

PHẬT HỌC

佛學

PHƯƠNG TIỆN TU HỌC PHẬT PHÁP - PHÁT HÀNH HÀNG THÁNG

SỐ 365, NĂM THỨ 30

THÁNG 12 NĂM 2024



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**

Kỷ Thuật:

**MINH HÒA
NHÂN CA**

Mục Lục

<u>Sự tu tập của người Phật tử</u>	BBT	3
<u>Thiền định một PP. biến cải tâm linh</u>	Hoang Phong dịch	4
<u>Mật Tông</u>	Lê Sỹ Minh Tùng	9
<u>Nghiệp tác đông vào cái chết</u>	Thích Nữ Hằng Như	12
<u>Pháp Cú: 412 Phẩm Bà La Môn</u>	HT. Th. Minh Châu dịch	19
<u>Làm thế nào để khỏi già ?</u>	Lê Tấn Tài	20
<u>Thơ: Vàng Thu xứ lạ</u>	Tuệ Nga	22
<u>Khi thân xác chối từ</u>	Nguyễn Hữu Liêm	23
<u>Hư Hư Lục: Những con ngựa dữ</u>	Thích Nữ Như Thủy	25
<u>Xin đừng lay đức Phật</u>	Nguyễn Quốc Bửu	26
<u>Thơ: Đôi mắt Tuệ Sỹ</u>	Tâm Nhiên	29
<u>Lời quê niệm Phật</u>	Quảng Trí	30

Tranh bìa

Hoa Sen

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

Nguyệt San Phật Học

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

Ban Biên Tập

Nguyệt San Phật Học

Sự tu tập của người Phật tử

Phật tử chúng ta nói chung có 4 con đường tu tập: Một là hành thiện, hai là niệm Phật, ba là tụng kinh, bốn là trì chú.

Thông thường người ta chọn tụng kinh, kế đó là niệm Phật, sau nữa là hành Thiện, cuối cùng mới đến trì chú.

Bất cứ chọn lựa phương pháp nào, người ta cũng phải chọn giờ giấc thích hợp để công phu.

Chẳng hạn một người đi làm việc, phải đi sáng về tối, thì chọn giờ thích hợp là sau khi dùng bữa cơm chiều, mọi việc hàng ngày đều đã xong, người ta sẽ tụng kinh, ngồi thiền hoặc niệm Phật hay trì chú.

Có những người hành thiện, người ta có thể công phu vào sáng sớm, khi đó không khí trong lành, thân thể Khang kiện sau giấc ngủ dài, hành thiện thích hợp vào giờ này cũng như trước bữa cơm chiều.

Niệm Phật thì bất cứ lúc nào chúng ta cũng có thể niệm Phật, nhưng nếu chúng ta không quyết tâm, chúng ta dễ dãi không thành thói quen, như thế dễ bị quên lãng, làm cho buổi có buổi không rồi dần dần sẽ quên đi, không còn công phu nữa. Cho nên chúng ta phải đặt ra giờ giấc thì hành theo đúng giờ giấc công phu do mình định, có như vậy mới có kết quả tốt, công phu của mình mới hữu ích.

Trừ trường hợp bất khả kháng, chúng ta khi đã chọn cách tu tập theo phương thức nào thì phải quyết thực hành đúng phương pháp ấy. Dĩ nhiên trên bước đường tu tập chúng ta sẽ gặp những trở ngại, những thử thách, chúng ta phải cố gắng vượt qua.

Chúng ta nhớ rằng nhiều đời nhiều kiếp chúng ta đã bị luân hồi, ngày nay được giác ngộ phải cố gắng tu tập để tự cứu mình giải thoát khỏi luân hồi, tránh trầm luân trong bể khổ.

Người Phật tử cần chọn cho mình pháp tu thích hợp, cần nhất là phải chuyên cần, luôn tinh tấn. Như thế kết quả sẽ đạt được tốt đẹp cho kiếp này và cả mai sau.

BBT/NS/PHẬT HỌC

Thiền định

một phương pháp biến cải tâm linh

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

VII. Các cấp bậc của người bồ-tát (6 bài)

- Bài 44 - Các cấp bậc của người bồ-tát
- Bài 45 - Kalyana-mitra hay những người bạn tâm linh
- Bài 46 - Tam bảo
- Bài 47 - Bốn thể loại bồ-tát
- Bài 48 - Người bồ-tát không bao giờ thoái lui.
- Bài 49 - Người bồ-tát dưới hình thức Pháp thân.

Bài 49

Người bồ-tát dưới hình thức Pháp thân.

Cấp bậc thứ tư và cũng là cấp bậc cao nhất trong hệ thống thứ bậc là người bồ-tát ở thể dạng dharmakaya (tiền ngữ dharma trong trường hợp này có nghĩa là "Giáo lý" hay "Giáo huấn" của Đức Phật, hậu ngữ kaya có nghĩa là thân thể, thân xác hay hình tướng. Kinh sách Hán ngữ dịch chữ dharmakaya là "pháp thân", nhưng cũng có thể dịch là "thân đạo pháp", gần với tiếng Việt hơn chẳng). Thật hết sức khó mô tả cấp bậc này của người bồ-tát, bởi vì cấp bậc này vượt lên trên mọi cách diễn đạt bằng tư duy và ngôn từ. Điều này quả hết sức lạ lùng, bởi vì các thuật ngữ Phật giáo dùng vào việc mô tả hiện thực tối hậu rất phong phú. Trong tiếng Anh chúng ta có các chữ như "reality" (hiện thực), "truth" (sự thật), "absolute" (sự tuyệt đối), và cũng chỉ có thế. Trong khi đó, trong tiếng Pali và tiếng Phạn lại có rất nhiều thuật ngữ khác nhau dùng để

nói lên hiện thực, mỗi thuật ngữ mang một ý nghĩa và một sắc thái riêng. Chữ dharmakaya là một trong số các thuật ngữ phong phú đó (dharmakaya - thân đạo pháp - là một thuật ngữ đặc thù, mang ý nghĩa rất đa dạng và bao quát, thuộc chung trong toàn thể nên tư tưởng và văn hóa Ấn độ. Chữ dharma trong chữ dharmakaya cũng vậy, cũng là một chữ không thể nào dịch được một cách trung thực sang các ngôn ngữ khác. Vì lý do đó kinh sách Tây phương dùng thẳng thuật này bằng tiếng Phạn, hoặc bằng tiếng Pali là dhamma, sau khi các thuật ngữ này được viết bằng ngữ tự La tinh. Thế nhưng tiếng Hán với ngữ tự tượng hình và đọc âm không thể nào trực tiếp thu nạp được tiếng Phạn và tiếng Pali đa âm với chữ viết ngoằn ngoèo gọi là devanagari trong tiếng Phạn và brahmi trong tiếng Pali. Do đó kinh sách Hán ngữ bắt buộc phải dịch nghĩa hoặc dịch âm tất cả các từ tiếng Phạn và tiếng Pali sang tiếng Hán, dù đó là các danh từ riêng, chẳng hạn như các từ về địa lý, tên người, hoặc các thuật ngữ chuyên biệt không có từ nào tương đương trong tiếng Hán. Trong trường hợp của thuật ngữ dharma / dhamma thì chữ này được dịch nghĩa sang tiếng Hán là "pháp" (法), với ý nghĩa gốc là pháp luật, hoàn toàn xa lạ với ý nghĩa của chữ dharma. Tuy nhiên cũng thấy các chữ dharma / dhamma được dịch âm sang tiếng Hán là "Đạt-ma" (达摩), "Đàm-ma" (谈摩) hay "Đàm-mô" (谈摩), thế nhưng các từ

dịch âm này không mấy khi thấy được sử dụng). Người ta thường dịch chữ dharmakaya (thân đạo pháp hay pháp thân) sang tiếng Anh là "Truth Body" (và nếu dịch chữ này sang tiếng Pháp thì sẽ là "Corps de Vérité", và sang tiếng Việt là "Thân Sự thật". Đôi khi chữ dharmakaya cũng thấy được dịch sang tiếng Anh là "Absolute Body" / "Thân tuyệt đối", thế nhưng các từ này cũng như từ tiếng Hán là "Pháp thân" không nói lên được ý nghĩa của chữ dharmakaya), chữ này ("Truth Body") không có gì liên hệ với ý nghĩa đích thật của chữ dharmakaya trong tiếng Phạn. Dầu sao thì các thuật ngữ Tây phương cũng chỉ có bấy nhiêu đó (không có một từ nào có thể nói lên được ý nghĩa của chữ dharmakaya). Qua một cách nhìn nào đó, chữ dharmakaya cũng có thể tạm hiểu là "hiện thực tối hậu" (ultimate reality), tức là một cái gì đó tương tự như là thành phần tinh anh làm hiện lên Phật tính (buddhabhava), tức là bản thể của người bồ-tát, hay cội nguồn đưa đến sự hình thành của một chúng sinh giác ngộ, hay thực tính (personality / bản tính, bản thể, thực thể) của sự giác ngộ, và từ các thể dạng đó (dharmakaya) sẽ làm phát sinh ra vô số chư Phật và chư bồ-tát. Trong chương VIII (tiếp theo chương này) chúng ta sẽ tìm hiểu thêm về ý nghĩa của chữ dharmakaya đối với giáo lý Đại thừa, qua một khái niệm chung gọi là trikaya (tam thân).

Người bồ-tát dưới thể dạng dharmakaya (thân đạo pháp, pháp thân) gồm có hai thể loại khác nhau (xin lưu ý về một điểm đã được nói đến trên đây là ở cấp bậc cao nhất của người bồ-tát sẽ không còn có một ý niệm nào hay một ngôn từ nào có thể hình dung hay mô tả được sự hiện hữu của họ qua vô số các thể dạng biến hóa khác nhau, nói một cách khác là người

bồ-tát ở thể dạng dharmakaya có thể hiện lên với chúng ta qua đủ mọi hình thức khác nhau. Các hình thức hiển hiện đó được xếp theo hai thể loại khác nhau). Thể loại thứ nhất là những người bồ-tát sau khi thành Phật vẫn tiếp tục giữ nguyên hình tướng của một người bồ-tát để có thể tiếp tục thực hiện các lời nguyện ước của mình trong thế giới. Ít ra thì đây cũng là một cách nhìn vào vấn đề trên đây qua một khung cảnh huyền thoại (exoteric / mẫu nhiệm, huyền bí). Chẳng hạn như theo Phật giáo Tây Tạng thì Đức Phật Sakyamuni (Thích Ca) từng hiện ra dưới thể dạng Avalokitesvara (Quán Thế Âm) nhằm tiếp tục thực hiện công trình của mình trong thế giới. Điều đó không có nghĩa là Avalokitesvara (Quán Thế Âm) chỉ hiện ra sau khi Đức Phật Sakyamuni tịch diệt, mà đúng hơn những gì mà chúng ta gọi là Avalokitesvara (Quán Thế Âm) đã bắt đầu hiện hữu từ bên trong Đức Phật ngay từ khi Ngài vừa đạt được Giác ngộ. Trong giây phút parinirvana (đại-bát niết-bàn / sự nhập diệt) chỉ có thân xác vật chất của Đức Phật là nằm xuống, nhưng thành phần Avalokitesvara (lòng từ bi dưới thể dạng Quán thế âm) bên trong Ngài vẫn tiếp tục tồn tại, nếu có thể nói như vậy. Nói chung những gì nêu lên trên đây là quan điểm của Đại thừa (Phật giáo Theravada không nêu lên Phật tính, Bồ-tát Quán-thế-âm, v.v., mà chỉ nói đến parinirvana / đại-bát niết bàn hay sự nhập diệt của Đức Phật. Cũng xin nhắc thêm là các pho tượng điêu khắc biểu trưng cho Bồ-tát Avalokitesvara chỉ bắt đầu được tìm thấy vào hậu bán thế kỷ thứ II, cùng lúc với các pho tượng đầu tiên biểu trưng cho Đức Phật Sakyamuni. Các pho tượng này đều chịu ảnh hưởng ít nhiều từ nghệ thuật tạc tượng của Hy Lạp ; Bồ-tát Avalokitesvara cũng là vị bồ-tát quan trọng nhất và cũng được thờ phượng nhiều

nhất trong Phật giáo Đại thừa. Trong Kim Cương thừa, Bồ-tát Avalokitesvara thường được xem là một vị yidam, một vị thần linh trong phép thiền định quán tưởng). Thể loại thứ hai của các vị bồ-tát ở thể dạng dharmakaya là các sự hiện hiện emanation / biến hóa, hóa thân) trực tiếp phát sinh từ dharmakaya và không còn giữ nguyên sự hiện hữu trước đây dưới hình thức một nhân vật có thật nào cả (mà có thể chỉ là bóng mát của một cội cây, một chiếc cầu hay một con đò "hiện ra" với một người lữ hành lỡ bước). Tất cả các sự hiện hiện siêu việt và tuyệt vời đó là các hiện thân dưới thể dạng này hay thể dạng khác của Phật tính (buddhatta / buddhabhava...) ; và các thể dạng biến hóa đó nhiều vô kể. Chẳng hạn có một số phương pháp thiền định giúp các bạn quán tưởng một bầu trời mênh mông và xanh biếc, trong đó có hàng trăm mandala, (mandala / mạn-đà-la là tiếng Phạn, nguyên nghĩa là một vòng tròn, ý nghĩa mở rộng là một bầu không gian hay một môi trường gọi lên một khung cảnh thiêng liêng. Mandala là một khái niệm bắt nguồn từ Ấn giáo, ảnh hưởng đến Phật giáo qua Kim Cương thừa). Trong các mandala đó sẽ hiện lên hàng ngàn và hàng ngàn các vị bồ-tát, chiếm toàn thể bầu trời vô tận đó (Mandala là một khái niệm và cũng là một phép tu tập đặc thù của Ấn giáo. Nói chung trong thung lũng sông Hằng, Kim Cương thừa và Phật giáo Đại thừa chịu ảnh hưởng ít nhiều từ Ấn giáo, trái lại Phật giáo tại Trung quốc, ít nhất là dưới các hình thức tu tập đại chúng, chịu ảnh hưởng khá đậm nét từ Khổng giáo và Lão giáo. Mặc dù hoàn toàn khác biệt với các tín ngưỡng và các nền tư tưởng tại các nơi này, thế nhưng sự phát triển của Phật giáo cũng không hoàn toàn tách ra khỏi các bối cảnh đó. Nhìn vào Phật giáo ngày nay tại phương Tây chúng ta cũng không khỏi trông thấy

các đường nét khoa học và duy lý của nền văn minh Tây phương, ảnh hưởng đến Phật giáo, khoác lên cho Phật giáo một chiếc áo duy lý, khoa học và triết học thật sâu sắc. Dầu sao giữ được sự tinh anh của một tín ngưỡng lâu đời và cũng là một trong số những nền tư tưởng quan trọng nhất của nhân loại là một việc thật hết sức khó khăn và tế nhị).

Các vị bồ-tát ở thể dạng dharmakaya nói đến trên đây là các vị bồ-tát thuộc vào cấp bậc cao nhất trong hệ thống thứ bậc của người bồ-tát. Hầu hết trong số họ, dù là nam hay nữ giới cũng vậy, hầu hết đều có dáng vẻ dịu dàng, khả ái, tóc dài và mượt, đeo nhiều trang sức bằng vàng, bằng bạc, v.v. Các chi tiết này là nhằm mục đích làm gia tăng thêm vẻ đẹp bên ngoài cũng như sự giàu có của họ, thế nhưng đồng thời cũng là một cách nói lên các sự biểu lộ vô cùng phong phú qua nhiều thể dạng biến hóa khác nhau (Bồ-tát Quán Thế Âm cũng thường được biểu trưng bởi một người phụ nữ).

