



# CHÁNH PHÁP

HOÀNG PHÁP ■ GIÁO DỤC ■ VĂN HỌC PHẬT GIÁO ■ TIN TỨC PHẬT SỰ



**“DUY TUỆ THỊ NGHIỆP”**

*Chỉ có trí tuệ mới là sự nghiệp của người con Phật*

**23**

THÁNG 10.2013





Chủ nhiệm: **HT. Thích Nguyên Trí**  
 Trị sự: **ĐĐ. Thích Đồng Trực**  
 Thư ký: **ĐĐ. Thích Chúc Thiên**  
 Thủ quỹ: **Ni sư Thích Diệu Tánh**

Chủ biên: **Vĩnh Hào**  
 Với sự cộng tác của chư tôn đức Tăng Ni và văn thi hữu tán đồng chủ trương của Chánh Pháp.

Trình bày: **Vĩnh Hào**  
 Hình bìa: **Hải Triều Âm**

**LIÊN LẠC:**

- Bài vở: [baivochanhphap@gmail.com](mailto:baivochanhphap@gmail.com)
- Quảng cáo/Phát hành: **(714) 638-0989**

Trải hơn 25 thế kỷ, Chánh Pháp của Phật vẫn được tuyên dương và lưu truyền bởi hàng đệ tử xuất gia lẫn tại gia, đem lại giải thoát và giác ngộ cho những ai hữu duyên trong cả thế giới của trời và người. Chánh Pháp ấy là thuốc hay, nhưng bệnh mà không uống thì chẳng phải là lỗi của thuốc. Trong kinh Di Giáo, đức Phật cũng ân cần huấn thị lần chót bằng những lời cảm động như sau: "Thể hiện lòng đại bi, Như Lai đã nói Chánh Pháp ích lợi một cách cứu cánh. Các thầy chỉ còn nỗ lực mà thực hành... Hãy tự cố gắng một cách thường trực, tinh tiến mà tu tập, đừng để đời mình trôi qua một cách vô ích, và sau này sẽ phải lo sợ hối hận."

Báo Chánh Pháp có mặt để góp phần giới thiệu đạo Phật đến với mọi người. Ước mong pháp mầu của Phật sẽ được lưu chuyển qua những trang báo nhỏ này, mỗi người sẽ tùy theo căn tánh và nhân duyên mà tiếp nhận hương vị.

**[www.chanhphap.org](http://www.chanhphap.org)**  
**[www.chanhphap.us](http://www.chanhphap.us)**

Chi phiếu ủng hộ xin ghi:

**CHANH PHAP**  
**11502 Daniel Ave.**  
**Garden Grove, CA 92840**

## NỘI DUNG SỐ NÀY:

- ◆ **THƯ TÒA SOẠN**, trang 2
- ◆ **TIN TỨC PHẬT GIÁO THẾ GIỚI** (Diệu Âm lược dịch), trang 3
- ◆ **DÒNG SUỐI TỪ** (thơ Hạnh Cơ), trang 7
- ◆ **CẦU NGUYỆN CAO ĐẲNG PHẬT QUỐC** (HĐGP & HĐDH GHPGVNT-NHK), trang 8
- ◆ **THÔNG TƯ LỄ TƯỜNG NIỆM ĐLHT THÍCH CHÍ TÍN** (HĐDH), trang 9
- ◆ **SƠ LƯỢC TIỂU SỬ TRƯỞNG LÃO HÒA THƯỢNG THÍCH CHÍ TÍN** (Môn đồ pháp quyền), trang 10
- ◆ **NHỚ LẠI ẦM XƯA** (Nguyễn Siêu), tr. 11
- ◆ **DUYÊN LÀNH HỌC PHẬT** (ĐLHT. Thích Thắng Hoan), trang 12
- ◆ **HỌC PHẬT** (HT Thích Tín Nghĩa), tr. 13
- ◆ **CON ĐƯỜNG DẪN ĐẾN CHÂN HẠNH PHÚC - Luật Nhân Quả** (Thích Trí Chơn dịch), trang 14
- ◆ **THƯ CẢM TẠ CỦA BAN TC KHÓA TU HỌC PP BẮC MỸ LẦN 3**, trang 15
- ◆ **HÌNH ẢNH LỄ KHAI MẠC KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN 3** (Hải Triều Âm), trang 16
- ◆ **HƯƠNG VỊ GIÁO PHÁP** (Thích Nguyên Siêu), trang 18
- ◆ **GIÁO LÝ DUYÊN KHỜ - 12 NHÂN DUYÊN** (Thích Hạnh Đức), trang 20
- ◆ **HỌC HẠNH BỒ TÁT** (TN Chúc Hiếu), trang 22
- ◆ **SÔNG ĐỜI, TÓC NHÒE ĐIỂM SƯƠNG** (thơ Nguyễn Tư Phương), trang 23
- ◆ **HÌNH ẢNH CÁC LỚP HỌC KHÓA TU BẮC MỸ 3** (Hải Triều Âm), trang 24
- ◆ **CHỈ BẢY NHIEU THÔI** (Thích Hạnh Tuệ), trang 26
- ◆ **LONG SƠN IN BÓNG** (thơ Tôn Nữ Thanh Yên), trang 26
- ◆ **TU SĨ VÀ LUẬT DI TRÚ TẠI HOA KỲ - Giải đáp thắc mắc tiếp theo** (Huỳnh Tấn Lê), trang 27
- ◆ **VÀI Ý NGHĨ VỀ HOẢNG PHÁP Ở XỨ NGƯỜI** (Cư sĩ Nguyễn Giác), tr. 28
- ◆ **PHÚT TIỀN BIỆT** (Tín Nghĩa), tr. 29
- ◆ **TÀN MẠN TÍNH THIÊN TRONG THI CA** (Hàn Long Ân), trang 30
- ◆ **VÀI GỢI Ý VỀ GIÁO DỤC GDPT** (Nhóm Áo Lam), tr. 32
- ◆ **VÔ MINH - Câu chuyện dưới cờ** (GDPTVN Trên Thế Giới), trang 33
- ◆ **THỪ BÀN VỀ TRIẾT LÝ CÁI LU** (Bạch Xuân Phê), trang 34
- ◆ **LỜI KINH SÁM HỐI** (Đào Văn Bình), trang 35
- ◆ **ĐI NGHE BUỔI THUYẾT TRÌNH CỦA BS. JÉRÔME BERNARD-PELLET...** (Hoang Phong), trang 38
- ◆ **TÔI NGỒI NGĂM BÓNG NẮNG VÀNG...** (thơ Kiều Mộng Hà), tr. 42
- ◆ **THÔNG BÁO KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN 4 (2014)** (Thích Nguyễn Siêu), trang 43
- ◆ **CON ĐƯỜNG ĐẾN CHÁNH QUẢ GIẢI THOÁT** (Bhikkhu Silaratano - Thánh Thủy dịch), trang 47
- ◆ **TU THIÊN** (thơ Minh Lương), tr. 50
- ◆ **THEO DẤU CHÂN CÙNG TỪ** (Diệu Trang), trang 51
- ◆ **NẤU CHAY: DỪA MUỐI XÀO TRỨNG** (Diệu An), trang 57
- ◆ **CHIẾC DÙ CỦA MẸ** (Chiêu Hoàng), trang 60
- ◆ **TUNG HOA DĂNG LỄ THỂ TÔN...** (Tịnh Minh soạn dịch), trang 62
- ◆ **THE STORY OF SUMANA, THE FLO-RIST** (Daw Mia Tin), trang 63
- ◆ **HÌNH ẢNH KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN 3 (tt)** (Hải Triều Âm), trang 64
- ◆ **BỆNH ĐỘNG MẠCH VÀNH** (Bs. Nguyễn Ý Đức), trang 66
- ◆ **LỖI HẸN?** (thơ Lê Bích Sơn), trang 67
- ◆ **NIỀM TIN DẰNG MẸ** (Lam Khê), tr. 68
- ◆ **BỒ TÁT TẠI THẾ GIỚI / AI, CỠ ĐI VỀ** (thơ TN Giới Định / Diệu Đức), trang 71
- ◆ **HÌNH ẢNH KHÓA TU HỌC PP BẮC MỸ LẦN 3 (tt)**, các trang 72, 80 & 81.

Báo Chánh Pháp số 23, tháng 10 năm 2013, do Tổ đình Minh Đăng Quang (California) và Brodard Chateau, Brodard Restaurant & Bamboo Bistro ủng hộ ấn phí. Kính nguyện quý tự và chư phật-tử được hưng long, an lạc để hoằng truyền và hộ trì Phật Pháp.



# Thư Tòa Soạn

## HỌC PHẬT

Học Phật là học con đường trở về với chân tâm, với Phật tánh—vốn hàm tàng nơi chính mình và tất cả chúng sinh. Con đường ấy dài hay ngắn, lâu hay mau, là tùy nơi căn cơ và điều kiện nhân duyên của mỗi người, mỗi loài. Và bởi vì đó là con đường, hành giả phải bước đi, từng bước vượt qua những chặng mốc của không gian, thời gian và tâm thức, vượt qua những bước cũ và chốn xưa, vượt qua tất cả, cho đến khi không còn nơi chốn hay thời điểm nào để đặt bước chân tối hậu. Con đường như thế, gọi là con đường xả ly, con đường giải thoát, con đường giải thoát tri kiến, con đường không đường, con đường không chỗ đến. Đặt bước chân trên con đường ấy, Thiên tông gọi là bình thường tâm, vô tâm; Tịnh độ tông gọi là nhất tâm (bất loạn); Mật tông gọi là thai tạng giới (mạn-đà-la); Thiền sư Huệ Năng gọi là vô niệm; kinh Kim Cang gọi là vô trụ, vô sở trụ; kinh Đại Bát Nhã gọi là bất nhị, là không—và vì đặc tính của các pháp là không nên không có gì gọi là tri kiến hay trí tuệ, cũng không có gì được gặt hái, không có gì gọi là đạt thành.

Suy ra, một khi chúng ta tự mãn, dùng chân ở những điểm đến, bám víu vào những điểm tựa, hài lòng với những thành tựu, thì chúng ta chưa phải là người học Phật đúng nghĩa.

Học Phật không nhất thiết là trong một đời phải chứng thành đạo quả như đức Phật, dù rằng ai cũng có khả năng để đạt được điều ấy như đức Phật từng tuyên bố. Chỉ đơn giản là phải thực hành hạnh xả ly, hạnh vượt qua (ba-la-mật), trên con đường hướng về Phật quả. Tuệ giác của Phật khởi đi từ hạnh xả ly. Không có xả ly thì không có giải thoát. Không có xả ly thì cũng không có gì gọi là tuệ giác. Xả ly là dụng công của người học Phật; thể của nó là giải thoát.

