây chứ?"

Vâng ... đá quý có nhiều màu sắc."

"Đá quý?"

"Vâng. Chúng thực sự là ánh đèn, nhưng trông chúng giống đá quý".

Tôi hỏi, "Có gì khác nữa không?"

"Tôi vừa mới... "Cô ngưng lại và giọng thì thào của cô to lên và quả quyết. "Có nhiều lời nói và tư tưởng đang bay chung quanh đây... Đó là về sự chung sống và hòa hợp... sự quân bình các sự việc". Tôi biết các Bậc Thầy ở đâu đây.

Tôi thúc giục cô tiếp tục, "Vâng, Tôi muốn biết những sự việc này, có thể cho tôi biết được không?"

Cô đáp lại, "Ngay bây giờ chỉ có lời nói thôi."

"Chung sống và hòa hợp", tôi nhắc cô. Khi cô trả lời, đó là giọng nói của Bậc Thầy thì nhân. Tôi hỏi họ được nghe lại Bậc Thầy này.

Ông trả lời, "Phải". "Mọi thứ phải được quân bình. Thiên nhiên quân bình. Thú vật sống trong hòa hợp. Con người đã không biết làm điều đó. Họ tiếp tục tự phá hoại. Không có hòa hợp, không có kế hoạch cho điều họ làm. Thật quá khác biệt trong thiên nhiên. Thiên nhiên quân bình. Thiên nhiên là năng lượng và sự sống ... và sự khôi phục. Con người chỉ phá hoại. Họ phá hoại thiên nhiên. Họ phá hoại những người khác. Cuối cùng họ tự hủy diệt".

Đó là một tiên đoán báo điềm xấu. Với một thế giới không ngưng chao đảo và rối loạn, tôi hy vọng việc này không xảy ra ngay. Tôi hỏi, "Việc này bao giờ xảy ra?"

"Nó sẽ xảy ra, sớm hơn họ tưởng. Thiên nhiên sẽ sống sót. Cây cối sống sót. Nhưng chúng ta thì không".

"Chúng tôi có thể làm gì để ngăn chặn sự phá hoại này?"

"Không. Mọi thứ phải được quân bình... "

"Sự tàn phá này có thể xảy ra trong kiếp sống của chúng tôi không? Chúng tôi có thể tránh được không?"

"Nó sẽ không xảy ra trong kiếp sống của chúng ta. Chúng ta sẽ ở trên một bình diện khác, một phương chiều khác, khi điều đó xảy ra, chúng ta sẽ chứng kiến nó."

"Không có cách nào để dạy nhân loại ư?"

Tôi đang tìm kiếm lối thoát, làm giảm bớt khả năng.

"Việc đó sẽ được làm ở một mức độ khác. Chúng ta sẽ biết từ đó."

Tôi nhìn một cách lạc quan. "Vậy thì, những linh hồn của chúng ta tiến bộ ở những nơi khác".

"Phải. Chúng ta không còn ở đây lâu ... , như chúng ta đã biết. Chúng ta sẽ chứng kiến".

Tôi thừa nhận, "Vâng". Tôi có một nhu cầu là dạy những người này, nhưng tôi không biết cách làm thế nào. Có một cách nào không hay họ phải tự học hỏi việc này cho chính họ?"

Ông không thể đến với từng người một. Muốn ngưng sự phá hoại ông phải đến từng người, nhưng người không thể. Không thể ngưng lại được. Họ sẽ biết. Khi họ tiến bộ, họ sẽ biết. Sẽ có hòa bình, nhưng không ở đây, không ở đây trong phương chiều này."

"Cuối cùng sẽ có hòa bình?"

"Phải, ở mức độ khác."

Tôi phàn nàn, "Dường như xa lắc", "bây giờ người ta dường như quá dễ tiện ... tham lam, khát vọng uy quyền, nhiều tham vọng. Họ quên tình thương yêu, hiểu biết và kiến thức. Có nhiều cái phải học."

"Phải"

"Tôi có thể viết gì để giúp những người này? Có cách nào không?"

"Ông biết cách mà. Chúng tôi không phải bảo ông. Tất cả sẽ không có ích gì, vì chúng tôi sẽ tiến tới mức độ ấy, và họ sẽ thấy. Tất cả chúng ta đều giống nhau. Người này không vĩ đại hơn người kia. Và tất cả điều này chỉ là những bài học... và những sự trừng phạt."

"Vâng", tôi đồng ý. Bài học này là một bài sâu sắc, tôi cần có thì giờ để hấp thụ nó. Catherine đã trở nên im lặng. Chúng tôi chờ đợi, cô đang nghỉ ngơi, và tôi thu hút hết tâm trí vào những tuyên bố mạnh mẽ trong giờ qua. Cuối cùng cô phá vỡ thời gian nghỉ ngắn.

Cô thì thào, "Những viên đá quý không còn nữa, những viên đá quý không còn nữa. Những ngọn đèn... Chúng đi rồi."

"Cả những giọng nói, những lời nói?"

"Phải, tôi không nhìn thấy gì cả. " Khi cô ngưng đầu cô bắt đầu quay hết bên này đến bên kia. " "Một vị thần linh... đang nhìn"

"Vào cô"

"Phải"

"Cô có nhận ra được vị thần linh này không?"

"Tôi không chắc chắn... Tôi nghĩ có thể là Edward". Edward đã chết năm ngoái rồi. Edward đúng là ở khắp nơi. Dường như lúc nào ông ta cũng ở quanh quần bên cô.

"Trông thần linh này như thế nào?"

"Chỉ là ... chỉ là màu trắng ... giống như ngọn đèn. Vị thần linh này không có mặt, không giống như chúng ta biết, nhưng tôi biết chính là ông ấy".

"Ông ấy có nói chuyện với cô không?"

"Không, ông chỉ quan sát."

"Ông ấy có nghe điều tôi nói không?"

Cô thì thào, "Có". "Nhưng ông ấy đi rồi. Ông ấy chỉ muốn chắc chắn là tôi an toàn". Tôi nghĩ đến thần thoại trong nhân gian về những thiên thần bảo vệ. Chắc hẳn Edward, trong vai trò thần linh tình thương lượn quanh để bảo đảm là cô không có chuyện gì, gần như có vai trò thiên thần như vậy. Và Catherine cũng đã nói đến những thần linh bảo vệ. Tôi không biết đã có bao nhiêu huyền thoại trong thời thơ ấu thực sự bắt nguồn từ quá khứ được mơ hồ nhớ lại.

Tôi cũng băn khoăn về thứ bậc thần linh, ai trở thành bảo vệ và ai trở thành các Bậc Thầy, và những người chẳng phải là bảo vệ và cũng chẳng là các Bậc Thầy, mà chỉ là những người học hỏi. Phải có cấp bậc căn cứ vào trí tuệ và kiến thức, với mục đích tối hậu là trở nên Thánh thiện và gần như có lẽ nhập vào bằng cách nào đó với Thượng Đế. Đó là mục tiêu của thần học huyền bí đã mô tả bằng những lời lẽ xuất thần qua nhiều thế kỷ. Họ đã có những cái thoáng nhìn vào sự kết hợp thiêng liêng như vậy. Thiếu những kinh nghiệm cá nhân như thế, những phương tiện như Catherine, với tài năng khác thường của cô đã cung cấp một nhãn quan tốt nhất.

Edward đi rồi và Catherine lại im lặng. Mặt cô trầm ngâm và cô đang chìm đắm trong thanh thản. Cô có một tài năng tuyệt vời làm sao - khả năng nhìn vượt qua sự sống và vượt qua cái chết, nói chuyện với các "thần" và chia sẻ trí tuệ của họ. Chúng tôi đang ăn từ Cây Kiến Thức không còn bị cấm đoán. Tôi băn khoăn không biết bao nhiêu trái táo còn để lại.

Mẹ của Carole, Minette, sắp chết vì bệnh ung thư đã di căn từ ngực tới xương và gan. Tiên trình chữa bệnh đã tiếp tục từ bốn năm nay và không còn thể ngăn chặn lại bằng hóa trị. Bà là một phụ nữ can đảm, bà đã kiên cường chịu đựng đau đớn và sự ốm yếu. Nhưng bệnh tình ngày càng trầm trọng, và tôi biết cái chết của bà rất gần.

