

PHẬT HỌC

佛學

PHƯƠNG TIỆN TU HỌC PHẬT PHÁP - PHÁT HÀNH HÀNG THÁNG

SỐ 367, NĂM THỨ 30

NGÀY 1 THÁNG 2-2025



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 TĨNH

TUỆ VIÊN

Cộng Tác:

CHÍNH HẠNH

HÀN TRÚC

HỒNG DƯƠNG

MINH CHÁNH

MINH ĐỨC

TRẦN TRUNG ĐẠO

Kỹ Thuật:

MINH HÒA

NHÂN CA

Mục Lục

<u>Sự Tu Học Hằng Ngày Của Người Phật Tử</u>	BBT	3
<u>Thiền định một PP. biến cải tâm linh</u>	Hoang Phong dịch	4
<u>Thơ: Bóng hạc qua đồi</u>	Cư sĩ Vĩnh Hữu	11
<u>Nguồn gốc và con đường giải thoát của PG.</u>	Lê Sĩ M. Tùng	12
<u>Pháp Cú: 413 Phẩm Bà La Môn</u>	HT. Th. Minh Châu dịch	18
<u>Thư ngỏ của BBT Thư Viện Hoa Sen</u>	BBT TV Hoa Sen	19
<u>Đọc Thiền Tông qua bờ kia</u>	Bích Nga	20
<u>Thơ: Đức Sơn đốt Kinh</u>	Phổ Đồng	22
<u>Đọc sách Thiền tập trong đời thường</u>	Đào Văn Bình	23
<u>Hư Hư Lục: Chiếc giày chờ đợi</u>	Thích Nữ Như Thủy	29
<u>Vạn người niệm Ph. chỉ có 1, 2 vãng sanh</u>	Th. Hiền Thanh	30
<u>Thơ: Chiều phố mây</u>	Tuệ Nga	31

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 Học Hằng Ngày Của Người Phật Tử

Là Phật Tử ai cũng có bổn phận phải chuyên cần tu tập hàng ngày, tùy theo hoàn cảnh của mỗi người. Có người vì miếng cơm manh áo, phải đi làm không có thì giờ rảnh thì cuối tuần, nên dành ngày chủ nhật đến chùa cùng đại chúng tụng một thời kinh, ôn lại lời Phật dạy để theo đó mà tu tâm sửa tánh.

Cũng có thể nghe một thời thuyết pháp của chư Tăng, Ni ở chùa giảng lại những lời Phật dạy trong các Kinh, nhờ đó người Phật tử biết tránh những lỗi lầm, biết làm những điều lành, cốt tạo cho mình có duyên lành được hưởng Phước mai sau.

Trong gia đình mình, cần phải trang trí một bàn thờ Phật, có thể đơn giản với một tượng Phật hay tranh ảnh Phật, có một bát hương, hai cây nến, hoặc ngọn đèn với lọ cắm hoa và một đĩa trái cây tươi. Người ta quy định dù bàn thờ quay mặt về hướng nào, thì hướng đó là hướng Nam và theo đó Đông bình Tây quả. Có nghĩa là bàn thờ quay mặt về hướng nào thì hướng đó là hướng Nam. Ta đứng nhìn thẳng vào bàn thờ là hướng Bắc, tay Phải là hướng Đông, tay Trái của ta là hướng Tây, thì Đông Bình, Tây Quả. Có nghĩa là hướng Đông đặt bình hoa, hướng Tây đặt đĩa trái cây.

Chúng ta có thể tụng kinh tại nhà, một mình hoặc hai, ba người trong gia đình cùng tụng.

Nếu chỉ một người thì vừa chủ lễ vừa tay chuông, tay mõ, nếu ba, bốn người trong gia đình thì một người vừa chủ lễ, vừa chuông mõ hoặc có 2 người khác giúp, một người gõ mõ, một người thỉnh chuông. Cần nhớ là phải siêng năng tụng kinh đúng giờ và nếu không có việc chi thật quan trọng thì đừng bỏ qua buổi công phu nào cả, nếu tụng kinh khi có khi không, sẽ lơ là, chểnh mảng dần dần bỏ luôn thời công phu.

Người Phật tử ngoài tụng kinh, cần phải đọc những sách báo về Phật học, bộ sách Phật Học của Hòa Thượng Thích Thiện Hoa là căn bản nhất và được phát hành rộng rãi, sách cũng như trên Mạng, nên tìm đọc để hiểu những điều cơ bản về Phật Pháp giúp chúng ta đặt vững chắc nền móng Tín, Hạnh, Nguyện.

Tín là tin vào chánh Pháp, Hạnh là lập cái hạnh để tu và Nguyện là quyết tâm tu tập để trở thành một người Phật tử Chân chánh, ngoài việc giữ Ngũ giới còn phải tinh tấn tu học hàng ngày.

BBT/NS/PHẬT HỌC

Thiền định

một phương pháp biến cải tâm linh

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

Bài 50 Đức Phật và người bồ-tát - vĩnh cửu và thời gian

Tâm thức giác ngộ (bodhicitta / bồ-đề tâm), tức là quyết tâm mang lại sự giải thoát cho tất cả chúng sinh, luôn là chủ đích kiên trì của chúng ta (*những người bồ-tát*), thế nhưng trước đây chúng ta cũng từng cho biết là có một sự khác biệt giữa tâm thức giác ngộ "tuyệt đối" và tâm thức giác ngộ "tương đối" (*độc giả có thể xem lại cách định nghĩa về hai thể dạng tương đối và tuyệt đối của bodhicitta / tâm thức giác ngộ trong các bài 11 và 15 trong chương II và bài 16 trong chương III*), và thật ra trong các dịp đó chúng ta cũng chỉ nói đến tâm thức giác ngộ thuộc thể dạng tương đối mà thôi. Vì vậy, đến đây chúng ta sẽ đề cập đến tâm thức giác ngộ ở thể dạng tuyệt đối, hoặc ít ra cũng tìm cách hình dung một sự "hình dung" nào đó về tâm thức giác ngộ tuyệt đối (*câu này có nghĩa là chúng ta sẽ mượn một vài hình ảnh ẩn dụ để hình dung thể nào là sự giác ngộ, bởi vì tìm cách mô tả, nói lên hay giải thích sự giác ngộ là một điều vô cùng khó khăn, nếu không muốn nói là nan giải bởi vì giác ngộ chỉ có thể hiểu được bởi những người giác ngộ, có nghĩa là đã tiếp cận được nó hay đạt được nó một cách thật sự*).

Đến đây, tất cả những gì chúng ta thấy nhất định đã tạo được cho chúng ta một ý niệm nào đó về cung cách sống của người bồ-tát. Chúng ta hình dung một người bồ-tát - hay một người bồ-tát tương lai - như

là một người đứng ra hành trì bảy phép nghi lễ (puja) (*độc giả có thể xem lại bài 35 chương V, nói về bảy phép nghi lễ của người bồ-tát trong cuộc sống*) cùng thốt lên bốn lời nguyện (*nói lên bốn quyết tâm của người bồ-tát*) làm bùng lên tâm thức giác ngộ (bodhicitta / bồ-đề tâm) bên trong họ, đồng thời họ cũng cố gắng phát huy các phẩm tính paramita (*ba-la-mật-đa, các phẩm tính hoàn hảo và siêu việt*).v.v., hầu tạo cho mình một cung cách sống và làm việc giúp mình trau dồi các phẩm tính tích cực đó ngày càng hoàn hảo hơn. Nói một cách khác thì đây là cách mà chúng ta hình dung người bồ-tát như là một người đang bước theo một con đường nào đó nhằm đạt được một mục đích nào đó, và mục đích đó chính là sự Giác ngộ vì sự tốt lành của tất cả chúng sinh.

Các cảm giác (*các cách hình dung*) trên đây về người bồ-tát, dù chỉ mang tính cách bao quát, thế nhưng hoàn toàn đúng. Tuy nhiên dù có đúng đến đâu đi nữa, thì các cảm giác đó vẫn cho thấy một mối nguy hiểm (*để đưa đến một sự hiểu biết lệch lạc*), điều đó chẳng khác gì như khi chúng ta suy nghĩ, diễn đạt bằng những câu như "*bước theo một con đường*", "*đạt được mục đích*", v.v., các cách diễn đạt đó chỉ là để nêu lên các hình thức ẩn dụ (metaphor), Vì vậy, không nên hiểu các hình thức ẩn dụ đó một cách từ chương; bởi vì chúng chỉ hàm chứa một khả năng gợi ý, chẳng hạn như khơi động hay gợi lên các cảm ứng, nhưng không truyền đạt được

một sự hiểu biết chính xác và khoa học nào cả. Mỗi nguy hiểm là chúng ta có thể quên mất điều đó (*các cách ẩn dụ nhất thiết chỉ là để gợi ý*) và cứ tìm cách rút tia từ các ẩn dụ đó những gì mà mình cho là hợp lý (điều đó có nghĩa là chỉ biết nhìn vào con đường để tạo ra cho mình một lối sống quy ước và công thức, phù hợp với lý tưởng của mình, thế nhưng sự "hợp lý" đó có thể khiến mình quên mất mục đích của con đường là sự Giác ngộ, Tóm lại, người bỏ-tát không phải chỉ biết tạo cho mình một cung cách sống phù hợp với lý tưởng của mình, mà còn phải ý thức việc bước theo cuộc sống đó là để giúp mình đạt được một mục đích cao cả và thiêng liêng hơn ở mức đến của con đường).

Thật vậy, chẳng có khó khăn gì khi hình dung con đường của người bỏ-tát trên phương diện chữ nghĩa, chẳng hạn như xem con đường đó tương tự như một con đường mòn trong một khu vườn, đưa mình đến tận cửa của ngôi nhà mình. Chúng ta nghĩ rằng cứ bước theo con đường đó, hết chặng này đến chặng khác, thì một ngày nào đó chúng ta tất sẽ thấy hiện ra chiếc cửa cổng tuyệt vời của cõi Niết-bàn, toàn bằng vàng ròng sáng chói. Và cứ thế mà bước vào. Cách suy nghĩ đó thật hết sức tự nhiên đối với chúng ta, thế nhưng thật ra thì không đúng là như vậy. Khi đi đến cuối con đường của người bỏ-tát, thì bạn sẽ chẳng trông thấy một khung cửa, một cái cổng, hay một lầu đài nào trên cõi trời đang chờ đợi bạn. Bạn sẽ chẳng trông thấy bất cứ một thứ gì cả. Hoàn toàn chẳng có gì cả. Chỉ đơn giản là điểm chấm dứt của con đường, và bạn thì đang đứng ở đó, nơi chấm dứt đó của con đường thế thôi (*thế giới chung quanh mình, những gì bên trong tâm thức mình, kể cả toàn thể con người của mình, tất cả chỉ là một sự trống không*

và vắng lặng, tương tự như đặt xuống cái quang gánh của muôn nghìn kiếp trước đang đè nặng trên vai. Kể cả con đường mà mình từng bước đi trước đó cũng biến mất. Chúng ta không còn tìm được bất cứ một mốc định hướng nào trong không gian và thời gian, và cũng có thể là mình cũng sẽ không còn ý thức được là mình đang ở cuối con đường: tất cả và hoàn toàn tất cả chỉ là một sự tĩnh mịch, êm ả và mênh mông. Mức đến trên con đường của người bỏ-tát cũng đơn giản chỉ có vậy/ Dầu sao, cũng như nhà sư Sangharakshita đã nói đến trên đây, các hình ảnh ẩn dụ cũng chỉ là các hình ảnh ẩn dụ, chúng chỉ giữ vai trò gợi ý mà thôi, sự Giác ngộ là một sự cảm nhận cá nhân, mỗi người phải tự cảm nhận sự giác ngộ của chính mình).

Bên bờ vực thẳm

Nếu mượn một hình ảnh ẩn dụ khác - vì vậy cũng không nên hiểu một cách quá từ chương - thì bạn sẽ thấy mình đang đứng bên bờ một vực thẳm (*cách ẩn dụ trên đây là dừng lại ở cuối con đường nhưng chẳng thấy bất cứ gì cả*). Bạn kiên nhẫn bước từng bước một, vượt hết giai đoạn này đến giai đoạn khác, từ cây số này đến cây số khác. Bạn đếm từng chiếc cọc cây số và cứ nghĩ rằng rồi đây con đường sẽ đưa mình đến cổng của một ngôi nhà to lớn. Thế nhưng nào có phải là như vậy đâu, bạn sẽ nhận thấy con đường chấm dứt bên bờ một vực thẳm. Bạn nhận thấy mình đang đứng bên bờ vực thẳm đó, nếu có một giọt nước rơi xuống thì không phải chỉ là vài thước, mà dường như đáy vực sâu hàng nhiều cây số dưới chân bạn. Nói một cách khác là bạn có cảm giác vực thẳm đó không có đáy, sâu đến vô tận. Vậy bạn phải phản ứng như thế nào đây ?

Phái Zen thì họ hình dung sự kiện đó (*tức là cuối con đường chỉ là một vực thẳm*) một cách khác hơn. Họ cho rằng cuộc sống tâm linh (*sự tu tập*) chẳng khác gì như trèo lên một chiếc cột thật cao và trơn trượt, đỉnh cột có treo một phần thưởng. Với thật nhiều cố gắng, bạn trèo lên được đỉnh cột, thế nhưng chẳng thấy một lối thoát nào khác cả. Bạn không trèo thêm được, bạn, cũng không tụt xuống được vì ở chân cột có một vị thiền sư Zen đang cầm một chiếc gậy chờ bạn. Trên đầu cột cũng chẳng có chỗ nào bằng phẳng và an toàn để ngồi, không như trường hợp của vị Simeon-the-Stylite (*là một vị thánh Ki-tô giáo, 390-459, người xứ Syria, từng sống và thuyết giảng suốt 39 năm trên đỉnh một chiếc cột chỉ đủ chỗ ngồi nhưng không nằm được, theo tư liệu từ xưa thì chiếc cột cao khoảng 20 thước và theo hình vẽ thì có các bậc thang để trèo lên, nơi đỉnh cột là một chỗ ngồi có bệ bao quanh. Vào thời bấy giờ đế quốc La-mã đã bị cắt làm đôi, một nửa phía Đông, gồm Hy Lạp và vùng Trung đông, trở thành đế quốc Byzantine, thủ phủ là Constantinople ngày nay là thủ đô Ankara của Thổ Nhĩ Kỳ, tín ngưỡng của đế quốc Byzantine thời bấy giờ là Chính thống giáo / Orthodox*). Trên đỉnh cột chẳng có bất cứ một thứ gì ngoài không gian trống không. Tất nhiên bạn không còn nhảy xuống được vì quá cao. Bạn không thể trèo thêm, không thể tụt xuống hay nhảy xuống được, cũng không có phương tiện nào để giữ yên trên đầu cột. Vậy bạn phải xoay sở ra sao ? Tình trạng đó quả không thể nào mô tả được bằng lời.