Bồ-tát Padmapani, một tên gọi khác của Bồ-tát Avalokitesvara (Quán Thế Âm). Tranh trên vách động Ajanta - Ấn độ. Các hang động Ajanta được đục trong vách núi vào các thế kỷ thứ II và thứ I trước Tây lịch.). Dù là nam giới thế nhưng chân dung trên đây (ảnh chi tiết) của Bồ-tát Avalokitesvara có dáng vẻ rất phụ nữ, trang sức trên người cũng là các trang sức phụ nữ (hình internet, do người chuyển ngữ ghép thêm, hình này cũng đã được ghép vào bài 22, chương IV)

Sau khi phân tích và tìm hiểu cẩn thận thì các thứ ấy (dáng vẻ khả ái và dịu dàng của người phụ nữ cùng các trang sức của họ) cũng chỉ là các thể dạng tâm thức của

chính mình, một tâm thức hoàn toàn giác ngộ, và cũng là tâm thức của chính Đức Phật tiềm tàng bên trong con người của mỗi chúng ta. Tất cả các cách hình dung khác biệt đó cũng chỉ là để nói lên các khía cạnh khác nhau của một người bồ-tát duy nhất, gộp chung vào một quyền năng tâm linh duy nhất, với chủ đích thực hiện ý nguyện của người bồ-tát trong vũ trụ. Trên nguyên tắc, nếu trong các nước mang truyền thống Phật giáo từ xưa có nhiều vị bồ-tát từng xuất hiện - và vẫn còn tiếp tục xuất hiện -, thì không có lý do gì trong khung cảnh Phật giáo Tây phương ngày nay lại không có các hình thức (thể loại, khuôn mẫu) bồ-tát khác xuất hiện.

(Trong thời đại của Đức Phật có những vị "bồ-tát" vô cùng quyết tâm và lỗi lạc, chẳng hạn như vị đệ tử thân cận của Đức Phật là Ananda, và sau đó trong thung lũng sông Hằng vào thế kỷ thứ III trước Tây lịch là vua Azoka / A-dục. Sau đó khi Đại thừa được hình thành vào thế kỷ thứ I trước Tây lịch thì trên đất Ấn có các nhà sư Nagarjuna / Long Thụ (thế kỷ thứ II), Asanga / Vô Trước (thế kỷ thứ IV), Vasubandhu / Thế Thân (thế kỷ thứ IV), Santideva / Tịch Thiên (thế kỷ thứ VII-VIII); tại Trung quốc có nhà sư Huyền Trang (thế kỷ thứ VII), trên quê hương Tây Tạng có các vị Padmasambhava (gốc người Ấn, thế kỷ thứ VIII), Millarepa / Mật-lặc Nhật-ba (thế kỷ XI-XII), tại Nhật có nhà sư Dogen / Đạo Nguyên (thế kỷ XIII)... Ngày nay tại Mỹ có nhà sư Thanissaro Bhikkhu, tại Pháp có nhà sư Matthieu Ricard, là những vị bồ-tát tiêu biểu và chân chính nhất trong khung cảnh Phật giáo Tây phương. Ngoài ra chúng ta cũng thấy có một người tu hành khiêm tốn gốc Phương đông, tuy đánh mất quê hương nhưng đã trở thành một vị bồ-tát của toàn thể thế giới. Vị bồ-tát đó chính là Đức Đạt-lai Lạt-ma thứ

XIV, một vị bồ-tát đã đạt được tất cả sáu paramita của Đại thừa, tức là sự hoàn hảo và tròn đầy của thể dạng dharmakaya, và đã trở thành một vị Phật sống giữa thế giới đảo điên của chúng ta ngày nay).

Thật vậy, người ta có đầy đủ lý do để chờ đợi sự xuất hiện của các vị bồ-tát qua các thể dạng mới lạ hơn trong thế giới Tây phương, bởi vì người ta (người Tây phương) sẽ nhìn vào họ qua các cảm nhận (các góc nhìn) khác hơn (người Tây phương thừa hưởng một nền văn hóa, giáo dục và xã hội khác với Đông phương, vì vậy cách nhìn của họ vào người bồ-tát cũng sẽ phải khác hơn. Ngoài nhà sư Thanissaro Bhikkhu và nhà sư Matthieu Ricard nói đến trên đây, thì nhà sư người Anh Sangharakshita (1918-2018), tác giả của quyển sách này cũng có thể được xem là thượng thặng trong thế giới Tây phương. Thế nhưng tất cả ba vị đó dường như cũng mang cùng các khía cạnh lý tưởng khá "cổ điển" của người bồ-tát trong Phật giáo nói chung). Chúng ta (người Tây phương) phải dựa vào các sự cảm nhận của riêng mình để thiết lập hay sáng tạo ra một hình thức mới, kể cả tạo dựng một nguyên tắc khác hơn, quy định cho người bồ-tát nói chung (trong khi đó tại Phương đông, nhất là trong các nước theo truyền thống Đại thừa, những người tu hành đôi khi dường như bị rơi vào vết bánh xe lâu đời của một nền Phật giáo đại chúng, loay quanh với các việc lễ lạc và quên mất lý tưởng cao đẹp của người bồ-tát mà mình đã chọn).

Những người bồ-tát ở thể dạng dharmakaya biểu trưng cho một mục đích thật cao cả, thật khó cho chúng ta với tới. Tất cả những gì mà chúng ta có thể làm được là gọi lên cho mình một sự kiên quyết không lay chuyển, giúp mình thu ngắn và vượt hết

được khoảng cách vô tận, phân cách mình với các thể dạng rạng ngời đó. Sự quyết tâm đó sẽ biến chúng ta trở thành các sa-di bồ-tát, và sau đó cũng có thể sẽ thúc đẩy chúng chính thức và công khai tiếp nhận một nghi lễ thụ phong để trở thành một người bồ-tát đích thật. Nghi lễ đó sẽ gồm có các lời nguyện của người bồ-tát - chủ yếu nhất là bốn lời nguyện trọng đại (1- *tôi nguyện sẽ giải thoát cho tất cả chúng sinh, dù chúng sinh nhiều vô tận*; 2- *tôi nguyện sẽ chiến thắng mọi ảo giác, dù ảo giác thật mênh mông*; 3- *tôi nguyện sẽ cố gắng học hỏi tất cả những lời giảng dạy, dù những lời giảng dạy đó nhiều vô kể*; 4- *tôi nguyện sẽ đạt được thể dạng của Phật, dù thể dạng đó không có bất cứ một thứ gì cao siêu hơn*) - và chấp nhận tuân thủ các giới luật quy định cho người bồ-tát. Lý tưởng nhất là nghi thức thụ phong đó là hiện thân của sự biểu lộ tự nhiên của lòng thiết tha mong cầu đạt được sự giác ngộ, thuộc vào cấp bậc địa giới (bhumi) thứ nhất (*có nghĩa là người tiếp nhận nghi lễ thụ phong đã phát động được lòng mong cầu đạt được sự giác ngộ vì sự tốt lành của tất cả chúng sinh trước khi tiếp nhận lễ thụ phong*). Tuy nhiên chúng ta cũng có thể tiếp nhận nghi lễ đó sớm hơn, tức là trước khi phát động được sự ước mong đó, bởi vì các nghi thức thụ phong cũng là một cách tạo điều kiện giúp cho việc phát huy bodhicitta (*tâm thức giác ngộ / bồ-đề tâm*) được dễ dàng hơn.

Ngoài ra cũng phải nhấn mạnh thêm một điều nữa là phép thụ phong bồ-tát không phải là một cách chứng nhận (*ban tặng*) một cương vị (*status / cấp bậc, địa vị, tước vị*) nào cả trên phương diện tâm linh (*lễ thụ phong chỉ là một nghi thức "chứng nhận" một người bước theo con đường Phật giáo, nhưng không có nghĩa là "thừa nhận" người*

ấy đã đạt được một cấp bậc tâm linh nào cả). Một cương vị tâm linh (*trình độ tu tập*) thật ra không thể nào ban tặng được (*cương vị hay tước vị và trình độ tu tập là hai thứ khác nhau, chẳng hạn như trường hợp của người đệ tử thân cận của Đức Phật là Ananda, sau khi Đức Phật tịch diệt vẫn chưa đạt được cấp bậc a-la-hán, và đã phải biệt tu và cố gắng thật nhiều để trở thành một vị a-la-hán với đầy đủ ý nghĩa của nó, hầu hội đủ điều kiện cần thiết để tham dự Đại hội kết tập Đạo pháp lần thứ nhất*). Phép thụ phong bồ-tát chỉ là một cách chứng nhận công khai - có nghĩa là trước sự chứng kiến của tập thể những người tu tập (*tăng đoàn*) - quyết tâm của mình sẽ làm tất cả những gì mà mình có thể làm được để xứng đáng với lý tưởng của người bồ-tát. Phép thụ phong cũng không xác nhận người được thụ phong đương nhiên sẽ đạt được bodhicitta (*tâm thức giác ngộ / bồ-đề tâm*) vào một lúc nào đó trên đường tu tập của mình. Thật hết sức khó có thể biết được bodhicitta sẽ hiện lên hay không hiện lên với một người tu tập nào đó. Dù cho bodhicitta đã hiện lên hay chưa hiện lên với mình, hoặc dù mình nghĩ rằng mình đã sẵn sàng hay chưa sẵn sàng tiếp nhận phép thụ phong của người bồ-tát, hoặc dù tự nhận mình đã là một người sa-di bồ-tát hay không, thì trong bất cứ trường hợp nào cũng vậy, tất cả chúng ta đều không khỏi cảm phục - kể cả cảm thấy mình vẫn còn cách biệt thật xa - trước sự rạng ngời của các vị bồ-tát dù là ở cấp bậc nào trong hệ thống thứ bậc quy định cho họ.

Bures-Sur-Yvette, 12.10.21
Hoang Phong chuyển ngữ

MẬT TÔNG

Lê Sỹ Minh Tùng

Phật giáo Đại thừa có rất nhiều Thần chú như Chú Đại Bi, chú Thủ Lăng Nghiêm, chú Chuẩn đề... mà Thần chú chỉ có trong Mật tông. Vậy lịch sử hình thành Mật tông như thế nào?

Hệ thống Phật giáo Đại thừa được hình thành vào khoảng trước sau thế kỷ thứ nhất ở những vùng Nam Ấn Độ với chủ trương “Thượng cầu Phật đạo, hạ hóa chúng sinh” tu theo Lục độ vạn hạnh, phát khởi đại bi nguyện dẫn dắt cứu giúp chúng sinh cùng thành tựu Phật quả.

Đại thừa Phật giáo ở Ấn Độ được chia làm 3 thời kỳ:

1)**Sơ kỳ Đại thừa**: Thời kỳ này bắt đầu khoảng từ thế kỷ thứ 1 đến thế kỷ thứ 4 sau công nguyên nhằm phát huy lý luận “Giai Hữu Tánh Không” và từ đó hình thành học phái Trung Quán của Long Thọ và đề từ là Đề Bà.

2)**Trung kỳ Đại thừa**: Đây là giai đoạn khoảng thế kỷ thứ 4 đến thứ 6 sau công nguyên với sự xuất hiện của thuyết “Như Lai tạng Duyên khởi” và A-lại-da thức Duyên khởi. Từ đó hình thành học thuyết Du già do ngài Vô Trước và em là sư Thế Thân với tác phẩm nổi tiếng “Thành Duy Thức Luận”.

3)**Hậu kỳ Đại thừa**: Thời kỳ này bắt đầu từ những thế kỷ thứ 7 đến thế kỷ thứ 13. Đây có lẽ là thời kỳ Phật giáo dần dần suy vi. Nhưng lúc ấy Phật giáo Đại thừa được truyền từ Ấn Độ gọi là Phật giáo Bắc truyền lại phát triển rực rỡ ở các nước Trung

Hoa, Triều Tiên, Nhật Bản và Việt Nam với sự xuất hiện của mười đại tông phái như Thiền, Tịnh độ, Nhiếp Luận, Thiên Thai...

Thế thì Thiên tông xuất hiện vào Trung kỳ Đại thừa và Mật tông xuất hiện vào Hậu kỳ Đại thừa. Mãi đến thế kỷ thứ 7 sau công nguyên tức là trên 1.300 năm sau ngày đức Phật nhập Niết bàn, ở Ấn Độ xuất hiện một vị Tổ của Mật tông tên là Dược sư Long Thọ. Còn Bồ tát Long Thọ, người đã khai triển và hoàn thành học phái Trung Quán, ra đời vào thế kỷ thứ hai sau công nguyên trong gia đình Bà là môn thuộc nước Andhradesa tức là Vidarbha, là vị Tổ đời thứ 14 trong số 33 vị Tổ của Phật giáo Thiên tông. Vị Tổ thứ 33 cũng là vị Tổ sau cùng của Thiên tông là Lục Tổ Huệ Năng.

Mật tông còn được gọi là Chân Ngôn tông, Du-già tông, Kim Cương Danh tông, Tì-lô-giá-na tông, Khai Nguyên tông hay Bí Mật thừa. Tông này chủ yếu lấy kinh Kim Cương Đảnh làm kinh tạng, kinh Tô-bà-hô làm luật tạng và luận Thích Ma-ha-diễn làm luận tạng. Sở dĩ tông này được gọi là Mật giáo vì để hiển bày giáo nghĩa của mình là rất sâu xa bí mật, còn các giáo phái Đại thừa khác là thiên hiển. Mật tông cho rằng giáo pháp của hai bộ Kim Cương giới và Thai Tạng giới là chính do pháp thân Phật Đại Nhật Như Lai tuyên thuyết và đây mới là cảnh giới của Phật tự nội chứng cho nên mới gọi là Mật. Đúng về giáo nghĩa hiển bày chân lý thì không có sự sai biệt giữa Hiên giáo và Mật giáo, nhưng về hành trì thì Mật tông có những quy tắc đặc thù không giống với các tông phái khác.

Mật tông ở Ấn Độ bắt nguồn từ Ấn Độ giáo, do quá trình phát triển lâu dài, Phật giáo dần dần xâm nhập vào tín ngưỡng dân gian nên chịu ảnh hưởng cũng như tiếp thu các chú thuật Mật pháp để bảo vệ giáo đồ và tiêu trừ tai ương. Rồi dần theo thời gian, Mật tông còn chuyển các vị thần của Ấn Độ giáo vào Phật giáo, do đó mà xuất hiện nhiều vị Minh vương, Bồ tát chư thiên, chân ngôn chú ngữ... Vì vậy trong kinh điển Đại thừa ở thời kỳ sau xuất hiện một loại kinh điển lấy Đà la ni (Dharani) làm chủ yếu. Trong Kinh tạng và Luật tạng Pali có kinh nói về kệ Hộ thân. Sau đó Phật giáo đồ ở các vùng Tích Lan biên tập kinh này gọi là kinh Minh Hộ (Paritta). Kinh này được xem là khởi nguyên của Mật giáo Đà la ni và Mật đà la sau này. Đến khoảng thế kỷ thứ 4 sau công nguyên mới xuất hiện kinh điển độc lập chuyên nói về chú pháp, như kinh Không Túc Minh Vương...