Những buổi thôi miên của Catherine cũng đang tiến triển và tôi chia sẻ kinh nghiệm và những tiết lộ này với Minette. Tôi cũng hơi ngạc nhiên, một nữ thương gia thực tế như bà sẵn sàng chấp thuận kiến thức này và muốn biết nhiều hơn nữa. Tôi đã đưa sách để bà đọc và bà đã đọc ngẫu nhiên. Bà

sắp xếp cùng tôi và Carole theo một khóa học về kabbalah (pháp thuật), những bài viết huyền bí của người Do Thái cổ hàng thế kỷ. Luân hồi và những bình diện ở giữa là những giáo lý căn bản trong tài liệu pháp thuật, tuy nhiên hầu hết những người Do Thái hiện đại không biết đến. Tinh thần của Minette sung mãn trong khi cơ thể bị hư hại. Sự sợ hãi cái chết của bà đã giảm thiểu. Bà bắt đầu mong muốn được đoàn tụ với Ben, người chồng yêu quý của bà. Bà tin vào sự bất tử của linh hồn bà, và việc này giúp bà chịu đựng đau đớn. Bà vẫn bám chặt lấy sự sống, chờ đợi đứa cháu khác ra đời, đứa con đầu lòng của Donna, con gái bà. Bà đã gặp Catherine tại bệnh viện trong một lần khám bệnh, và cách nhìn cũng như lời nói của họ hòa hợp một cách thanh bình và thiết tha. Sự thành thật và chân thật của Catherine đã thuyết phục Minette rằng sự sống sau khi chết quả là sự thực.

Một tuần trước khi chết, Minette được đưa vào khu ung thư của bệnh viện. Carole và tôi đã có thể ở với bà, trò chuyện về sự sống và cái chết, và cái gì đợi tất cả chúng ta sau khi chết. Là một thiếu phụ có phẩm cách lớn, bà quyết định chết tại bệnh viện, nơi đây các y tá có thể săn sóc bà. Donna với chồng và đứa con sáu tuần cũng đến với bà để chào vĩnh biệt. Chúng tôi luôn luôn bên cạnh bà. Vào khoảng sáu giờ chiều của đêm Minette chết, Carole và tôi mới từ bệnh viện về nhà, cả hai chúng tôi đều cảm thấy phải trở lại ngay. Sáu hay bảy giờ sau đó tràn đầy thanh thản năng lượng tinh thần siêu nhiên. Mặc dù hơi thở của bà khó khăn, nhưng Minette không còn đau đớn. Chúng tôi nói về sự chuyển tiếp của bà tới trạng thái ở giữa, ánh sáng chói lọi, và sự hiện diện tinh thần. Bà nhìn lại cuộc đời, hầu như lặng lẽ, và phán đoán để chấp nhận phần tiêu cực. Bà dường như biết bà chưa thể đi được

cho đến khi tiến trình này được hoàn tất. Bà đang chờ đợi giờ phút đặc biệt để chết, vào buổi sáng sớm. Bà trở nên mất kiên nhẫn khi thời điểm đến. Minette là người đầu tiên tôi đã hướng dẫn đến và qua cái chết trong cách này. Bà trở nên vững chắc và nỗi đau của chúng tôi được khuây khỏa bởi toàn bộ kinh nghiệm này.

Tôi thấy khả năng chữa bệnh của tôi đã mở rộng có nghĩa lý không những với ám ảnh sợ hãi và lo âu mà còn đặc biệt là về sự chỉ dẫn cho cái chết và sắp chết, hay nỗi đau đớn. Tôi theo trực giác biết điều sai và hướng đi nào phải chọn trong cách chữa bệnh. Tôi có thể truyền cảm nghĩ an lạc, bình tĩnh và hy vọng. Sau cái chết của Minette, nhiều người khác hoặc sắp chết hoặc có những người có thân nhân bị chết đã tìm đến để được giúp đỡ. Nhiều người không có ý muốn biết về Catherine hay tài liệu nói về sự sống và cái chết. Nhưng dù không phổ biến kiến thức riêng này, tôi cảm thấy tôi có thể gửi đi lời nhắn nhủ. Một giọng nói, một sự hiểu biết có thiện cảm về quá trình này, và về những sợ hãi và cảm nghĩ của họ, một cái nhìn, một tiếp xúc, một lời nói - tất cả có thể thông suốt, ở một mức độ nào đó, và chạm vào dây cung của hy vọng, về tính chất tinh thần bị bỏ quên, về nhân tính chung, và còn nhiều hơn nữa. Và cho những người có ý muốn biết nhiều hơn nữa, muốn hiểu biết rộng và chia sẻ kinh nghiệm của tôi với Catherine và cho những người khác như thể mở cửa sổ cho một luồng gió mát. Những người đã sẵn sàng thì tỉnh lại. Họ đạt được sự hiểu biết thấu đáo nhanh chóng hơn.

Tôi tin tưởng mạnh mẽ rằng những thầy thuốc chuyên khoa phải có một tâm hồn cởi mở. Đúng là các công trình khoa học hơn nữa cần phải chứng minh những kinh nghiệm chết và sắp chết, như của Catherine,

những công trình thí nghiệm nhiều hơn nữa cũng rất cần thiết trong lĩnh vực này. Các thầy thuốc chuyên khoa cần xét khả năng của sự sống sau khi chết để sát nhập nó vào việc chỉ dẫn của họ. Họ không cần phải sử dụng thái miên lụi về dĩ vãng, nhưng họ phải có đầu óc cởi mở, chia sẻ kiến thức của mình với bệnh nhân, và không nên coi nhẹ kinh nghiệm của bệnh nhân.

Bây giờ con người bị tàn phá bởi những đe dọa về tính bất tử. Tai họa của bệnh AIDS, sự tàn phá khủng khiếp của (vũ khí) hạt nhân, khủng bố, bệnh tật, và nhiều tai họa lớn treo trên đầu chúng ta và hành hạ chúng ta hàng ngày. Nhiều thiếu niên tin rằng chúng không sống quá hai mươi tuổi. Điều này không thể tưởng tượng được, phản ánh sự căng thẳng khủng khiếp trong xã hội chúng ta.

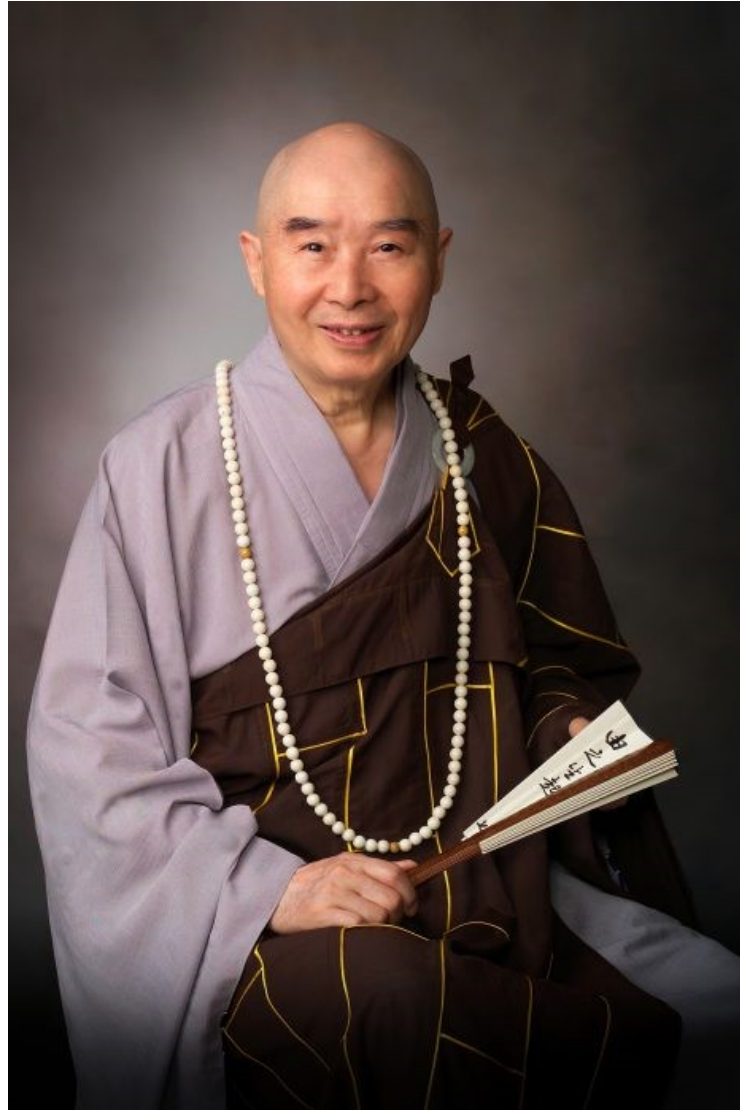
Trên mức độ cá nhân, phản ứng của Minette với thông điệp của Catherine rất đáng khuyến khích. Tinh thần của bà được củng cố, bà cảm thấy hy vọng trước đau đớn vật chất và cơ thể bị tàn phá. Nhưng những thông điệp đó là cho tất cả chúng ta, không chỉ để cho những người sắp chết. Cũng có niềm hy vọng cho tất cả chúng ta. Chúng ta cần nhiều hơn nữa những thầy thuốc và khoa học gia thông báo những Catherine khác, để xác nhận và mở rộng thông điệp của cô. Những câu trả lời là ở đây. Chúng ta bất tử. Chúng ta lúc nào cũng bên nhau.