Từ khi hành điệu với đầu xanh để chóp cho đến khi lông mày bạc phơ rũ xuống hai gò má nhăn nheo, Sư cụ đã **học Phật** một cách lặng lẽ non một thế kỷ nơi ngôi chùa lớn nhất thành phố. Trong cương vị trụ trì, hiếm người sống đơn giản dung dị như Sư cụ. Một căn phòng nhỏ, chiếc giường gỗ nhỏ, một vài cuốn kinh trên kệ sách nhỏ, một ghế xích đu phủ manh chiếu rách. Sư cụ là hiện thân của một trưởng lão tỳ kheo phạm hạnh, bản hàn, ngay nơi thị thành phồn hoa nhiệt náo. Kinh qua bao nhiêu thăng trầm lịch sử của ngôi chùa, của đất nước, Sư cụ vẫn vậy, vẫn là hành giả học Phật khiêm hạ sót lại từ thế kỷ trước. Có chút tiền là mua hoa quả cúng Phật, mua thực phẩm, thuốc men, đích thân đến bệnh viện biếu tặng những người khổ bệnh, nghèo đói. Bàn tay lần chuỗi không ngơi. Mắt từ trao gửi nhân thế. Chưa từng một lần cao đăng pháp tòa thuyết kinh giảng luật, mà bóng Sư cụ đã che rợp cả bầu trời quê hương, bảo bọc bao thế hệ hậu bối. Nhìn Sư cụ là thấy con đường xả ly, thấy cả khung trời tự tại giải thoát. Nếu chưa hiểu thế nào là học Phật đúng nghĩa, chúng ta có thể chiêm nghiệm cuộc đời của vị lão tăng ấy.



Cuộc đời của Sư cụ đã nói gì? – Học Phật, là học làm Phật. Đơn giản như thế.

Thành kính cúi lạy lão tăng vừa chông gậy lên đường tây qui.

Nghiêng mình cúi lạy những người học Phật và tất cả những vị Phật tương lai.



# TIN TỨC PHẬT GIÁO THẾ GIỚI

## DIỆU ÂM lược dịch

### NAM HÀN: Diễn đàn quốc tế tại Seoul về bản kinh Phật cổ

Một hội thảo quốc tế được tổ chức vào thượng tuần tháng 9-2013 tại Plaza Hotel ở trung tâm Seoul để thảo luận và phát huy giá trị lịch sử của kinh Tam Tạng Cao Ly, một trong những kinh điển Phật giáo lâu đời nhất trên thế giới.

Các học giả và chuyên gia từ Hoa Kỳ, Nhật Bản và Nam Hàn tham dự diễn đàn để khám phá những thông điệp và cấu trúc của bộ kinh Phật giáo 750 tuổi này.

Kinh Tam Tạng Cao Ly là một bộ sưu tập giáo lý vào giáo luật Phật giáo được khắc lên hơn 80.000 mộc bản, tạo tác vào thế kỷ 13. Đây được xem là bộ kinh điển Phật giáo toàn diện nhất được tìm thấy tính đến ngày nay, và Chùa Haein, nơi lưu giữ bộ kinh, là một Di sản Thế giới UNESCO.

(tipitaka.net - September 1, 2013)



Bộ mộc bản kinh Tam Tạng Cao Ly—Photo: Yonhap News

### HOA KỲ: Giáo hội Phật giáo New York kỷ niệm 75 năm thành lập

Kể từ khi thành lập vào năm 1938, Giáo hội Phật giáo New York (NYBC) ở Manhattan đã là nơi thiêng liêng dành cho các tín đồ đô thị của Trường phái Phật giáo Tịnh Độ Chân tông (Jodoshinshu), vốn có nguồn gốc từ thế kỷ 13 tại Nhật Bản.

Để kỷ niệm 75 năm thành lập NYBC, các hoạt động lễ hội được khởi động vào ngày 7-9-2013, với

cuộc triển lãm võ thuật cũng như vũ đạo Nhật và trình diễn trống Taiko. Nhân dịp này, khách tham quan cũng được thưởng lãm lễ khai mạc và lễ tiếp tân của cuộc triển lãm mang tên "Quang huy Giác ngộ". Chương trình nghệ thuật sau đó sẽ diễn ra mỗi cuối tuần cho đến ngày 12 và 13-10-2013, là thời gian các hội viên sẽ tổ chức Bữa ăn tối và Lễ Kỷ niệm Thành lập lần thứ 75.

(Shambhala Sun - September 1, 2013)



Thượng tọa Hozen Seki (ngồi bên phải), người sáng lập Giáo hội Phật giáo New York  
Photo: Buddha Dharma

### BA LAN: Tân trang nhà kho cũ để làm trung tâm thiền tại thủ đô Warsaw

Tổ chức Phật giáo Kim Cương Thừa đã được cấp giấy phép để tái phát triển một nhà kho cũ ở khu Kolo, quận Wola của thủ đô Warsaw.

Tiền đầu tư 5 triệu zloty (tiền Ba Lan) sẽ được sử dụng bởi một cộng đồng 500 người, vốn có trụ sở hiện nay đã quá nhỏ để chứa tất cả các hội viên của cộng đồng. Nhà kho sẽ được tân trang và xây thêm một tầng nữa. Khi hoàn thành, cơ sở này sẽ là trung tâm Phật giáo lớn nhất Ba Lan.