Đến giữa thế kỷ thứ 7 về sau, Phật giáo Ấn Độ tiến vào thời kỳ toàn thịnh thì Mật giáo chân chính mới thực sự khai triển dùng chân ngôn, Đà la ni làm trung tâm, phát triển triết học Phật giáo Đại thừa dựa vào những tư tưởng Mật tông này. Mật giáo hưng khởi vào thế kỷ thứ 7 cho đến thế kỷ thứ 11 khi Phật giáo Ấn Độ bị suy vong thì Mật giáo mới ngưng phát triển. Nhưng tại Trung Ấn Độ, Mật giáo vẫn còn hưng thịnh, sau khi dung nhập giáo thuyết của phái Tính Lực (Sakrtah) thì trở thành Tả đạo Mật giáo, chú trọng thuyết Đại Lạc (Mahasukha-vada) trong kinh Kim Cương Đảnh của Thuần Mật.

Bắt đầu từ thế kỷ thứ 8 về sau, Mật tông được truyền vào Tây Tạng, trở thành Lạt-ma giáo.

Dựa theo tư tưởng truyền thuyết Mật tông, khoảng thế kỷ thứ 7, Dược Sư Long Thọ trì chú vào 7 hột cải trắng để mở tháp sắt 16 trượng (biểu thị 16 vị Bồ tát trong Kim Cương giới) ở Nam Ấn Độ và đích thân nhận 2 bộ đại kinh này từ Kim Cương Tát-đỏa. Sau đó ngài Long Thọ truyền lại cho Long Trí rồi truyền cho ngài Thiện Vô Úy. Vì thế Long Thọ là Tổ sư khai sơn, còn vị giáo chủ là Đại Nhật Như Lai tức là Phật Tỳ-lô-giá-na. Vì việc thuyết pháp khác với với đức Phật Thích Ca nên gọi là Kim Cương thừa. Kim Cương thừa sau này chia làm 2 phái:

1)**Phái hữu:** Lấy kinh Đại Nhật làm chủ, mang chủ nghĩa thần bí, muốn nhờ vào chú thuật để thực hiện sự hợp nhất giữa vũ trụ và tinh thần, cùng chi phối hiện tượng tự nhiên và những việc may rủi tốt xấu của con người nên gọi là Chân Ngôn thừa. Phái này từ Trung Hoa truyền sang Nhật Bản thành tông Chân Ngôn. Ngoài ra, Mật giáo do tông Thiên Thai ở Nhật Bản truyền thì gọi là Thai Mật.

2)**Phái tả:** Lấy kinh Kim Cương Đảnh làm chủ tức là Tả đạo Mật giáo, khẳng định bản năng của con người muốn ngay nơi đây phát hiện lẽ chân thật nên gọi là Kim Cương thừa. Phái này xem trọng pháp Song thân. Theo lập trường của Phật giáo Nguyên thủy, phái này là bàng môn tả đạo và bắt đầu từ thế kỷ thứ 9 trở về sau kết hợp với Ấn Độ giáo nên càng thêm hưng thịnh. Về sau lại truyền vào Tây Tạng trở thành cơ sở của Tạng Mật. Tạng Mật tức là Tây Tạng Phật giáo Mật tông do ngài Liên Hoa Sanh, ngài Hộ Tịch truyền vào từ thế kỷ thứ 8. Khi Phật giáo chưa du nhập vào Tây Tạng thì Tây Tạng thực hành tà chú của đạo Bon-Pa gọi là Cự Mật pháp. Đến đầu thế kỷ thứ 11, ngài Tông Khách Ba dịch nhiều kinh

điền Du già Mật giáo thì bây giờ gọi là Tân Mật giáo.

Tóm lại, nếu luận về giáo chủ thì Hiền giáo là do đức Thích Ca ứng hóa thuyết pháp, Mật tông là do pháp thân Đại Nhật Như Lai thuyết. Về pháp thân thì pháp thân của Hiền giáo là “lý thể” không hình không tướng. Còn pháp thân của Mật tông thì có hình có tướng và có thể thuyết pháp được. Nhìn từ pháp sở thuyết thì cảnh giới Bát bát trung đạo tịch diệt của tông Tam luận, cảnh giới Thắng nghĩa đế lý ngôn của tông Pháp Tướng, cảnh giới Bát khả tư nghi nhất niệm tam thiên của tông Thiên Thai, cảnh giới Tính hải quả phân bát khả thuyết thập Phật của kinh Hoa Nghiêm đều rất ráo có thể nói được. Bây giờ nhìn từ sự biểu hiện của chân lý thì tất cả các pháp đều tượng trưng cho chân lý mà biểu hiện cụ thể của những loại tượng trưng này tức là nghi quỹ của Mật tông. Xét từ sự thành Phật nhanh chậm thì trừ Thiên tông ra, các tông khác đều phải trải qua 3 A tăng-kỳ kiếp, còn Mật tông thì chủ trương ngay nơi thân này thành Phật. Xét từ hệ thống giáo nghĩa thì Mật tông là tổng hợp Vũ trụ nhân sinh quan Lý, Trí không hai. Đức Đại Nhật Như Lai có đầy đủ nhân cách vĩ đại này mà thể giới của Trí pháp thân gọi là Thai tạng giới. Nhờ sức tu trì có thể khuếch đại thể giới Trí hợp nhất với thể giới Lý, đó là Lý, Trí không hai. Từ khi xuất hiện của Du-Già Hành tông của Vô Trước thì cái nhìn về vũ trụ của Mật tông được lý giải rộng rãi hơn.

Nói chung Hiền giáo tận dụng văn tự ngôn ngữ, giải thích, dùng thí dụ nên đức Phật nói quyền, nói thật, nói rộng, nói hẹp, nói cao, nói thấp miễn sao sáng tỏ vấn đề. Mục đích của Hiền giáo là “Văn như tư rồi tư như tu” thì mới nhận biết được sự lợi ích của lời Phật dạy. Vì thế Hiền giáo là giúp hành

giả khai tâm, mở tánh thấu triệt Chân lý.

Mật giáo thì ngược lại, không chú trọng đến giáo lý, mà chỉ chú tâm vào câu Thần chú Đà-la-ni. Thần chú là thứ văn tự không cần ngữ ngôn lý giải vì thể hành giả Mật tông chỉ thực hành tam mật tương ứng. Đó là thân mật, khẩu mật và ý mật phải tương ứng với nhau để cột tâm vào câu thần chú. Nói cách khác muốn có kết quả tốt, người thực hành Mật tông thì tay phải bắt ấn, chân ngồi kiết già, miệng đọc thần chú và ý niệm thần chú thì thân, khẩu, ý không có cơ hội tạo nghiệp. Lối thực hành này giống như phương pháp niệm Phật của Tịnh độ tông, nhưng nêu chưa đạt đến “Nhất tâm” thì khi hành giả không còn trì chú hay niệm Phật thì vọng tưởng phát tác trở lại.

Chú Đại Bi rất phổ thông trong Phật giáo Đại thừa khắp mọi nơi, nhưng đã là thần chú thì không thể và không nên giải thích. Thế mà gần đây có một số người cố tình giải thích Chú Đại Bi theo quan niệm riêng của họ làm mất đi sự huyền diệu của chú. Chú là mật giáo còn giải thích, giảng giải là hiền giáo cho nên nếu giải nghĩa Chú Đại Bi thì chẳng khác nào giết chết tính bí mật, linh thiêng huyền diệu của nó và vô tình biến mật giáo thành ra hiền giáo. Tây Tạng là quê hương của Mật giáo nhưng có thấy các vị Lạt Ma giải thích bất cứ câu Thần Chú nào đâu? Không lẽ trí tuệ của các vị Lạt Ma còn kém hơn các vị giảng giải Chú Đại Bi hay sao? Đối với Phật giáo Mật tông Tây Tạng, câu thần chú rất phổ biến của Bồ Tát Quán Thế Âm là “Om Mani Padme hum” phiên âm tiếng Việt là “Án Ma Ni Bát Di Hồng”.

NGHIỆP” TÁC ĐỘNG VÀO CÁI CHẾT CỦA CON NGƯỜI NHƯ THẾ NÀO ?

Thích Nữ Hằng Như

I. DẪN NHẬP

Phật sử ghi lại rằng, vào canh Ba đêm thành đạo, đức Phật đã tìm ra câu giải đáp làm sao thoát khỏi cảnh “Sinh, Già, Bệnh, Chết”, tức thoát khỏi vòng “luân hồi sinh tử”. Câu trả lời là phải đoạn diệt tất cả “lậu hoặc”. Lậu hoặc chính là những dính mắc phiền não, xấu xa, ác độc, tham, sân, si... khiến tâm con người bị ô nhiễm từ đời này sang đời khác, và đời này con người ta vẫn tiếp tục luân tập lậu hoặc, tạo thành nghiệp. “Lậu hoặc” hay “nghiệp” là nguyên tố nhận chìm con người trong luân hồi sinh tử, là nguyên nhân của khổ đau. Muốn chấm dứt khổ đau, chấm dứt luân hồi sinh tử thì phải đoạn diệt tất cả các lậu hoặc, không có con đường nào khác!

Cũng trong canh Ba đêm thành đạo, đức Phật đã chứng ngộ bốn chân lý, đó là Khổ đế, Tập đế, Diệt đế và Đạo đế. Qua bốn đế này, chúng ta tạm hiểu là con người sinh ra đời không ai hoàn toàn vui vẻ hạnh phúc. Trong cuộc sống, chúng ta thường gặp những điều bất như ý khiến chúng ta buồn khổ nhiều hơn là an vui, nên gọi là Khổ đế. Nhưng khổ không phải tự nó có, mà khổ do nhiều nguyên nhân gây nên. Muốn diệt khổ phải tìm cho ra những nguyên nhân gây khổ để từ bỏ. Những nguyên nhân này gọi là Tập đế. Khi không còn Tập đế nữa thì con người sẽ được giải thoát hết khổ, gọi là Diệt đế. Nhưng làm sao để diệt các nguyên nhân gây ra khổ, nghĩa là làm sao đoạn diệt “lậu hoặc”, đức Phật đưa ra phương pháp tu tập gọi là Đạo đế. Đạo

đế là “Con đường chân chánh” gồm tám nhánh. Trong kinh gọi là “Bát Chánh Đạo” hay “Bát Thánh Đạo” là con đường tu tập đưa đến giải thoát giác ngộ của các bậc Thánh gồm: Chánh kiến, Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh tinh tấn, Chánh niệm và Chánh định. (Xem “Tương Ứng Giữa Giới-Định-Huệ và Bát-Chánh-Đạo” trong quyển “Trên Đường Về Nhà” cùng tác giả).

Bài toán khó đã được đức Phật tìm ra phương trình giải đáp, phần còn lại, chúng sanh muốn đạt được cứu cánh, phải tự mình áp dụng tu tập, trải nghiệm trên thân tâm của mình.

Tất cả mọi người, mọi loài sinh ra ở thế gian này, đều trải qua chu kỳ “Sinh, Già, Bệnh, Chết”. Đức Phật nói “Sinh (sống), Già, Bệnh, Chết” là bốn cái khổ to lớn đè nặng trên mỗi con người. Trong bài viết này chúng ta chỉ đề cập đến nỗi khổ cuối cùng của đời người đó là cái chết. Nói về chết, thì ai cũng phải chết. Ngay cả đức Phật hay các vị Thánh Tăng đệ tử của Ngài cũng không thoát khỏi cái chết. Đúng rồi, ai cũng chết! Nhưng không phải mọi cái chết đều giống nhau. Có cái chết nhẹ nhàng thanh thoi như kiểu chết của một số thiền sư bỏ thân phàm một cách nhẹ tênh như cởi bỏ chiếc áo bông cũ rách mùa đông để thay chiếc áo mới, hay cái chết quằn quại đau đớn sợ hãi của những con người phàm tục tham sống sợ chết?

Là người phàm phu, đương nhiên chúng ta khó tránh được sự sợ hãi khi nghĩ đến cái

chết. Chết là một nỗi thống khổ trong bốn cái khổ to lớn và vô số cái khổ khác mà con người phải chịu đựng trong cuộc sống ở thế gian này. Đối diện với cái chết con người thường lo lắng không biết lúc ra đi, mình sẽ đi như thế nào cho được an lành thanh thản? Và sau đó thì đi về đâu trong ba cõi sáu đường? Đương nhiên kinh nghiệm này chúng ta chưa trải qua nên không biết được cái chết sẽ đến với chúng ta ra sao? Nhưng là người Phật tử, chúng ta có niềm tin vào những lời dạy của đức Phật. Đức Phật dạy rằng con người sống bằng thực dưỡng và hơi thở. Chỉ cần một niệm thở ra và không hít vô nữa, thì người đó sẽ chết. Ngay khi đó thân thức lập tức tái sanh qua đời sống khác. Còn tám thân tứ đại sẽ tan rã theo thời gian. Nhưng mà trước khi chấm dứt hơi thở thì tâm trạng của người sắp chết như thế nào?

Chúng ta, không ít thì nhiều cũng đã từng chứng kiến sự ra đi của người thân quen. Hoặc đã từng nghe nói có những vị tu hành lâu năm, mà khi ra đi rất vất vả, ngược lại có những người cả đời không biết một câu kinh tiếng kệ, mà ra đi một cách an ổn nhẹ nhàng. Tại sao thế? Người hiểu Phật pháp sẽ trả lời rằng: *“Đó là do nghiệp nặng hay nhẹ của mỗi người”*. Trong bài chia sẻ này chúng ta cùng nhau tìm hiểu khái quát về ảnh hưởng của nghiệp tác động vào cái chết của mỗi người, nhất là tìm hiểu thế nào là nghiệp nặng, thế nào là nghiệp nhẹ?

II. NGHIỆP LÀ GÌ?

Nghiệp là những ý nghĩ, tư duy, lời nói và hành động được cất giữ trong ký ức của con người. Những ý nghĩ tốt hay xấu, những việc làm thiện lành hay ác độc, những lời nói êm ái hay xía xói kết hợp với những đam mê ghiền nghiện từ nhiều đời trước, theo ta

sang tới đời này cùng với những tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến... mang đến hạnh phúc hay phiền não cho chính mình, hay cho những người xung quanh mình. Đó là nghiệp cũ đã đeo theo mình, cộng thêm nghiệp mới tạo ra trong đời này. Nghiệp là những nguyên tố đóng góp làm ô nhiễm tâm, trong nhà Phật gọi chung là *“lậu hoặc”*. Hễ còn *“lậu hoặc”* là còn sinh tử!

Nghiệp gây ra dù cố tình hay vô tình, dù quên hay nhớ, tất cả đều được cất giữ trong ký ức của người gây ra nghiệp. Đức Phật dạy rằng: *“Con người tạo ra nghiệp và thừa tự nghiệp mình đã gây ra”*. Nghiệp cất giữ trong ký ức lâu ngày sẽ có năng lực ảnh hưởng tới đời sống của con người gọi là *“Nghiệp lực”*.

Người mang nghiệp nặng là người đã từng có những hành động xấu ác, trong tâm người đó luôn nặng nề vẫn đục, luôn nóng nảy bất an, có khi buồn khổ vì bứt rứt hối hận điều gì đó còn ẩn chứa trong tâm không thể nói ra trước khi chết. Lại có những dạng người trong giờ phút lâm chung phải chịu nhiều đau đớn, muốn chết ngay cũng không chết được. Đó là những người khi sống hành nghề đồ tể, giết bò, giết heo hay hại người đến chết. Những tiếng thét la đau đớn hàng ngày của những con người hay con vật bị ép tử đó, lúc này vây quanh ám ảnh, khiến tâm thức người sắp chết vô cùng hỗn loạn sợ hãi. Khi chết, cái tâm nặng nề đó bị nghiệp lực xấu cuốn hút sanh về đường dữ mà thuật ngữ trong kinh gọi là *“ác thú”*. Người mang nghiệp nhẹ là những người khi sống tạo ra nghiệp tốt nhiều hơn nghiệp xấu. Tóm lại, tùy theo nghiệp nặng hay nhẹ mà sự ra đi của người đó được nhẹ nhàng an nhiên hay khó khăn, chật vật, đau khổ?