-ooOoo-

(Còn tiếp)

Đại Lão Hòa Thượng Thích Tịnh Không

Theo Bách Khoa Toàn Thư mở Wikipedia



Đại lão Hòa Thượng Thích Tịnh Không pinyin: *Jìngkōng* (18 tháng 3 năm 1927 - 26 tháng 7 năm 2022), tục danh **Từ Nghiệp Hồng**, pháp danh **Giác Tịnh**, tự **Tịnh Không**, người trấn Dịch Trì huyện Lư Giang thuộc tỉnh An Huy, hoàng dương Pháp môn Tịnh Độ, đến nay giảng kinh đã hơn 50 năm. Hòa thượng tiên phong trong việc áp dụng kỹ thuật truyền thông đa

phương tiện Internet để phổ cập Phật học với trọng tâm là pháp môn Tịnh Độ. Các bài giảng của Hòa thượng có thể tìm thấy phổ biến trên youtube bằng nhiều thứ tiếng khác nhau.

Hòa Thượng Tịnh Không chuyên giảng Đại Thừa Vô Lượng Thọ Trang Nghiêm Thanh Tịnh Bình Đẳng Giác Kinh do cư sĩ Hạ Liên Cư hội tập thành công năm bản dịch Vô

Lượng Thọ Kinh của 5 triều đại Trung Hoa. Hoà thượng nhấn mạnh rằng Phật giáo là Giáo dục của Phật Đà dựa vào trí tuệ và từ bi để thành đạo, chứ không phải là tôn giáo mê tín dị đoan.

Tịnh Không thế danh là Từ Nghiệp Hồng, sinh năm 1927, tại huyện Long Giang, tỉnh An Huy, Trung Quốc. Thời niên thiếu ông sống và học tập tại tỉnh Phúc Kiến và Quý Châu.

Năm 1949 ông định cư tại Đài Loan, làm việc tại Thực Tiễn Học Xá.

Từ năm 1956 - 1959 Tịnh Không học Mật Tông với Đại sư Chương Gia.

Từ năm 1959 - 1969 Tịnh Không học Phật học với cư sĩ Lý Bình Nam.

Năm 1959 ông được chế độ tại chùa Lâm Tế - Đài Bắc - Đài Loan, pháp danh là Tịnh Giác, pháp tự là Tịnh Không.

Sau khi thọ cụ túc giới, và đây cũng chính là khởi đầu trong suốt quá trình giảng kinh thuyết pháp. Ngoài việc tinh thông kinh điển Đại Thừa, ông nghiên cứu các kinh điển những tôn giáo khác như: Cơ Đốc giáo, Thiên Chúa giáo, Hồi giáo, Nho giáo... nên đã khởi xướng xây dựng mỗi đoàn kết 9 tôn giáo tại Singapore như một đại gia đình, và cũng là người chú trọng thúc đẩy hòa bình đoàn kết các tôn giáo và các dân tộc khác. Ngoài ra, ông còn cùng đệ tử là Pháp Sư Ngô Đạo thành lập Tịnh Tông Học Hội trên toàn thế giới do cư sĩ Lý Bình Nam khởi xướng.

Hoà Thượng Tịnh Không được xem là người có công phục hưng Tịnh độ tông với việc cống hiến cả cuộc đời mình cho việc nghiên cứu, thực hành và truyền bá pháp môn Tịnh Độ, là một pháp môn mà ông đã đạt được những thành tựu lớn nhất.

Đại Lão Hoà Thượng Pháp sư Tịnh Không đã thu thân viên tịch vì viêm phổi vào lúc 02 giờ sáng ngày 26 tháng 07 năm 2022 tại chùa Cực Lạc, Đài Nam, Đài Loan. Hưởng thọ 95 tuổi.

Hoà Thượng Tịnh Không (Chin Kung) là tác giả của những quyển sách sau:

- The Art of Living (Tạm dịch: Nghệ thuật sống)
- Buddhism as an Education (Tạm dịch: Phật giáo là một nền giáo dục)
- Buddhism: The Awakening of Compassion and Wisdom (Tạm dịch: Phật giáo: Sự thức tỉnh của từ bi và trí tuệ)
- The Collected Works of Master Chin Kung (Tạm dịch: Pháp Ngữ của Hoà Thượng Tịnh Không)
- Path to True Happiness (Tạm dịch: Con đường đến hạnh phúc chân thực)
- To Understand Buddhism (Tạm dịch: Để thấu hiểu Phật giáo)



Khai thị Niệm Phật của Pháp Sư Tịnh Không

Hãy chăm chỉ niệm Phật, niệm Phật có thể diệt tội, có thể tiêu tai, có thể chuyển nghiệp báo của chúng ta. Quý vị phải thật sự niệm, phải biết niệm! Phải hiểu rõ ý nghĩa trong kinh, phải y giáo phụng hành.

Khai thị về pháp môn niệm Phật của các đại sư

1. Học Phật thì phải dùng cái tâm bình thường để học, phải gìn giữ sự bình thường. Nói thật ra, tựa đề kinh Vô Lượng Thọ đã nêu ra rất hay: “thanh tịnh, bình đẳng”. Trong tâm khởi niệm là cuộn sóng, là chẳng thanh tịnh, là bất bình đẳng. Kẻ ấy có vọng niệm, một niệm là một nhiễm ô, là chẳng thanh tịnh, là bất bình đẳng. Đạt đến “thanh tịnh, bình đẳng” là một niệm chẳng sinh. Nói thật thà, một niệm chẳng sinh cũng là nhiễm ô, cũng là bất bình đẳng, vì sao? Người ấy có “một niệm chẳng sinh”, cũng là phiền phức! Tôi chỉ nói tới đây, quý vị hãy thấu hiểu cặn kẽ: Hễ có “một niệm chẳng sinh” thì cũng không được. [Nếu cảm thấy] “nay ta rất thanh tịnh”, thôi rồi, quý vị chấp trước (dính mắc) thanh tịnh, vướng mắc nơi thanh tịnh, sự thanh tịnh ấy chính là chẳng thanh tịnh, cũng không được!

2. Học Phật phải khởi đầu bằng học làm người, phải học từ tu phước, học từ đoạn ác

tu thiện. Chư vị phải biết: Phật là đấng Nhị Túc Tôn, phước trọn đủ, huệ cũng viên mãn. Do hai môn phước và huệ đều viên mãn, nên gọi là Nhị Túc Tôn. Trong thế gian lẫn xuất thế gian, Phật có phước báo lớn bậc nhất! Nếu chúng ta chẳng tu phước, làm sao có thể thành Phật cho được? Cố nhiên, tu huệ là trọng yếu, nhưng chẳng tu phước thì huệ cũng chẳng tu thành. Vì sao? Quý vị chẳng tu phước, quý vị chẳng có cái ăn, chẳng có cái mặc, chẳng có nơi để ở, làm sao có thể tu huệ cho được? Phật môn Trung Hoa có một câu tục ngữ: “Pháp luân vị chuyển, thực luân tiên” (Chưa chuyển pháp luân, phải lo cái ăn trước). Ăn uống là chuyện khẩn yếu bậc nhất! Chẳng ăn no, làm sao có thể tu Phật pháp cho được? Điều này nói rõ tu phước trọng yếu ngàn ấy!