Sở dĩ tình trạng nan giải đó xảy ra là vì giữa "con đường" và "mục đích" có một sự đứt quãng (*đứt đoạn, không liên tục. Theo quan điểm của thiền học nói chung thì Giác ngộ là một sự đột phát mang tính cách trực giác*). Điều đó cho thấy sự Giác

ngộ (*theo thiền học*) không thể nào đạt được bằng cách bước theo một con đường, tức là cách mô tả ẩn dụ thường thấy (*cho rằng sự Giác ngộ là một quá trình diễn tiến tuần tự, nói lên một sự cố gắng lâu dài, biểu trưng bởi hình ảnh một con đường*). Thế nhưng điều đó (*sự giác ngộ đột khởi*) cũng không có nghĩa là không cần phải bước theo một con đường. Quả là một điều nghịch lý, bạn bước theo một con đường thế nhưng đồng thời bạn cũng hiểu rằng con đường sẽ không đưa mình đến một nơi nào cả (*đấy chính là điểm "bất nhất" và "lúng túng" của Thiền học nói chung: mục đích là "đốn ngộ", thế nhưng việc tu tập thì lại là cả một con đường gồm nhiều giai đoạn và cấp bậc khác nhau, nói lên một sự thăng tiến tuần tự. Trên đây là một cách nêu lên thật khéo léo của nhà sư Sangharakshika về quan điểm "đốn ngộ" của thiền học. Chúng ta sẽ trở lại vấn đề này trong phần ghi chú dưới đây*).

Ngay cả con đường "đúng đắn" cũng không đưa chúng ta đến Giác ngộ được. Bởi vì con đường mang kích thước thời gian - nếu có thể gọi như vậy - trong khi đó mục đích lại là vô tận. Chúng ta sẽ không bao giờ đạt được vô tận bằng cách cứ tiếp tục tiến bước mãi mãi với thời gian. Điều đó có nghĩa là chúng ta sẽ chẳng bao giờ có thể đạt được vô tận bằng cách cứ tiếp tục kéo dài bất tận thời gian, điều đó cũng chẳng khác gì như chúng ta kéo dài một hình ảnh nào đó theo một chiều duy nhất, sự kéo dài đó sẽ chẳng bao giờ tạo được một hình ảnh hai chiều. Trên nguyên tắc và trong lãnh vực toán học; vĩnh cửu và thời gian, mục đích và con đường, là hai thứ đứt quãng nhau (*discontinuous / đứt đoạn, không liên tục*), có nghĩa là hai thành phần tách rời nhau. Người bò-tát biểu trưng cho kích thước thời gian, vì vậy bước theo con

đường cũng là cách cùng tiến bước với thời gian. Đó là một cái gì "đang trải qua" (*đang luân chuyển, đang diễn tiến*), hàm chứa một quá khứ, một hiện tại và một tương lai, có nghĩa là nó không sao vượt thoát ra khỏi thời gian được. Thế nhưng Đức Phật thì lại mang kích thước vô tận. Đức Phật là mục đích cần phải đạt được, vì vậy chúng ta chỉ có thể đạt được mục đích đó (*tức là thể dạng vô tận của một vị Phật*) bên ngoài thời gian. Chúng ta đi hết con đường trong khung cảnh thời gian (*temporal / tạm thời*), thế nhưng tại sao chúng ta lại không được phép cho rằng mình đã đạt được mục đích bên trong thời gian, và cũng có nghĩa là cả bên ngoài thời gian, nói một cách khác là trở thành vô tận. (*con đường tức là việc tu tập gắn liền với kích thước thời gian, con đường khi chấm dứt thì theo đó nó cũng sẽ chấm dứt với thời gian, vượt thoát ra khỏi thời gian để trở thành vô tận. Trong phần ghi chú cuối sách chúng ta sẽ mở rộng thêm ý niệm vô cùng quan trọng này về sự giác ngộ trực tiếp liên quan đến các yếu tố không gian và thời gian*).

Tự trung có hai cách hình dung về việc phát huy tâm linh: hoặc xem đó là một sự thăng tiến tuần tự theo từng cấp bậc một (*tiệm ngộ*), hoặc là một sự cảm nhận cá nhân về một cái gì đó thật sâu kín có sẵn [bên trong chính mình] (*đốn ngộ*). Trên thực tế chúng ta cần đến cả hai phương cách tiếp cận đó. Nếu chỉ hướng cuộc sống tâm linh (*sự tu tập của mình*) duy nhất vào phương cách thăng tiến theo từng giai đoạn một, thì chúng sẽ có thể gặp phải nguy cơ tập trung quá đáng vào mục đích (*có nghĩa lúc nào cũng nghĩ đến sự giác ngộ và luôn thắc mắc tìm hiểu xem mình đã đạt được một cấp bậc cao hơn hay chưa*). Ngược lại nếu chỉ biết tìm cách tập

trung sự cảm nhận thật sâu hướng vào giây phút hiện tại, hiện lên từ một nơi thật sâu kín bên trong chính mình, thì chúng ta sẽ có thể trở thành tê liệt (*inert / khô cần, bất động, tất cả đều dừng lại, bởi vì mình có thể sẽ không thấy có một sự cảm nhận sâu xa và thiêng liêng nào nào hiện lên với mình cả*). Vì vậy thiết nghĩ tốt hơn hết nên nghĩ đến một sự vận hành chung, kết hợp cả hai phương cách đó (*đốn ngộ và tiệm ngộ*), hoặc dưới hình thức một sự diễn tiến xen kẽ nhau tùy theo từng giai đoạn một trong cuộc sống tâm linh của mình (*có những lúc chúng ta cảm thấy việc tu tập của mình bị đình trệ, không có một chút tiến bộ nào cả, thế nhưng cũng có những lúc dường như sự hiểu biết của mình bất chợt bùng lên một cách đột ngột. Sự diễn tiến theo từng giai đoạn xen kẽ nhau là một quá trình tự nhiên trong việc phát huy trí tuệ, bởi vì quá trình đó có lúc diễn tiến thật kín đáo, âm thầm và yên lặng trong phần "vô thức" còn gọi là tiềm thức hay alayavijnana / a-lại-gia-thức, thế nhưng cũng có lúc hiện lên trong phần "tri thức nổi" tức là phần "tri thức nhận biết" của mình, tức là trong những lúc sinh hoạt tỉnh giác của mình*).

Vài lời ghi chú của người chuyển ngữ

Quan điểm trên đây của nhà sư Sangharakshita về sự giác ngộ gồm chung cả hai khía cạnh tuần tự ("*tiệm ngộ*") và đột khởi ("*đốn ngộ*") thật hết sức tuyệt vời, không những gạt bỏ được sự tranh biện triền miên về hai phương cách giác ngộ mang tính cách đối nghịch đó. Thật ra sự phân biệt giữa "*đốn ngộ*" và "*tiệm ngộ*" trên đây chỉ là một khái niệm đặc thù trong Phật giáo Trung quốc, được nêu lên vào cuối thế kỷ thứ VII cùng với sự hình

thành của một học phái mới gọi là "Nam phái" do thiền sư Huệ Năng thiết lập. Căn bản giáo lý của học phái mới này được dựa vào bản kinh *Pháp Bảo Đàn* (法寶壇經 / *Pháp Bảo Đàn Kinh*), gộp chung các câu thuyết giảng của thiền sư Huệ Năng, các câu này thường mang các chủ đề khá rời rạc. Nếu muốn tìm hiểu nguyên nhân đưa đến sự hình thành và phát triển của học phái này thì thiết nghĩ phải đặt nó vào khung cảnh xã hội, văn hóa và giai đoạn phát triển tột đỉnh của Phật giáo Trung quốc nói chung vào thời bấy giờ.

Nhìn xa hơn ra bên ngoài lãnh thổ Trung quốc thì chúng ta sẽ nhận thấy Phật giáo trong thung lũng sông Hằng cũng như trên đảo Tích Lan và sau đó trên cao nguyên Tây Tạng, nhất thiết chỉ quan tâm đến việc phát huy sự hiểu biết tối thượng gọi là "Trí tuệ", giúp chúng ta nhìn vào hiện thực và biến cải con người của mình. Sự hiểu biết cũng như sự biến cải đó được hướng dẫn bởi một Con Đường, và Con Đường đó là Sự Thật Thứ Tư trong Bốn Sự Thật làm nền tảng cho toàn bộ Phật giáo.

Sự Thật Thứ Nhất là ***Dukkha*** / *Khổ đau*, Sự Thật Thứ Hai là ***Dukka-Samudaya*** / *Nguyên nhân gây ra khổ đau*, Sự Thật Thứ Ba là ***Dukkha-Nirodha*** / *Sự chấm dứt của khổ đau* và Sự Thật Thứ Tư là ***Magga*** / *Con Đường*. Con đường đó rất dài và gay go, gồm *Tám Yếu Tố* còn gọi là *Bát chánh Đạo*. Chúng ta bước từng bước một trên Con Đường đó để biến cải toàn thể con người của mình, từ sự suy nghĩ, các xúc cảm, thái độ hành xử và cả cung cách sống, hầu mang lại cho mình một sự hiểu biết đúng đắn hơn về hiện thực, về chính mình và thế giới. Vì thế Con Đường biểu trưng cho một quá trình luyện tập lâu dài. Trong Phật giáo Tây Tạng có một học phái lớn là Lamrim, chủ

trương thật dứt khoát một phép luyện tập theo từng chặng một, giúp người tu tập phát huy thật hoàn hảo và trọn vẹn sức mạnh tâm linh của mình.

Thế nhưng, nền tảng của Phật giáo trên đây, trước khi được đưa vào Trung quốc qua các nẻo đường tơ lụa, đã chịu nhiều ảnh hưởng từ các nền văn hóa và tín ngưỡng khác trong vùng Trung đông, còn gọi là vùng Tây vực. Chữ Amitaba / A-di-đà lần thứ nhất được nêu lên trong một bản kinh mang tựa *Pratyutpanna-samadhi-sutra* (*Đại-phương-đăng Đà-la-ni kinh*), bản kinh này được trước tác vào thế kỷ thứ I tại Gandhara, một vùng nằm vắt ngang hai nước Afghanistan và Pakistan ngày nay. Bản kinh này đã được nhà sư Lokasema (Chi-câu La-sám), người xứ Kouchan (Kushan / Kusana / tiếng Hán là Khuất-đan, Vu-diễn, Hòa-diễn, v.v...), là một trong các xứ Hung nô trong vùng Tây vực, đưa vào Trung quốc và dịch sang tiếng Hán tại kinh đô Lạc Dương vào năm 179. Bản kinh này là một trong các bản kinh đầu tiên nhất đưa đến sự hình thành của học phái Tịnh Độ trên lãnh thổ Trung quốc. Tịnh độ phát triển rất nhanh bắt đầu từ thế kỷ III và đã trở thành một tôn giáo lớn vào các thế kỷ thứ IV và thứ V. Việc tu tập của học phái này chủ yếu dựa vào đức tin, sự sùng kính và việc tụng niệm, giáo lý thì dựa vào sự tiếp dẫn của vị Phật A-di-đà qua những lời hứa hẹn về một cõi Cực-lạc tại phương Tây. Phép tu tập mang tính cách tín ngưỡng và những lời hứa hẹn về một cõi cực lạc là những gì "cụ thể" và mới lạ mà Khổng giáo và Lão giáo không đáp ứng được. Hơn nữa Tịnh độ còn thu nạp thật khéo léo các ảnh hưởng của Khổng giáo và Lão giáo, chẳng hạn như tình mẫu tử với lễ Vu lan, các phép cầu an, cầu siêu, v.v., nhờ đó đã chinh phục dân tộc Hán thật ngoạn mục.

Sau đó vào các thế kỷ thứ V và thứ VI, khi các nhà sư dịch thuật người Ấn bắt đầu đến Trung quốc và nhất là các nhà sư Trung quốc hành hương và tu học tại Ấn độ trở về nước, đặc biệt hơn cả trong số họ là hai nhà sư Nghĩa Tịnh và Huyền Trang dưới thời nhà Đường, đã góp phần mang lại các hiểu biết sâu sắc, mở rộng hơn nền tư tưởng của Phật giáo tại Trung quốc. Trong khung cảnh phát triển phong phú và cao độ đó, nhiều học phái mới được hình thành, trong số này tiêu biểu nhất là Thiền học *Chan*.

Thiền học *Chan* chủ trương một đường hướng tu tập ngược lại với các cách tu tập dựa vào sự tôn kính, các nghi lễ mang nặng tín ngưỡng của Tịnh Độ, đồng thời cũng đi ngược lại xu hướng chú trọng vào lý thuyết và triết học của các học phái lớn đang phát triển nhanh chóng thời bấy giờ là Hoa Nghiêm Tông (Huayanzong / 华严宗), Thiền Thai Tông (Tiantaizong / 天台宗), v.v.. Ngoài ra thiền học *Chan* cũng là một học phái chịu ảnh hưởng đậm nét nhất từ Lão giáo, do đó học phái này cũng có thể được xem như là một phong trào bảo thủ có xu hướng quay về với truyền thống văn hóa và tín ngưỡng lâu đời của dân tộc Hán. Qua một góc nhìn khác, thiền học *Chan* cũng có thể được xem như là một hình thức phản ứng của một số nhà sư chống lại các học phái mang nặng các khía cạnh tín ngưỡng hoặc quá chú trọng đến lý thuyết khúc triết và có thể là quá "rườm rà", đang phát triển ào ạt và chi phối sự sinh hoạt xã hội và chính trị thời bấy giờ. Qua khía cạnh đó thiền học *Chan* đã được các giới nho sĩ, trí thức và quan lại theo Khổng và Lão giáo ủng hộ. Phải chăng đó cũng là một trong các nguyên

nhân kín đáo đưa đến pháp nạn khủng khiếp cuối thời nhà Đường, dưới triều đại của hoàng đế Đường Vũ Tông vào thế kỷ thứ IX. Tóm lại thiền học *Chan* là một phong trào vừa tín ngưỡng vừa xã hội. Điều đó cũng khá tương tự với phong trào phát triển của Tịnh độ tại Việt Nam vào tiền bán thế kỷ XX trước sự ưu đãi và bành trướng của đạo Ki-tô dưới thời thuộc địa. Dầu sao những gì nêu lên trên đây cũng chỉ là quan điểm của người viết các dòng này, độc giả tùy theo quan điểm và vị trí của mình có thể nhìn vào các sự kiện trên đây một cách khác hơn.

Huệ Năng (638-713) xé bỏ kinh sách

Tranh Lương Khải (Liang Kai / 梁楷, 1140-1210)

Đến đây chúng ta hãy tìm hiểu sâu xa và chi tiết hơn về thiền học *Chan* qua một khái niệm về giáo lý rất gần với Lão giáo. Trong Lão giáo có một khái niệm thật chủ yếu như sau: "vô vi nhi vô bất vi" (□□□□□□), câu này có nghĩa là "không làm gì cả" ("vô vi") nhưng thật ra là "không có gì là không làm được" (vô bất vi). Câu này phản ánh rất rõ nét phép hành thiền của học phái *Chan* là chỉ cần ngồi yên và bất động, không suy nghĩ, tìm hiểu hay phân giải gì cả, sự giác ngộ sẽ đột khởi tự nhiên từ "thực tánh" của tâm thức mình. Hơn thế nữa thiền học *Chan* còn xem tư thế ngồi yên thật nghiêm túc và tỉnh giác, thường được hiểu là "chánh niệm", cũng đã là sự giác ngộ. Cách tập trung sự chú tâm vào hiện tại, vượt lên trên chữ nghĩa, lý thuyết, luân hồi, tái sinh của thiền học *Chan* thật ra cũng là chủ trương của Lão giáo, ít nhất là qua khái niệm "vô vi nhi vô bất vi" trên đây. Quan điểm này cũng được nêu lên qua bốn câu thơ được xem là do Bodhidharma / Bồ-đề Đạt-

ma trước tác:

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

Có nghĩa là "*Việc tu tập vượt khỏi giáo lý, bất chấp kinh sách, hướng thẳng vào tâm thức, khi nào quán thấy được thực tánh của nó thì tất sẽ thành Phật*" (độc giả có thể xem thêm về ý niệm này theo địa chỉ liên kết: <https://thuvienhoasen.org/a29537/truc-chi-chan-tam-kien-tanh-thanh-phat>). Quan điểm bất chấp giáo lý và chữ nghĩa trên đây đưa đến khái niệm về sự giác ngộ đột khởi và trực giác gọi là "đốn ngộ", trái ngược lại với quan điểm thường thấy hơn cho rằng sự giác ngộ là một quá trình tuần tự gọi là "tiệm ngộ", tức là một sự giác ngộ nhờ vào sự cố gắng học hỏi và luyện tập lâu dài. Thiền học Chan của Trung quốc sau khi được đưa vào Nhật bản vào thế kỷ XII, đã thích ứng với xã hội và văn hóa cũng như tánh khí kỷ cương của dân tộc Nhật và đã biến thành thiền học Zen. Thiền học Zen xem trọng kinh sách hơn thế nhưng vẫn giữ quan điểm về sự giác ngộ "đột khởi" của thiền học Chan và gọi đó là Satori / Ngộ.