III. CÁC LOẠI NGHIỆP QUYẾT

ĐỊNH SỰ TÁI SANH

Trong nhà Phật có bốn loại nghiệp quyết định sự tái sinh của người sắp chết. Đó là Thường nghiệp, Tích lũy nghiệp, Cực trọng nghiệp và Cận tử nghiệp.

A. THƯỜNG NGHIỆP

Thời nay, khoa học nói rằng một người có bộ não bình thường, ký ức tê bào não sẽ ghi nhận tất cả những gì con người làm hằng ngày qua tác ý, lời nói và hành động. Ngày xưa, đức Phật giảng rằng Thường nghiệp là những gì chúng ta làm hằng ngày qua ý, lời và hành động thành thói quen, được cất giữ trong tàng thức. Con người gây ra nghiệp gì thì sẽ thừa hưởng hậu quả của nghiệp ấy! Thường nghiệp có hai loại: Thiện và ác.

1. Thường nghiệp thiện: Còn gọi là “*Tập quán nghiệp*”. Tập quán nghiệp là những việc thiện hay ác mà người ta làm hằng ngày theo thói quen không từ bỏ được. Thường nghiệp thiện có thể nói là cuộc sống hằng ngày của con người, là việc làm thiện lành đóng góp vào sự phát triển của đời sống cộng đồng xã hội như những vị Bác sĩ cứu người, như những vị hành nghề giáo dục, truyền dạy văn hóa giúp học sinh mở mang kiến thức giúp đời, hay các nhà nghiên cứu tìm tòi phát minh trên nhiều mặt y học, khoa học, thiên văn, vật lý, kỹ thuật v.v... giúp cải thiện cuộc sống nhân loại trên hành tinh này. Chẳng hạn như mới đây trong một thời gian ngắn các nhà bác học đã nỗ lực phát minh ra các loại thuốc chích ngừa giúp xoa dịu sự kinh hoàng của nhân loại trước căn bệnh lây lan Covid-19 đã lấy đi mạng sống của gần 2 triệu người trên toàn cầu... Về đạo đức, như những người sống trong gia đình là những người con hiếu thảo thuận hòa, chăm sóc

ông bà, cha mẹ già yếu với lòng trân trọng biết ơn người sanh ra và dưỡng dục mình. Là người chồng, người vợ chung thủy. Là bậc cha mẹ biết hy sinh vì con cái. Ra ngoài xã hội, là người hay làm việc thiện, đóng góp ít nhiều công sức vào những công tác thiện nguyện giúp người cơ nhỡ đói nghèo bất hạnh. Về tâm linh là người hay đến chùa nghe kinh nghe kệ, tham dự những khóa học Phật pháp hay nhập thất chuyên tu nhằm chuyển đổi nhận thức, chừa bỏ tật xấu, siêng làm việc lành tránh việc ác. Những việc phước báu như thế lâu ngày sẽ tạo nên sức mạnh gọi là “*Nghiệp lực*” thúc đẩy người đó khi lâm chung được sanh trở lại Cõi Người hay lên Cõi Trời.

2. Thường nghiệp ác: Ngược lại với Thường nghiệp thiện là Thường nghiệp ác. Những người chuyên sống bằng các nghề mang lại sự đau khổ, chết chóc như thọc huyết trâu, bò, heo, chó, hành nghề buôn lậu, buôn bán người, buôn bán trẻ em, buôn bán si-ke ma túy, độc dược, hay làm việc trong các kỹ nghệ chế tạo sản xuất súng đạn là những vũ khí giết người v.v... Những Thường nghiệp ác này kết tụ thành lực, và lực này đặc biệt sẽ tác động vào con người khi lâm chung tái sinh vào cõi xấu.

B. TÍCH LŨY NGHIỆP

Có sách ghi là “*Bảo lưu nghiệp*”, tích lũy hay bảo lưu là giữ lại. Tích lũy nghiệp là những việc làm nhỏ nhặt, tốt hay xấu, làm rồi mà không để tâm nhớ đến, nhưng nó vẫn được cất giữ trong tàng thức. Tích lũy nghiệp tuy không có công năng mạnh mẽ như Thường nghiệp, nhưng khi đủ lực, nó cũng ảnh hưởng đến cuộc sống của con người, bởi lẽ gây nghiệp thì phải thọ quả nghiệp mình gây ra.

1. Tích lũy nghiệp lành: Chẳng hạn như

một người đi đường thấy cây đinh liền lượm lên mang về nhà cho vào thùng rác. Người lượm đinh lúc đó không nghĩ là mình đang tạo nghiệp tốt, chỉ là không muốn mình đâm lên cây đinh. Nhưng hành động này vô tình giúp cho những người khác không bị thương khi vô ý đâm phải. Đây chính là hành động thiện lành. Hành động này đã được cất giữ trong tàng thức của người đó, mặc dù sau một thời gian người đó không còn nhớ tới và cũng không có cơ hội thường lượm đinh nữa! Một thí dụ khác, như giúp một cụ già băng qua đường, hay tặng cho người ăn xin vài đồng, hoặc thấy con mèo sắp vô chủ chim, người đó nhanh chân xua đuôi mèo giúp con chim thoát chết. Những việc làm này khác thời điểm, khác không gian, người làm không mấy chú ý quan tâm, nên sau một thời gian thì quên bằng đi. Tuy vậy, những việc làm thiện nho nhỏ, tích lũy lâu ngày sẽ thành lớn, gọi là “*tích lũy nghiệp thiện*”, như nước rỉ từng giọt trong lu chứa, lâu ngày nước sẽ đầy lu.

2. Tích lũy nghiệp xấu: Là những việc làm ác ý hay không ác ý, khiến tổn thương những sinh linh khác, như trong nhà có mấy con gián cảm thấy bức mình đập chết. Ngoài sân có mấy ô kiến mình rải thuốc hoặc xịt nước cho nó đi chỗ khác. Vô ý đâm đạp côn trùng nhỏ dưới chân v.v... Trong cuộc mưu sinh hằng ngày thỉnh thoảng có những va chạm, nói năng xúc phạm người này, đụng chạm người khác, hay trong sở làm mình đối xử không công bằng, bênh vực người này, ép bức người kia, khiến người này vui, người kia tổn thương v.v... Lâu ngày quên mất!

Tất cả những việc nhỏ, lớn, dù thiện dù ác, dù cố ý hay tình cờ, nhớ hay không nhớ... đều tích lũy trong tàng thức của mình tạo thành nghiệp. Khi năng lực Tích lũy thiện mạnh tự dựng một ngày đẹp trời gặp người tốt giúp đỡ mình vô vụ lợi, hoặc gặp

may mắn trong công ăn việc làm, hay xui khiến đang đứng chỗ này bỗng dưng dời sang chỗ khác không lý do, lại tránh được tai nạn. Khi nghiệp ác tích lũy nhiều, đủ năng lực, nó sẽ xuất hiện hỗ trợ Thường nghiệp ác, khiến cho người gây nghiệp trở tay không kịp, gặp chuyện xui rủi hay tai nạn bất ngờ. Nói chung, những may rủi họa phúc xảy ra bất chợt giống như tình cờ đó, một phần có thể do Tích lũy nghiệp thiện hay ác thúc đẩy.

Tích lũy nghiệp không có sức mạnh lộ diện rõ ràng như Thường nghiệp, nhưng nó có sức mạnh giúp đỡ hỗ trợ hay ngăn cản những Thường nghiệp. Biết như vậy, chúng ta chớ xem thường những Tích lũy nghiệp này.

C. CỰC TRỌNG NGHIỆP

Cực trọng nghiệp là nghiệp có năng lực mạnh mẽ, cho Quả vượt trội hơn các nghiệp khác. Có hai loại: Cực trọng nghiệp thiện và Cực trọng nghiệp ác.

1. Cực trọng nghiệp ác: Trong Kinh văn, đức Phật dạy có năm cực trọng nghiệp ác là: Giết cha, giết mẹ, giết A-la-hán, làm Phật bị thương và chia rẽ hòa hợp Tăng. Ngày nay chỉ còn ba Cực trọng nghiệp, vì đời này không có vị A-la-hán, không có Phật. Người nào giết Cha, hay giết Mẹ hoặc gây chia rẽ Tăng đoàn thì cho dù người ấy làm nhiều việc tốt như đóng góp tiền tài vật chất xây cất chùa chiền, như góp công góp của đúc chuông, đúc tượng Phật, tượng Bồ-tát, sửa đường, xây cầu, đào giếng, giúp nuôi trẻ mồ côi, giúp nuôi người già neo đơn v.v... nhưng lỡ phạm một trong ba cực ác này thì khi chết bị đọa liền địa ngục không ai cứu nổi.

2. Cực trọng nghiệp thiện: Có hai quả Cực trọng nghiệp thiện.

a) Thứ nhất là người nào cả đời thường làm những việc phước đức lớn lao. Khi thân

hoại mạng chung sẽ được sanh lên cõi Trời ngay tức khắc.

b) Quả thiện cực trọng thứ hai là đắc các tầng Thiền. Nếu trong giây phút lâm chung, người đó đắc thiền Định, thì Cực trọng nghiệp thiện này đưa người đó lên cõi Phạm Thiên liền. Còn những tội lỗi trước lúc chưa đắc Định hay những Thường nghiệp khác nếu có, không kịp trở Quả trong lúc này.

D. CẬN TỬ NGHIỆP

Là nghiệp tạo ra ngay trước lúc chết, có năng lực vô cùng mạnh mẽ, ưu tiên trả Quả trước cả “*Thường nghiệp*” và “*Tích lũy nghiệp*”. Thí dụ như một sát-na trước khi lâm chung mình đang nghĩ đến điều tốt đẹp, chẳng hạn như tưởng nghĩ đến hình ảnh đức Phật, đến một cảnh chùa quen thuộc, hoặc đang nghe một bài kinh, hay đang niệm Phật, hoặc đang trong thiền Định... Nếu ngay lúc đó chấm dứt hơi thở, thức cuối cùng do nghiệp lành thúc đẩy sanh về cõi lành ngay tức khắc.

Nếu tâm người sắp chết xuất hiện những sân hận thù ghét, những bức tức khó chịu, thì thức cuối cùng này đưa thần thức tái sanh đến những đường dữ, bởi những Thường nghiệp lành chưa đủ mạnh để vượt qua Cận tử nghiệp.

Nếu có nhiều phước báu gặp Cận tử nghiệp tốt, thì người sắp lâm chung ra đi nhẹ nhàng. Tuy nhiên cũng có trường hợp “*Thường nghiệp ác*” quá mạnh với sự hợp tác của “*Tích lũy nghiệp ác*” sẽ trôi lên đây Cận tử nghiệp tốt yếu ớt qua một bên, và dẫn tâm thức đi tái sanh vào cõi xấu ngay tức khắc, hoặc vả Thường nghiệp thiện gặp duyên may trời lên tác động tử thức tái sanh vào cõi lành. Nên thật khó biết được Cận tử nghiệp của mình ra sao, vì thế lúc sinh thời nên tu tập tạo nghiệp lành tránh nghiệp dữ, để mình có tư lương thiện lành mạnh mẽ chuẩn bị cho lúc

cuối đời.

Đời nay, chúng ta thấy có nhiều gia đình khi có thân nhân sắp qua đời đã mời quý Thầy đến khai thị, tụng kinh, niệm Phật hộ niệm. Việc làm này có giá trị là giúp cho người sắp qua đời nghĩ nhớ đến những điều lành, hướng tâm đến Phật, buông bỏ tất cả những tình cảm luyến ái của cải trần gian để nhẹ nhàng ra đi. Trong giây phút Cận tử nghiệp mà tâm thần được an ổn, ý thiện xuất hiện ngay lúc đó sẽ được tái sanh về cõi lành. Đó là tự mình cứu lấy mình, chứ những người hộ niệm xung quanh chỉ hỗ trợ giúp mình mà thôi!

IV. BA GIAI ĐOẠN XUẤT HIỆN TRONG TÂM NGƯỜI SẮP LÂM CHUNG

Theo lời dạy của các bậc tôn túc, thì khi người sắp lâm chung thường có ba giai đoạn hiện ra trong tâm người sắp tắt thở. Thứ nhất là Thường Nghiệp; thứ hai là Nghiệp tướng; thứ ba là Thú tướng.

1. Thường nghiệp: Thường nghiệp nào mạnh nhất sẽ xuất hiện trong giờ phút lâm chung. Nghiệp này thúc đẩy thức đi tái sanh.

2. Nghiệp tướng: Tướng là hình ảnh. Nghiệp tướng là những hình ảnh liên hệ đến Thường nghiệp. Nếu Thường nghiệp thiện thì những hình ảnh thiện lành hiện ra trong tâm người sắp lâm chung. Chẳng hạn như người ấy thấy mình đang dạo chơi trong một rừng hoa, đang tụng kinh niệm Phật, đang đọc quyển sách hay, đang lắng nghe tiếng chuông chùa v.v... Nếu Thường nghiệp ác xuất hiện thì trong tâm người sắp mất sẽ thấy những hình tượng ghê gớm dữ dằn chẳng hạn như thấy một hồ máu chận trước đường đi, thấy mình lạc vào khu rừng âm u, tối tăm không biết lối ra, hay thấy những con thú dữ đang gầm gừ muốn xé xác mình v.v...

Đó là những hình ảnh xấu hay tốt hiện

ra trong tâm người sắp mất tùy theo sự thúc đẩy của Thường nghiệp.

3. Thú tướng: Khi Nghiệp tướng phát sanh thì tâm thức tái sanh nắm bắt cảnh giới tái sanh tương ứng ngay trước mắt tức khắc. Thú tướng là nơi tử thức sẽ tái sanh.

Thí dụ như “*Thường nghiệp lành*” xuất hiện, thì “*Nghiệp tướng lành*” hiện ra trong tâm người sắp lâm chung, toàn những cảnh thanh nhàn u nhã, tâm người đó nhẹ nhàng, hoan hỷ, thì “*Thú tướng*” nắm bắt ngay chỗ tương ứng, hiện ra cảnh giới mà người đó sẽ tái sanh, có thể sanh lên làm Người hay được thăng thiên lên cõi Trời.

Nếu như sống trên đời, mình phạm quá nhiều tội ác, giết người hại vật. Khi sắp chết, năng lực “*Thường nghiệp ác*” xuất hiện, “*Nghiệp tướng xấu*” hiện ra những cảnh ghê rợn, khiến người sắp chết hoang mang sợ hãi. Ngay lúc đó, “*Thú tướng*” xuất hiện một trong bốn ác đạo mà người đó sẽ tái sanh vào đời kế tiếp.

Gặp “*Nghiệp tướng*” này, người sắp lâm chung rất cần sự hộ niệm của mọi người để nhắc nhở tâm thức người này nương tựa vào lời niệm Phật, lấy lại sự bình tĩnh sáng suốt mà ra đi.