Những lời vàng về pháp môn niệm Phật

3. Có người tu thiện tích đức, đời này cuộc sống bần cùng, là do nguyên nhân nào? Trong đời quá khứ chẳng tu, trong mạng chẳng có phú quý, vận mạng nghèo túng, hèn kém, áo cơm thiếu thốn. Đời này, may mắn gặp thiện tri thức, gặp bạn lành, biết sửa lỗi đổi mới, biết đoạn ác, tu thiện, biết tích lũy công đức, cho nên người ấy vẫn còn có thể miễn cưỡng sống được. Nếu đời này, người ấy chẳng tu tập, tích lũy như vậy,

ngay cả mức sống như trong hiện thời người ấy cũng chẳng hưởng được! Đời này tuy rất nghèo khổ, đời sau phước báo to lớn. Người ấy tu phước cho đời sau. Do vậy, nếu quý vị có thể thấy ba đời (quá khứ, hiện tại và vị lai), sẽ tâm bình khí hòa, gặt đầu: – Có lý, chẳng phải là vô lý!

4. Kinh Kim Cang nói rất hay: “Chẳng chấp lấy tướng, như như bất động”. Trong Đàn Kinh, Lục Tổ đại sư đã diễn tả hai câu này rõ hơn, nông cạn hơn đôi chút để mọi người liễu giải dễ dàng. Lục Tổ nói: “Ngoài chẳng chấp tướng, trong không động tâm”. “Ngoài không chấp tướng là Thiền, trong chẳng động tâm là Định”. Chúng tôi lại nói cách khác, càng nông cạn, rõ rệt, dễ hiểu hơn cách nói ấy: Ngoài là chẳng bị ảnh hưởng bởi ngoại cảnh, chẳng phải là không tiếp xúc. Đối với cảnh giới bên ngoài, có thể tiếp xúc, mắt có thể thấy, tai có thể nghe, hết thảy đều có thể tiếp xúc, tuy tiếp xúc mà như thế nào? Chẳng bị nó ảnh hưởng, nó chẳng thể ảnh hưởng quý vị. Đó là Thiền. Nội tâm như như bất động. Đó là Định.

5. Trong hiện thời, [cái tật] thấp thỏm, bộp chộp gần như là thấy rất phổ biến. Bất luận quý vị ở nơi đâu, chỉ cần lắng lòng quan sát, [sẽ thấy] người bình phàm hiện thời luôn vội vã, xáo động. Cũng có thể biết là họ có lắm vọng tưởng, nhiều phân biệt, nhiều chấp trước (nhiều dính mắc), tâm tình chẳng ổn định, rất dễ dàng nổi giận. Điều này thuộc loại Diệt Cử, cũng có nghĩa là tâm họ chẳng định được. Giống như trong xã hội xưa kia,

bất luận sĩ, nông, công, thương, ta trông thấy mọi người đều rất ổn định, ôn hòa, ăn nói thông thả, động tác cũng thông dong. Chúng ta xem gia thư, gia huấn của ông Tăng Quốc Phiên, quý vị thấy ông ta dạy dỗ con em, viết khá nhiều gia thư, gia huấn [luôn nhấn mạnh vấn đề trấn định tâm tình]. Do vậy, có thể biết, ông ta rất coi trọng vấn đề này. Những kẻ trẻ tuổi phải học ổn trọng. Học ổn trọng bắt đầu từ đâu? Hết thảy đều thông thả, chớ nên khiến cho người khác thấy vội vàng, gấp rút. Bất luận gặp vấn đề gian nan như thế nào đi nữa, tâm địa đều là như như bất động, có lý lắm! Trong kinh, đức Phật đã dạy rất rõ ràng, tâm thanh tịnh sinh ra trí huệ, trí huệ mới có thể giải quyết vấn đề. Bộp chộp, loi choi sẽ sinh phiền não, phiền não thì làm sao mà giải quyết vấn đề cho được? Phiền não chỉ có thể khiến cho vấn đề càng thêm phức tạp, chẳng phải là phương pháp để giải quyết vấn đề!

Làm sao để được thanh tịnh khi niệm Phật

6. Tâm giống như đại địa, thứ gì cũng đều có thể nhẫn. Nói thật ra, học Phật thì đầu tiên phải là học nhẫn nhục. Vì thế, trong tứ đại Bồ Tát, Địa Tạng Bồ Tát được xếp đầu tiên. Địa biểu thị đại địa. Tâm chúng ta phải giống như đại địa, có thể nhẫn, có thể hứng chịu, tốt cũng hứng chịu, xấu cũng hứng chịu, lại còn hứng chịu bình đẳng, học những điều này. Học những điều ấy thì sau đó mới có thể đắc Định, mới có thể đắc tâm thanh tịnh. Chẳng thể nhẫn nhục thì người

ây tu học Phật pháp, tối đa là trong tương lai làm một nhà Phật học mà thôi, có thể nói đến nổi hoa trời rơi tán loạn, nhưng trong tương lai đáng nên luân hồi như thế nào thì vẫn luân hồi đúng như thế ấy, chẳng có tác dụng gì cả. Đúng như sư Tu Vô đã nói: “Nói được, chẳng làm được; chẳng phải trí huệ thật”. Căn bản là chẳng có trí huệ chân thật. Vì vậy, phải tu nhẫn nhục, biết nhẫn nhục hết sức trọng yếu.

7. Ta cứ niệm một câu A Di Đà Phật tới cùng, sinh về Tây Phương Cực Lạc thế giới, thả chiếc bè Từ trở lại, thành Bồ Tát, thành Phật đến độ hết thầy chúng sinh, có phải là tiêu cực hay không? Có phải là Tiểu Thừa hay không? Người thế gian chẳng thấy chuyện này! Nay chúng ta nghe những lời lẽ đó, tâm chính mình bị dao động thì nói cách khác: Ba món Tín, Nguyện, Hạnh của quý vị đều chưa thể trông cậy được! Đó là chướng ngại. Nay chúng ta chỉ cần quét sạch những chướng ngại ấy, nhất tâm nhất ý niệm A Di Đà Phật. Đừng nói là pháp thế gian chẳng thể chướng ngại được, hết thầy xuất thế gian Phật pháp cũng chẳng thể chướng ngại được. Quý vị nói Thiên hay, chúng tôi rất cung kính, Thiên hay lắm! [Quý vị nói] Giáo hay, [tôi cũng tán thán] Giáo cũng khá lắm. Mật Tông cũng hay, thứ gì cũng đều hay. “Quý vị học pháp của quý vị, tôi học pháp của tôi, tôi tuyệt đối chẳng bị lay động!” Đó là diệt trừ chướng ngại, tâm quý vị thật sự định, như vậy thì mới chắc chắn thành tựu. Do đó, bí quyết **niệm Phật** là “quyết định chẳng hoài nghi, chẳng gián đoạn, không xen tạp”,

há lẽ nào chẳng thành công?

8. Quý vị niệm Phật mà còn tham tài, tham danh, tham lợi trong thế gian, có thể vãng sinh nổi hay chẳng? A Di Đà Phật đến tiếp dẫn ta, [nhưng ta thấy] cỗ phiếu chỗ nợ đang lên giá, không thể đi được, phải kiếm tiền đã! Vậy thì làm sao có thể ra đi thành công cho được? Còn có con cháu rất đông, ta còn chưa gặp mặt chúng, còn chưa dặn dò rõ ràng. A Di Đà Phật chẳng thể chờ đợi quý vị. Quý vị có tham, có sân khuể, người này trong quá khứ có lỗi với ta, ta còn chưa trả đũa hẳn, vậy thì cũng chẳng đi được! Tham, sân, si, mạn, nghi đều là đại chướng ngại cho việc vãng sinh. Nếu quý vị muốn vãng sinh Tây Phương Cực Lạc thế giới, những thứ ấy đều chớ nên có. Chúng là tập khí (thói quen tật xấu), là phiền não, là chướng ngại, là nghiệp chướng!

Mỗi người chúng ta đều biết: “Ta nghiệp chướng rất nặng”. Đúng vậy! Nghiệp chướng rất nặng, người nghiệp chướng nặng nề chẳng thể vãng sinh. Hy vọng một câu Phật hiệu (A Di Đà Phật) này sẽ tiêu sạch tất cả nghiệp chướng của quý vị. Ý niệm tham, sân, si, mạn, nghi vừa dấy lên, ngay lập tức chuyển nó thành A Di Đà Phật, khiến cho ý niệm ấy bị quên lãng. Ất cần phải niệm câu Phật hiệu A Di Đà Phật ngay như, trong mỗi niệm, Phật hiệu đều dấy lên hiện hành, trong mỗi niệm, tham, sân, si, mạn đều giảm bớt, công phu sẽ đặc lực, đó là cảnh giới tốt đẹp. Mỗi ngày niệm mười vạn tiếng Phật hiệu mà vẫn khởi tham, sân, si, mạn, vô dụng! Cổ nhân trào phúng: “Hết toạc cổ họng vẫn uống công”. Chẳng thể vãng sinh, **niệm Phật** chỉ là tốt lành ngoài miệng,

ý chẳng tốt lành!