Suốt trong lịch sử phát triển của thiền học Chan cũng như thiền học Zen các vị thiền sư của cả hai học phái này luôn bảo vệ quan điểm về sự giác ngộ đột phát kể cả vị thiền sư lỗi lạc trong thời cận đại là Daisetz Teitaro Suzuki (1870-1966). Đặc biệt hơn cả là trên dòng phát triển của thiền học Chan tại Trung quốc, người ta thấy thuật lại những chuyện như chặt tay (hay một ngón tay) của một chú tiểu, hoặc trợn mắt hay dùng gậy đe dọa các đệ tử nhằm chặn đứng sự suy nghĩ của họ, hầu giúp họ bất thần đạt

được giác ngộ. Các câu chuyện đại loại như thế dường như chỉ là các hình thức phóng đại khá cực đoan và hung bạo nhằm bảo vệ quan điểm về sự giác ngộ bất thần của học phái Chan.

Bất cứ một sự kiện nào cũng vậy, nhất thiết phải phát sinh từ một nguyên nhân từ trước và đồng thời tùy thuộc vào thật nhiều điều kiện liên hệ với sự kiện và cả nguyên nhân đó. Sự giác ngộ vì vậy đòi hỏi một sự luyện tập chuyên cần, một khả năng chú tâm cao độ, một sự quán thấy sắc bén về hiện thực, và cũng cần phải có một số vốn liếng trí tuệ và đạo đức lưu lại từ các hành động trong quá khứ. Đức Đạt-lai Lạt-ma sau khi được xác nhận là hóa thân của vị tiền nhiệm, đã phải rời gia đình từ lúc lên ba để trở thành một người "tu hành" dưới sự giám hộ của các nhà sư lỗi lạc nhất trong nước. Khi lớn lên phải theo học khóa tiền sĩ kéo dài 12 năm gọi là geshe, với một chương trình gồm rất nhiều môn học, nếu thi trượt môn nào thì phải học lại.

Thế nhưng qua một góc nhìn thu hẹp hơn thì sự giác ngộ cũng có thể xem như là một sự hiểu biết "đột khởi", thế nhưng sự hiểu biết "đột khởi" đó cũng bắt buộc phải phát sinh từ một nguyên nhân trước đó. Nguyên nhân đó có thể là sự học hỏi, suy tư và các kinh nghiệm sống của một cá thể, thế nhưng các sự hiểu biết mang lại từ các thể loại nguyên nhân đó dù sắc bén đến đâu đi nữa cũng không phải là sự giác ngộ theo quan điểm Phật giáo. Sự giác ngộ của Phật giáo là một sự quán thấy sâu xa về hiện thực của chính mình, của sự sống nói chung và cả sự vận hành của cả thế giới. Sự quán thấy đó đòi hỏi một sự suy tư và chiêm nghiệm thật lâu dài qua cả hai thể dạng sinh hoạt của tâm thức một cá thể. Thể dạng thứ nhất liên hệ với sinh hoạt của phần

"tri thức nổi", tức là phần "tri thức giữ vai trò nhận biết và lý luận" liên quan đến tư duy, xúc cảm và các sự cảm nhận về sự chuyển động của thế giới bên ngoài xuyên qua lục giác. Thể dạng thứ hai của sự sinh hoạt tâm thần là tiềm thức hay alayavijnana / a-lại-da-thức, tức là phần "tri thức chìm" hay "vô thức". Sự sinh hoạt của nó rất sâu kín và yên lặng, liên quan đến các vết hằn tạo ra bởi các tác ý, xúc cảm và hậu quả của các hành động trong quá khứ tồn lưu trên dòng luân lưu của nó. Cả hai thể dạng tri thức nhận biết và tiềm thức hay alayavijnana đó cùng vận hành chung và thường xuyên trao đổi với nhau các dấu vết của quá khứ trong tiềm thức cùng với các xúc cảm, các sự nhận thức của phần tri thức nhận biết đối với hiện tại. Các tác động phát sinh từ sự vận hành chung của cả hai thể dạng tri thức đó sẽ đưa đến những sự hiểu biết mới. Trong một số trường hợp và qua một thể dạng nào đó thì sự hiểu biết mới đó có thể rất trong sáng, siêu việt, nắm bắt được hiện thực về sự hiện hữu của con người mình và cả thế giới. Sự hiểu biết vượt bậc đó thuộc nhiều cấp bậc khác nhau và có thể được xem như là các trình độ giác ngộ khác nhau. Dầu sao như đã được nói đến trên đây, quan điểm của nhà sư Sangharakshita xem "đốn ngộ" và "tiệm ngộ" như là một sự vận hành chung hay xen kẽ nhau, quả hết sức tuyệt vời, vượt lên trên sự đối nghịch giữa hai quan điểm "đốn ngộ" và "tiệm ngộ".

Bures-Sur-Yvette, 03.01.22

Hoang Phong chuyên ngữ



BÓNG HẠC QUA ĐÒI

Cư Sĩ Vĩnh Hữu

*Độc hành qua ngàn dặm
Đường xưa bóng hao gầy
Đi, về theo chân Phật
Cung trời vàng áng mây
Tay xương chạm đỉnh đá
Hạt muối mặn chưa tan
Cõi trọ đầy dối trá
Lệ ngược dòng hai hàng
Qua đời vô quái ngại
Xuống núi giỡn vô minh
Lửa ngục trui tự tại
Thơ nguồn rót ra kinh
Trắng tàn bên nguồn suối
Đèn thấp suốt mộng dài
Cười nhân gian lần cuối
Hạc về chốn thiên thai...*



(2023)

NGUỒN GỐC VÀ CON ĐƯỜNG GIẢI THOÁT CỦA PHẬT GIÁO NGUYÊN THỦY VÀ ĐẠI THỪA

Tác giả: Lê Sỹ Minh Tùng

Lời Mở Đầu:

Việt Nam là quốc gia ở vùng Đông Nam Á cho nên chúng ta may mắn được hấp thụ hai trường phái Phật giáo lớn nhất của thế giới, đó là Phật giáo Nguyên thủy và Phật giáo Đại thừa. Tuy nhiên, cho đến ngày nay người Phật tử vẫn còn mù mờ nếu không muốn nói là hiểu sai lạc về nguồn gốc của Phật giáo từ khi đức Phật nhập Niết bàn và Phật giáo đã trải qua bao biến đổi thăng trầm dọc theo dòng thời gian và sự vô thường của tạo hoá.

Thậm chí có sự còn khẳng định rằng tu Tiểu thừa cũng giống như lớp 1, lớp 2 trong khi Đại thừa cũng như cấp 3, hay là đại học. Vì thế Đại thừa quá cao siêu còn Tiểu thừa chỉ dành cho những người căn cơ thấp. Chúng ta đang sống trong thế kỷ 21, thời đại văn minh của AI, thì cũng nên có sự hiểu biết chân thật mà nhà Phật gọi là “Nhu thị” nghĩa là nó như thế nào thì phải hiểu đúng như thế ấy.

Trước hết, ngày nay không ai dùng danh từ Tiểu thừa nữa mà thay vào đó trường phái này được gọi là Phật giáo Nguyên thủy. Nếu nói rằng giáo lý Đại thừa cao siêu thì ngày xưa vào thời đức Phật còn tại thế, Ngài không hề biết giáo lý Đại thừa là gì thì không lẽ vị sư đó dám gọi đức Phật là người tu kém hay căn cơ còn thấp hay sao? Còn nếu nói kinh điển Đại thừa là do Phật thuyết thì tại sao trong những lần kết tập kinh điển sau khi đức Phật nhập Niết bàn không hề có kinh Pháp Hoa, Hoa Nghiêm hay Bát Nhã...trong đó?

Quan trọng nhất là từ khi đức Phật thành đạo đến khi Ngài nhập Niết bàn chỉ có

một giáo lý duy nhất được Ngài xiển dương, đó là Phật giáo Nguyên thủy. Mãi 500 năm sau ngày đức Phật nhập Niết bàn, Phật giáo Đại thừa mới ra đời. Từ đó, những tư tưởng như Bát Nhã, Duy thức, các vị Bồ Tát và giáo lý Tam thân: Pháp thân, Ứng thân và Báo thân mới được các Luận sư Long Thọ, Vô Trước Thế Thân sáng chế ra và giới thiệu vào trong Phật giáo Đại thừa.

LỊCH SỬ HÌNH THÀNH PHẬT GIÁO

Ngày nay Phật giáo trên thế giới tổ chức rất nhiều giáo hội, nhưng trong suốt chiều dài lịch sử Phật giáo chưa bao giờ được biết là có một cơ chế quyền lực trung ương theo kiểu kim tự tháp giống như cơ chế của tòa thành Vatican nào cả. Vào thời đức Phật, tuy các bộ phái gắn liền với những khu vực địa phương khác nhau khắp các nơi ở Ấn Độ, nhưng tất cả vẫn duy trì được mối quan hệ với nhau trong tinh thần lục hòa cho nên các tăng sĩ dễ dàng đi lại từ tu viện này đến tu viện khác. Thời kỳ Nguyên thủy, đức Phật giảng giải giáo pháp bằng khẩu thuyết. Vì truyền giao bằng miệng nên một người thấu hiểu và nhớ hoàn toàn Kinh Tạng hoặc Luật Tạng là một thử thách rất lớn, nếu không muốn nói là không thể được. Do đó các phần khác nhau của giáo pháp được truyền cho các vị tăng sĩ chuyên biệt, có thể học thuộc lòng phần giáo pháp đó. Sau cùng tất cả những tăng sĩ chung một giáo pháp hình thành một nhóm riêng với những đặc quyền riêng và có lẽ đây chính là sự bắt đầu cho sự phân chia của tăng đoàn. Ngôn ngữ đức Phật dùng để thuyết pháp không phải là tiếng Pali mà

là tiếng Magadhi (Ma-kiệt-đà). Thật ra ngôn ngữ Ấn Độ rất phức tạp ngay cả bây giờ cũng đã có gần trên 15 loại được chính phủ Ấn công nhận. Đó là Sanskrit, Urdu, Bengali, Hindi...trong khi đó Pali không phải là ngôn ngữ thuộc nhóm Indic mà thuộc về thổ ngữ của vùng Trung Ấn. Giới thượng lưu và thành phần vua chúa Ấn Độ nói tiếng Sanskrit trong khi đó các thành phần dân chúng nói tiếng Magadhi, là ngôn ngữ gốc của đức Phật, và phần lớn thành phần hạ tiện nói tiếng Paishachi.

Không có một bằng chứng nào cho thấy vào thời đức Phật ở Ấn Độ con người đã dùng chữ viết hay chưa. Trong thời đức Thế Tôn còn tại thế, Ngài thuyết giảng rất nhiều trong những cuộc hành trình dài bằng cách đi bộ trong vùng Bắc Ấn gần nửa thế kỷ, nhưng chưa có ai nghĩ đến việc kết tập cho nên sau khi Ngài nhập diệt các đệ tử cảm thấy bàng hoàng vì sự thiếu vắng của bậc Đạo Sư. Cuối cùng họ quyết định kết tập những lời giảng dạy của đức Phật và cô đọng lại thành kinh điển. Vì thế kinh điển Phật giáo được truyền miệng gần 500 năm sau khi đức Phật nhập diệt hoàn toàn dựa vào trí nhớ của người đọc kinh.

1) Ngay sau khi đức Phật nhập diệt, vua A Xà Thế tổ chức lần kết tập kinh điển lần thứ nhất tại thành Vương Xá, xứ Ma-Kiệt-Đà. Trong hội Nghị này có 500 vị A la hán tham dự, trong đó ngài trưởng lão Đại Ca Diếp giữ vai trò là người chủ tọa của đại hội. Ngài A Nan trùng tụng về phần giáo Pháp mà về sau được kết tập lại thành năm bộ kinh Nikaya. Phần giáo Luật thì do Tôn giả Ưu Ba Ly trùng tụng. Trong phần kết tập lần thứ nhất này chưa có giáo Luận nghĩa là những lời luận giải từ những lời dạy của đức Phật.

Giáo Pháp và giáo luật được truyền khẩu từ thầy đến trò và được tụng niệm hằng

ngày bởi một nhóm Tỳ Kheo và thường được phối kiểm lẫn nhau để bảo đảm không có sự thiếu sót cũng như không có gì thêm vào cho đến khi các vị Thánh tăng gom góp nó theo thứ tự để trở thành những bộ kinh Nikaya mà chúng ta có ngày hôm nay.

2) Đại hội kết tập kinh điển lần thứ hai được tổ chức tại thành Tỳ Xá Ly (Vaishali), 100 năm sau ngày đức Thế Tôn nhập diệt. Lý do triệu tập hội nghị là vì những bất đồng về kỷ luật (phá giới) của các sư tại Vaishali và các đệ tử của Ngài A Nan. Các sư tại Vaishali chấp nhận cúng dường bằng tiền và vàng bạc, dù việc này phạm luật. Các sư này còn bị cáo buộc bởi phái Yasha (một đệ tử của A Nan) chín sự vi phạm khác, trong đó có thọ thực bất thời tức là ăn nhiều lần trong ngày, uống rượu, giữ vàng bạc v.v. Để trả đũa, các sư Vaishali khai trừ trưởng lão Yasha vì những lời cáo buộc của ông. Do đó hội nghị thứ hai được triệu tập với sự hiện diện của 700 vị A la hán và hội đồng gồm bốn sư trưởng lão đã phán quyết rằng các sư Vaishali có tội. Các sư Vaishali đã chấp nhận sự phán quyết mà không một lời phản kháng. Mặc dù không chống đối với quyết định của hội đồng, nhưng sau đó các sư Vaishali kết hợp với thành phần số đông cư sĩ ủng hộ thành lập nhóm phát triển mà sau này gọi là Đại chúng bộ tức là tiền thân của Phật giáo Đại thừa.