Tầng 1 sẽ là một khu thiền định rộng, còn tầng 2 và 3 sẽ được dùng làm các khu cư trú (dành cho nhân viên trung tâm cũng như cho tất cả khách đến để thiền định), khu kỹ thuật và dịch vụ. Ngoài ra, hội đang lên kế hoạch để phát triển 2 tòa nhà mới.

Phật giáo Kim Cương Thừa là

một tổ chức tín đồ thuộc trường phái Karma Kagyu của Phật giáo Tây Tạng. Cho đến nay, hội này đã thành lập hơn 40 trung tâm Kim Cương Thừa tại Ba Lan.

(wbj.pl - September 2, 2013)



Bản vẽ trung tâm thiền của hội Phật giáo Kim Cương Thừa (Ba Lan) - Photo: wbj.pl

### ẤN ĐỘ: Ajanta, hang động Phật giáo tại bang Maharashtra

Tranh và tác phẩm điêu khắc trên đá trong hang Ajanta, một khu tu viện Phật giáo tại bang Maharashtra, là một minh chứng cho thời kỳ vàng son của Phật giáo tại Ấn Độ và là một thành tựu nghệ thuật độc đáo.

Được phát hiện và đặt tên theo ngôi làng Ajintha ở gần đó bởi người Anh vào năm 1819, các hang động này do nằm ở một vị trí xa xôi nên mãi đến năm 1983 chúng mới được công nhận là Di sản Thế giới UNESCO.

Đây là các hang động nhân tạo được đục thành từ vách đá qua một thời kỳ kéo dài từ thế kỷ thứ 2 BC đến thế kỷ thứ 5 hoặc 6 AD, bao gồm 29 hang động - chủ yếu là Tịnh xá, với 5 Bảo tháp có đền thờ Phật. Có thời khu tịnh xá này là nơi cư trú của 200 tăng sĩ và thợ thủ công.

(buddhistartnews - September 4, 2013)



Hang động Ajanta





Tranh Kim Cương Thủ Bồ Tát từ Hang động Ajanta



Tranh Quán Thế Âm Bồ Tát (tại Hang động Ajanta)



Một phần của bức bích họa ở Hang Ajanta Số 17  
Photos: The Global Dispatches

**NGA: Đức Giám mục Giáo hội Chính thống Nga gặp phái đoàn tăng sĩ Tu viện Thiếu Lâm của Trung quốc**

Ngày 4-9-2013 tại Moscow, Đức Giám mục Kirill, người đứng đầu Giáo hội Chính thống Nga đã gặp gỡ một phái đoàn tăng sĩ đến từ Tu viện Thiếu Lâm ở Trung quốc. Do Sư Yongxin - phó chủ tịch Hiệp hội Phật giáo Trung quốc - làm trưởng đoàn, phái đoàn này đến Moscow để tham gia liên hoan quân nhạc quốc tế Spasskaya Bashnya.

Đức Giám mục Kirill nói rằng người Nga có thể học được một bài học về sức mạnh tinh thần từ những chiến tăng Trung Hoa này. Sức mạnh tinh thần cũng áp dụng được cho các nỗ lực hòa bình, ông nói thêm.

Đây là lần thứ nhì hai vị lãnh đạo tôn giáo này gặp nhau. Vào tháng 5, Đức Giám mục Kirill hội kiến Sư Yongxin lần đầu tiên trong chuyến thăm Trung quốc.

(RIA Novosti - September 6, 2013)



Phái đoàn tăng sĩ Thiếu Lâm tham gia liên hoan quân nhạc quốc tế tại Moscow—Photo: RIA Novosti

**HÀN QUỐC: Phim của một Lạt ma Bhutan sẽ khai mạc Liên hoan Phim Quốc tế Busan**

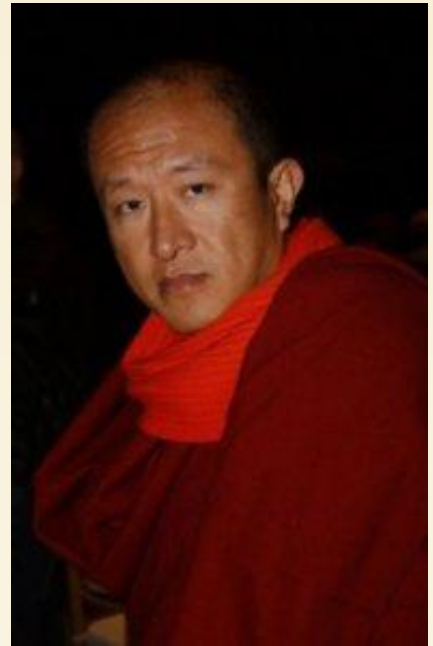
Một bộ phim được thực hiện bởi một Lạt ma người Bhutan sẽ khai mạc liên hoan phim hàng đầu châu Á vào tháng sau, và nó sẽ nhấn mạnh mục tiêu của việc phát hiện các phim và đạo diễn mới - các nhà tổ chức cho biết.

Bộ phim được chọn để mở màn cho Liên hoan Phim Quốc tế Busan nói trên có tựa đề là "Vara: Một sự Ban phước", là phim thứ 3 của Khyentse Norbu, một Lạt ma Bhutan. Ông viết kịch bản dựa trên một truyện ngắn của Ấn Độ có tựa đề "Rakta Aar Kanna" (Máu và Nước mắt).