Làm sao biết được hình ảnh nào xảy ra trong tâm người sắp mất? Tạm trả lời là nếu hình ảnh ghê rợn xuất hiện trong tâm thì khuôn mặt người sắp mất lộ nét sợ hãi, chừng như cưỡng lại không muốn chết. Nếu hình ảnh an vui nhẹ nhàng xuất hiện trong tâm, thì nét mặt của người sắp chết lộ nét thanh thản tươi tắn, ra đi nhẹ nhàng.

V. KHI NÀO “NGHIỆP” TRỞ “QUẢ” ?

Chúng ta biết tất cả những suy nghĩ, nói năng hay hành động dù tốt hay xấu đều được cất giữ trong ký ức tạo thành Nghiệp. Tất cả những hành vi tạo tác qua thân, miệng, ý ấy chính là Nghiệp, là Nhân. Khi đủ duyên thì Nhân trở Quả. Trong cuộc sống của chúng

ta Quả trở ra rất nhiều lần, có khi nhẹ, có khi nặng, có khi trở ngay trong đời này hoặc trở ở đời sau... Nghiệp được phân biệt theo thời gian trả Quả có bốn loại:

1. Nghiệp trả Quả tức khắc, còn gọi là Hiện nghiệp: Là Nghiệp gây ra trong đời này, trước sau gì cũng phải trả ngay trong đời này.

2. Nghiệp trả Quả tiếp theo: Sau khi lìa bỏ kiếp sống hiện tại, tái sanh vào kiếp tới, mới trả Nghiệp gây ra trong kiếp này.

3. Nghiệp Vô Tận: Là Nghiệp trả Quả sau kiếp tái sanh, cho đến khi chấm dứt vòng luân hồi sinh tử.

4. Nghiệp Vô Hiệu: Nếu “*Nghiệp Tức Khắc*” không đủ duyên trở Quả trong kiếp này thì trở thành Vô hiệu. Nếu “*Nghiệp cho Quả trong kiếp sau*” không đủ điều kiện thuận lợi để trả thì trở thành Vô Hiệu. Nhưng “*Nghiệp Vô Tận*” thì không thể Vô Hiệu được. Nghiệp này tồn tại mãi cho đến khi chấm dứt vòng luân hồi mới ngưng. Tóm lại, khi “*Nghiệp trả Quả tức khắc*” và “*Nghiệp trả Quả trong kiếp tới*” không đủ duyên thì chúng trở nên Vô Hiệu. Riêng “*Nghiệp Vô Tận*” sẽ theo chúng sanh từ đời này sang đời khác. Khi thì làm Người, khi thì làm Trời hoặc sinh ra trong các cảnh Khổ để trả nghiệp cho tới khi nào chấm dứt luân hồi. Tất cả chúng sanh đều có kho chứa Nghiệp Vô Tận này. Gặp hoàn cảnh hay cơ hội thuận tiện Nghiệp sẽ trôi lên khiến ta nhận Quả tốt hay xấu do chính ta gây ra từ nhiều đời nhiều kiếp.

VI. THẾ NÀO LÀ NGHIỆP BÁT THIỆN VÀ NGHIỆP THIỆN ?

Sống ở đời thật khó mà giữ không tạo Nghiệp. Nếu không tạo Nghiệp thì chúng ta đã không sanh làm Người trong đời này. Mà cho dù sanh ở đâu? Cõi lành hay cõi dữ, thì đó cũng là cách chúng ta chết đi rồi tái

sanh vào một trong các cõi đó để thọ nghiệp. Sanh cõi lành là nhờ chúng ta đã tạo nhiều điều lành. Còn sanh vào đường dữ là do chúng ta đã tạo nhiều nghiệp dữ qua thân, khẩu, ý. Có mười loại Nghiệp dữ hay Nghiệp bất thiện như sau:

- Ba nghiệp bất thiện về Thân:

1) Nghiệp sát sanh: Là giết người, súc vật và ngay cả những côn trùng bé nhỏ. Người nào giết hại một hay nhiều chúng sanh là người đó đã tạo Nghiệp ác.

2) Nghiệp trộm cắp: Là lấy bất cứ vật gì mà chủ nhân không đồng ý. Lường gạt gẫm làm việc, làm ít khai nhiều để ăn lương cũng là hành động trộm cắp.

3) Nghiệp tà hạnh: Là thông dâm với người không phải là vợ hay chồng của mình, hãm hại hiệp dâm người khác hay có những hành động bất chánh tà vạy đối với mọi người và ngay cả với chính bản thân mình. Ngoài ra, đánh đập người hay súc vật để thỏa mãn thú tính của mình cũng thuộc về tà hạnh.

- Bốn nghiệp bất thiện về Khẩu:

1) Nghiệp nói dối: Chủ tâm nói không đúng sự thật gây tai hại, làm mất nhân phẩm hay khiến người khác lâm vào tình trạng hiểm nguy.

2) Nói lời đâm thọc: Với mục đích gây chia rẽ người khác.

3) Nói lời hung dữ: Dùng lời hung dữ, cộc cằn, thô lỗ thóa mạ khiến người khác bị tổn thương.

4) Nói lời vô ích: Dùng lời hoa mỹ để tự tôn vinh mình, hoặc nói chuyện trên trời dưới đất không giúp ích gì cho việc tu tập thoát khổ giác ngộ.

- Ba nghiệp về Ý:

1) Tham (lạm): Có tâm muốn chiếm đoạt vật sở hữu của người khác làm của mình.

2) Sân (hận): Tâm giận dữ, thù ghét... cầu mong kẻ thù bị hãm hại, bị thương vong.

3) Si (tà kiến, xử dụng chất say): Xử dụng chất say khiến tâm không còn tỉnh táo dễ

gây ra những hành động hại mình hại người tạo Nghiệp ác. Chấp tà kiến không tin Nhân Quả, cho rằng không có Nghiệp nên tự do tạo Nghiệp ác.

Ba nghiệp này chưa phải là hành vi thực hiện qua thân và lời mà chỉ là ý nghĩ xuất hiện trong Tâm. Do đó tham, sân, si được gọi là ba Nghiệp về Ý.

Trên đây là mười Nghiệp bất thiện. Ngược lại với bất thiện là mười Nghiệp lành. Đó là:

1) Không sát sanh, 2) Không trộm cắp, 3) Không tà hạnh, 4) Không nói dối, 5) Không nói lời đâm thọc, 6) Không nói lời hung dữ, 7) Không nói lời vô ích, 8) Không tham, 9) Không sân, 10) Không Tà kiến (Si).

VII. KẾT LUẬN

Chúng ta biết rằng từ vô thủy vô chung đến nay, không một người nào sanh ra đời sống mãi với thời gian. Con người là một hiện hữu nhỏ nhoi và ngắn hạn trong vũ trụ. Tuổi thọ lâu nhất của đời người dài lắm cũng chỉ hơn trăm năm đôi chút. Trong đời sống trăm luân vui buồn đau khổ này, có ai không tạo nghiệp? Tạo nghiệp thì phải chịu luân hồi tái sanh để thọ nghiệp đã gây.

Muốn thoát khỏi luân hồi sinh tử, đức Phật dạy là phải tu tập làm sạch lậu hoặc tức sạch nghiệp. Mà nghiệp đã gây ra từ nhiều đời nhiều kiếp, đến đời này nghiệp quá sâu dày làm sao xóa được? Theo đạo Phật thì chúng sanh có thể tu tập để sạch nghiệp. Đức Phật chỉ cho chúng sanh 37 phương thức tu tập để hỗ trợ cho việc đoạn trừ lậu hoặc cũng có nghĩa là làm sạch nghiệp mà chúng sanh đã gây ra, trong đó phải kể đến Bát Thánh Đạo. Tùy theo căn cơ chúng sanh chọn cho mình pháp thích hợp để tu tập.

Phương thức tu hành nào của Phật dạy cũng đều thông qua Giới-Định-Huệ.

Giới là sống đàng hoàng không gây ra những lỗi lầm hại người, mà hại người cũng

chính là tự hại mình. Đó là tránh hành “*Mười Nghiệp Bất Thiện*” nêu trên. Cơ bản: “*Siêng làm việc lành, tránh làm việc ác*” tức là siêng tạo Thường Nghiệp thiện lành, tránh gây Thường Nghiệp bất thiện.

Ngoài ra Phật cũng dạy “*nên giữ Ý trong sạch*” nghĩa là trong tâm không khởi ý phân biệt tốt xấu hại người mà nên phát huy tâm từ bi hỷ xả đối với tất cả mọi chúng sanh với tâm tôn trọng bình đẳng.

Muốn đạt cứu cánh rốt ráo hành giả chọn tu theo con đường đức Thế Tôn dạy là thực hành “*Bát Thánh Đạo*”. Muốn tu đúng, mình cần có Chánh kiến, Chánh tư duy để phân biệt chánh, tà, tức phân biệt điều thiện thì làm, điều ác thì tránh. Mình hành thiện bằng cách thực hành đúng theo Chánh ngữ, Chánh nghiệp và Chánh mạng nghĩa là mình giữ Giới, tránh gây những Thường nghiệp ác qua thân, khẩu, ý. Bên cạnh đó mình giữ Chánh niệm, khi sáu căn tiếp xúc với sáu trần, giữ niệm Biết không rời về sáu trần, không để vọng niệm hiện tại xen vào khen chê, hoặc ký ức quá khứ gây phiền não, hay trí năng rượt đuổi chuyện chưa xảy ra ở tương lai. Tất cả những hành này đều là nguyên nhân gây nên Nghiệp xấu.

Ngoài việc giữ Giới trong sạch, hành giả cần tu thiền Định. Trong trạng thái Định sâu (giới thể trong sạch) các lậu hoặc sẽ bị cô lập không trôi lên. Trong trạng thái tâm trong sạch, yên lặng, định tĩnh đó... bất chợt vọng tưởng khởi lên, hành giả lặng lẽ ghi nhận các pháp tự đến tự đi, tự sinh tự diệt, mà không phản ứng gì. Hành giả nhận thức như thật các pháp này đều vô thường, vô ngã, trống rỗng, hành giả yếm ly không dính mắc, ngay lúc đó hành giả ở trong trạng thái Định-Huệ đồng thời, tuệ tri mình thoát khổ giải thoát.

Nếu ở trong trạng thái này (Cực trọng thiện nghiệp) khi thân hoại mạng chung hành giả không còn bị ảnh hưởng của nghiệp, sẽ

sanh về các cõi Trời (Dục, Sắc hay Vô Sắc) hay cõi Người theo nguyên lực, để tiếp tục đời sống tu tập tiến hóa trên con đường tâm linh. Còn như lúc sinh thời hành giả sống theo lời Phật dạy chỉ làm những việc thiện lành tránh làm việc ác, thì Thường nghiệp lành xuất hiện thúc đẩy hành giả tái sanh đến cõi lành.

Hiện tại, chúng ta đang sống ở cõi đời tạm bợ này, tuy là người phàm phu, nhưng trộm nghĩ chúng ta cũng đã tạo nhiều phước lành ở đời trước nên đời này mới được làm người. Từ mấy ngàn năm qua, chư Tổ đã kết tập lại lời dạy của đức Phật, kinh điển ghi rõ lại những chân lý, phơi bày trọn vẹn con đường Giới-Định-Huệ để hướng dẫn chúng sanh tu tập. Con đường Giới-Định-Huệ không từ chối bất cứ một ai. Muốn bước lên con đường này để đi đến giải thoát giác ngộ hay không, là do quyết định của mỗi người, không ai ép buộc.

Chúng tôi tạm ngưng bài chia sẻ “*Nghiệp Tác Động Vào Cái Chết Của Con Người Như Thế Nào?*” tại đây!

Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật.

THÍCH NỮ HẠNG NHƯ

Bài giảng trong mùa An Cư tháng 04-2021
tại

Thiền Viện Chân Như, Navasota, Texas,
Hoa Kỳ.

Pháp Cú

HT. Thích Minh Châu dịch

Phẩm Bà La Môn

412

*Người sống ở đời này,
Không nhiễm cả thiện, ác,
Không sâu, sạch không bụi
Ta gọi Bà-la-môn.*

Làm thế nào để khởi già ?

Tác giả: Lê Tấn Tài

Khi nào các bộ phận trong cơ thể của con người bắt đầu thoái hóa? Già là một điều không ai tránh khỏi. Hiện nay các viện nghiên cứu y khoa đã cho biết một cách chính xác các bộ phận trong cơ thể của con người bắt đầu thoái hóa từ lúc nào.

Các bác sĩ người Pháp đã tìm thấy chất lượng tinh trùng bắt đầu suy thoái từ tuổi 35, bởi thế khi người đàn ông 45 tuổi thì một phần ba số lần mang thai sẽ dẫn đến sảy thai. Angela Epstein đã viết trong DailyMail, tuổi của các bộ phận trong cơ thể bắt đầu suy thoái như sau :

1./ Não bắt đầu suy thoái lúc 20 tuổi. Khi chúng ta trưởng thành, các tế bào não bị giảm dần. Và não cũng teo nhỏ lại . Khởi đầu con người có 100 tỉ tế bào não, nhưng đến tuổi 20 con số này giảm dần, và đến tuổi 40 con người mất mỗi ngày 10.000 tế bào ảnh hưởng rất nhiều đến trí nhớ và có tác dụng rất lớn đến tâm sinh lý người già.

2./ Ruột bắt đầu suy giảm từ tuổi 55. Ruột tốt có sự cân bằng giữa các vi khuẩn có ích và có hại. Vi khuẩn có ích sẽ giảm đi đáng kể sau tuổi 55, đặc biệt ở phần ruột già. Sau 55 tuổi bộ tiêu hóa bắt đầu xấu đi và sẽ gây hại cho các bệnh đường ruột. Táo bón là một bệnh thông thường của tuổi già, cũng như dịch vị từ bao tử, gan, tuyến tụy, ruột non bị suy giảm .

4./ Bọng đái bắt đầu suy thoái từ tuổi 65. Người già thường mất kiểm soát bọng đái. Nó bắt đầu co lại đột ngột, ngay cả khi không đầy. Ph□» ¥ nữ dễ gặp trục trặc này hơn khi chấm dứt kinh nguyệt. Khả năng chứa nước tiểu của bọng đái một người già chỉ bằng nửa so với người trẻ tuổi, khoảng 2 cốc ở tuổi 30 và 1 cốc ở tuổi 70. Điều này khiến người già phải đi tiểu nhiều hơn, và dễ nhiễm trùng đường tiểu.

5./ Vú bắt đầu thoái hóa từ năm 35 tuổi. Khi người đàn bà đến 30 tuổi thì vú mất dần các mô và mỡ, sự đầy đặn và kích cỡ của bộ vú bị suy giảm. Khi 40 tuổi núm vú bị teo lại và vú thông xuống.

6./ Phổi lão hóa từ tuổi 20. Sụn sườn vôi hóa, lồng ngực biến dạng, khớp cứng ảnh hưởng tới thở, nhu mô phổi giảm đàn hồi, giảm phế nang. Dung tích của phổi bắt đầu giảm dần từ tuổi 20. Đến tuổi 40 có nhiều người đã bắt đầu khó thở vì các cơ bắp và xơ Æ jng sườn buồng phổi bắt đầu xơ cứng .

7./ Giọng nói bắt đầu yếu và khàn kể từ tuổi 65. Phụ nữ có giọng khàn và nhỏ trong khi đàn ông giọng cao và nhẹ.

8./ Mắt lão hóa từ năm 40 và phần lớn phải mang kiếng, không còn nhìn rõ một vật ở xa. Khả năng tập trung của mắt kém hơn do cơ mắt yếu hơn.