Lịch sử đã chứng minh một cách hùng hồn rằng đức Phật vừa nhập Niết Bàn mới 100 năm mà đệ tử của Ngài đã phá giới, dùng tôn giáo để mưu cầu lợi riêng cho mình. Xuất gia là buông bỏ căn nhà thế tục, tu tập là để giảm tham - sân - si, phá ngã chấp và từ đó tiến tu để có giải thoát giác ngộ. Ngược lại, một số người mượn tôn giáo để tiền thân, dùng hình ảnh Phật và chùa chiền để làm giàu, mưu lợi riêng cho mình bất chấp những hậu quả xấu xa cho đạo Phật. Thật

vậy, đức Phật vừa nằm xuống mà đệ tử của Ngài đã bê bối như vậy, thử hỏi ngày nay trên dưới 2500 năm thì dục vọng của con người còn đi xa đến đâu nữa. Người Tây phương có câu: "Chiếc áo không làm nên người tu sĩ" quả là không sai!

3) Vào khoảng 250 năm trước CN, vua A Dục cho tổ chức Đại Hội kết tập kinh điển lần thứ ba tại thành Hoa Thị tức là Pataliputra, là thủ đô mới của vương quốc Ma-kiệt-đà (Magadha) khoảng vào thế kỷ thứ ba trước Tây Lịch. Thủ đô cũ của vương quốc Ma-kiệt-đà là thành Vương Xá (Rajagriha) mà được diễn tả rất nhiều trong các kinh sách Phật giáo vào thời đức Phật còn tại thế. Vua A Dục đã đích thân chọn 60.000 vị Tỳ Kheo tham dự Hội Nghị. Trong khi đó trưởng lão Mục Kiền Liên Tư Đế Tu đã phụng mệnh vua A Dục chọn ra một ngàn vị Tăng tinh thông tam tạng kinh điển kết tập chánh pháp. Hội nghị đã bàn thảo trong chín tháng về những ý kiến dị biệt giữa những Tỳ Kheo của nhiều phái khác nhau. Tại Đại Hội này, sự khác biệt không chỉ hạn hẹp trong Giới Luật, mà cũng liên quan đến Giáo Pháp nữa. Đây không phải là một hội nghị toàn thể mà chỉ là một cuộc nhóm họp nhỏ thôi. Lúc kết thúc Hội Nghị, ngài Mục Kiền Liên Tư Đế Tu đã tổng hợp vào một cuốn sách gọi là Thuyết Sự Luận (Kathavatthupakarana), bác

bỏ những quan điểm và lý thuyết dị giáo cũng như những sai lầm của một số giáo phái. Từ khi đức Phật nhập diệt, lần đầu tiên Đại hội chính thức chấp thuận hệ thống Tăng già với danh xưng là Theravada nghĩa là Phật giáo Nguyên thủy.

Vì thế Phật giáo Nguyên thủy vào thời vua A Dục tuy không phải Nguyên thủy được hiểu theo kiểu vào thời đức Phật còn tại thế, nhưng để xác định rằng truyền thống kinh điển vẫn còn duy trì giống y như là thời đức Thế Tôn còn sinh tiền. Vì Diệu

Pháp được giới thiệu trong Đại Hội này. Đây là bộ Luận rất nổi tiếng cho Phật giáo và từ đó Tam tạng kinh điển: Kinh, Luật và Luận chính thức ra đời.

Một trong những thành quả quan trọng của Hội Nghị lần thứ ba là nhiều phái đoàn truyền giáo đã được gởi đi khắp các xứ để hoằng dương Phật pháp. Sau Đại Hội kết tập lần thứ ba, người con của Vua A Dục, ngài Hòa Thượng Mahinda và người con gái tên Tăng Già Mật Đa, đã mang Tam Tạng Kinh Điển đến Sri-Lanka (Tích Lan). Họ đã đạt được thành công rực rỡ tại đảo quốc này. Khi Ngài Mahinda đem những Kinh, Luật và Luận tạng sau lần kết nạp kinh điển lần thứ ba đến đảo Tích lan dưới dạng ngôn ngữ Sinhala. Các nhà học giả cho rằng Sinhala là ngôn ngữ mà vua A Dục dùng vào thời bấy giờ. Mãi đến thế kỷ thứ 5 sau CN, có Ngài Phật Âm, Buddhaghosa, từ Ấn độ đến đảo Tích Lan và được phép các cao Tăng ở Tích Lan dịch tất cả các tạng kinh từ tiếng Sinhala thành ra tiếng Pali mà chúng ta có năm bộ kinh Nikayas như ngày nay. Có một điều mà sử sách về Phật giáo vẫn còn hoài nghi cho đến ngày nay là tại sao Ngài Phật Âm lại đốt hết tất cả những kinh sách từ bản gốc tiếng Sinhala sau khi Ngài dịch xong sang tiếng Pali? Vì vậy mặc dầu năm bộ kinh Nikayas được xem là kinh Nguyên thủy vì độ khả tín của nó cao nhất, có lẽ trên 95% so với thời đức Phật còn tại thế, nhưng không ai có thể so sánh được vì bản gốc đã bị đốt cháy rồi. Thêm nữa, đức Phật sinh ra ở Nepal chứ không phải ở Ấn độ, thế nhưng suốt cuộc đời hoằng pháp của Ngài phần lớn nằm ở Bắc Ấn cho nên ngôn ngữ Ma Kiệt Đà là ngôn ngữ chính mà đức Phật thường dùng.

Trong khoảng thời gian từ năm 274 đến năm 236 trước công nguyên, chính vua A Dục đã hết sức cổ động và ủng hộ Phật

giáo và đã biến Phật giáo từ một tôn giáo nhỏ giới hạn trong những tiểu quốc trở thành một tôn giáo lớn trên khắp cả nước Ấn Độ. Có lẽ đây là khoảng thời gian cực thịnh của Phật giáo tại Ấn độ. Tuy nhiên, có một điều rất trớ trêu là tuy vua A Dục là một Phật tử rất thuận thành, nhưng bà vợ ông ta rất ganh tỵ với Phật giáo và bà đã nhiều lần chặt cây Bồ đề ở Bồ đề đạo tràng. Ngoài ra, qua những chỉ dụ của vua A Dục, chúng ta được biết thêm về những phái đoàn truyền giáo Phật giáo được nhà vua cử đi đến các nước xa xôi ở Á Châu, Phi Châu và Âu Châu. Phật giáo đã trở thành một tôn giáo quan trọng của nhân loại phần lớn là nhờ ở các hoạt động của phái đoàn này. Cho đến thời điểm này, Đại thừa vẫn chưa chính thức ra đời.

Trong suốt lịch sử phát triển của Phật giáo trên đất Ấn, lãnh thổ Ma-kiệt-đà (Magadha) đã chiếm giữ một vị thế quan trọng. Ngay từ thời Đức Phật còn tại thế, lãnh thổ này đã từng là một vương quốc lớn, hùng mạnh, ngày nay thuộc vào tiểu bang Bihar, một tiểu bang rất nghèo. Thủ đô của vương quốc Ma-kiệt-đà là thành Vương xá (Rajagriha), nhưng về sau được dời về thành Hoa Thị (Pataliputra), tên gọi ngày nay là Patna. Công cuộc khai quật khảo cổ vào năm 1912 tại thành Hoa Thị phát hiện nhiều di tích của một dinh thự thật to lớn, có lẽ là hoàng cung của đế quốc Maurya.

Nhắc lại, Vương quốc Ma-kiệt-đà được đặt dưới sự cai trị của triều đại Nan-đà (Nanda) trước khi các đạo quân của Alexandre Đại đế của đế quốc Macédoine, Hy Lạp, tiến chiếm các lãnh thổ Ấn độ vào những năm 327 đến 326 trước CN. Lúc bấy giờ, xuất hiện một người vô danh nhưng rất bản lĩnh, mà nguồn gốc và xuất xứ không được lịch sử ghi chép rõ ràng đã đứng lên hô hào chống lại ngoại xâm. Một số tư liệu cho biết người này thuộc vào một giai cấp thấp

trong xã hội, trong khi đó, một số tư liệu khác thì lại cho là con của một hoàng thân trong dòng họ Nan-đà. Nhưng về phần các truyền thuyết Phật giáo thì cho người này là con cháu thuộc một chi của dòng họ Thích ca (Shakya) đã rời bỏ thành Ca-ti-la-vệ (Kapilavastu) khi thành này bị vua xứ Kiêu-tát-la (Kosala) tàn phá. Người anh hùng vô danh nghĩ rằng trước nạn ngoại xâm do Alexandre Đại đế chủ xướng thì cần phải thống nhất xứ sở, nhưng ông không thuyết phục được hoàng triều Nan-đà nên ông ta đánh bỏ trốn lên vùng tây bắc nước Ấn. Nơi đây ông thành lập một đạo quân và nhờ có một chiến lược gia nổi tiếng thời bấy giờ giúp sức, vị này sinh sống tại thủ phủ Taxila thuộc lãnh thổ của Alexandre Đại đế một nơi chỉ cách Islamabad thủ đô của xứ Pakistan ngày nay vài cây số. Ông kéo quân chiếm lại nhiều vùng của nước Ấn đã bị Alexandre Đại đế chiếm giữ và sau đó thừa thắng tiến thẳng vào vương quốc Ma-kiệt-đà và lật đổ hoàng triều Nan-đà vào năm 313 trước CN. Cuối cùng, vị anh hùng vô danh này chính là Chandragupta Maurya và sau đó ông lên ngôi và sáng lập ra triều đại Maurya. Đây là tiền đề của vua A Dục.

Phật giáo trong thời vua A Dục được xem như là thời kỳ cực thịnh chẳng khác lúc đức Thế Tôn còn tại thế cho đến triều đại Mauryan. Nhưng con ma vô thường cũng không thương xót cho dù đó là đạo Phật. Xã hội Ấn Độ vào thời đức Phật là một xã hội phong kiến, đầy đầy bất công. Chính đức Phật đã cực lực đã kích chế độ giai cấp, đã kích sự kỳ thị phụ nữ và đưa ra tư tưởng bình đẳng cho tất cả mọi người. Tuy tư tưởng đức Phật chống lại đạo Bà la môn, nhưng Phật giáo được các vua thời ấy ủng hộ cho nên Bà la môn không làm gì được. Tuy nhiên, đức Phật lúc nào cũng là cái gai trong mắt của người Bà la

môn vì thế khi Phật giáo suy yếu, người Bà la môn không ngần ngại tiêu diệt Phật giáo. Trước hết là sự suy thoái và sụp đổ của triều đại Mauryan kéo dài cho đến cuối thế kỷ thứ hai trước công nguyên đánh dấu cho sự suy tàn của Phật giáo trên xứ Ấn. Khi triều đại Sunga được thành lập với sự lên ngôi của vị vua Pusyamitra, năm 187-151 trước CN, Phật giáo đã trải qua nhiều cuộc khủng bố vô cùng dã man. Ông là kẻ thù dữ tợn nhất của Phật giáo. Vì muốn phục hưng đạo Hindu (tiền thân của Bà la môn và là Ấn Độ giáo ngày nay), ông tàn phá tháp miếu, hỏa thiêu nhiều tu viện từ Madhyadesa cho đến Jalandhar ở vùng Punjab và không ngần ngại giết chết rất nhiều tu sĩ đức hạnh. Với sự trợ lực của các vị vua của triều đại Sunga, Ấn Độ giáo bắt đầu khởi xướng một chiến dịch phục hưng rầm rộ và sau cùng đạo Hindu dành được thế thượng phong và dĩ nhiên tập quán thờ cúng đa thần được họ xiển dương tới đa trở lại. Trên thực tế, khuynh hướng thờ cúng thần linh đã hấp dẫn và có sức mạnh lôi cuốn một số lượng quần chúng khổng lồ trong đó có cả tín đồ Phật giáo. Để đối phó với vấn đề nan giải liên quan đến sự tồn vong của Phật giáo lúc bấy giờ, vô số hình tượng Bồ Tát khác nhau vốn được xem như là thân thánh được đưa vào trong Phật giáo. Kết quả, kinh điển Đại thừa ra đời cũng dựa theo lý tưởng Bồ Tát này. Ban đầu các vị triết gia Phật giáo thời ấy nghĩ rằng Bồ Tát chỉ là những biểu tượng cho từ bi, trí tuệ và những đức năng của đức Phật, nhưng thực tế đa số Phật giáo đồ sau đó chỉ thích quỳ lạy, cầu xin thay vì nghiên cứu, hành trì cầu đạo Vô thượng Bồ-đề. Thậm chí họ biết đến Quán Thế Âm Bồ Tát còn nhiều hơn đức Phật không phải vì Bồ Tát Quán Thế Âm dạy họ thực hành từ bi hỷ xả mà vì Bồ Tát có ngàn tay ngàn mắt, có công

nang nghe được tiếng cầu xin và dang tay ra cứu độ. Chưa hết họ còn làm lần gọi Quán Thế Âm là Phật Bà. Nếu chư Phật và chư Bồ Tát ứng hiện để cứu giúp mỗi khi con người cầu khẩn thì còn đâu là lý nhân duyên, còn đâu là thuyết nhân quả, còn đâu là nghiệp báo hay nói chung còn đâu là giáo lý Phật Đà. Khi vua Lưu Ly hai lần đem quân muốn tiêu diệt dòng họ Thích Ca, đức Phật hai lần đích thân ngăn cản, nhưng sau cùng Ngài cũng để cho ân oán đầu đó tự trang trải. Chính Tôn giả Mục Kiền Liên dùng thần thông bay vào thành chọn ra 500 những người ưu tú của dòng họ Thích Ca bỏ vào bình bát rồi ôm bình bát nhảy lên hư không. Đến nơi an toàn, Tôn giả mở bình bát ra thì 500 người đó cũng đều bị đâm chết, máu chảy ra đầy bình bát. Sự giới thiệu các vị Bồ Tát như Văn Thù, Phổ Hiền, Quán Thế Âm, Đại Thế Chí... vào trong đạo Phật có lẽ là một nguyên nhân lớn lót đường cho sự suy tàn của Phật giáo ở Ấn Độ. Vào thời đức Phật còn tại thế có sự ngăn cách rất rõ ràng giữa Phật giáo và đạo Bà la môn. Phật giáo chủ trương vô thần, diệt trừ bản ngã, tự giải thoát, bình đẳng và không có cúng tế nghi lễ rườm rà phức tạp. Ngược lại đạo Bà la môn tin rằng có tự ngã và khi chết thì tự ngã hòa nhập vào đại ngã để có giải thoát. Vì thế con người mới cầu xin vào đẳng phạm thiên, tin tưởng đa thần nên cúng kiến cầu xin rất phức tạp. Đặc biệt lý tưởng bình đẳng của đức Phật là cái gai trong mắt của người Bà la môn. Để đối đầu tương xứng với Phật giáo, Ấn Độ giáo bắt đầu cải cách bằng cách tiếp nhận lý tưởng Bất Sát (Ahimsa) và từ bỏ việc tế súc vật và sau đó hình thành đạo Ấn theo cách thức giống như các tu viện Phật giáo. Do đó khi có sự xuất hiện của các vị Bồ Tát trong Phật giáo, Ấn Độ giáo (Hindu tức là hậu thân của đạo Bà la môn) liền thần

thánh hóa đức Phật, cho rằng đức Phật là vị tái sinh thứ 9 của vị thần Vishnu (hiện thân của thần sáng tạo ra thế gian) và Bồ Tát Quán Thế Âm là thần Shiva. Chẳng những thế, hai tư tưởng Bất nhị của Phật giáo Đại thừa và Ấn Độ giáo gần giống hệt nhau. Chính điều này đã xóa tan sự khác biệt giữa hai tôn giáo và họ chứng minh rằng Phật giáo chỉ là một tông phái của Ấn Độ giáo.