Thông qua vũ đạo cổ điển Bharatanatyam của miền nam Ấn Độ, bộ phim này kể câu chuyện về tình yêu, sự hy sinh và sức mạnh của một phụ nữ trong nghịch cảnh.

Liên hoan phim Busan diễn ra từ ngày 03 đến 12 tháng 10 năm nay, sẽ có 301 phim tham dự, trong số đó có 95 phim đã chiếu ra mắt trên thế giới.

(barathron - September 8, 2013)



Đạo diễn Khyentse Norbu, một Lạt ma Bhutan—Photo: France24.com

**TÍCH LAN: 1.000 trợ giảng Phật giáo sẽ được chính phủ tuyển dụng**

Chính phủ Tích Lan sẽ tiến hành việc tuyển dụng 1.000 trợ giảng vào đầu năm tới để dạy Phật giáo tại các trường công lập



ở vùng xa trên toàn quốc đảo.

Các trợ giảng tương lai này gần đây đã tham dự kỳ thi tuyển do Viện Giáo dục Quốc gia (NIE) tổ chức tại 95 trung tâm ở 19 thành phố trong cả nước.

Tại một cuộc họp gần đây của các vị lãnh đạo các trường Đạo pháp của Tỉnh Tây Bắc, cố vấn trưởng các Trường Đạo pháp của quận Kurrunegala là Trưởng lão tăng K. Dhammaratana Nayaka cho biết rằng: Trên 12.000 thí sinh đã dự thi và tất cả họ đều là giáo viên Trường Giáo pháp Chủ nhật, vốn đã thi đỗ Kỳ thi Đạo pháp Phật giáo do Cục Khảo thí Tích Lan tổ chức.

(Sunday Observer - September 8, 2013)

Các học sinh cũng được ban cho bữa hộ mệnh vào cuối buổi lễ.

(The Star Online - September 10, 2013)



*Thượng tọa Bhante Sunama (bên trái) đang chủ trì lễ cầu nguyện*



*Các học sinh đang cầu nguyện tại chùa Vạn Phật Tiên trước lễ ban phước*

Photos: The Star Online

**NHẬT BẢN: Quán Koyasan Café mang Phật giáo đến với cư dân đô thị Nhật Bản**

Phật phái Shingon (Chơn Ngôn) - một trong những giáo phái Phật giáo lâu đời và có uy tín nhất - đã lập cửa hàng Koyasan Café trên tầng 7 của Cao ốc Shin-Marunouchi sang trọng ở trước Ga Tokyo. Tên quán được đặt theo tên ngọn núi Koyasan ở tỉnh Wakayama, nơi giáo phái này đặt trụ sở.

Thời gian mà khách viếng trải qua tại cửa hàng sẽ trở thành một nền tảng đối với việc kết nối lại của thành phố Tokyo với Phật giáo. Tại quán, khách có thể ăn những món do các đầu



*Các nhà sư phái Shingon tại Koyasan Café—Photo: John Hofilena*

bếp nấu theo quy tắc ăn chay. Họ cũng có thể nghe tụng kinh, đàm đạo với các nhà sư và tự tay thực hành viết kinh Phật.

Đây là hoạt động diễn ra trong 10 ngày, và là lần thứ 8 giáo phái Shingon lập quán Koyasan Café mùa hè tại Tokyo.

(JDP - September 11, 2013)

**MIỄN ĐIỆN: Tàu Hành hương Tộc hành đến Chùa Đá Vàng**

Vào đầu tháng 9-2013, Hòa xa Nhà nước Miến Điện khởi động một xe lửa mới kết nối cố đô Rangoon với Kyaiktiyo, địa điểm của Chùa Đá Vàng nổi tiếng ở bang Mon. Nằm trên một tảng đá lớn được giát bằng vàng lá ở đỉnh một ngọn đồi, ngôi chùa là nơi hành hương của đông đảo Phật tử Miến Điện và các nước khác.

Xe lửa được tân trang này, mua từ Nhật Bản, sẽ làm cuộc hành trình thuận lợi hơn cho du khách và người hành hương muốn đến Kyaiktiyo.

Theo lịch trình thì mỗi cuối tuần, đoàn tàu có máy điều hòa không khí nói trên sẽ chạy một chuyến khứ hồi, rời Rangoon vào thứ Bảy và từ Kyaiktiyo trở về vào ngày hôm sau.

Hòa xa Miến Điện đã dàn xếp với các dịch vụ xe buýt địa phương để nối liền ga xe lửa với chân đồi Kyaiktiyo.

(Buddhist Art News- September 14, 2013)



*Xe lửa mới nối liền Rangoon-Kyaiktiyo của Hòa xa Miến Điện*

Photo: DVB



*Chùa Đá Vàng*



*Một Trường Đạo pháp ở Tích Lan*  
Photo: buddhistway.slt.lk

**MÃ LAI: Lễ cầu nguyện đặc biệt cho các kỳ thi công lập của học sinh**

Kuantan, Mã Lai - Gần đây, Hội Phật giáo Pahang (PBA) đã tổ chức một lễ ban phước đặc biệt tại chùa Wan Fo Tien (Vạn Phật Tiên) cho học sinh tiểu học và trung học sắp dự các kỳ thi UPSR (Kỳ thi Đánh giá Tiểu học), PMR (Kỳ thi Đánh giá Trung học) và SPM(Chứng nhận Giáo dục Mã Lai).