9./ Tim lão hóa từ tuổi 40. Khối lượng cơ tim giảm. Tuần hoàn nuôi cơ tim cũng giảm, suy tim tiềm tàng, huyết áp tăng dần. Sức bơm của tim giảm dần vì các mạch máu giảm sự đàn hồi. Các động mạch cứng dần và bị mở đóng vào các thành mạch. Máu cung cấp cho tim cũng bị giảm bớt. Đàn ông 45 tuổi và đàn bà 55 dễ bị đau tim.

10./ Gan lão hóa từ năm 70. Chức năng chuyển hóa và giải độc giảm. Tuy nhiên gan là một bộ phận gần như không chịu kh uất phục tuổi tác. Người ta có thể ghép gan của một ông già 70 tuổi cho một người 20 tuổi.

11./ Thận lão hóa năm 50. Số đơn vị lọc chất thải khỏi máu bắt đầu giảm xuống ở tuổi trung niên.

12./ Tuyến tiền liệt lão hóa vào năm 50. Hệ thống sinh dục nam gồm có: tinh hoàn và bộ phận sinh dục phụ như đường dẫn tinh, tuyến tiền liệt, tuyến hành niệu đạo, túi tinh và dương vật. Tuyến tiền liệt thường lớn dần theo tuổi tác. Khi tuyến tiền liệt tăng kích thước sẽ ép vào niệu đạo và bàng quang, gây khó khăn cho tiểu tiện. Nó gây nên triệu chứng tiểu ngập ngừng, tiểu nhiều lần, tăng nguy cơ nhiễm trùng tiết niệu và tiểu khó.

13./ Xương lão hóa vào tuổi 35. Cho đến giữa những năm 20 tuổi, mật độ xương vẫn còn tăng. Trẻ

em xương lớn rất nhanh, cứ mỗi 2 năm lại thay đổi toàn bộ xương cũ nhưng đến tuổi 35 thì xương đã lão, hiện tượng mất xương bắt đầu như một quá trình già cả tự nhiên.

14./ Răng suy từ tuổi 40. Răng bị hao mòn. Dễ bị bệnh nha chu. Niêm mạc bị teo dần.

15./ Bắp thịt lão hóa từ năm 30. Thông thường bắp thịt khi bị lão hoá thì được tái tạo ngay, nhưng đến tuổi 30 thì tái tạo ít hơn là lão hóa. Đến tuổi 40, mỗi năm bắp thịt bị sút giảm từ 0.5 đến 2 % . Vì thế người già khó giữ thăng bằng, trở thành chậm chạp, dễ bị ngã và gãy xương.

16./ Nghe [thính giác] giảm đi kể từ giữa năm 50. Rất nhiều người bị lãng tai kể từ năm 60.

17./ Da suy giảm kể từ năm 20. Chúng ta đã giảm dần việc sản xuất chất keo dính của da từ giữa tuổi 20. Việc thay thế các tế bào chết cũng chậm dần.

18./ Vị giác và khứu giác giảm từ năm 60. Thông thường chúng ta có thể nếm được 100.000 vị trên lưỡi. Các vị này chúng ta chỉ nếm được phân nửa khi già và đến tuổi 60 thì không còn nếm và nếm một cách chính xác được nữa.

19./ Sinh sản mất khả năng từ năm 35. Khả năng sinh nở của phụ nữ bắt đầu giảm sau tuổi 35, vì số lượng và chất lượng trứng trong tử cung giảm xuống.

20./ Tóc lão hóa từ tuổi 30. Thông thường cứ 3 năm thì tóc cũ sẽ được thay thế toàn bộ tóc mới. Và đến năm 35 tuổi thì tóc không còn đen nhánh nữa mà ngã màu đen xám và rụng dần đi.

Làm thế nào để làm chậm sự lão hóa ?

Già không phải là một bệnh nhưng già tạo điều kiện cho bệnh phát sinh và phát triển; cần chú ý một số đặc điểm sau:

- Người già thường mắc nhiều bệnh cùng một lúc, có bệnh dễ phát hiện, nhưng cũng có bệnh rất kín đáo, tiềm tàng, nguy hiểm.

- Triệu chứng ít khi điển hình, không rõ ràng, không rõ rệt, nên khó chẩn đoán, dễ sai lệch nếu ít kinh nghiệm.

- Khả năng phục hồi sức khỏe sau các trận ốm thường chậm hơn so với người trẻ, nên sau điều trị phải có thời gian an dưỡng.

Một số biện pháp làm giảm tốc độ lão hóa:

Học thuyết âm dương của y học cổ truyền chứng minh con người là một chỉnh thể giữa âm dương, giữa khí và huyết. Luôn luôn thăng bằng với nhau từ trên xuống dưới, từ dưới lên trên, từ trong ra ngoài, từ ngoài vào trong theo một quy luật nhất định, để duy trì sự sống của con người được bền vững dài lâu.

Vì thế muốn giảm tốc độ lão hóa cần phải:

Về tư tưởng luôn luôn lạc quan yêu đời, chủ động gạt bỏ những cái làm ảnh hưởng đến bộ não, hạn chế tối đa nỗi cô đơn, giải quyết tốt nhất mối quan hệ xã hội và gia đình, có triết lý sống đúng; phải chú ý cả 3 vấn đề: lễ sống, lối sống và hành động sao cho khoa học văn minh để loại trừ 7 nguyên nhân gây bệnh của Đông y là : hỷ, nộ, ưu, tư, bi, kinh, khủng.

Muốn được thanh thoi phải có kiến thức, phải có hiểu biết để nhìn nhận vấn đề sao cho đúng đắn qua báo chí, đài phát thanh, truyền hình để làm chủ được mình và giáo dục cho gia đình, con cháu giảm các nỗi bức dọc và tự chăm lo cho mình.

Thường xuyên luyện tập đều đặn về trí tuệ và thể lực như đọc sách báo, nghe đài, xem TV, internet... đồng thời tập thể dục thể thao, đi bộ, tập thở, tĩnh tâm thư giãn, v.v... phù hợp với hoàn cảnh và sức khỏe từng người.

Sinh hoạt điều độ, không làm gì quá sức bình thường, giữ gìn trạng thái cân bằng giữa ngủ và nghỉ, giữa ăn và làm, giữa trí óc và chân tay, giữa trong nhà và ngoài trời, giữa lười và chăm, v.v... cũng rất quan trọng.

Ăn uống đúng và đủ theo khả năng của mình, không nên nghiện bất cứ thứ gì, hạn chế thịt nhất là mỡ, ăn nhiều rau quả tươi, giảm chất bột, giảm bánh kẹo, bảo đảm cân bằng thức ăn âm và dương, giữ người không béo và cũng không gầy. Nên nhớ con người là giống ăn ngũ cốc, nên thức ăn cho người phải 80% là ngũ cốc còn 20% là rau quả và các thứ khác, không nên ăn quá no, người già rất cần đạm ở đậu tương, vừng lạc, tôm cua, ốc hến...

Cần có môi trường sống tự nhiên tốt, phần lớn các cụ sống 100 tuổi trở lên đều ở vùng núi, ở nông thôn còn ở thành phố thì rất ít và gốc cũng không phải thành thị. Hiện nay môi trường sống đang bị tàn phá nghiêm trọng đó là tự hủy hoại mình (chặt cây, phá rừng, chất thải, phân hóa học, thuốc trừ sâu....) đã làm mất đi cảnh thanh bình của thiên nhiên, là điều cũng nên hết sức tránh.

Kiên trì áp dụng 10 bài học về sức khỏe của Nhật Bản, đất nước đ ược mệnh danh là ‘vương quốc của tuổi thọ’ vì có tuổi thọ cao nhất thế giới hiện nay. 10 bài học đó là:

- **Bớt ăn thịt, ăn nhiều rau**
- **Bớt ăn mặn, ăn nhiều chất chua**
- **Bớt ăn đường, ăn nhiều hoa quả**
- **Bớt ăn chất bột, ăn nhiều sữa**
- **Bớt mặc nhiều quần áo, tắm nhiều lần**
- **Bớt đi xe, năng đi bộ**
- **Bớt phiền muộn, ngủ nhiều hơn**
- **Bớt nóng giận, cười nhiều hơn**
- **Bớt nói, làm nhiều hơn**

- Bớt ham muốn, chia sẻ nhiều hơn.

Những bài học trên có tác dụng rất lớn đối với những người bị tăng huyết áp, bệnh tim mạch, ung thư dạ dày, viêm gan...

Tóm lại: Biết cách sống, ta có thể làm chậm được quá trình lão hóa, kéo dài được tuổi thọ, có thể điều chỉnh được chiếc đồng hồ sinh học trong con người chúng ta chạy chậm lại, ta cũng có thể giữ bộ máy cực kỳ tinh vi của ta được bền vững lâu dài hơn.



Vàng thu xứ lạ

Thơ Tuệ Nga

*Mây trắng tha phương trắng dặm trường
Quan hoài chạnh khúc dạ sầu vương
Kiếm Hồ gió có bay tà áo
Trần Võ ai còn lắng nhịp chuông
Trắng lạnh đôi bờ đau ý trúc
Tuyết rơi mấy nẻo quanh vườn sương
Vàng thu xứ lạ thương thu cũ
Mặt giấy loang sâu sóng đại dương.*



Khi thân xác chỗi từ

Nguyễn Hữu Liêm

Trong dịp hai lễ Thích Ca thành đạo và Jesus Giáng sinh vào cuối năm, chúng ta hãy tìm đọc Kinh Phật và Chúa để chiêm nghiệm lại một vài ý nghĩa của cơ sự làm người. Có những mẩu chuyện mà có lẽ nhiều người trong chúng ta đã nghe, đọc qua rồi, nhưng ý nghĩa ẩn dụ vẫn còn giấu kín. Sau đây là hai câu chuyện của Ananda và Peter – đôi cột trụ lớn của hai truyền thống đạo lý trọng yếu của nhân loại. Ananda là của Đông Phương; Peter Tây Phương. Mỗi nhân vật là một hiện thân từ chữ Đạo, tùy duyên mà ứng hiện trong sự lớn lao vô cùng huyền diệu về hiện tượng con người.

1. Trong Surangama Sutra (kinh Lăng Nghiêm), có thuật lại câu chuyện của Ananda, một trong những đại đệ tử hàng đầu của Phật Thích Ca Mâu Ni. Hôm ấy là ngày giỗ tổ, Ananda đi khát thực một mình. Ông gặp một nàng thiếu phụ xinh đẹp và kêu gọi tên là Matanga. Nàng ta dùng thân chú Ân giáo để khích dụ ông vào phòng ngủ của mình. Dù là đệ tử cao cấp của Phật, nhưng công phu tu tập chưa đến hạng siêu thừa, vốn thêm là một bậc trí giả thiên về lý luận, phiên giải, Ananda suýt nữa là bị vấp ngã. May nhờ lúc đó, Phật đã phải dùng thân chú Lăng Nghiêm, để thức tỉnh Ananda, kêu gọi ông và nàng Matanga trở về diện kiến Phật. Gặp Phật, Ananda cảm thấy xấu hổ, khóc lóc. Ông quỳ xuống đánh lễ đức Phật, tự giận mình là người học rộng, nghe nhiều mà đạo lực vẫn chưa toàn. Trước mặt nhiều môn đồ và đệ tử khác, Phật an ủi Ananda, xong rồi truy hỏi ông về "dâm ái," "vọng tưởng" và "chân tâm." Kinh Lăng Nghiêm là bộ kinh ghi chép những gì mà Ananda nhớ lại từ những câu tra vấn và thuyết giảng của

Phật cho Ananda và thánh chúng nhân dịp pháp thoại này.

Lăng Nghiêm là một đại phẩm tước cơ bản về siêu hình học Phật giáo. Nó đứng song song với kinh Kim Cương, một tác phẩm tri thức luận. Hai tập kinh này được biên tập là nhờ công của Ananda. Với một trí nhớ phi thường, Ananda đã nhớ rõ hầu hết các bài giảng của Phật. Hai trăm năm sau khi Phật liạ trần, trí nhớ và sự kể lại của Ananda đã được ghi chép thành kinh văn trong những đại hội "kiết tập." Vì thế, nếu như không có Ananda thì gia tài kinh điển của Phật giáo sẽ không được dồi dào, phong phú như vậy. Tuy nhiên, trên cơ sở tu học thì Ananda là người đặc đạo chậm nhất. Có hai thứ làm cản trở con đường chứng đạo cho Ananda. Thứ nhất, khả năng trí thức siêu việt của ông; và thứ hai, năng lực dục tình vốn chưa hoàn toàn được chuyển hóa. Ananda được coi như là đứa em út trong hàng đệ tử của Phật hồi ấy. Ngài đã tỏ ra thân ái và thương yêu Ananda rất nhiều cũng chỉ vì ông là người kém chậm nhất trên đường tu chứng. Nhưng Phật cũng biết rằng chính Ananda sẽ là nhân vật phát huy chánh Pháp hiệu năng hàng đầu. Và như lịch sử đã chứng minh, Ananda đã là "viên đá trọng yếu" và là "chìa khóa" cho sinh lực đạo Phật - mà nếu không có, Á Đông không thể như đã là.

Ananda là biểu tượng của thân xác và tri thức trên con đường giác ngộ chân Tâm. Trọng tâm yếu của tu học, Phật pháp không thể hiện dương nếu không phải khởi đi, và đối đầu với, để vượt qua hai năng lực lớn lao của cá thể. Đó là hai về trí thức và ái dục

giới tính. Cả hai đều là hiện thân của tự-ngã. Một bên là ý chí thâm gọt thể gian qua "cái biết" của mình; đằng kia là bản năng tồn hữu qua cơ năng thân xác. Khi Ananda sắp bị nàng Matanga dụ dỗ, chàng suýt nữa là rơi vào năng lực xác thân. Đây là một khổ nạn mà truyền thống tu học nhà Phật gọi là "nạn Ma Đăng Già". Sự "ngã ngựa" của Ananda là một thời quán thiết yếu trên con đường đi đến giác ngộ. Bởi vì chính từ bản thể của sinh hiện, mỗi cá nhân tự mình là một sự chối từ, một vọng tưởng trong chân Tâm, để mang trong tim một gánh nặng chủ quan lạc dòng.

2. Trong kinh Tân Ước, chương Matthew 26-27, đoạn kể về Peter, một môn đệ hàng đầu (Apostle) của Chúa Jesus. Trước đêm bị bắt và đóng đinh trên thập tự giá, Chúa Jesus đã cùng dùng cơm tối với 12 môn đồ. Ngài làm phép thánh bằng bánh mì và rượu xong rồi đưa cho các đệ tử mà nói, "Hãy lấy bánh này mà ăn vì nó là thân xác của ta; hãy uống từ cốc này vì đây là máu của ta." Và Chúa tuyên bố rằng đêm hôm ấy, các đệ tử có mặt sẽ mất đức tin trước mặt Ngài. Peter trả lời rằng ông không phải là người như thế. Chúa nhìn Peter mà nói, "Ta nói cho ngươi nghe, trước khi gà gáy sáng mai, nhà ngươi sẽ từ chối ta ba lần." Và y đúng như vậy. Đêm hôm ấy sau khi Chúa đã nhấn nhủ Peter rằng, "Tinh thần thì cao, nhưng thân xác vốn là yếu," Peter đã từ chối Chúa Jesus đúng ba lần với những kẻ đang truy bức Ngài. Lần cuối cùng khi Peter từ chối Chúa vừa xong thì tiếng gà gáy sáng vang lên. Peter nhận thức ra lỗi lầm của mình và - như Ananda đã - bật khóc nức nở.