Ngay cả tiến sĩ Radhakrishnan cũng phải thốt lên rằng:

- Một tiến trình thâm nhập và sửa đổi từ từ đã phát triển, như việc ủng hộ thuyết cho rằng Đại Thừa Giáo chỉ là một giai đoạn phân phái trong trào lưu lớn những người thờ thần Vishnu, Tiểu Thừa Giáo, với tính chất khổ hạnh nhiều hơn, được coi như một phái của người thờ thần Shiva. Khi tín ngưỡng Bà La Môn khắc sâu tình thương mọi loài và sùng bái thần linh và tuyên bố rằng Đức Phật là hóa thân của Vishnu, hồi chuông báo tử của Phật Giáo ở Ấn Độ đã vang lên.

Cũng trong đà phát triển đó, từ thế kỷ thứ ba đến thế kỷ thứ hai trước công nguyên, giáo lý Phật Đà đã trải qua một biến chuyển thay đổi bằng sự giới thiệu một số tác phẩm thuộc Luận tạng. Trong đó, đặc biệt phái Nhất Thiết Hữu Bộ (Sarvāstivāda) đưa ra khái niệm đức Phật có hai thân. Tuy nhiên những tư tưởng cao đẳng này chỉ được số ít học giả trí thức lưu ý, trong khi đó đại đa số quần chúng dường như chẳng quan tâm đến. Mãi đến thời Long Thọ (thế kỷ thứ hai sau công nguyên) thì giáo lý Pháp thân của đức Phật mới được hoàn chỉnh. Và mãi đến thời đại của Vô Trước, giáo lý tam thân mới thật sự hoàn tất. Đó là: Pháp Thân, Ứng Thân và Báo Thân của đức Phật.

Tóm lại, bản chất thật sự của tất cả các vị Bồ Tát được kết tinh từ đức hạnh của đức Phật lịch sử và sau đó được thần thánh hóa nhằm mục đích thỏa

mãn nhu cầu của quần chúng đang bị thu hút bởi những đường lối tu tập của những tôn giáo đa thần. Trí tuệ (prajñā) và từ bi (karuṇā) là hai biểu tượng rất quan trọng trong Phật giáo và thường xuyên đổi hình thái cho nhau để thích hợp với môi trường của những tôn giáo chung quanh trong một giai đoạn nào đó của lịch sử. Không riêng gì Bồ Tát, đức Phật dần theo thời gian cũng được thần thánh hóa trong hình thái Bồ Tát để phù hợp với khuynh hướng đa thần đó. Vì thế vai trò trí tuệ được thánh hóa trong hình ảnh của Bồ Tát Văn Thù (Mañjuśrī). Từ đó Ngài là biểu tượng của căn bản trí, vô sư trí và là người thân cận nhất của đức Phật để giảng giải giáo pháp như trong hầu hết kinh điển Đại thừa. Bên cạnh đó, ngài Bồ Tát Quán Thế Âm được nhân cách hóa cho lòng từ bi và được tôn xưng, ca ngợi trong nhân gian.

4) Đại hội kết tập kinh điển lần thứ tư được tổ chức tại thành Ca Thập Di La (Kashmir) khoảng năm 70 trước Tây Lịch, dưới sự tổ chức của Vua Ca Nị Sắc Ca (Kanishka), nhưng lần này chỉ có sự tham dự bởi phái Nhất Thiết Hữu Bộ, chứ không được phái Nguyên Thủy thừa nhận. Sau thời vua A Dục khoảng 300 năm tức là vào khoảng năm 70 trước Tây Lịch, miền tây bắc Ấn Độ có vua Ca Nị Sắc Ca (Kanishka), rất kính tin Phật pháp, thường thỉnh chư Tăng vào triều thuyết pháp. Vì thấy pháp không đồng và luật lệ của nhóm này khác với nhóm kia, nên vua bèn chọn 500 Tăng sĩ kiến thức uyên bác đều là các bậc A la hán cộng thêm với 600 vị Bồ-tát, và triệu thỉnh ngài Hiếp Tôn Giả (Parsvika) tổ chức hội nghị kết tập kinh điển lần thứ tư. Hội nghị đề cử ngài Thế Hữu (Vasumitra) làm chủ tọa, còn ngài Mã Minh được mời từ Saketa đến để soạn thảo Luận Thư (commentaries) đồng thời là Phó chủ tọa, địa điểm là tịnh xá Kỳ Hoàn

ở Ca Thập Di La (Kashmir). Mục đích kỳ kết tập này là giải thích rõ ràng ba tạng kinh điển, gồm 300.000 bài tụng. **Sau đó chế ra bản đồng, đúc chữ in lại tất cả, cho xây bửu tháp để tàng trữ kinh điển.** Không phải như ba lần kết tập trước, lần này nghĩa lý kinh điển được giải thích rõ ràng. Tuy nhiên, ngài Hiếp Tôn Giả Parsvika) là một vị đại học giả về Hữu Bộ, vua Ca Nị Sắc Ca (Kanishka) cũng tin theo Hữu Bộ, nên sự giải thích trong lần kết tập này đều y cứ vào “Nhất Thế Hữu Bộ” (Sarvastivadah). Chủ đích của Hội Nghị là phân tích lại một phần Vi Diệu Pháp nhằm ngăn ngừa một số khuynh hướng cải cách bên trong cộng đồng. Nghị Hội được triệu tập theo sự đề xuất của một cao tăng uyên thâm Phật pháp là Hiếp Tôn Giả. Ngài Thế Hữu (Vasumitra) làm chủ tịch Hội Nghị, trong khi ngài Mã Minh được mời đến từ Saketa, làm Phó chủ tọa, và cũng là người lo biên soạn quyển Mahavibhasa, một quyển bình giải về Vi Diệu Pháp. Không có chứng cứ là Phật giáo Đại Thừa và Nguyên Thủy đã tham dự. Rồi dần theo thời gian không lâu sau đó, sự căng thẳng gia tăng giữa thành phần cho rằng Phật pháp là phương tiện để đào tạo một số ít các vị A la hán sống ngăn cách trong các tự viện để nghiêm trì giới luật mà chính họ lại tùy thuộc kinh tế hoàn toàn vào những cư sĩ ở ngoài đời và nhóm khác là những người muốn sự giải thoát phải được nói rộng đến cho mọi người. Đây là sự bắt đầu hình thành Đại chúng bộ, tách rời khỏi Thượng tọa bộ, những người tự cho rằng mình cao quý và chính thông hơn. Đại chúng bộ vẫn tiếp tục tồn tại ở Ấn Độ cho đến hết thời kỳ thứ nhất và trong thời gian này họ cũng có những phát triển về giáo lý đáng kể. Tất cả những phát triển của Đại chúng bộ nhằm khuyến khích những

người bình thường, những cư sĩ tại gia cùng tiến lên đến chỗ giải thoát chứ không phải chỉ dành riêng cho các vị xuất gia, các bậc thánh giả. Vì thế có thể nói rằng Đại chúng bộ là cây cầu nối những khác vọng của đa số đi vào Phật giáo mà về sau khi Đại thừa chính thức được thành lập thì sự ra đời của kinh Duy Ma Cật có tánh cách như là cuộc cách mạng của hàng cư sĩ bởi vì trong Thượng tọa bộ **sự chứng đắc Thánh quả chỉ dành riêng cho hàng tăng sĩ.** Dựa theo tư tưởng Đại thừa, vai trò của cư sĩ Duy Ma Cật xiển dương tinh thần bình đẳng của nhà Phật vì khi con người không còn xét đoán việc đời qua hình tướng sinh diệt bên ngoài, mà quay về sống với chơn tâm, Phật tánh vĩnh hằng thường có trong họ thì hình tướng đầu tròn áo vuông hay xuất gia tại gia đâu có gì khác biệt. Nói cách khác sự phát triển trí tuệ không tùy thuộc vào sự tướng mà chỉ đòi hỏi hành giả thực hành thiền định vững chắc để chứng đạt được chân lý.

(Còn tiếp)

Pháp Cú

HT. Thích Minh Châu dịch

Phẩm Bà La Môn

413

*Như trắng sạch không uế
Sáng trong và tịnh lặng,
Hữu ái được đoạn tận,
Ta gọi Bà-la-môn.*

THƯ NGỎ CỦA BAN BIÊN TẬP

WEBSITE THƯ VIỆN HOA SEN

Kính thưa chư Tôn thiên đức, quý Phật tử và quý độc giả,

Như chúng tôi đã báo cáo trên Facebook vào thời điểm một nhà sư Việt Nam sửa soạn bộ hành khát thực từ Gia Lai đi Ấn Độ, website Thư Viện Hoa Sen đã bị một thể lực đen tối dẫu mặt đánh sập liên tiếp nhiều lần. Tất cả các cuộc tấn công đều theo mô thức DDoS (*Distributed Denial of Service*) nhằm vào cơ sở hạ tầng mạng làm quá tải và hư hại máy chủ. Sau mỗi lần tấn công, chúng lại dùng trí tuệ nhân tạo AI để tạo ra các cách tấn công mới hơn và thông minh hơn, vượt qua tất cả những biện pháp phòng ngừa truyền thống. Về nguyên nhân chúng tôi đã thừa trong những lần báo cáo trước.

Hiện nay hệ thống máy chủ của Thư Viện Hoa Sen đã được sửa chữa và tăng cường thêm nhiều trang thiết bị mới nhằm ngăn ngừa các cuộc tấn công trong tương lai.

Kính thưa quý vị,

Kể từ khi thành lập đến nay, ban biên tập và ban kỹ thuật chúng tôi vì lý tưởng hoằng dương chánh pháp nên đồng lòng tự nguyện hiến cúng sức lực và tài chánh trong việc thiết lập cũng như bảo trì hệ thống mạng. Chúng tôi chưa hề nhận một khoản tiền hỗ trợ nào từ quý độc giả và các mạnh thường quân.

Tuy nhiên, tự xét mình là một thành viên nhỏ lẻ trong cộng đồng bao la của thế giới mạng, không thể nào chống đỡ mãi được sức tấn công của các thể lực đen tối lớn với tài nguyên dồi dào như cấp quốc gia, nên chúng tôi buộc lòng phải thay đổi đường lối để vừa tồn tại, vừa phát triển. Kể từ ngày **19/1/2025** chúng tôi sẽ thay đổi giao diện, đặc biệt trong đó có thêm một

kênh **nghe và nhìn** mới trên nền tảng YouTube

“*Thư Viện Hoa Sen Media*”.

(<https://www.youtube.com/@ThuVienHoaSenMedia>)

Và đặc biệt hơn nữa, chúng tôi vẫn tiếp tục chính sách không nhận tiền hỗ trợ như từ trước đến nay. Thay vào đó chúng tôi chỉ xin quý vị hỗ trợ tinh thần bằng cách subscribe (đăng ký), nhấn nút like và share cũng như giới thiệu đến bà con, bạn bè thân thuộc kênh YouTube mới này. Khi số lượng đăng ký, like, share và view mỗi video của chúng tôi đạt đến một mức nào đó là chúng tôi sẽ nhận được tiền từ chủ YouTube.

Cũng xin quý vị hoan hỷ giúp ý kiến để kênh YouTube mới này được hoàn chỉnh hơn. Chúng tôi đã soạn sẵn một mẫu phiếu để quý vị đề dăng góp ý.

<https://thuvienhoasen.org/p42070/gop-y-xay-dung-thu-vien-hoa-sen-youtube-channel>

Hy vọng mọi khó khăn của chúng tôi sẽ vượt qua bởi sự ủng hộ nhiệt tình của quý vị và cũng để minh chứng chánh pháp luôn thắng tà pháp. Chúng tôi xin cảm ơn và kính chào quý vị.

Trân trọng,

Thành phố Huntington Beach ngày 18-1-2025

*Cư Sĩ Tâm Diệu, Cựu Trưởng ban biên tập.
Cư sĩ Bảo Trung, Trưởng ban biên tập kiêm
giám đốc kỹ thuật.
Cư sĩ Tịnh Thủy biên tập viên.*

Độc "Thiền Tông Qua Bờ Kia" của Nguyên Giác Phan Tấn Hải Bích Nga

Ra mắt hai sách Phật học tại Chùa Bát Nhã "Đạo Phật: Đất Nước, Cuộc Sống & Tâm Linh" của Đào Văn Bình, và "Thiền Tông Qua Bờ Kia" của Nguyên Giác, được tổ chức bởi Tổng Vụ Pháp Chế thuộc Hội Đồng Điều Hành của Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ, từ 2 giờ đến 6 giờ chiều thứ Bảy, 18 tháng 11, tại Chùa Bát Nhã, 4717 West First Street, Santa Ana, CA 92703. Có sự tham dự của HT Thích Nguyên Trí, HT Thích Nguyên Siêu; văn nghệ với nhạc sĩ Cao Minh Hưng và nhạc sĩ Trần Chí Phúc. Liên lạc (714) 878-3739

Bài BÍCH NGÀ

Ông Nguyên Giác Phan Tấn Hải sinh ngày 22 tháng Hai, 1952 tại Sài Gòn. Hiện là chủ bút của tờ Việt Báo ở Nam California và trang tin vietbao.com. Ông đang cư ngụ tại Westminster, Quận Cam. Ông từng cộng tác với nhiều báo như Tập San Nghiên Cứu Triết Học (Đại học Văn Khoa, Sài Gòn), Tự Thức, Văn, Văn Học, Hợp Lưu, Tạp chí Thơ, Việt Báo, Tạp chí Giao Điểm, Giác Ngộ và nhiều báo khác. Ông từng góp bài trong một số tuyển tập Văn học nhiều tác giả.

Ông xuất bản cả thầy chín cuốn sách về Phật Giáo và Thiền. "Thiền Tông Qua Bờ Kia" là cuốn sách thứ mười. Sách dày 345 trang, ấn loát rất mỹ thuật theo tiêu chuẩn Hoa Kỳ, do Ananda Viet Foundation xuất bản và Amazon phát hành.

Trong lời thưa, tác giả viết rằng, "Tác phẩm được viết trong hạnh phúc vô cùng tận, và tác giả muốn chia sẻ hạnh phúc với độc giả

trong nỗ lực đọc lại lời Đức Phật dạy."

Trong phần giới thiệu, cư sĩ Tâm Diệu thuộc Thư Viện Hoa Sen, cho biết, "Thiền Tông Qua Bờ Kia là một tuyển tập về các pháp hành Phật giáo với nhiều điểm giống nhau rất cơ bản giữa các trường phái, bộ phái, qua đó tác giả khảo sát về các phương pháp tu tập trong Phật Giáo, từ đơn giản đến phức tạp. Đơn giản như pháp thiền hơi thở đến phức tạp như pháp thiền trong Kinh Nhật Tụng Sơ Thời khi Đức Phật còn tại thế, nhưng phần lớn các pháp thiền thuộc dòng Thiền truyền thừa được lưu truyền từ các tổ sư."

Cư sĩ Tâm Diệu nhận xét, "Trước khi đi vào các pháp môn tu tập phức tạp, tác giả dành nửa đầu cuốn sách để nói về sự lan tỏa pháp thiền chánh niệm, từ núi rừng về thành thị, từ Á sang Âu, sang Mỹ; từ chùa, viện lên vào trường học, nhà giam, đến công sở, quốc hội và chính quyền lẫn quân đội... Hiện nay tại Bắc Mỹ và Châu Âu, Thiền Phật Giáo được các nhà giáo dục và khoa học lược bỏ phần giáo lý để còn lại pháp Chánh Niệm nhằm đáp ứng nhu cầu cho tất cả mọi người không phân biệt tuổi tác, giới tính và tôn giáo."