Ăn chay, niệm Phật, thương người, thương vật

9. Hãy chăm chỉ niệm Phật, niệm Phật có thể diệt tội, có thể tiêu tai, có thể chuyển nghiệp báo của chúng ta. Quý vị phải thật sự niệm, phải biết niệm! Phải hiểu rõ ý nghĩa trong kinh, phải y giáo phụng hành. Như thế thì mới có thể chuyển thân nghiệp báo thành thân nguyện lực. Nguyện lực là thừa nguyện tái lai, khác hẳn. Hiện thời, khoa học kỹ thuật phát triển, chúng sinh có phước, hãy nghe đi nghe lại băng thâu âm giảng kinh thuyết pháp chẳng ngừng. Mỗi ngày tối thiểu nghe hai cuốn băng (tức là nghe giảng ba tiếng đồng hồ), chớ nên gián đoạn ngày nào! Hễ gián đoạn, phiền não sẽ sinh khởi. Nghe kinh giảng pháp nhằm nhắc nhở bản thân giác chứ không mê, chánh chứ không tà, tịnh chứ chẳng nhiễm.

10. Trong thế gian này, ngũ dục (tiền tài, sắc, danh vọng địa vị, ăn uống, ngủ nghỉ), lục trần (sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp), lục đạo luân hồi (trời, người, a tu la, ngạ quỷ, súc sinh, địa ngục) đều là giả, chẳng có gì là chân thật, quyết định chớ nên tham luyến. Nhất tâm nhất ý tu pháp môn niệm Phật cầu sinh Tây Phương Cực Lạc thế giới, đó là đúng. Đến Tây Phương Cực Lạc thế giới là thành tựu viên mãn đạo nghiệp của chính mình. Chính mình đã có năng lực, bèn quay lại thế giới này để hóa độ chúng sinh. Đó là người thật sự thông minh, thật sự có

trí huệ.

11. Có một cặp vợ chồng ở Tân Trang học Phật đã đôi ba năm, ở cách chúng ta rất xa, do vậy, chỉ nghe băng thâu âm giảng kinh thuyết pháp, nghe rất hoan hỷ. Ngày hôm qua, ông ta kể với tôi nguyên nhân khiến ông ta học Phật. Ông ta làm bác sĩ, biết nhân quả báo ứng, nên hề khám bệnh cho người khác bèn lầy tiền công rất ít, người nhà chẳng thông cảm với ông ta, kêu ca ông ta thu tiền khám bệnh mà ngay cả dùng để mua thuốc theo giá vốn cũng chẳng đủ! Cha và vợ ông ta đều chẳng vui lòng, chẳng thông cảm cho lắm. Do bà vợ cũng học Phật, tôi bảo bà ta: “Tích tài chẳng bằng tích đức! Nay chồng bà làm như vậy, ông bà sẽ có phước mai sau, ông ta làm không sai. Chỉ cần có thể sống qua ngày là được rồi, cần gì phải kiếm nhiều tiền? Chẳng bằng tích đức cho nhiều”. Ông ta cho tôi biết: Ông ta học Phật là do nghe băng thâu âm giảng kinh thuyết pháp bèn dấy tín tâm, còn nguyên nhân xa là do bà nội của ông ta đã tạ thế từ mấy năm trước [phát khởi]. Thuở đó, cả nhà đều chẳng tin Phật, bà nội **niệm Phật**, do mọi người trong nhà không tin, nên chỗ nào cũng gặp chướng ngại. Bà cụ niệm thầm trong tâm, chưa bao giờ niệm ra tiếng, cụ niệm theo cách như vậy. Khi mất, cụ tinh táo, sáng suốt. Cụ bị bệnh ung thư, nói theo người khác thì sẽ rất đau khổ; nhưng cụ chẳng bị đau khổ. Khi cụ mất, chẳng bị đau khổ, dầu bị bệnh cũng chẳng đau khổ. Khi sắp mất, cụ biết sẽ mất lúc nào, biết trước lúc mất. Khi đã chết, khuôn mặt còn hồng hào, còn dễ nhìn hơn vẻ mặt lúc sống. Cha ông ta gọi người trong nhà đến xem, ông ta chẳng biết niệm Phật, nhưng biết mẹ mình là người tu hành, bèn nói: “Người tu hành khác hẳn, nhất định là cụ sinh lên trời, tương mạo trang nghiêm dường ấy”. Thuở ấy, ông ta chẳng tin tưởng cho lắm, nay do nghe Phật

pháp, bèn biết đó là sự thật, [bà cụ] quyết định vãng sinh Cực Lạc! Khi cụ sắp mất, đã bảo con cái: “Phật đã đến, đang đợi ta ở cửa”. Nói xong, cụ qua đời. Khi ấy, vì họ chẳng tin Phật, ngỡ bà cụ quáng mắt, chẳng bình thường cho lắm, ăn nói nhăng nhít, nay suy nghĩ, biết là thật, Phật đến tiếp dẫn về Cực Lạc.

Điều thiết yếu khi niệm Phật

12. Hãy thật thà niệm Phật, đoạn ác tu thiện, một niệm hồi tâm, tướng sẽ thay đổi, tướng chuyển theo tâm mà! Tướng chuyển theo tâm tức là mạng chuyển theo tâm, cát hung họa phúc đều do ý niệm của quý vị [chi phối], quý vị nghĩ xem có trọng yếu lắm không? Trong học Phật, nói về tu hành, tu từ chỗ nào? Khởi tâm động niệm! Tu từ chỗ này. Khởi lên một niệm, quý vị có thể nhận biết niệm ấy là thiện hay ác, đó là trí huệ. Trong Phật pháp nói giác và mê, giác hay mê quan sát từ chỗ nào? Từ ý niệm. Một niệm dấy lên, chính quý vị biết niệm ấy là thiện hay ác, đó là giác. Một niệm dấy lên, nhưng chính mình chẳng biết niệm ấy là thiện hay ác, đó là mê. Người thật sự tu hành, hề có một thiện niệm, thiện niệm bèn tiếp tục tăng trưởng; hề có một niệm ác thì ngay lập tức điều ác ấy bị đoạn trừ. Ác niệm thứ nhất dấy lên, chẳng thể có ác niệm thứ hai; ác niệm thứ hai bị tiêu diệt, đó là thật sự tu hành. Người tu hành như vậy được chư Phật hộ niệm, long thiên thiện thần tôn kính. Họ đã tôn kính quý vị, đương nhiên sẽ gia hộ quý vị. Kẻ mê hoặc, một thiện niệm dấy lên, trong niệm thứ hai, thiện niệm bị đoạn

trừ; ác niệm dấy lên, ác niệm này nối tiếp ác niệm kia tăng trưởng, thiện thần xa lìa, yêu ma quỷ quái liền dựa thân, theo sát quý vị.

13. Nước biểu thị cái tâm, tâm thanh tịnh, nước thanh tịnh. Nước bình lặng, biểu thị sự thanh tịnh, bình đẳng. Thấy một chén nước, bèn nghĩ xem cái tâm có giống nước hay không, nó biểu thị pháp. Tuyệt đối chẳng phải nước đã cúng dường Phật ấy uống vào có thể trị bách bệnh, [thế nhưng hiểu theo chân nghĩa thì] thật sự là trị bách bệnh! Chẳng phải là uống vào trị bách bệnh, mà quý vị hiểu ý nghĩa của nó: Tâm địa quý vị thanh tịnh, bình đẳng thì bệnh gì cũng đều chẳng có! Bệnh từ đâu ra? Tâm quý vị chẳng thanh tịnh thì mới sinh bệnh, tâm đã thanh tịnh, lẽ đâu sinh bệnh? Tâm thanh tịnh, tâm bình đẳng, sẽ không thể sinh bệnh. Nước biểu thị thanh tịnh và bình đẳng.