Và cũng như Ananda, sau khi Chúa Jesus đã qua đời, Peter là người đã nắm "chìa khóa của giọt máu" từ Chúa (máu là tinh thần). Peter, một thiên tài về tổ chức, là "viên đá linh hiền" để cùng với môn đồ Paul,

một lý thuyết gia, xây dựng lên giáo hội Thiên Chúa. Không có Peter thì không có giáo hội La Mã như gần hai ngàn năm qua. Từ một kẻ đã phủ nhận Chúa, Peter đã trở nên một nhân vật hàng đầu cho sự thành hình và phát huy đạo Chúa. Kẻ chối từ nay đã trở nên kẻ minh định. Nói như Hegel, "Đánh mất chính mình để tìm ra chính mình là con đường của Tinh thần."

Cả hai Peter và Ananda là hiện thân từ thể xác; trong khi Chúa Jesus và Phật Thích Ca là Tinh thần. Cả hai đệ tử hàng đầu này là những người đã ngã ngựa trước Phật và Chúa - nhưng lại đứng lên được. Và đây là bài học trong câu chuyện: Trong cơ sự làm người, ý chí vực dậy sau khi ngã xuống chính là chìa khóa cho sự chuyên hóa từ thân xác sang Tinh thần. Không ai đã làm người mà không có lúc bị té ngã. Điều quyết định là ở chỗ hân ta có ý chí đứng dậy làm lại cuộc đời hay không. "What does not kill me only makes me stronger." Cái gì không giết chết ta thì chỉ làm cho ta mạnh thêm mà thôi.

Sau này trên con đường truyền giáo, trong hai lá thư gửi cho các tín hữu, Peter đã nhấn nhủ, "Hãy đi tới để mà chính mình được dựng nên. Hãy là những viên đá sinh hữu nhằm xây nên ngôi đền Tinh thần linh thiêng," Peter nhấn mạnh, "Hãy bổ sung đức tin bằng tiết hạnh, tiết hạnh với kiến thức, kiến thức bằng tự chế, tự chế với quyết tâm, quyết tâm với lòng thành, lòng thành trong tương ái, và tương ái với tình yêu."

Và đức Phật, trong phần giảng pháp gần giữa kinh Lăng Nghiêm, đã cảnh cáo Ananda rằng, "Ananda, nếu ông không nỗ lực tu hành - vốn trải nhiều kiếp - thì Bồ Đề, Niết Bàn đối với ông hãy còn xa vời lắm. Dầu ông có học nhiều, nhớ kỹ nghĩa lý nhiệm mầu suốt mười hai bộ kinh, thì cũng

chỉ giúp ông phương diện lý luận, chứ không giúp gì cho sự giải thoát của mình."

Từ Ananda và Peter là một bài học biểu dụ bằng hai cuộc đời. Thân xác và tri thức cả hai vốn là cần thiết, nhưng chưa đủ. Hãy suy rộng ra. Khi ở vào thời điểm mà con người chỉ còn biết vào thân xác và tri thức, đề rồi bỏ quên năng lực Tinh thần, thì đó là một nền văn minh bị lạc lõng và không định hướng. Dựa ý theo một mệnh đề của Kant thì, "Tinh thần mà không có thân xác và tri thức là mù quáng; thân xác và tri thức mà thiếu vắng Tinh thần đều là trống rỗng."

Đó cũng là khi mà hai thể loại con người Đông và Tây, của Ananda và Peter, sẽ hóa nhập thành thân để uống chia cùng một giọt máu mới của Tinh thần.

Hư Hư Lục

Thích Nữ Như Thủy

Những Con Ngựa Dữ

Phật ví những người hung dữ trong môn đệ Ngài giống như những con ngựa dữ khó điều phục. Đó là:

Hạng người khi được bạn bè chỉ lỗi lầm cứ chối bai bải bảo: "Tôi không nhớ, tôi không nhớ." Giống hệt con ngựa dữ bị tra hàm thiếc và quất roi da vào mông, mà vẫn còn hực hực không chịu đi.

Hạng thứ hai, khi được chỉ lỗi, bèn đứng làm thỉnh không nhận cũng không chối, giống như con ngựa dữ đứng dựa gọng xe không chịu đi.

Hạng thứ ba là vị tu sĩ khi bị chỉ lỗi, liền hỏi lại người chỉ lỗi mình: "Huynh cũng phạm lỗi như tôi, sao dám chỉ lỗi tôi," giống như con ngựa dữ ngã nhào xuống đất, trầy đầu gối, gãy gọng xe.

Hạng thứ tư là loại người phản ứng bằng cách quật lại người chỉ lỗi mình: "Đồ ngu! Phận huynh còn phải nhờ người chỉ bảo, sao dám lên mặt dạy tôi," giống như con ngựa dữ cứ thụt lui không chịu bước tới.

Hạng thứ năm là kẻ hay nói trở sang chuyện khác, đem lòng thù hiềm, oán hận người nhắc nhở mình. Như con ngựa dữ chạy bừa vào đường hiềm, làm cho xe bê bánh, gãy trục.

Hạng thứ sáu, là kẻ không sợ tội lỗi, không ngán chúng tăng, không cho ai chỉ lỗi, lấy đồ bỏ đi. Giống như con ngựa dữ bắt kẻ nài và roi, ngậm hàm thiếc chạy cang vô phương kèm chế.

Hạng thứ bảy phản ứng bằng cách lộn ngược y, đứng giữa hội chúng, khoa tay nói lớn: "Ai cho phép mấy người dạy khôn tui?" như con ngựa dữ, dựng ngược hai chân và sùi bọt mép.

Hạng thứ tám, thuộc loại dữ dằn nhất, nói ọng óng: "Mấy người có cho tôi y bát, tọa cụ, thuốc men không mà dám sửa sai tui?" Nói xong chưa hả giận còn xả giới, lột y vứt bên đường nghênh mặt hỏi chúng tăng: "Tôi đã hoàn tục rồi, mấy người vừa lòng hả hạ chưa?" Hạng người này, giống như con ngựa dữ nằm bẹp giữa đường.

Kể xong về tám loại người hung dữ trên, đức Phật khuyên hàng môn đệ của Ngài nên đề dạy, bình tĩnh khi nghe người ta nhắc nhở mình dù lời chỉ dạy đó đúng hay sai, đều nên giữ lòng bình thân và chân thật. Riêng người chỉ lỗi cho bạn phải biết đúng thời đúng lúc, nói năng dịu dàng nhỏ nhẹ và nhất là thật tâm yêu thương muốn giúp đỡ bạn bè chứ không vì ganh tỵ, ghét bỏ.

Xong Phật kết luận:

"Này các tỷ kheo, ta đã nói đầy đủ, đằng kia là các cội cây, các hang trống. Các ông nên đến đó mà tọa thiền, chớ có buông lung mà về sau hối tiếc không kịp. Đây chính là lời nhắn nhủ của ta với các ông."

Xin đừng lay Đức Phật

Nguyễn Quốc Bửu

Những lời chân thật của Đức Phật

Trước tiên đây chính là những lời của Đức Thích Ca đã dạy các tỳ kheo lúc ngài còn tại thế. Ngài xác nhận ngài chỉ là một bậc đạo sư, với vai trò chánh yếu chỉ là một người hướng dẫn, chỉ ra con đường, và các hành giả phải tự đi và tự chứng nghiệm. Khác với những hệ thống tôn giáo khác có xu hướng cầu xin các thế lực siêu nhiên, ngài bác bỏ hoàn toàn hệ thống thần quyền mà đã từ bao đời trói buộc con người. Tu tập theo con đường của Đức Thích Ca tức là trở về với bản thể chân thực của mình. Đã biết bao thế hệ, con người bị những thứ: hình thức bề ngoài, những tưởng tượng về bản thân, những giả tạo trong đạo đức quán lấy. Đi trên con đường đạo của Đức Thích Ca, con người gỡ những trói buộc ấy, gạt bỏ cái “ta”, sống đơn giản. Những thứ phù phiếm bề ngoài, tưởng tượng mình là một loại gì đó, bắt mình phải hành xử theo một lối nào đó hoàn toàn chỉ khiến con người xoay quanh trong mớ bong bóng đó, luôn tiếp tục như vậy và không hề có sự an lạc. Ngày nào mỗi người còn đi vào các hình thức, các sự bịa đặt bề ngoài càng nhiều thì họ còn khổ đau nhiều với những thứ ấy.

Con đường Đức Phật Thích Ca đã đi qua là con đường gỡ bỏ tất cả những ràng buộc thế gian, gỡ bỏ tất cả các hình thức bề ngoài, gỡ bỏ tất cả các suy tưởng không cần thiết để đi đến an lạc ngay trong đời sống này. Ngài không chủ trương sau khi chết sẽ đi về đâu, và có những cõi nào hay không. Bản chất của khổ chính là “có”, vì “có” nên mới giữ gìn, vì có những điều kiện ham muốn

nên mới còn khả năng ham muốn, vì “có” nên mới lo lắng. Hễ có vui thì sẽ có buồn, hễ có sướng thì sẽ có khổ: một người lúc bình thường thì hưởng những thú vui xác thịt (ăn, uống, quan hệ giới tính...) nhưng lúc đau bệnh lại thì việc sở hữu thân xác là một thảm họa. Có nhiều người đau đớn tới lúc chết, vậy mới biết mang thân nên mới khổ vì thân, còn thân chính là còn nơi để những đau khổ xác thịt và tinh thần xảy ra. Lại có những người tự phụ về nhan sắc của mình, để rồi khi nó mất đi họ lại phiền sầu phiền não.

Con người có những bản tính chân thật, vậy mà họ cứ chạy theo những thứ bề ngoài để rồi mang rắc rối, ưu phiền vì nó. Khi đói con người liền nghĩ tới ăn, khi khát liền nghĩ tới uống, khi đau buồn thì cần người an ủi. Đó, chân thật là đó, chứ cần gì phải bịa ra muôn hình muôn vẻ bề ngoài, đâu phải vì tôi là gia đình giàu có nên tôi phải ngồi trong những quán ăn sang trọng thì mới ngon miệng. Mặc dù những cảm xúc của con người là có thực: sự ngon, dở, sung sướng... nhưng những thứ ấy tồn tại không lâu bền và thường hằng biến đổi, chính vì vậy đừng cố bám víu để tìm lại những cảm xúc ấy. Hãy “đói thì ăn, mệt thì ngủ”, ấy mới chính là đạo. Chính vì mọi thứ đều biến đổi nên Đức Phật không bám víu vào những thứ ấy, chính vì vậy cuộc đời ngài luôn thanh thoi và không mang bất cứ ưu phiền nào. Nhận biết mọi sự trên thế gian là “vô thường” và không bám víu vào nó là bước cơ bản và quan trọng để con người thoát khỏi những khổ đau ràng buộc.

Những ai đi theo con đường của Đức

Thích Ca tức là đi theo con đường của chính mình. Đó là con đường gỡ bỏ mọi sự ràng buộc, gỡ bỏ mọi sự bám víu, gỡ bỏ mọi nhân duyên để tránh phiền não. Một người hiểu đạo là một người điều khiển được cảm xúc mình, làm chủ nó, vì một khi ý nghĩ nổi lên ta liền nhận ra ý nghĩ đó có mang lại lợi ích gì cho bản thân và mọi người hay không. Chính vì việc làm chủ, phân biệt được ý niệm nào lợi lạc hay không lợi lạc mà Phật Tử sẽ chọn lựa và thực hiện. Đức Thích Ca không bắt Phật Tử làm theo những gì ngài nói. Ngài không dạy điều đó, ngài chỉ dạy mỗi người hãy nghe những lời ngài nói, hãy phân tích những hướng dẫn đó có tốt, có lợi lạc cho bản thân mình hay không. Nếu có, hãy thực hiện những điều ấy với một tấm lòng chân thực. Cũng tương tự như vậy, trước khi làm điều gì mỗi người hãy ngừng lại vài phút. Những điều gì mang lại lợi lạc thì làm, còn không thì nhất quyết không làm.

Tu và sự cởi bỏ bản ngã

Tu là gì? Trước hết tu là tu sửa bản thân. Sao gọi là tu sửa? Ta vẫn là ta nhưng bao nhiêu năm nay vì không phân biệt được điều gì mang lại lợi lạc, không nhận biết được mọi sự là vô thường nên ta bị cuốn vào vòng xoáy cuộc đời, làm những việc mà chúng ta không lường hết hậu quả. Bây giờ thì ta đã biết, đã phân biệt được sự nên hay không nên, vì vậy những điều gì trước đây sai khác với điều đó thì ta hãy ngừng lại. Sau khi ngừng không làm những điều sai trái như trước kia, ta phải tiếp tục làm những việc ngược lại. Đó, tu chính là như vậy, trước kia ta đã sát sanh quá nhiều thì bây giờ ta không sát sanh nữa, ngược lại ta còn tích cực phóng sanh. Trước kia ta quá keo kiệt bủn xỉn không giúp đỡ ai thì nay ta phải thường xuyên giúp đỡ mọi người, bỏ thí người nghèo. Điều quan trọng là ta hãy làm những

hành động ấy với một tấm lòng chân thực, chứ không phải vì tôi muốn đánh bóng tên tuổi mà tôi làm từ thiện cho mọi người biết, không phải vì tôi phóng sanh vì muốn lấy lòng một ai đó. Những người làm như vậy không phải tu, họ chỉ đang làm việc đó vì một mục đích cho bản thân mà không nhằm mục đích an lạc.

Nói về việc sát sanh, những loài sinh vật trên quả địa cầu này không có loài nào là không ham sống cả, không có loài vật nào muốn con người ăn nuốt chúng cả. Ai cũng biết bất kỳ một loại động vật nào cũng biết quấy vùng, gào thét khi bị con người giết hại. Những hình ảnh đó chúng ta thấy hàng ngày trước mắt, thử hỏi nếu chúng ta ở vị trí của chúng thì như thế nào. Có ai muốn mình bị sát hại hay không? Dĩ nhiên là không. Bản thân mình không muốn mình bị sát hại vậy mà chính chúng ta luôn sát hại các loại động vật (thậm chí là con người với nhau) với lý do “vật dưỡng nhân” thì thật không công bằng. Nếu vật là để dưỡng nhân thì con người để dưỡng cái gì? Con người có lý trí, có tình cảm, chúng ta cảm nhận được sự đau đớn của chúng, chúng cũng là sinh vật, chúng cũng có tình mẫu tử. Vậy thì quyền được sống không phải chỉ dành riêng cho con người, nó cũng dành cho tất cả các chủng loại sinh vật. Hãy dừng lại ngay từ bây giờ, hãy biết yêu thương chúng như yêu thương con người.

Trên con đường tu tập, phương cách tốt nhất mà Đức Thích Ca đã chỉ ra là phải dẹp bỏ hoàn toàn bản ngã: hãy xem thân này không phải là thân của ta, tướng này không phải là tướng của ta. Vì thân này không phải thân ta nên ta không khổ đau khi nó già yếu, tàn phai...Chỉ khi người ta dẹp bỏ được bản ngã thì người ta mới ngừng việc xây dựng cho mình những hình thức bề ngoài, những tưởng tượng vô bổ, những kiến tạo không lợi

lạc. Tất cả những kiến tạo không lợi lạc, những sự bày vẽ bề ngoài hoàn toàn không mang lại sự an lạc trong thân tâm. Để đạt được sự an lạc, cần thiết phải tĩnh tâm và thiền định.