Tuy nhiên, theo cư sĩ Tâm Diệu, tác giả cũng không quên nhấn mạnh đến Giới, bước đi đầu tiên trong ba môn học của nhà Phật: Giới, Định và Huệ. Nhất định là phải giữ giới trước. Nếu không có giới chẳng thể tu thiền được cũng như không có huệ được. Giới sinh Định và Định sinh Huệ. Tác giả cho rằng việc giữ giới là quan trọng nhất. Giữ giới là ưu tiên hàng đầu, không những

cho hàng xuất gia mà còn cả hàng Phật tử tại gia nữa. Giới còn thì Đạo Phật còn. Thực hành thiền Chánh Niệm hay bất cứ pháp hành thiền nào một cách miên mật tức là giữ giới (thiền giới).

Đề khẳng định như thế, tác giả Nguyên Giác Phan Tấn Hải hỏi rằng, "Suốt 2,000 năm hầu như không tu thiền Vipassana, tại sao Phật giáo vẫn gắn bó với rất nhiều dân tộc? Hiển nhiên, đó là do chư tăng nghiêm túc giữ giới, học kinh. Hãy hình dung, nếu quý Thầy phá giới, Phật giáo có thể biến mất chỉ trong vòng vài thập niên. Nhưng khi quý thầy giữ giới và tụng đọc kinh điển, Phật giáo vẫn trường tồn suốt hai thiên niên kỷ trong khi thiên tập "bị bỏ lơ và bị bỏ quên." (Bài thứ 12)

Vậy pháp Chánh Niệm hiện nay đang thực hành phổ thông tại các trường học ở Úc, Hoa Kỳ, Canada và Anh như thế nào? Cô giáo Jen Leslie hướng dẫn 21 em trong một lớp tập thiền đơn giản (áp dụng từ lớp tiền-mẫu-giáo cho hết lớp 5). Cô nói, "Các em hãy chú tâm vào hơi thở, hơi vào và hơi ra nơi mũi. Nếu muốn, có thể nhắm mắt. Ghi nhận lồng ngực phồng lên và xẹp xuống với từng hơi thở vào và ra."

Ngoài thiền Chánh Niệm đi vào các trường học, Thiền tập cũng đang được huấn luyện trong quân đội Hoa Kỳ, nhưng, theo tác giả họ chỉ áp dụng một phần nhỏ pháp thiền Phật giáo là "giữ tâm tỉnh thức không phán đoán." Là khi đi thì biết là đi, khi ngồi thì biết là ngồi, khi niệm khởi thì biết là niệm khởi, khi niệm diệt thì biết là niệm diệt... chỉ quan sát chuyển biến ở thân thọ tâm pháp, mà không cần phán đoán đúng hay sai. Chánh niệm là chỉ biết mà không có sự phân biệt.

Bắt đầu từ bài thứ 14, tác giả đưa người đọc

đi tìm pháp hành. Pháp hành phổ biến hiện nay ngoài pháp hành chánh niệm như đã trình bày ở trên còn có pháp "ở đây và bây giờ" mà người đọc thường biết đến là "Hiện Pháp Lạc Trú." Đức Phật dạy rằng: "Quá khứ không truy tìm. Tương lai không ước vọng. Quá khứ đã đoạn tận. Tương lai lại chưa đến, Chỉ có pháp hiện tại. Tuệ quán chính ở đây."

Câu hỏi được tác giả đặt ra là: "Có phải pháp hiện tại mà Đức Phật nói đến là bây giờ và ở đây? Có thực rằng chánh niệm là để tâm vào 'bây giờ' được không? Khi mà thực tướng cái 'bây giờ' là ảo tưởng, và cái 'ở đây' thực ra là mơ hồ, vì không chỉ rõ ở đâu trên thân và tâm, vì chúng ta chỉ có thể để tâm vào cái 'ở thân' hay 'ở tâm,' hay chỉ có thể để tâm vào cảm thọ (niệm thọ) hay vào hơi thở (một phần của niệm thân)."

Tuy nhiên, tác giả cũng cho biết đoạn kinh này hay những đoạn kinh tương tự khác đều có nghĩa là "buông bỏ cả ba thời." Hãy giữ tâm vô sở trụ, đừng dính mắc tâm vào quá khứ, hiện tại hay tương lai. Chính Đức Phật đã dạy như thế trong Kinh Pháp Cú kệ 348 và Kinh Kim Cương.

Từ "Hiện Pháp Lạc Trú" với ý nghĩa buông bỏ, tác giả đưa người đọc về với pháp tu không có gì để nắm giữ, một pháp tu khá phức tạp. Nói là pháp tu nhưng thực ra theo Thiền Tông, là không có một pháp tu nào hết. Cốt yếu chỉ là giữ tâm vô sở trụ. Không trụ vào bất kỳ nơi đâu, không trụ vào bất kỳ pháp nào, xa lìa tất cả những dính mắc. Chỉ cần buông bỏ hết thân và tâm.

"Thiền Tông Qua Bờ Kia" cho độc giả biết pháp "Ứng Vô Sở Trụ" trong kinh Kim Cương có mặt từ thời kỳ bình minh của Phật Giáo qua kinh Atthakavagga và kinh Parayanavagga tức kinh "Con đường đến bờ

bên kia." Hai kinh này được tìm thấy trong hệ Pali, Kinh Tiểu Bộ và được các nhà học Phật xếp vào thời kỳ Phật Giáo Sơ Thời (Early Buddhism). Có một điều đặc biệt là các kinh này không mở đầu với câu "Nhu thị ngã văn" và thường là những kinh ngắn gọn, trực tiếp, không nói gì về Bát Chánh Đạo, Tứ Niệm Xứ, Tứ Thiền, Thất Giác Chi.

Có thể nào độc giả ứng dụng pháp tu này trong đời thường?

Tác giả cho biết rất dễ dàng. "Đức Phật dạy rằng hãy luôn tỉnh giác, hãy nhìn thế giới là rỗng rang không thực tướng, và hãy ung vô sở trụ. Cốt tủy là như thế. Bây giờ, bạn hãy lắng nghe dịu dàng từng hơi thở của bạn, tuổi thọ chúng ta đang ngắn dần từng hơi thở đó. Bạn hãy lắng nghe dịu dàng từng hơi thở xem, hãy cảm nhận vô thường đang ngấm vào ngay nơi hơi thở đó... Ngay khi bạn tu như thế, tức khắc là an lạc."

Cư sĩ Tâm Diệu kết luận rằng, "Điều chúng tôi cảm thấy thích thú là cuốn sách này trình bày rõ ràng nhiều điểm giống nhau rất cơ bản giữa tất cả các trường phái và tông phái Phật giáo. Chúng tôi xin chúc mừng Cư sĩ Nguyên Giác về tác phẩm này với công trình khảo sát và dịch thuật rất cẩn trọng của ông. Chúng tôi cũng ước mong độc giả sẽ tìm được lời hướng dẫn - và nguồn cảm hứng để chọn cho mình một pháp hành. Vì chỉ có pháp hành mới giúp cho hành giả chúng ta an trú tâm và an tịnh nội tâm."

Các tác phẩm đã xuất bản:

- *Vài Chú Giải Về Thiền Đốn Ngộ* - 1990
- *Thiền Tập* - Biên dịch
- *Ba Thiền Sư* - Tác giả: John Stevens, Nguyên Giác dịch Việt
- *Chú Giải Về Phowa* - Tác giả: Chagdud Khadro, Nguyên Giác dịch Việt

- *Lời Dạy Tâm Yếu Về Đại Thủ Ấn*
- *Cậu Bé Và Hoa Mai* - Tập truyện ngắn
- *Ở Một Nơi Gọi Là Việt Nam* - Tập thơ
- *Thiếu Nữ Trong Ngôi Nhà Bệnh* - Tập truyện ngắn
- *Teachings From Ancient Vietnamese Zen Masters*
- *Teachings and Poetry of the Vietnamese Zen Master Tue Trung Thuong Sy (1230-1291)* (Song ngữ)
- *Tran Nhan Tong (1258 - 1308): The King Who Founded A Zen School (Đức Vua Sáng Tổ Một Dòng Thiền)* Song ngữ
- *The Zen Teachings of Master Duy Luc* (Song ngữ)
- *Thiền Tập Trong Đời Thường*



ĐỨC SƠN ĐỐT KINH

Phổ Đồng

*Suốt nửa bình sanh từng cưu mang
San định giảng bày lý Kim cang
Hùng hực lửa lòng thôi thúc mãi
Phương nam hồi hải đẹp tà mạn
Đường vô xa vắng Lão bà tiếp
Nghẹn họng lối về tâm mất tâm
Chợt tỉnh Long Đàm đêm thăm thẳm
Kinh xưa còn lại khói phù vân.*



Độc sách “Thiền Tập Trong Đời Thường”

Đào Văn Bình

“Giá trị của cuốn sách *Thiền Tập Trong Đời Thường* là khi đọc ai cũng có thể hiểu được vì tác giả đã dùng ngôn ngữ đời thường và ai cũng có thể thực hành được dù đang làm việc, đang ăn uống, đang đi, đang đứng ở khắp mọi nơi, mọi lúc. May mắn thay, tác giả cho chúng ta biết pháp Thiền này được phổ biến và thực hành như thế nào tại các nước Tây Phương như Hoa Kỳ và Canada.”

Nguyên Giác Phan Tấn Hải hiện là chủ bút của tờ Việt Báo ở Nam California và trang tin vietbao.com. Anh đã xuất bản cả thấy 8 cuốn sách về Phật Giáo và Thiền. Đây là cuốn sách thứ 9. Sách dày 275 trang, ấn loát rất mỹ thuật theo tiêu chuẩn Hoa Kỳ, do **Ananda Viet Foundation** xuất bản và **Amazon** phát hành. Sách đã được cư sĩ Tâm Diệu thuộc Thư Viện Hoa Sen giới thiệu như sau:

“Giá trị của cuốn sách *Thiền Tập Trong Đời Thường* là khi đọc ai cũng có thể hiểu được vì tác giả đã dùng ngôn ngữ đời thường và ai cũng có thể thực hành được dù đang làm việc, đang ăn uống, đang đi, đang đứng ở khắp mọi nơi, mọi lúc. May mắn thay, tác giả cho chúng ta biết pháp Thiền này được phổ biến và thực hành như thế nào tại các nước Tây Phương như Hoa Kỳ và Canada.”

Theo tôi, sách có thể có một cái tên khác như “Thiền Trong Đời Sống Hằng Ngày” hoặc “Thiền Cho Cuộc Sống Ngày Hôm Nay”. Thế nhưng có người sẽ hỏi: Trong cuộc sống quá lo âu, mệt mỏi, vất vả, chán

chường, quá nhiều căng thẳng ...hầu như cuốn hút, hồi hải từng giờ, từng phút thì làm sao chúng tôi có thể rảnh rang để mà “Thiền” đây? Thế nhưng có người lại nói rằng chính vì những bất an của cuộc sống khiến căng thẳng thần kinh, có thể đi tới khủng hoảng, chán đời, hủy hoại cho nên cần phải Thiền, cần phải tìm đến Thiền. Chưa biết ai đúng ai sai. Nhưng có một thực tế là ngày hôm nay Thiền không còn bó rọ trong các quốc gia Phật Giáo như Trung Hoa, Việt Nam, Nhật Bản, Miên, Lào, Thái Lan, Miên Điện và Tích Lan mà lan tỏa ra toàn thế giới. Thiền đang trở thành một “toa thuốc” được ưa chuộng để giúp con người có được những giây phút bình an giữa cuộc sống bất an, khiến con người trở nên hiền lành giữa thế giới bạo lực, khiến con người trở nên bao dung, mở rộng vòng tay giữa xã hội có truyền thông kỳ thị. Thiền đã đi vào cuộc sống thường nhật, cuộc sống của thế tục chứ không còn là pháp tu tối thượng của hàng hàng Bồ Tát, cư sĩ mưu cầu giải thoát. Chúng ta sẽ lần lượt tìm hiểu xem trong sách này, tác giả đã cho chúng ta thấy Thiền đã đi vào đời thường (thế tục) như thế nào.

1) Thiền Tập và Nhan Sắc

Tác giả dẫn chứng cuốn sách “*Beautiful Skin: Every Woman’s Guide to Looking Her Best at Any Age*” của Bác Sĩ chuyên về thẩm mỹ và da đã nói rằng, “Căng thẳng thần kinh (stress) là một tên trộm nhan sắc (beauty burglar). Bởi vì khi lo nghĩ quá độ, làn da ít chất dưỡng khí và như thế các hội chứng như mụn trứng cá, viêm da, mặt sần sùi có thể xuất hiện trở lại.” Rồi một bài báo của tờ

Telegraph năm 2012 kể rằng, “Anh Quốc có 8 triệu người có bệnh về da mà một số phương pháp không cần thuốc trong đó có pháp Thiền thư giãn và pháp môn trị liệu Cognitive Behaviour Therapy. Tác giả nói rằng “Nhan sắc, trước tiên phải là một làn da đẹp. Đó cũng là lý do nhiều nữ diễn viên Hoa Kỳ rửa nhau Thiền tập, không chỉ để giảm căng thẳng mà cũng là phương pháp giữ gìn nhan sắc.” Trong chương này, tác giả cũng còn nhắc nhở những người tập Thiền là nếu mê đắm, hoặc ngưỡng mộ giọng đọc, giọng tụng kinh của một vị sư hay ni cô nào thì...chưa thoát cái sợi giây ràng buộc này đã chui vào một cái rọ khác. Thiền là xả bỏ. Thả bỏ thì Tâm-Ý nhẹ nhàng bây giờ gọi là thư giãn.

2) Thiền Tập Cho Cảnh Sát:

Cảnh sát là nghề căng thẳng hơn rất nhiều nghề khác khiến: Cảnh sát Mỹ, mức độ tự sát gấp 1.5 đời thường, mắc bệnh mập phì, tuổi thọ trung bình 68 tuổi, trong khi tuổi thọ dân thường là 78 tuổi. Trong tình hình như thế, một số sở cảnh sát đã chọn giải pháp tập Thiền. Nữ Thiền sư nổi tiếng nhất trong giới cảnh sát Hoa Kỳ là Ni Sư Cheri Maples. Còn cảm nang Cảnh Sát Úc Đại Lợi ghi 5 điều như sau: Không suy nghĩ mà chỉ ghi nhận. Giữ gìn hơi thở điều hòa. Nhận biết mình đang làm gì và ở đâu. Thấy không làm được việc trước mắt thì tìm việc khác. Và cuối cùng là sống với Thiền tập.

3) Thiền Tập Chữa Bệnh Chậm Trí:

Mấy năm gần đây, pháp Thiền đã trở thành cách chữa trị các em bị hội chứng ADHD bao gồm xao xuyên, không thể tập trung (autism), lo buồn, căng thẳng, ưa giận giữ. Rồi phương pháp Thiền tập dưới bàn chân để giúp người giảm bớt tính hung hăng.