14. Thiền sư Không Cốc nói: “Chỉ cần quý vị niệm một câu Phật hiệu (A Di Đà Phật) đến cùng, quý vị sẽ có ngày khai ngộ”. Tiêu nghiệp chướng chẳng có gì khác, chính là chuyên tâm, chuyên nhất [mà thôi]! Nghiệp chướng tiêu trừ. Tiêu trừ nghiệp chướng thì sợ nhất là làm quá nhiều, quá tạp, tâm chẳng thanh tịnh, nghiệp chướng sẽ chẳng tiêu được! Hề “nhất”, tâm bèn thanh tịnh. Vì thế, “nhất” quá trọng yếu./-

Nhân lễ Vu Lan nhớ chuyện Tôn giả Mục Kiền Liên cứu mẹ

Tuệ Như

Người Việt Nam xưa nay nặng chữ Hiếu, luôn đặt chữ Hiếu làm đầu. Gương của ngài Mục Kiền Liên là một gương sáng nói lên lòng hiếu thảo của người con đối với cha mẹ. Ngày Lễ Vu Lan là ngày rất quan trọng, để nhắc nhở tất cả phật tử đều ý thức mình làm tròn bốn phận người con.

Trong mười đệ tử của Đức Phật, Mục Kiền Liên được mệnh danh là đệ tử thần thông số một. “Phật thuyết Vu Lan Bồn Kinh” kể rằng, sau khi Mục Kiền Liên chứng đắc quả vị A-la-hán, ông đã phát nguyện sẽ báo đáp công ơn sinh thành của mẹ. Mẹ của Mục Kiền Liên là bà Thanh Đề, lúc sinh thời bà tạo nhiều tội nghiệp vì thế khi chết đi bị đọa vào con đường ngạ quỷ, phải chịu hành hạ

vô cùng thống khổ, không được ăn, cũng chẳng được uống.

Bằng phép thần thông, thông qua thiên nhãn, Mục Kiền Liên nhìn thấy người mẹ đã khuất của mình bị hành hạ, đói khát. Là người nổi tiếng với đạo Hiếu, khi chứng kiến cảnh mẹ như vậy Ngài vô cùng xót xa, vì thế Ngài đã dùng thần thông hóa ra một bát cơm cho mẹ mình. Khi bà Thanh Đề nhìn thấy đồ ăn, vội vàng dùng tay che bát cơm lại không cho các cô hồn khác biết. Nhưng thức ăn vừa đưa lên miệng liền hóa thành lửa đỏ, dù có làm thế nào cũng không sao ăn được. Mục Kiền Liên chứng kiến mà trong lòng vô cùng đau xót. Tuy bản thân có pháp lực thần thông, nhưng rốt cuộc vẫn không thể cứu nổi mẹ mình.



Tranh vẽ Tôn giả Mục Kiền Liên cứu mẹ. Nguồn: Internet

Ngài trở về bạch Phật sự tình và hỏi lý do. Đức Phật từ bi dạy rằng: “Mục-kiền-liên, lúc sinh tiền mẹ ông đã hủy báng Phật pháp, chửi mắng chú Tăng, không tin nhân quả luân hồi, lại rất bòn xén, chẳng bao giờ bố thí cho ai, kể cả bố thí cho con kiến hạt gạo. Vì thế, sau khi chết bà phải chịu quả báo như thế. Ông tuy là con người hiếu đạo, thương cha nhớ mẹ, muốn đền đáp thâm ân, nhưng sức của ông có hạn. Dù có thần thông, một mình ông cũng không thể giải cứu nghiệp lực cho mẹ. Ông hãy đợi đến rằm tháng bảy, ngày chُر tăng mãn hạ, thiết lễ Vu Lan nhờ sức chُر tăng cùng chú nguyện thì mẹ ông mới thoát khỏi được cảnh địa ngục. Theo như lời Phật dạy, ngày rằm tháng bảy, Tôn giả Mục Kiền Liên sắm sửa vật thực, dâng cúng mười phương chُر tăng không những giúp cho bà Thanh Đề mà nhiều người khác trong ngày đó cũng thoát khỏi địa ngục.

Câu chuyện Tôn giả Mục Kiền Liên Cứu Mẹ không chỉ giải thích cho sự ra đời của ngày lễ Vu Lan, mà còn đưa ra một bài học sâu sắc: Thiện ác hữu báo, tội nghiệp do bản thân gây ra thì phải tự mình hoàn trả. Dù có đầy đủ thần thông như Tôn giả Mục Kiền Liên cũng không cách nào gánh chịu tội nghiệp thay cho người khác được, dầu đó là tội nghiệp của cha, mẹ, hay anh em bạn bè. Chỉ khi kẻ tạo nghiệp phải đích thân chịu tội và sửa sai hướng thiện mới có hy vọng thoát khỏi khổ nạn một đời.

Tuệ Như

Hư Hư Lục

Thích Nữ Như Thủy

Khi Người Đẹp Trả Thù

Mạn La Hoa là cô gái đẹp nhất của kinh thành U Du. Vừa đẹp đẽ lại vừa giàu sang thuộc dòng danh giá vọng tộc nên cô được không biết bao nhiêu Vương tôn công tử găm ghé cầu hôn. Cha mẹ cô thuộc dòng dõi danh giá vọng tộc và rất giỏi nghề tướng số. Như bao nhiêu đấng sanh thành khác, song thân của Mạn La Hoa rất lấy làm hãnh diện về cô con gái cưng của mình. Họ nhất định phải chọn cho được chàng trai nào có đầy đủ 32 tướng tốt, bất kể giàu nghèo để gả con gái cho.

Khi ấy đức Thế Tôn của ta mới ngoài 30 tuổi. Trên đường hoằng pháp Ngài đi ngang qua kinh thành U Da. Nhác trông thấy từ dung của Đức Đạo Sư, thân phụ cô Mạn La Hoa đã giật mình sững sốt. Đây quả là chàng rể đông sàng mà ông bà thầm ao ước. Nhìn tới ngắm lui thấy Ngài quả thật hết chỗ chê, ông Bà la môn thân phụ của Mạn La Hoa liền bước tới ngỡ lời:

- Này cậu sa môn! Không nói giấu gì cậu, già đây cũng là người có chút đỉnh danh vọng ở vùng này, già hiếm hoi chỉ được một gái, tuổi vừa đôi tám, bộ dạng cũng huê mỹ mặn mà... không biết bao nhiêu người đã găm ghé cầu hôn mà già đây chưa nhận lời. Bữa nay chợt gặp cậu đây, già liền sanh lòng yêu mến. Vậy, cậu hãy chịu khó đứng đây, già về dắt má bày trẻ đến bàn chuyện.. và đem quần áo tốt cho cậu thay đổi rồi về gia trang của già.

Đức Thế Tôn làm thinh không đáp.

Ông Bà la môn hồi hả chạy về nhà, gọi vợ:

- Này má nó ơi! Hỷ tín! Chàng rể nhà ta đã đến rồi.

Bà vợ tất tả chạy ra, ông liền thuật lại tự sự rồi dắt vợ đi tìm Đức Thế Tôn.

Lúc bấy giờ Đức Thế Tôn đang ngồi thọ thực dưới bóng mát của một tàng cây. Ông lão sốt ruột lắm bầm:

- Ủa! Đâu rồi cà... Rõ ràng là tôi dặn y đứng chờ, y làm thinh có mòi chịu lắm mà!

- Hồi nãy, ba nó gặp ở chỗ nào?

- Thì ngay đây nè! Đó... dấu chân y còn in rõ nơi đây... má nó thấy không? Bàn chân này có một không hai trên đời này...

- Ông à! Sao tui thấy dấu chân này lạ quá...

- Thì tui đã nói với bà rồi, còn lạ lung gì nữa... Y đẹp trai số dzách, tướng hảo vô song, xứng đôi vừa lứa với con Hoa nhà mình lắm.

- Ông à... tui thấy không ổn rồi...

- Sao? Bà thấy cái giống gì mà không ổn?

- Cái dấu chân này có vân thiên luân... chứng tỏ người này đã dứt lòng dục nhiễm rồi.. Hạng này không chịu lập gia đình đâu ông.

- Thôi đi bà ở đó mà tương với số. Y đã bằng lòng rồi mà. Kia kia! Y đang ngồi dưới tàng cây kia.

Hai ông bà liền đến gặp Phật nhắc lại chuyện trăm năm. Đức Thế Tôn liền tùy

cơ nói pháp, sau thời pháp cả hai ông bà đều đắc quả Tu Đà Hoàn, xin quy y làm đệ tử tục gia của Phật.