Đối với Đức Thích Ca, việc lay ngại cũng chính là lay bản thân mình. Đức Thích Ca tượng trưng cho sự gỡ bỏ những ràng buộc, sự giải thoát khỏi các phiền não. Ta lay ngại có khác chi ta đang lay hạt giống giải thoát trong bản thân mình. Thân này do tứ đại kết hợp thành, thì rốt cục hàng tỷ thân khác trên quả đất này đều chung một nguồn gốc. Việc quý lay là một sự thể hiện sự tôn kính, nhưng khi chúng ta quý lay tượng của ngài chúng ta cũng phải hiểu rằng ta đang quý lay chính những đức hạnh cao cả của ngài mà chúng ta đang noi theo. Có rất nhiều người hiểu sai và thực hiện sai việc này, họ quý lại các tượng đất mà trong lúc quý lại họ lại cầu xin một điều gì đó. Họ nghĩ Đức Phật là một thể lực siêu nhiên có thể thỏa mãn những ước muốn ấy. Không phải, nếu quan niệm như vậy thì họ đã sai, đức Thích Ca chỉ là đạo sư cho chúng ta trên con đường giải thoát. Hơn nữa không lẽ Đức Thích Ca sẽ cho chúng ta đạt được một ước muốn chỉ vì chúng ta “hối lộ” bằng việc cầu xin, cúng hoa quả. Đức hạnh chỉ đạt được nếu thực hiện những việc thiện với một hồn chân thực, không cầu cạnh.

Nếu muốn bày tỏ sự tôn kính với Đức Thích Ca, xin đừng quý lay họ, hãy thực hiện những điều ngài đã làm, những hạnh ngài đã giữ, những điều ngài đã dạy với một sự suy xét cẩn thận. Đức Phật dạy con người đừng làm vì si mê. Không phải ta làm theo Đức Phật chỉ bởi vì ông ta đã giải thoát được, đã đạt được những thần thông. Hãy làm theo những lời dạy ấy với một sự hiểu biết rõ ràng. Đừng làm những điều gì chỉ bởi bao đời nay người ta đã làm. Đừng làm

những điều gì chỉ bởi những điều ấy được cho là đúng, là hiển nhiên. Không phải tất cả những gì mà nhiều người đã làm bao đời này là đúng, điều đó chỉ đúng nếu nó mang lại sự lợi ích cho bản thân và mọi người, cũng như mang lại sự an lạc. Rốt cục cũng không có đúng và sai, đúng và sai chỉ là những từ ngữ để phân biệt của con người. Cái cốt lõi là nhân quả, hễ có nhân thì sẽ có quả, mà nhân nào thì quả nấy. Người Phật Tử phải hiểu được những việc mình làm để có thể xác định được nhân quả, nếu những quả nào mang lại lợi lạc thì hãy làm.

Hai con đường của Phật Đạo

Đạo Phật chia thành hai con đường chính: xuất thế và nhập thế. Đường mà Đức Thích Ca đã đi tức là con đường thứ nhất. Cội nguồn của việc cứ mãi quanh quẩn ở thế giới loài người là do những duyên nghiệp với thế giới loài người còn nhiều. Hễ ai còn ham thích, còn muốn trả thù, còn muốn tạo dựng sự nghiệp, còn muốn kết duyên nam nữ thì thần thức người ấy con tiếp tục đầu thai ở cõi con người. Mà còn ham tức còn khổ, còn ràng buộc, còn phiền não. Các mối quan hệ duyên nghiệp của con người càng ngày càng sinh ra nhiều hơn cho tới khi nào người ta ngừng lại, cắt đứt việc gieo duyên – gây nghiệp và thực hiện những điều ngược lại. Vì sự luân hồi của các thần thức nên chỉ có một con đường thoát khỏi nó: ngừng gây ra các duyên nghiệp mới và trả hết những duyên nghiệp cũ. Điều đó cũng tương tự với những cõi khác, chính vì thế mà Đức Thích Ca không hề bị cám dỗ bởi quyền lực, bởi dục tình, bởi sự đẹp đẽ của các cõi thiên. Thậm chí với những thần thông, ngài cũng chỉ dùng nó như là các phương tiện để tu tập và truyền đạo.

Đức Thích Ca đã đi đúng con đường xuất thế, cắt bỏ tất cả ràng buộc. Ngài lúc ấy cũng

giống như một con thuyền đã cắt bỏ dây neo, tự do trôi trên biển cả mênh mông.

Con đường thứ hai chính là con đường nhập thế của đạo Phật, con đường mà ngài đã dạy cho hàng Phật tử tại gia. Dù là nhập thế hay xuất thế thì mục đích của Phật Pháp vẫn là giải trừ các đau khổ và phiền não. Thời Đức Thế Tôn còn sống, ngoài các tỳ kheo trong tăng đoàn, ngài còn hướng dẫn cho những người vì những điều kiện nhất định không thể theo tăng đoàn những phương pháp tu tập riêng. Tu đâu phải là vô chùa, tu đâu nhất thiết phải lánh đời, tu là tự bản thân mình. Hễ người nào làm chủ được hành vi, cảm xúc là người đó có thể tự tại thông dong ngay giữa cuộc đời này. Một chủ xưởng – người đảm bảo nuôi sống hàng trăm người thì không thể nhất thời mà bỏ tất cả để theo tăng đoàn khi chưa có người nào có khả năng tiếp tục việc mình đang làm. Trong trường hợp này Phật Pháp trở thành một phương tiện để an lạc, giúp Phật Tử cân bằng giữa đời sống xã hội và đời sống tu tập.

Chính vì vậy người Phật tử và không phải Phật Tử cần phải hiểu rõ con đường mà Đức Thích Ca đã đi, đã dạy để tránh sa vào thần quyền, những rườm rà bày vẽ bề ngoài. Xin hãy đừng lay, đừng tán dương ngài ngoài miệng, xin hãy thực hiện những gì mà Đức Thích Ca đã làm. Đó mới chính là tu tập vậy.



ĐÔI MẮT TUỆ SỸ

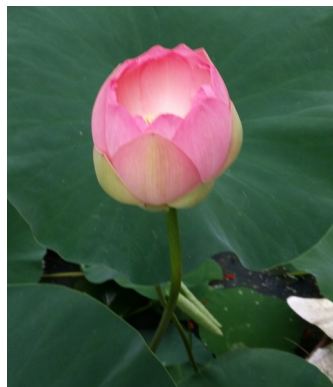
Tâm Nhiên

*Như Long Tượng mắt mở trừng sáng rực
Một hôm gầm sấm dậy khắp nhân gian
Làm chấn động cả sơn hà đại địa
Rền ngân vang tận rú thẳm non ngàn*

*Đôi mắt ấy cháy ngời xanh ánh lửa
Thieu rụi tàn ngàn bóng tối u minh
Vô lượng quang sáng bừng lên trí tuệ
Đại bi tâm hàm dung chứa bao tình*

*Đôi mắt đỏ trăm sâu màu đáy biển
Hòa chan nhau máu lệ nổi đau đời
Từ nhân thị chúng sinh đầy thương cảm
Mà đọa đày trong cuộc lữ chao ơi !*

*Ôi đôi mắt lạnh nhìn xuyên tam thế
Cõi tồn lưu huyễn mộng khói sương lòng
Lòng trắng hiện giữa đêm dài sinh tử
Thông tay vào phố chợ bước dung thông*



Lời quê niệm Phật!

Quảng Trí

Niệm Phật là tu sửa mình, để rồi có thể giúp người thuận theo con đường chánh pháp. Sau khi có ít lời gởi đến Ông Tịnh Hải về việc chia sẻ hiểu biết về Niệm Phật, tôi có đọc được bài của Ông Bảo Quốc Kiểm. Bài Ông, nội dung nêu lên việc tôi chẳng thấy những sự kiện đi qua của Phật Giáo trong vấn đề dân thân vào đời để hòa mình cùng khổ, cùng chia sẻ những biến cố đã xảy ra trong quá khứ và đến ngày nay, nên tôi đã nhận xét bài phân tích của Ông Bảo Quốc Kiểm phê bình Ông Tịnh Hải liên hệ về chính trị là không đúng. Ông BQK viết không sai, tuy nhiên tôi đã nói đây là chủ quan cái nhìn của tôi – có lẽ tôi đã không nhận rõ sự thể một cách rõ ràng trong những tác phẩm của Ông Tịnh Hải (về chính trị). Ông BQK vẫn đúng.

Trước khi vào lời, xin chân thành cảm tạ Ông đã cho tôi là trí thức và bao dung. Tôi thật sự chỉ biết niệm Phật, kiến thức bên ngoài thật sự yếu kém không tới đâu, nên trong việc đưa ý kiến (niệm Phật) với Ông Tịnh Hải mà khẳng định chủ quan, cho rằng điều Ông (Bảo Quốc Kiểm) không đúng lắm, thành ra phiền Ông phải góp ý với tôi, thật cảm ơn Ông.

Sau đây là những lời thô thiển của tôi nghĩ về Phật Pháp, và cũng tâm sự một ít đến Ông Bảo Quốc Kiểm, qua cái nhìn của người niệm Phật như tôi. Trong thư viết về Ông Tịnh Hải, mở đầu tôi nói: “Phật pháp không có kẻ thù...” Đúng như vậy, bởi vì, nếu có kẻ thù thì sao gọi là Phật pháp - một giáo pháp nhìn tất cả chúng sanh đều có Phật tánh. Và người không hiểu hay chưa

hiểu Phật pháp thì có quyền chống phá đàn áp (như những pháp nạn trong quá khứ và hiện nay) trở thành kẻ thù (theo thế gian), chứ nào Phật pháp thấy là kẻ thù! Cho nên Phật pháp không thấy có.

Nếu bảo Phật pháp phải nhận định đâu là kẻ phá rồi Phật pháp thì, việc lại hóa ra đó là nghịch cảnh phương tiện luyện tâm, hành khổ đi đến dứt nghiệp chúng chơn.

Tuy nhiên nói như vậy, đó là hiểu theo tư tưởng đại thừa của bậc liễu đạo sâu, riêng hàng căn cơ trung, hạ như chúng ta khó thể hành xử được như đại Bồ Tát, thành ra nếu không nhẫn được với kẻ thù, thì nên tránh đừng chơi với kẻ thù, cách đừng chơi đã là nhận định được người nào là thù là bạn rồi.

Nhưng Bồ Tát lớn có khi lại thị hiện phương tiện chống trả, đánh giết kẻ thù để cảnh tỉnh kẻ thù, mà cuối cùng rốt ráo kẻ thù phải giác ngộ đi theo Bồ Tát. Như thế Bồ Tát đã dùng phương tiện từ bi thật thiện xảo, mà người không hiểu Phật pháp chẳng thể chấp nhận. Nếu nói ‘kẻ thù’ chết rồi sao lại độ được! Vẫn độ được, vì chết dưới tay Bồ Tát để ngừng hành nghiệp, thay vì phải chất chồng nghiệp sát tiếp theo. Tiên thân Đức Phật đã có kiếp phải ra tay sát sanh, đổi lại cứu cả trăm người. Lại trong kinh Niết Bàn phẩm Kim Cang Thân, có đoạn kể về công đức của người hộ pháp không kém gì một vị chân tu. Vị hộ pháp đó đã cầm khí giới ngăn chặn đánh giết kẻ thù để hộ trì Tăng Bảo. Như thế người cư sĩ trong tinh thần Bồ Tát đạo xưa nay, đã từng có mặt trên mọi nẻo đường thời đại để cứu nguy Phật pháp, các vị

đó đã là hộ pháp rồi. Cho nên nhà Phật thường nói Từ Bi phải có Trí Huệ, nếu chỉ có Từ Bi thì đó là người ngu tốt bụng không hơn không kém, vậy thì Trí Huệ là sự ứng xử qua vô số hình thức, hành hoạt của mỗi người, như có thể làm thịnh, có thể lên tiếng, có thể chống trả, có thể nhẫn nhục, có thể phản kháng v.v...Do đó căn cứ vào nền tảng từ bi và trí tuệ của nhà Phật thì danh từ kẻ thù không giống như thế gian.

Nói về chính trị, thì Phật pháp là nền chính trị tuyệt vời; nếu diễn theo nghĩa của chính trị : *gọi chung những việc sắp đặt và thi hành để sửa trị một nước*. (Hán Việt Từ Điển – Đào Duy Anh). Dĩ nhiên phải hiểu trị nước trong chánh nghĩa, chánh đạo đưa dân đến ấm no lành mạnh. Thế thì có một phương pháp an dân, an quốc nào bằng cách tu sửa chính mình để xây dựng gia đình, xã hội, quốc gia đất nước, lan rộng đến toàn cầu (chân lý phổ quát). Vậy có thể nói Đức Phật là nhà chính trị tuyệt vời, và nếu con người trên thế giới mà biết học theo lời Ngài dạy thì thật quá tuyệt cho hành tinh chúng ta (học Bát Chánh Đạo). Còn nếu chính trị lập ra theo dục vọng tham cầu đảng phái mị dân hại nước, thì đây không đúng nghĩa chính trị – Chính: đối lại tà phái, và thuận với ánh sáng công lý (chân lý); Trị: *việc đương làm, như . Sửa sang công việc,...*(Từ điển Hán Việt ĐDA).

Cho nên nếu biết lấy giáo pháp của Phật mà làm chính trị thì khỏi phải chê đâu cả, ngược lại dùng tham vọng cá nhân, cũng được gọi làm chính trị nhưng sẽ thế nào? Tất nhiên hậu quả thật ghê gớm từng xảy ra trong quá khứ và hiện nay, điều này ai cũng biết (Đệ nhất thế chiến, đệ nhị thế chiến). Và tất nhiên lịch sử cũng không ít chính trị gia đã hành đúng chính trị mà chẳng phải là Phật tử, tuy nhiên các vị này đã mặc nhiên hành đúng điều thiện Phật pháp (chân lý), vì

người hơn là tự ngã.

Trong bài viết tôi lại có nói “...xót xa cho thời Phật pháp bây giờ” đó là nhắm ngay vào Ông Tịnh Hải, vì một pháp môn Niệm Phật tuyệt vời như vậy, mà Ông xem như là món hàng quảng cáo chẳng khác thế gian. Tuy nhiên tôi không thể phủ nhận, Ông vẫn có công đức ban đầu đã tạo được **một số người niệm Phật cầu vãng sanh** (không phải cầu xá lợi). Đó là ý của tôi nói về **công đức**, nhưng đó là lúc đầu tay của tác phẩm “*những chuyện vãng sanh lưu xá lợi*”, chứ bây giờ thì khác, vì ông đã đi quá đà rồi.

Thôi bấy nhiêu lời chia sẻ đến tất cả, và đây là lời thành thật theo thiên cận của tôi, qua cái nhìn của người niệm Phật, theo giáo lý từ bi, trí tuệ chứ không phải bao dung mà tôi quên đi chánh pháp (chính trị theo chân lý phổ quát).

Có thể từ lá thư này hôm nay, tôi xin nghỉ đối thoại tâm sự, nếu không có gì ngoài việc góp ý niệm Phật. Và như tôi không tìm ra ý mới, xin miễn bàn thêm và tự nhận rằng mình hiểu biết nông cạn, trí thức mê mờ nên xin an lòng niệm Phật cầu nguyện cho mọi người đều hạnh phúc an vui.

Trân trọng và kính mến.

Sydney, 14/02/2004

Quảng Trí

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