4) Thiền Như Pháp Giảm Đau:

Theo thống kê của Viện Y Khoa Quốc Gia (*Institute of the National Academies*) thì nước Mỹ có khoảng 100 triệu người đang bị chứng đau nhức kinh niên. Làm thế nào để bớt đau là nan đề của giới y khoa. Thông thường là cho bệnh nhân uống thuốc giảm thống bao gồm chất *opioids*, kể cả bạch phiến *heroin*...thế nhưng trong năm 2015 các loại thuốc này đã giết chết khoảng 33,000 người. Cho nên ngày nay người ta đang tìm cách chữa bệnh đau nhức mà không cần thuốc, trong đó có các phương pháp như: Đọc sách chung (*shared reading*), làm thơ đó là trường hợp của cô bé Maya Angelou bị hăm hiếp lúc 7 tuổi, nhờ làm thơ mà quên được cơn ác mộng và trở thành một nhà thơ lớn của Hoa Kỳ. Rồi tập thể dục, Yoga cũng giảm bớt đau mà không cần thuốc. Sau rốt là Thiền tập. Nhưng làm thế nào để hướng dẫn tập Thiền giảm đau thì xin quý vị mua sách đọc sẽ rõ.

5) Cà-phê và Thiền:

Tác giả nói rằng theo chiều dài của lịch sử thì Thiền gắn liền với Trà cho nên có hai chữ Thiền-Trà. Tại sao giờ đây có Thiền-Cà-phê? Tác giả nhớ lại ngày xưa cà-phê là một phần đời của Sài Gòn. Chỗ nào cũng có quán cà-phê. Uống cà-phê dù là bác phu xích-lô hay dân thầy, dân thợ đều có phong thái tà tà, không vội vã. Mà không vội vã chính là Thiền vậy. Một hôm, do tình cờ theo dõi giải Oscar trên Đài ABC, tác giả “lạc” vào một trang tin giới thiệu quán cà-phê Thiền ở Hà Nội trên tường có hình Đức Phật, trên bàn có vườn Thiền bằng cát thu nhỏ kiểu Nhật Bản. Chắc chắn những người đến đây là muốn tìm chút an tĩnh tâm hồn giữa thế kỷ hội nhập toàn cầu quá chóng mặt.

6) Ăn Chay Để Cứu Địa Cầu:

Ngoài số lượng vũ khí nguyên tử đang tàng trữ, một tai nạn lớn là thán khí đang hâm nóng địa cầu với hậu quả vô cùng thảm khốc. Theo các nhà nghiên cứu, muốn sản xuất một cân thịt bò phải cần một năng lượng tương đương với một ngọn đèn 100 watt thấp trong 20 ngày. Ngoài ra, hầu hết các loại mễ cốc như gạo, bắp, đậu... được dùng để nuôi heo, bò. Nếu số lượng người ăn chay tăng lên, số lượng thực đó có thể dành để cứu đói và giảm lượng khí thải phóng lên bầu trời. Đó là một giải pháp để cứu trái đất này. Về khối người ăn chay, tác giả phân ra **vegetarian** là không ăn thịt động vật. Còn **vegan** là không ăn thịt thú vật và không sử dụng phó sản của thú vật như áo lông thú, trứng, sữa, mật ong... Hiện nay tại Trung Hoa, Phật tử rủ nhau ăn chay, mỗi năm giảm được khoảng 40 triệu tấn khí thải. Con số này tương đương 9.2% tổng số lượng khí thải của Pháp quốc. Tại Sydney của Úc Châu, con số ăn chay là 14.4% dân số. Tại Melbourne là 12.7%.

7) Hội Sinh Viên Phật Tử Delta Beta Tau:

Chương này nói về một nhóm sinh viên Hoa Kỳ tại San Diego State University (*Nam California*) thành lập một câu lạc bộ, một nhóm thân hữu hay anh chị em Phật tử có tên là Delta Beta Tau (*Chữ Hy Lạp*) cùng nhau tu tập Thiền định và hoằng dương chính pháp. Hiện họ đang gây quỹ để mua lại một ngôi nhà thờ Swedenborg để thành lập ngôi chùa có tên Dharma Bum Temple.

8) Thiền Tông Tại Cuba:

Trong chương này tác giả viết, “Cộng đồng Phật Giáo chỉ là một thiểu số tại Cuba. Dù vậy họ vẫn đang có những bước đi lặng lẽ

thơ mộng và trang nghiêm tại đảo quốc xinh đẹp này. Và cũng thật kỳ lạ, Omaru Perez- một nhà thơ và là một nhạc sĩ nổi tiếng ở Cuba, vốn là con trai của lãnh tụ du kích nổi tiếng Che Guevara nay trở thành một tu sĩ Thiền Tông.” Năm 1992, hiến pháp Cuba cắt bỏ câu “*nhà nước vô thần*” và trở thành một quốc gia đa tôn giáo. Bây giờ chính sách tôn giáo của Cuba khá cởi mở. Dòng Thiền theo truyền thống Nhật Bản của Thiền Sư Deshimaru đã chính thức mở Thiền đường tại Thủ Đô Havana.

9) Một Góc Vắng Lặng:

Hiện nay các thành phố lớn, đặc biệt như Nữ Ước đang phải đối đầu với nạn “ô nhiễm tiếng ồn” (*noise pollution*). Tác giả viết, “Chúng ta đang sống trong một xã hội hỗn loạn và ồn ào.” Tiếng động quá mức làm suy giảm thính lực, tăng áp huyết và dễ có thái độ chống đối lại xã hội. Thế nhưng người ta không thể di chuyển tới một thành phố khác hoặc làm giảm bớt tiếng động mà chỉ còn cách “đối đầu” với tiếng động. Chính vì thế mà một số Phật tử tại Nữ Ước đã quyết định đưa Thiền ra đường phố, tới các trạm xe điện ngầm, vừa hoằng pháp, vừa tự vệ và giúp nhau giữ gìn sức khỏe cho thân tâm. Cô Maselli nói rằng, “Nhập thất trên đường phố mới đầu như một chuyện vui đùa. Nhưng rồi có nhiều phản ứng tích cực. Dân chúng nhận ra rằng họ có thể tập Thiền ở bất cứ nơi nào.” Nhóm Buddhist Insights đang trở thành những góc rất an bình và vắng lặng giữa một thành phố ồn ào kinh khủng như Nữ Ước với 8 triệu 550 ngàn dân.

10) Tập Thiền Chạy Bộ:

Ngày xưa chỉ nói tới “tọa thiền” nhưng ngày nay Thiền đã đi vào “chạy bộ”. Theo sự

ngiên cứu của y khoa, hề chạy được là tốt. Thế nhưng chạy không phải chỉ là chạy. Nếu giữ được chánh niệm trong lúc chạy thì lại càng tốt hơn. Tạp chí Chatelaine ngày 30/10/2012 trong một cuộc phỏng vấn Đại Sư Sakyong Mipham Rinpoche- một lực sĩ chạy đường trường (*marathon*) đã nói rằng ban đầu chỉ nghĩ chạy để giữ sức khỏe, nhưng dần dà trở thành niềm vui lớn và là cuộc thư giãn (*bớt căng thẳng*), một cách để nối kết thân-tâm và thiên nhiên chung quanh cùng một lúc.

11) *Thiền Tông và Thi Ca:*

Chương này tác giả nhắc lại những kỷ niệm khi ra mắt Thiền Ca Hoa Bay Khắp Trời của nhạc sĩ Trần Chí Phúc phổ 10 bài thơ Thiền và một bài đạo ca của tác giả. Tác giả viết, “Một trong những khoảng khắc tuyệt vời trong đời tôi là nhạc sĩ Trần Chí Phúc một đêm điện thoại và hỏi rằng Hải có bài thơ nào để cúng Phật Đản không? Đó là khởi đầu nhân duyên để hình thành đĩa nhạc Thiền Ca Hoa Bay Khắp Trời.”

Hiện nay phong trào sáng tác Thiền Ca nở rộ ở hải ngoại. Tuy nhiên sáng tác Thiền Ca không phải dễ. Nó không phải là Nhạc Đạo mà cũng không phải Tình Ca kiểu “*nhạc than, nhạc khóc, nhạc tình, nhạc lim rim để hưởng thú đau thương*” mà là nhạc của tỉnh thức, nhạc của nội tâm, nhạc của sự an vui tâm hồn, nhạc của giải thoát và sau hết đó là Nhạc Trời. Người Mỹ không biết có Thiền Ca hay không nhưng họ có một loại nhạc êm đềm, thanh thản, **không lời** gọi là Serenity Music.

Trong chương này tác giả đã nhắc lại chuyện tiền kiếp của Đức Phật vốn là nhạc sĩ tài danh Guttila của thành Ba-la-nại (Benares) nhận lời tranh tài nhạc với học trò là Musila

trong Kinh Tứ Thập Nhị Chương (*Kinh 42 Chương*). Tác giả đã kết thúc chương này bằng lời của bản nhạc Phật Giáo Việt Nam Lên Đường như sau:

“Con về đây từ núi cao, từ biển xa với hồn thiêng Rồng Tiên ngàn năm quê hương Việt Nam.

Con về đây nghe tiếng chuông chùa, lời mẹ ru, giữ đời đời, nguyện quy y Phật-Pháp-Tăng.

Con lên đường, tới Trường Sơn, tới Biển Đông giữ quê hương một tấc đất không lui.

Con lên đường, lấy tình thương, bảo vệ dân, vững ngàn năm, hộ trì Phật Giáo Việt Nam.”

12) *Nói Gì Với Giới Trẻ Về Phật Giáo?*

Vì Phật Giáo không phải là tôn giáo ép buộc, dù đã có thời Phật Giáo trở thành Quốc Giáo. Nhưng phần lớn các em, dù gia đình truyền thống là Phật Giáo nhưng chỉ đến chùa khi có tang sự và bây giờ là đám cưới. Vậy đối với các em nhỏ 14, 15 tuổi phải dạy các em những gì tối cần thiết trong rừng kinh điển của Phật Giáo? Trong khi một số các bậc đại sư lại dạy các em Bát Chánh Đạo còn theo tác giả, nên chỉ cho các em thấy:

-Luật Nhân-Quả

-Lý Vô Thường tức vạn pháp, muôn vật không có gì vĩnh cửu cả.

-Trí tuệ là tối thắng vì Đạo Phật xây dựng trên trụ cột Trí Tuệ.

13) *Thiền Tập Và Bạo Lực:*

Dường như ngày hôm nay bạo lực (*thô bạo và dùng sức mạnh*) giống như một “món ăn để sống” của con người. Bạo lực tràn, ở đâu cũng có bạo lực, “Bạo lực hiện ra ngay trên truyền hình, trên các trang báo, trên mạng xã hội. Nhiều khi bạo lực hiện ra trong

ngôn ngữ góp ý qua các bản tin trên báo điện tử hằng ngày, đôi khi cả các bài viết về tôn giáo. Đạo Phật chưa từng dẫn tới thánh chiến, đã nhìn về hay ứng phó về bạo lực thời này ra sao?”

Trong chương này tác giả nói về cuộc đời của một phụ nữ Da Đen đồng tính luyến ái, sinh ra và lớn lên từ thành phố Oakland, California là một trong 10 thành phố bạo lực nhất nước Mỹ mà người ta gọi là “*Unfriendliest Cities*” và bà cũng là nạn nhân của bạo lực. Thế nhưng nay bà đã trở thành vị ni sư có pháp danh Zenju tức Bi Mẫn hay Diệu Dàng, Từ Tế triệt để. Một sự chuyển hóa thật tuyệt vời. Điều khai ngộ cho bà không phải kinh điển Phật Giáo mà chính là khi quan sát hai vị Thiền Sư nói chuyện với nhau, bà hốt nhiên đại ngộ và nhận ra thấy cần phải tu tập ngay trên Thân mình (*body practice*) biểu hiện qua đi, đứng, nằm, ngồi, nói năng cử chỉ. Kiểm soát được Thân cũng là kiểm soát được Tâm mình. Rõ ràng, không thể có vị thiền sư nào mà cử chỉ, dáng vẻ hấp tấp, vội vàng, sơ sót, mà rất an nhiên, dịu dàng, từ tốn. Mà khi đã dịu dàng, từ tốn thì không thể có bạo lực.

14) *Thế Vận Và Thiền Tập:*

Ngày nay sự tranh tài tại các Thế Vận Hội vô cùng căng thẳng do đó một số đông lực sĩ đã phải dùng thuốc kích thích (*doping*) thế nhưng các lực sĩ Úc đã dùng Thiền để giúp các lực sĩ bớt căng thẳng và giữ được tâm lý điều hòa lúc tranh tài. Một số đoàn tham dự Thế Vận Hội khác lại dùng phương thức cầu nguyện hay tham dự thánh lễ.

15) *Vài Ý Nghĩ Rời Về Hoằng Pháp:*

Trong chương này tác giả bày tỏ ưu tư là làm cách nào đem Phật Giáo tới cho tuổi trẻ.

Còn quý thầy trong nước nên thiết lập hay hỗ trợ cho một nhóm cư sĩ chuyên phiên dịch các vấn đề Phật Giáo hay xã hội, cách đối phó với những vấn đề xã hội mới ra sao, về tâm lý thanh-thiếu-niên, về tình hình phát triển của các tôn giáo khác, hay về tương quan giữa khoa học và Phật Giáo. Hiện nay một số đông quý thầy chọn cách hoằng pháp bằng các buổi thuyết giảng trên Youtube. Thế nhưng tác giả đề nghị quý thầy nên soạn bài thật kỹ lưỡng, chớ có cương ầu, lạc đề khiến đối chọi với kinh điển vì nếu không có bài vở sẽ nói qua trí nhớ hoặc ngẫu hứng. Ngoài ra tác giả cũng mong các chùa nên gắn bó với làng xóm, chùa giàu giúp chùa nghèo trong tinh thần “lá lành đùm lá rách. Trong khi không khí tu học trong nước thật sôi nổi thì hải ngoại người đi lễ chùa tóc bạc nhiều hơn tóc xanh, thật đáng lo.

16) *Phật Học Và Nghệ Thuật:*

Hiện nay một số không nhỏ quý thầy đã đàn ca, xướng hát, làm người dẫn chương trình ca nhạc, khôi hài, múa may quay cuồng trên sân khấu và ngụy biện rằng “nhập thế” “phá chấp” hoặc “đem đạo vào đời”. Tác giả trích dẫn lời Hòa Thượng Thích Trí Thủ trong Bát Quan Trai Giới dạy rằng, “*Như chư Phật suốt đời không ca múa xướng hát và không đi xem hoặc nghe....Chúng con nguyện một ngày không ca múa xướng hát và đi xem hoặc nghe...*” Tác giả phân biệt cho chúng ta thấy nghe nhạc thế gian và chính mình hát nhạc thế gian và làm nhạc thế gian... hai chuyện đó hoàn toàn khác nhau. Trong một cuộc tranh luận về vấn đề âm nhạc, khi một đại lão hòa thượng nghe một bản nhạc do một Phật tử hát cúng dường, tác giả đã có quan điểm như sau: “*Khi chư Thiên hát bản tình ca, Đức Phật cũng hoan hỉ vì ngài ở trong cảnh giới đại định (không bị tác động). Giới luật là để gìn giữ sáu căn chứ không phải bảo vệ lỗ tai*”

tức nghe cũng chẳng sao, nghe mà chẳng nghe. Thế nhưng theo tôi, mình đã ở vào cảnh giới đại định chưa? Mình đã là Phật, Bồ Tát, A La Hán chưa? Đang ngụp lặn trong biển ái dục, sợ quá phải xuất gia đầu Phật để xa lìa ái-dục. Nay lại nhảy vào cái “biển ái nguồn ân” đó thì xuất gia để làm gì? Tại sao không ở ngoài đời để học nghề ca sĩ, MC kiếm tiền có phải sướng không và chẳng ai dị nghị? Một ni cô tối ngày nghe băng Thúy -Nga Paris, chắc chắn tâm hồn còn bất định, lãng mạn, làm sao có thể an trụ tâm? Một vị sư hát “*Mười Năm Tình Cũ*” thì là sư giả chứ không phải là sư thật. Mọi giải thích chỉ là ngụy biện. Còn Phật tử nghe rằng cười nghe theo- là Phật tử vô tình phá đạo hay hạ thấp giá trị của Phật Giáo vốn là đạo thanh tịnh.