Trong khi ấy, Mạn La Hoa ở nhà trang điểm kỹ lưỡng theo lời cha mẹ dặn dò, hồi hộp chờ đợi vị hôn phu thì con hầu gái đã tất tả chạy về mách lẻo trước.

- Tiểu thư ơi! Tiểu thư.

- Cái gì?

- Dạ... dạ hồng rồi!

- Cái gì hồng? Cá khô hay là cơm khét?

- Dạ... hồng phải chuyện đó...

- Chứ chuyện gì?

- Dạ... chuyện trăm năm của tiểu thư đó...

- A! Con bé này láo thật, mi dám xen vào chuyện của chủ nhân à?

Cô hầu gái, bị rầy, tiu nghỉu:

- Xin tiểu thư tha lỗi cho... từ rầy về sao con không dám thế nữa...

- Được rồi lần đầu cô tha cho... lần sau thì phải đòn đây. Mà này, em biết gì... nói cô nghe thử...

- Dạ... dạ cái ông sa môn đó, tuy có đẹp trai thật nhưng mà khinh người số một. Con núp đằng sau cội cây nghe ông đối đáp với lão gia rõ mòn một... ông chê rằng... nhưng... con không dám nói đâu...

- Em cứ nói, cô cho phép...

- Thừa tiêu thư, ông bảo rằng thân thể của tiêu thư bản thiêu, hôi thúi lắm...

Mạn La Hoa tái mặt, lần đầu tiên cô mới nghe một lời phỉ báng về cô quá khó nghe như thế. Con hầu gái vẫn thản nhiên nói:

- Ông nói là: Cô con gái của hai ông bà chỉ có thể mê hoặc những tên đàn ông ngu ngốc thôi... ông nói là... cơ thể của cô ngày đêm rỉ chảy đủ thứ đồ ô uế như đàm dãi, phân tiểu... Là lúc ông tu hành ở trong rừng, mấy bà tiên ở trên trời xuống đòi làm hầu thiếp mà ông còn hồng thềm... Là, cái thể xác của tiêu thư, cho ông đựng tới bằng ngón chân, ông cũng không thềm là...

Quá sức chịu đựng, Mạn La Hoa ném ngay lọ hoa xuống đất, hét:

- Im ngay! Im ngay! Ta cấm mi không được lặp lại những lời này với một kẻ thứ hai nào hết... Nếu trái lời, đừng trách ta độc ác... Nghe rõ chưa?

- Dạ rõ!

Thấy nữ chủ nổi trận lôi đình, con hầu gái vội vàng lẩn mất. Mạn La Hoa nằm vật xuống giường òa lên khóc nức nở.

Hồi lâu, cô hậm hực nhìn về phía Đức Thế Tôn đang ngự, chỉ tay gằn giọng:

- Nay ông sa môn ngạo mạn kia hãy mở con mắt chóng lỗ tai lên mà xem Mạn La Hoa này, ông phải trả giá cho những lời nói hỗn xược của ông... Làm như ta đây là thứ ế ẩm để dành bán sol... không bằng.

Với chủ tâm trả thù Phật, ngày hôm sau Mạn La Hoa cho bán tin với đại vương thành U Du rằng cô đã bằng lòng. Một tuần

sau cô trở thành hoàng phi của vua U Du, đệ nhất phu nhân của vùng Kosambi.

Nhiều năm trôi qua, ngày mà hoàng phi Mạn La Hoa chờ đợi đã đến, đức Phật cùng A Nan du hóa qua vùng Kosambi. Những tay chửi lộn mướn chua ngoa nhất của kinh thành đều được tu tập lại... để đón chào đấng Đạo Sư. Ngài điềm nhiên đi qua những con đường vang rền các âm thanh thốt tục như không có chuyện gì xảy ra. Riêng tôn giả A Nan, tối mặt tối mũi trước những âm thanh kỳ quái ấy, bèn bạch Phật:

- Bạch Thế Tôn... chúng ta đi về thôi...

- Về đâu? Hỡi A Nan...

- Thừa... đi đến một thành phố khác như thành Đề Xá chẳng hạn.

- Nhỡ nơi ấy cư dân lại đón tiếp thầy trò y hệt nơi đây thì ông tính sao?

- Thừa, chúng ta sẽ đi qua thành Hoa Thị...

- Và nếu tình trạng của thành Hoa Thị lại tương tự như đây thì ông tính sao?

- Bạch Thế Tôn... chúng ta sẽ đi và sẽ đến những nơi nào mà người ta không bạc đãi mình như thành Vương Xá, thành Tỳ Xá Ly chẳng hạn.

- Nay A Nan! Tại sao cư dân các thành phố đó lại ưu ái và ân cần với thầy trò mình?

- Thừa... vì họ đã nghe pháp, hiểu pháp, đã có trí huệ để biết đâu là hành động lành, đâu là hành động dữ... nên rất khát khao được chiêm ngưỡng Đức Thế Tôn.

- Và này A Nan! Còn cư dân vùng này tại sao

lại đón tiếp thầy trò mình kiểu này?

- Bạch Thế Tôn, vì họ chưa hề biết đến Phật pháp, chưa phân biệt rõ đâu là nghiệp lành hay nghiệp dữ nên họ mới hành động như thế.

- Nay A Nan! Ví như có một vị đại lương y tài giỏi, thương bệnh nhân như con đẻ. Vị lương y này có bao giờ dán bố cáo trước công rằng: “Nơi đây bôn hiệu chỉ nhận chữa bệnh cho người lành mạnh hoặc ít bệnh. Còn ai đau nặng thì xin miễn tiếp” hay không?

- Bạch Thế Tôn! Không bao giờ, vì thấy thuốc hay cần cho người bệnh nặng chứ không phải dành riêng cho người khoẻ mạnh.

- Nay A Nan, cũng thế, Như Lai ra đời là vì lợi ích cho những chúng sanh si ám chưa phân biệt rõ thiện và ác, chuyên tạo nghiệp dữ để chiêu vùi những quả khổ trong ba đường ác. Những người bệnh nặng cần lương y như thế nào thì cư dân nơi đây cũng cần đến sự hiện diện của Như Lai như thế đó. Cư dân của các thành Tỳ Xá Ly cùng Vương Xá giống như những người khoẻ mạnh hay ít bệnh, các đệ tử Như Lai hiện diện nơi đó cũng đủ rồi, còn nơi đây nếu Như Lai không đích thân giáo hóa thì còn ai dám đến nữa hở A Nan?

- Nhưng bạch Thế Tôn ở đây có ai thèm nghe Thế Tôn nói Thế pháp đâu? Họ đã đón tiếp Thế Tôn bằng những gì thối tha bản thủ nhất. Những người bệnh nặng cả mà không cần thầy thuốc thì dù lương y có sẵn lòng từ tâm cũng chỉ luống công vô ích mà thôi.

- Nay A Nan! Một người bị bệnh nặng, thân lẫn tâm bị xúc não, thống khổ... không thể

nào có những tâm niệm, ngôn ngữ và hành vi như một người bình thường được. Vị lương y phải tận tâm hành nghề không xao xuyên vì lời nói và cử chỉ bất nhã của bệnh nhân, cho đến bao giờ, thấy rằng cư dân vùng này thật sự không còn cần đến Như Lai nữa, Như Lai sẽ đi ngay.

Ngay lúc ấy tên chúa trùm du đảng, thủ lĩnh các tay anh chị chửi lộn mướn, liền bước ra nói:

- Thưa sa môn Cồ Đàm! Con xin đại diện cho cư dân vùng này nói chung, và toàn thể anh chị em chửi lộn mướn chuyên nghiệp hoặc nghiệp dư nói riêng, xin được ngỏ lời xin lỗi Ngài cùng ông thầy đây. Qua câu chuyện đôi đáp giữa thầy trò của Ngài chúng con vô cùng hối hận... Vậy xin Ngài Cồ Đàm đừng giận, mà hãy ở lại đây để dạy dỗ chúng con, những bệnh nhân đang hấp hối.

Một tuần lễ sau dân chúng thành U Du lại cư xử với đấng đạo sư hết như cư dân thành Vương Xá, thành Tỳ Xá Ly.

Ngày đức đạo sư cùng tôn giả A Nan lên đường đi du hóa nơi khác dân chúng lũ lượt kéo nhau đi tiễn đưa, rải hoa và khóc than rất là bi thiết.