Thượng tọa Bhante Sunama đã có bài giảng pháp cho trên 1.000 học sinh từ 13 trường ở Kuantan, sau đó là phần tụng kinh và ban phước.

Ông Hor Chin Sim, chủ tịch PBA, nói, "Việc ban phước được tổ chức hàng năm để khuyến khích và tạo sự tự tin cho những học sinh sắp đối mặt với thi cử. Những buổi ban phước này mở rộng cho tất cả các trường học. Chúng tôi thường tổ chức việc này trong vài ngày để đáp ứng cho học sinh trung học, tiểu học và bất cứ công dân nào muốn được ban phước".



**TÍCH LAN: Hội nghị Phật giáo từ 25 đến 28-9-2013**

Lễ hội Văn hóa và Hội nghị Quốc tế Phật giáo châu Á lần thứ 2 sẽ được tổ chức từ ngày 25 đến 28-9-2013 tại Học viện Phật giáo Quốc tế Tích Lan (SIBA) ở vùng Pallekele, thành phố Kandy.

Sự kiện này do Liên minh Giao lưu Văn hóa Phật giáo Thế giới, Bộ Phật giáo và Tôn giáo (Tích Lan) và Chùa Răng Phật (Kandy, Tích Lan) đồng tổ chức.

Lễ hội được tổ chức hai năm một lần theo quan điểm của Đại đức Sri Dayuan, người sáng lập Tăng đoàn Chùa Linh Quang. Ông nói: "Văn hóa có thể mang thông điệp của đạo Phật đến với người dân một cách hiệu quả. Văn hóa Phật giáo được phát huy với giáo lý hòa bình của Đức Phật. Chúng ta có thể đưa ra thông điệp hòa bình và hòa hợp đến mọi nơi trên thế giới thông qua văn hóa".

Năm nay sẽ có hơn 500 đại biểu - bao gồm các vị lãnh đạo Phật giáo Nguyên thủy, Đại thừa và Kim cương thừa - tham gia sự kiện này. Họ sẽ giới thiệu các hoạt động văn hóa liên quan đến Phật giáo của mình.

(Sunday Observer - September 16, 2013)

**CỘNG HÒA GAMBIA (châu Phi): Tổ chức phi chính phủ Phật giáo Đài Loan tặng xe và nạng cho người tàn tật**

Hội Phật giáo Phổ Hiền, một tổ chức từ thiện Đài Loan thông qua Đại sứ quán nước này tại cộng hòa Gambia, đã tặng 200 xe lăn và 100 nạng cho hội Người Tàn tật Gambia (GAPD) vào đầu tháng 9-2013. Lễ trao tặng được tổ chức tại Tòa nhà đại sứ quán ở Bakau, phía tây thủ đô Banjul của nước cộng hòa Gambia.

Hội Phật giáo Phổ Hiền là một trong các tổ chức tôn giáo phi chính phủ lớn nhất tại Đài Loan. Công việc của hội bao gồm hàng loạt các dịch vụ nhân đạo: từ thiện, giáo dục và viện trợ lương thực.

Hội Phổ Hiền đã tặng khoảng 250 đến 300 xe lăn cho nước cộng hòa Gambia từ hơn 6 năm nay.

(Buddhist Door - September 17, 2013)

**NHẬT BẢN: Triển lãm nghệ thuật Phật giáo truyền thống tại Tokyo**

Triển lãm "Bảo vật Quốc gia: Đầu tượng Phật của Yakushi Nyorai và các kiệt tác từ chùa



Học viện Phật giáo Quốc tế Tích Lan (SIBA), nơi tổ chức Hội nghị Phật giáo châu Á lần thứ 2— Photo: sibacampus.com

Kofukuji" diễn ra tại Bảo tàng Nghệ thuật của trường Đại học Nghệ thuật Tokyo từ ngày 13-9 đến 24-11-2013.

Nhân kỷ niệm ngày thành lập chùa Kofukuji cách đây 13 thế kỷ, cuộc triển lãm này trưng bày một mảng nghệ thuật - trong số đó có 25 bảo vật quốc gia - từ kinh đô Nara của Nhật hồi thế kỷ thứ 8 đến thị hiện đại Tokyo.

Điểm nổi bật của cuộc triển lãm là đầu tượng Phật bằng đồng được điêu khắc từ năm 685 A.D, vốn bị lia khỏi thân tượng sau một vụ hỏa hoạn tại chùa Kofukuji vào thế kỷ 15 và mãi đến năm 1937 đầu tượng mới được tái phát hiện trong phần đáy của một pho tượng Phật khác ở chùa này.

Chùa Kofukuji nổi tiếng tại Nhật Bản với bộ sưu tập nghệ thuật cổ phong phú, và một cuộc triển lãm trước đây về các tác phẩm từ chùa này đã thu hút gần một triệu khách tham gia.

(The Wall Street Journal - September 17, 2013)

**NEPAL: Hoa Kỳ tài trợ cho việc bảo tồn tu viện thế kỷ 11 tại Nepal**

Kathmandu, Nepal - Đại sứ quán Hoa Kỳ cho biết Hoa Kỳ sẽ giúp bảo tồn một tu viện thế kỷ 11 ở Nepal bằng cách quyên góp \$87,800 để bảo vệ nơi này khỏi lũ lụt.

Tiền từ Quỹ Bảo tồn Văn hóa của các Đại sứ Hoa Kỳ, được thành lập vào năm 2001, sẽ được dùng cho các dự án tại Tu viện Richenling ở làng Halji, cách thủ đô Kathmandu của Nepal khoảng 355 km về phía tây bắc.