17) *Hội Họa Và Thiền Tập:*

Trong chương này tác giả nói có lúc đã vẽ 42 bức chân dung Đức Đạt Lai Lạt Ma để mừng sinh nhật thứ 75 của ngài (Tác giả có gửi tặng tôi một số chân dung này). Thế nhưng tác giả nghiệm ra rằng, “Hội họa cũng như mọi hành vi nghệ thuật khác như viết truyện, làm thơ, sáng tác nhạc, hát ca... tự thân không có tác dụng Thiền tập. Vì rất nhiều nghệ sĩ mà tác giả quen biết, thân cận...đều không quan tâm đến chuyện tu học. Và sáng tác nghệ thuật tuy là hành vi văn hóa nhưng thường làm cho cái Ngã sâu dày hơn. Nghĩa là người ta có thể Thiền-hóa nghệ thuật nhưng không thể nghệ-thuật-hóa Thiền (*tức không thể biến Thiền thành một thứ nghệ thuật*). Với tâm Thiền, mọi nghệ thuật chỉ là phương tiện.”

18) *Phật Giáo Thái Lan Nhìn Lại 50 Năm:*

Trong chương này tác giả ca ngợi dòng Thiền Thái Lan qua các đại sư như Ngài

Ajahn Sumedho, Ngài Ajahn Chah, “*Đó là ngôn ngữ Thiền Lâm Truyền Thái Lan, cũng là ngôn ngữ Thiền Tông Đông Độ, không thể khác hơn. Đó là Bát Nhã Tâm Kinh là Kim Cương Kinh...và tôi là Phật tử Thái Lan chính hiệu Thái Forest Tradition.*”

19) *Tu Học: Nói, Nghe, Đọc, Viết:*

Tác giả trình bày một số cảm nghiệm của bản thân mình như:

-Thích đọc kinh, đọc sách hơn là nghe băng giảng. Băng giảng rất tiện lợi cho người lười đọc, tốt cho người không thể ngồi (vì bệnh chẳng hạn) nhưng khi trích dẫn thì không thể trích dẫn lời trên băng giảng.

-Khi nghe băng giảng, có người thích giọng Bắc, giọng Nam, giọng Huế. Còn chữ viết thì không có phân biệt.

-Tác giả có một ước mơ là tăng/ni trong và ngoài nước nên rèn luyện khả năng viết. Khi nói thì phải vận dụng trí nhớ và có thể nhầm lẫn. Còn khi viết thì phải dẫn đo, tra cứu. Văn viết ít lỗi hơn nói và nói có khi dư thừa.

20) *Tự Thiêu Và Giới Sát:*

Về trường hợp các tu sĩ Tây Tạng tự thiêu để đòi hỏi quyền tự do tôn giáo và giữ gìn bản sắc dân tộc có phạm giới sát sinh hay không? Đức Đạt Lai Lạt Ma- người được giải thưởng Nobel Hòa Bình năm 1989, nói chuyện trước 150 dân biểu Nhật Bản tại Tokyo đã nói rằng, “Sự kiện tự thiêu đó là rất buồn và rằng là để đối kháng với những gian nan quá lớn mà họ đối diện. Những vị này sẵn sàng hy sinh thân mạng của họ không phải vì họ say rượu hay bất mãn chuyện gia đình.” Tác giả cũng còn trích dẫn tác phẩm Phật Giáo Chánh Tín của Pháp Sư

Thánh Nghiêm- người sáng lập Viện Nghiên Cứu Phật Học Trung Quốc ở Đài Loan năm 1985 nói rằng, “Phật Giáo không phải là tôn giáo khuyến khích vị kỷ. Người Phật tử vì sự nghiệp độ sanh trong trường hợp cần thiết cũng sẵn sàng xả thân để bảo vệ tín ngưỡng thần thánh của mình. Có những Phật tử đã tuấn tiết. Một người hành Bồ Tát đạo chân chính có thể xả bỏ cả tay chân, thịt, mắt cho đến cái đầu của mình.” Như thế quan điểm của Đức Đạt Lai Lạt Ma cũng phù hợp với Kinh Pháp Hoa và Tập A Hàm. Đức Đạt Lai Lạt Ma kêu gọi chính phủ Trung Quốc điều tra xem tại sao có quá nhiều cư sĩ Tây Tạng chọn con đường tự thiêu như vậy.

Lời Kết:

Với học Phật uyên thâm, do làm báo phải theo dõi tin tức thế giới từng giờ, trình độ Anh Ngữ thông thạo và tâm hồn rất nghệ sĩ, Nguyên Giác Phan Tấn Hải đã bỏ công tìm tòi những tài liệu quý giá về sinh hoạt Thiền và Phật Giáo trên toàn thế giới hầu như viết bằng tiếng Anh. Và anh đã đúc kết lại thành cuốn sách ngày hôm nay với một số bình giảng và trích dẫn kinh giáo. Với lời giới thiệu chỉ vồn vện có vài trang, tôi không thể nói hết những dữ kiện thú vị, có giá trị mà anh đã thu thập được và đóng góp thêm phần trí tuệ - mà quý vị chỉ còn cách tìm đọc. Muốn mua sách “Thiền Tập Trong Đời Thường” xin vào www.Amazon.com và đánh chữ: “thien tap trong doi thuong” quý vị sẽ có một cuốn sách quý để đọc.

Trân trọng giới thiệu,

Đào Văn Bình
(California ngày 21/5/2017)

Hư Hư Lục

Thích Nữ Như Thủy

Chiếc Giày Chờ Đợi

Chuyện xảy ra tại một chung cư.

Một cụ già mắc bệnh đau tim ở căn phòng dưới. Căn phòng trên đầu cụ thuộc quyền sở hữu của một thanh niên chưa quá 30 tuổi. Hôm nào đi làm về anh thanh niên cũng tháo giày ra và liệng xuống nền sàn rầm rầm, chịu hết nổi, bữa nọ cụ già tìm gặp anh, bảo:

- Này cậu em, qua có bệnh đau tim nặng, không chịu nổi những tiếng động mạnh bất ngờ, Vậy cậu thông cảm và giúp cho qua bằng cách mỗi lần cởi giày, cậu để nhẹ tay xuống sàn giùm nhé!

Chàng trai bối rối xin lỗi ông cụ và hứa sẽ thực hành lời yêu cầu.

Ngay hôm ấy, vẫn theo thói quen chàng trai nằm dài trên đi văng cởi giày và liệng xuống nền nhà. Vừa quăng chiếc giày thứ nhất xong, chàng ta chợt nhớ đến lời dặn của ông cụ, bèn ngồi bật dậy và đặc chiếc thứ hai xuống một cách nhẹ nhàng.

Ba mươi phút sau, thanh niên nghe tiếng gõ cửa phòng. Anh mở cửa và bắt gặp ông cụ đang ôm ngực, thở hào hển bảo

- Chú em! Chú làm phước liệng nốt chiếc giày thứ hai cho... qua không chịu nổi thời gian chờ đợi.

Vạn người tu niệm Phật mà chỉ có một hai người vãng sinh

Thích Hiền Thạnh

Người hành trì niệm Phật cầu nhất tâm bất loạn đa số không được vãng sinh là do khi lâm chung, họ không để ý tới vấn đề là làm sao để khởi được tâm nguyện cầu vãng sinh Cực Lạc.

[...] bộ kinh *Địa Tạng Chiêm Sát Nghiệp Báo Thiện Ác* này có ý nghĩa rất lớn đối với chúng sinh thời Mạt pháp. Nhưng tại sao có nhiều người lại bỏ qua nó như vậy? Bởi vì có một sự nhầm lẫn rất lớn trong việc hành trì.

Những nhầm lẫn của người tu

Thứ nhất là vì họ không biết rằng pháp tu cũng có nhiều loại, như bộ kinh *Địa Tạng Chiêm Sát Nghiệp Báo Thiện Ác* là thuộc về pháp sám hối, nó khác với các dạng pháp môn tu tập khác, nghĩa là việc thực hành pháp sám hối này chỉ kéo dài trong một khoảng thời gian nhất định tùy vào nghiệp chướng của mình, nếu nặng lắm thì cũng khoảng ba năm, nếu nhẹ thì một tuần hay một tháng cũng được.

Thứ hai là vì họ cho rằng việc đọc tụng một bộ kinh nào đó một cách liên tục và không để xen tạp một bộ kinh nào khác thì mới là nhất môn thâm nhập, trường thời huân tu, như thế mới có thể đắc Định, mới có thể khai Tuệ - đây là một ngộ nhận sai lầm.

Vì họ không biết rằng khi tụng kinh, ý thức phân biệt rất dễ được kích hoạt, mà tu Định cần phải lìa tâm phân biệt thì mới có thể sinh Định. Còn nếu tụng mà không khởi tâm

phân biệt, ta nên niệm chu thì sẽ hiệu quả hơn. Nên trong kinh điển nhà Phật, ta thấy pháp niệm chú, đa số được giới thiệu trong các kinh điển Đại thừa, đặc biệt là bên Mật tông có thể giúp hành giả đắc Định khai Tuệ.

Còn việc đức Phật khuyên ta thường xuyên trì tụng một bộ kinh nào đó, như bên pháp môn Tịnh độ chủ yếu là để tăng trưởng Tín, Nguyện mà thôi, chứ không phải là để tăng trưởng Định, Tuệ như nhiều người lầm tưởng. Tuy hình thức có hơi giống nhau, nhưng bản chất và mục tiêu hướng tới lại có sự khác nhau.

Từ cái nhầm lẫn này khiến họ nghĩ rằng nếu cứ cố nhất môn tụng một bộ kinh như vậy thì đến một lúc nào đó cũng sẽ khai Tuệ, cũng sẽ chứng ngộ và một khi khai ngộ thì có thể thông suốt hết tất cả các bộ kinh khác, nên bây giờ họ không cần quan tâm đến những bộ kinh khác làm chi, từ đó mà bỏ đi những bộ kinh khác như kinh *Địa Tạng Chiêm Sát Nghiệp Báo Thiện Ác* này.

Phải có cảm thì mới có ứng

Ngoài ra còn một nguyên nhân nữa là do chẩn đoán bệnh không đúng. Người hành trì niệm Phật cầu nhất tâm bất loạn đa số không được vãng sinh là do khi lâm chung, họ không để ý tới vấn đề là làm sao để khởi được tâm nguyện cầu vãng sinh Cực Lạc của mình lên, vì họ nghĩ rằng Phật có thần thông, tất nhiên Phật sẽ hiểu tâm nguyện của họ, như vậy thì cần gì phải nói ra bằng lời nói. Nhưng họ không biết rằng tâm nguyện tuy có, nhưng nó không khởi hiện hành ngay lúc lâm chung thì không thể sinh ra công năng của nó, như vậy thì cũng coi như là không có.

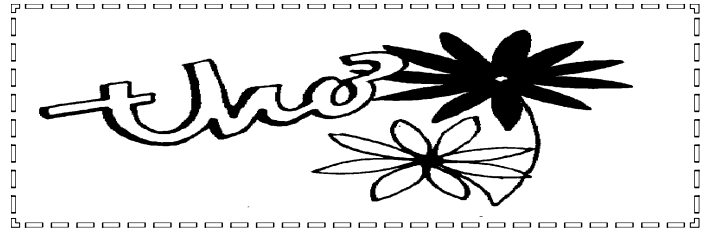
Đức Phật A Di Đà tuy có thần thông quảng đại, nhưng sự tác động của ngài lên chúng ta vẫn phải theo một cơ chế, đó là sự cảm ứng. Không có cảm thì không thể ứng được, nên nói rằng người niệm Phật cầu tam muội không có Tín, Nguyện cầu vãng sinh là chưa chính xác. Nghĩa là họ có Tín, Nguyện cầu vãng sinh, nhưng họ không đề khởi cái tâm nguyện đó lên thành hiện hành ngay khi lâm chung nên không cảm ứng được tới bản nguyện của đức Phật A Di Đà, vì thế mới không được vãng sinh.

Vì không thấy được bản chất của vấn đề đó nên các vị pháp sư này cho rằng người niệm Phật mà cầu tam muội không được vãng sinh là do họ đã đi lệch với tông chỉ của tông Tịnh độ. Vì họ cho rằng tông chỉ Tịnh độ là lấy niệm Phật chủ yếu để tăng trưởng Tín, Nguyện cầu vãng sinh Cực Lạc mà thôi. Chỉ có như vậy thì mới là đúng với bản nguyện của đức Phật A Di Đà, mới được ngài gia trì, còn niệm Phật mà vẫn cầu nhất tâm bất loạn là tự lực, không phải cầu tha lực nên không được ngài gia trì.

Đây là lý do chính khiến các vị pháp sư này rất tự tin về phương pháp Tín, Nguyện trì danh mà không cầu tới Giới, Định, Tuệ của mình. Gần đây có một vị pháp sư đem lời phát nguyện cầu vãng sinh như là một pháp để hành trì, nghĩa là vị này cho rằng cứ huân tập câu phát nguyện như vậy thì có thể làm tăng trưởng Tín, Nguyện cầu vãng sinh giống như kiểu tăng trưởng Giới, Định, Tuệ của các pháp môn tu tập khác.

Nhưng nếu chỉ đọc mãi câu phát nguyện đó mà không sinh ra Định Tuệ, không có hỷ lạc khinh an thì sớm muộn gì cũng sinh ra sự nhàm chán. Vì họ không biết rằng khi niệm Phật là đã bao hàm việc tăng trưởng Tín, Nguyện rồi, còn câu phát nguyện đó chỉ có tác dụng đề khởi cái tâm nguyện đó lên mà thôi,

chứ không có tác dụng làm tăng trưởng cái Tín, Nguyện của mình. Nên thêm cái câu phát nguyện này khi hành trì niệm Phật thì giống như vẽ rắn thêm chân, chỉ thêm vướng víu, không giúp cho mình đạt được sự nhất tâm. Căn nguyên của việc này đều là do chẩn đoán sai bệnh mà ra.



CHIỀU PHỐ MÂY

Trắng chiều mây trắng tha phương
Đường về kỷ niệm nghe hồn rung rung ...
Con chim Quyên hót giữa rừng
Trên Cây Tường Nhớ mọc vùng đất ai
Khuya đêm gió nhẹ thổi dài
Lá đan tâm sự, Trăng soi bước sào
Ôi ! lòng lữ thứ về đâu
Quê xa bằng lăng một màu khói sương
Tiếng chim lạnh lốt nhớ rừng
Thơ ai thả gió lưng chừng Phố Mây
Trắng như tâm sự lưu đầy
Ý thơ, chiều gió nghe gầy bước thu ...

Tuệ Nga



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