Tất cả những sự kiện ấy đều đến tai hoàng phi Mạn La Hoa, bà hoàng này không biết làm gì hơn là trút cơn giận vào những thái giám và thị nữ dưới tay mình. /-

NHÀ SƯ GIEO HẠT GIỐNG PHẬT PHÁP Ở CHÂU PHI

Văn Công Hưng dịch



Sur Buddharakkhita

Sư Buddharakkhita, 52 tuổi, một trong những tu sĩ Phật giáo đầu tiên của châu Phi, là người đã kết hợp được Phật giáo với trí tuệ truyền thống châu Phi ở Uganda.

Lần đầu tiên quan tâm đến Phật giáo, sư Buddharakkhita đã không khó để nhận ra rằng truyền thống này sẽ không thể được thiết lập một cách tốt đẹp ở quê nhà Uganda hay thậm chí là ở cả Lục địa Đen.

Tuy nhiên, sau nhiều năm sống ở nước ngoài và nỗ lực không ngừng, trải qua lần sống sót sau một vụ ám sát và nhận nhiều ánh mắt kỳ thị về màu áo của mình, sư trở thành một trong những người châu Phi đầu tiên thành lập một trung tâm Phật giáo trên lục địa quê nhà.

Sinh ra ở Kampala và lớn lên trong truyền thống Công giáo La Mã, chàng trai trẻ Steven Kaboggoza, sau này trở thành sư Buddharakkhita, đã không hề biết rằng có những tôn giáo khác ngoài Kitô và Hồi giáo, cho đến khi tới Ấn Độ vào năm 1990 để học ngành thương mại tại Đại học Panjab ở

Chandigarh. Ngay lập tức, Kaboggoza đã bị thu hút bởi hai nhà sư Thái Lan là bạn học của mình.

“Khi nhìn thấy các nhà sư, tôi lập tức cảm thấy một sự kết nối”, sư nói. Với cảm hứng từ giáo lý Phật giáo mà họ đã chia sẻ với sư cùng gợi ý về những cách thiết thực để đạt được hạnh phúc tối thượng, Kaboggoza đã dành một vài năm để tìm kiếm con đường tâm linh. Chàng trai trẻ đã đi đến tận Dharamsala (Bắc Ấn), Nepal, Tây Tạng và Thái Lan - nơi Kaboggoza tự xoay xở sống bằng công việc của một người hướng dẫn lặn biển.

Kaboggoza sớm nhận ra rằng, trong khi các tổ chức tôn giáo và văn hóa Phật giáo Tây Tạng hiện diện hầu như khắp thế giới, thì không có một tổ chức nào như thế ở châu Phi. Kaboggoza quyết định mình sẽ bắt đầu công việc đó, nhưng chàng đã phải trải qua một chặng đường dài trước khi biên giới mơ thành hiện thực. Khi cầu xin Đức Dalai Lama ban phước cho nỗ lực của mình, nhà lãnh đạo Phật giáo Tây Tạng đã nói với Kaboggoza rằng, chàng sẽ phải cần tìm bạn bè để giúp đỡ. Đức Dalai Lama vốn không có bất kỳ mối liên hệ nào để hỗ trợ.

Sau 8 năm ở nước ngoài, Kaboggoza trở lại Uganda vào năm 1998. Người thân của sư đang mong đợi được chào đón một doanh nhân thành công. Nhưng những gì họ nhận được - sư Buddharakkhita sau đó đã viết trong cuốn sách của mình, *Gieo hạt giống pháp ở châu Phi* - là một người đàn ông với chiếc đầu cạo trọc mang theo sách Phật giáo và thiết bị lặn thay vì một chiếc cặp. Song sư đã không ở đó lâu. Việc thiếu một cộng đồng tâm linh đã đưa sư ra nước ngoài một lần nữa, đầu tiên đến Nam Mỹ, sau đó đến một khóa tu 3 tháng tại

Hội Thiên Minh sát tuệ ở Barre, Massachusetts, nơi sư gặp thầy của mình, sư Theravada Bhante Henepola Gunaratana. Sư quyết định hiến thân trọn vẹn cho đời sống tâm linh và được thọ giới tại California vào năm 2002 bởi cố Hòa thượng U Silananda.

Bất kể ở đâu trên thế giới, bất kể theo truyền thống Phật giáo nào, sư Buddharakkhita cũng đều canh cánh việc thiết lập một trung tâm Phật giáo đầu tiên ở quê nhà. Trở về Uganda, sư đã giáo hóa được đủ số tín đồ địa phương và quyên góp từ những người ủng hộ ở châu Á để mua đất tại Entebbe, một thị trấn bên ngoài thủ đô Kampala, và vào năm 2005, sư đã mở trung tâm Phật giáo ở đó.

Những năm đầu tiên có rất nhiều thách thức: khoác y màu hạt dẻ và ôm bình bát khát thực, sư Buddharakkhita thường bị nhầm là thành viên của nhóm dân tộc Maasai - một thầy thuốc truyền thống, hoặc thậm chí là một tín đồ thời trang tiên tiến.

Khi sư cố gắng mua một thửa đất cho trung tâm của mình, hàng xóm đã từ chối nói chuyện với sư, vì nghi ngờ sư là một phù thủy. Mặc dù sư nhún nhường hầu hết những hiểu lầm về văn hóa này bằng một nụ cười, nhưng trong một lần, sư đã bị tấn công ngay tại trung tâm của mình, và thoát khỏi một viên đạn ở cự ly gần. Tuy nhiên, sư đã không nản lòng, và thay vào đó, coi vụ việc là một cơ hội để “biến đau thương thành Phật pháp” và củng cố quyết tâm của mình.

Ngay sau khi trở về Uganda, nhiều thành viên trong gia đình sư Buddharakkhita lập tức chuyển đổi theo Phật giáo, do cảm động bởi lời giảng của sư và được hướng dẫn thiền định cũng như từ việc những người Phật tử Nam Á nhập cư trong khu vực bày tỏ sự kính trọng đối với sư. Ngay cả mẹ sư cũng quyết định xuất gia; hiện tại là nữ tu Dhammakami - một nữ tu thường trú tại trung tâm. Chị gái của sư Buddharakkhita - đang nuôi dạy những đứa con theo Phật giáo của

mình; và sư đã xuất gia cho 3 vị sư mới - những người đàn ông tìm đường đến trung tâm từ Uganda, Rwanda và Ai Cập. Năm 2015, sư thành lập Liên minh Phật giáo châu Phi, nhằm mục đích đoàn kết các học viên trên khắp lục địa.

Sư cũng đã bắt đầu một số dự án phát triển có lợi cho cộng đồng địa phương. Để giảm bớt tình trạng thiếu nước sạch, Trung tâm Phật giáo Uganda đã khoan một cái giếng mới trên cơ sở của họ để chia sẻ với hàng xóm; họ cũng trồng cây và điều hành một chương trình trao quyền kinh tế cho phụ nữ, bên cạnh Trường Hòa Bình, một phiên bản Phật giáo của Trường Chủ Nhật.

Trong những năm qua, sư Buddharakkhita đã tinh chỉnh phong cách giảng dạy của mình, và ngày nay, sư nhấn mạnh những điểm tương đồng giữa văn hóa châu Phi và Phật giáo. “Tôi sử dụng trí tuệ châu Phi làm nền tảng cho việc giảng dạy của mình”, sư nói. Ví dụ, sư nhấn mạnh sự tương đồng giữa khái niệm ubuntu của Nam Phi (Bạn có mặt vì tôi có mặt, tôi có mặt vì bạn có mặt) và giáo lý Duyên khởi của Phật giáo; sư bắt đầu những cuộc nói chuyện về nghiệp với một câu tục ngữ phổ biến của người Uganda về nhân quả: “Khi bạn ăn một cây nấm có giòi trong đó, nó sẽ ăn lại bạn khi bạn ở trong mộ”.

Sư tổng hợp công việc của mình theo cách này: “Bạn không thể mang một thùng cát và bỏ nó ở đó và nói, ‘OK, đây là Phật giáo’. Bạn cần tác đất (với trí tuệ châu Phi) và chắc chắn rằng nó rất màu mỡ, sau đó mang hạt giống pháp đến trồng. Kết quả, sư hy vọng, sẽ là một phiên bản Phật giáo châu Phi thịnh vượng và độc đáo.

Văn Công Hưng
(theo *Tricycle*)

Nguồn: <https://giacngo.vn/photgiaonuocongocai/2019/03/13/73F0C8/>

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