Đại sứ quán Hoa Kỳ nói, "Tu viện lịch sử này có nguy cơ bị phá hủy do lũ lụt từ một hồ băng hình thành nhanh chóng về phía bắc."

Cách đây hai năm, làng Halji bị lũ lụt phá hủy những nhà bằng đất và giết chết gia súc, nhưng không gây thương vong cho



Đầu một Tượng Phật từ chùa Kofukuji—Photo: The Wall Street Journal

người. Dân làng tin rằng họ đã được tu viện Richenling năm gần con sông Halji này bảo vệ trong thảm họa.

(Buddhist Art News - September 17, 2013)



Tu viện Richenling ở làng Halji (Nepal) - Photo: flood-inhumia.wordpress.com

**HOA KỲ: Lễ thả Hoa đăng tại  
New York của Phật phái Nhật  
Bản Chân Như**

Chủ nhật 22-9-2013, các hội viên Phật phái Chân Như Nhật Bản sẽ tổ chức miễn phí sự kiện Thả Hoa đăng vì Hòa bình tại khu Trump Rink ở Công viên Trung tâm của New York.

Nguyên thủy là một truyền thống nhằm vinh danh những người đã qua đời, lễ thả Hoa đăng hiện đại còn tập trung vào những khát vọng hòa bình – năm nay lễ được gọi là “Hãy là một Ánh sáng vì Hòa bình” – và sẽ kết hợp với âm nhạc và văn hóa, dưới sự chỉ đạo của Ni trưởng Shinso Ito. Theo một thông cáo báo chí từ giáo phái Chân Như về sự kiện này, buổi lễ “mang một thông điệp của hy vọng hướng đến một thế giới hòa hợp và hòa bình”.

Từ 1 đến 5 pm, công chúng tham dự có thể làm và thả đèn lồng của họ; và vào lúc hoàng hôn sẽ diễn ra lễ bế mạc chỉ dành cho những người có thiệp mời.

(Shambhala Sun – September 21, 2013)



Lễ thả Hoa đăng của Phật phái Chân Như tại Hawaii vào năm ngoái  
Photo: Buddha Dharma



**DÒNG SUỐI TỪ**

*Kính dâng Giác Linh Ôn CHÍ TÍN*

Con: **HẠNH CỎ**

*Vẫn biết nơi này là cõi tạm  
Nhưng trăng sao vẫn mừng đón Người về  
Đê thát chúng hưởng niềm pháp lạc  
Dòng suối từ thấm nhuần bờ mê.*

*Giới định thường tùy từ thời ứng pháp  
Kính sám hành trì điều phục thân tâm  
Khuya sáng trưa chiều tối chuyên cần  
Phạm hạnh thanh tâm sạch như băng tuyết*

*Ứng phó tiếng kêu cầu khắp hàng tín chúng  
Tâm bình đẳng độ người  
Không phân biệt sang hèn già trẻ  
Nơi biệt thự nguy nga  
Chón lều tranh xóm vắng  
Bước chân Người vô ngại gân xa  
Khấp nẻo an bình hỉ lạc*

*Tuệ chiếu suốt thông sự thể  
Nhân duyên như huyền vô cầu  
Danh vị sắc tài vô trụ  
Tịch nhiên đối cảnh vô tâm*

*Như cánh hạc giữa trời lồng lộng  
Một thân tự tại cõi vô thường  
Đom đóm, mặt trời, không ranh giới  
Trăm năm, một phút, xóa biên cương*

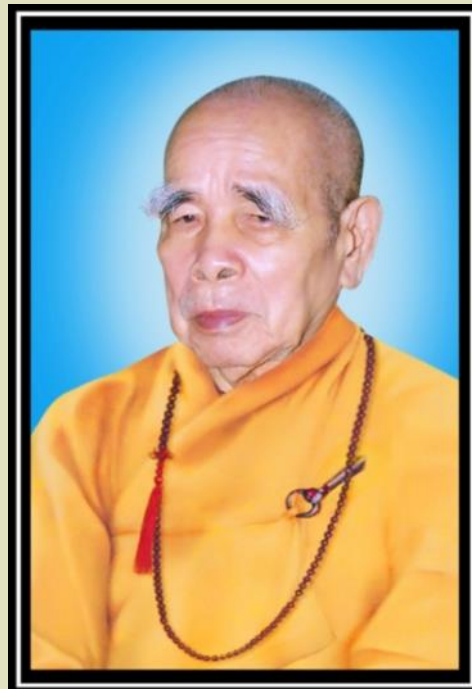
*Trục tâm một lối chân thường.*





**GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT HOA KỲ**  
VIETNAMESE AMERICAN UNITED BUDDHIST CONGREGATION  
**HỘI ĐỒNG GIÁO PHẨM**  
**HỘI ĐỒNG ĐIỀU HÀNH**

704. East "E" Street., Ontario, CA 91764 – U.S.A.  
Tel. & Fax: (949) 986-2433



## **CẦU NGUYỆN CAO ĐẲNG PHẬT QUỐC**

Kính gửi:  
Hòa Thượng Thích Nguyên Siêu  
và Môn Đồ Pháp Quyển  
của Cố Trưởng Lão Hòa Thượng Thích Chí Tín

Nam Mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật

Hội Đồng Giáo Phẩm và Hội Đồng Điều Hành Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ vừa nhận được ai tín:

Trưởng Lão Hòa Thượng Húy thượng Tâm Hạ Nhẫn, Hiệu Thích Chí Tín, Trụ Trì Tổ Đình Sắc Tứ Long Sơn Tự, Tỉnh Hội Phật Giáo Tỉnh Khánh Hòa, Thành Phố Nha Trang, Tỉnh Khánh Hòa, Việt Nam, sinh năm 1922 đã thân thị tịch tại Tổ Đình Sắc Tứ Long Sơn Tự vào lúc 10 giờ tối ngày 19 tháng 9 năm 2013 (nhằm ngày Rằm tháng 8 năm Quý Tị), thể thọ 92 tuổi.

Trưởng Lão Hòa Thượng Tân Viên Tịch là một vị Đại Tỳ Kheo giới hạnh thanh tịnh, là bậc long tượng trong chốn Thiền Môn Việt Nam. Ngài đã tận tụy hy sinh cả cuộc đời để hộ trì Phật Pháp trong vai trò Trụ Pháp Vương Gia tại trụ xứ Tổ Đình Sắc Tứ Long Sơn Tự. Phật Giáo Việt Nam thật vinh hạnh có được một vị Thiền Sư thân tại phố thị mà tâm thần tự tại siêu thoát ra ngoài ba cõi. Sự ra đi của Ngài không chỉ là niềm đau thương cho Môn Đồ Pháp Quyển mà còn là sự mất mát lớn lao cho Phật Giáo Việt Nam.

Hội Đồng Giáo Phẩm và Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNHK nhất tâm hộ niệm và cầu nguyện Cố Trưởng Lão Hòa Thượng Tân Viên Tịch cao đẳng Phật Quốc. Xin thành tâm chia buồn và đồng cảm sự mất mát to lớn này với Hòa Thượng Thích Nguyên Siêu, Tổng Thư Ký Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNHK, cùng Môn Đồ Pháp Quyển.

Nam Mô Tây Phương Cực Lạc Thế Giới Tiếp Dẫn Đạo Sư A Di Đà Phật  
Thành kính phân ưu

*Phật Lịch 2557, Santa Ana, ngày 19 tháng 9 năm 2013*

**Chư tôn đức Tăng, Ni Hội Đồng Giáo Phẩm,  
Chư tôn đức Tăng, Ni và Cư Sĩ thành viên Hội Đồng Điều Hành**



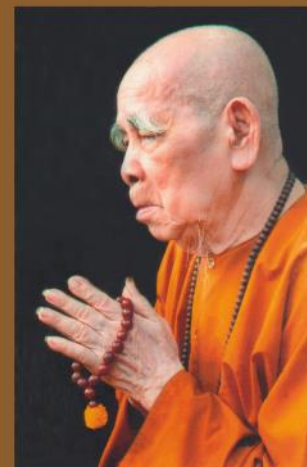
**GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT HOA KỲ**  
VIETNAMESE AMERICAN UNITED BUDDHIST CONGREGATION

**HỘI ĐỒNG ĐIỀU HÀNH**  
**COUNCIL OF MANAGEMENT**  
**CENTRAL OFFICE**

803 S. Sullivan St., Santa Ana, CA 92704 – U.S.A.  
Tel.: (714) 571-0473 \* Fax: (714) 568-1009

Phật Lịch 2557  
Số 21/HĐĐH/TT/CT

## THÔNG TƯ



Hòa Thượng **THÍCH CHÍ TÍN**  
(1922-2013)

Kính gửi: Chư tôn Trưởng Lão Hòa Thượng, Thượng Tọa, Đại Đức Tăng, Ni, và quý Cư Sĩ thành viên GHPGVNTNHK,

Trích yếu: V/v **Xưng tán công hạnh và cầu nguyện Cố Trưởng Lão Hòa Thượng Thích Chí Tín,**

Nam Mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật,

Kính bạch chư tôn đức Tăng, Ni,  
Kính thưa quý Cư Sĩ thành viên GH,

Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNHK vừa nhận được ai tín Bốn Sư của Hòa Thượng Thích Nguyên Siêu, Tổng Thư Ký Hội Đồng Điều Hành, là

Trưởng Lão Hòa Thượng hựu thượng **Tâm** hạ **Nhẫn**, hiệu **Thích Chí Tín**, Trụ trì Tổ Đình Sắc Tứ Long Sơn Tự, trụ sở Tỉnh Hội Phật Giáo Tỉnh Khánh Hòa, đã thâm thản thị tịch tại Chùa Long Sơn, Nha Trang, vào lúc 10 giờ tối ngày 19 tháng 9 năm 2013 (nhằm ngày Rằm tháng 8 năm Quý Tị), trụ thế 92 năm, 68 hạ lạp.

Cố Trưởng Lão Hòa Thượng Tân Viên Tịch là bậc Cao Tăng hành mật hạnh, tận hiến đời mình để hộ trì Phật Pháp. Ngài vị Trụ Trì xứng danh "Trú Pháp Vương Gia, Trì Như Lai Tạng," an nhần trước mọi nghịch cảnh, lặng lẽ hành bồ tát đạo tế độ chúng sinh từ người nghèo, người bệnh đến côn trùng thảo mộc. Sự ra đi của Ngài là một mất mát lớn lao cho Phật Giáo Việt Nam.

Để xưng tán và tưởng niệm công hạnh của bậc Thầy của nhiều thế hệ Tăng, Ni và Phật tử Việt Nam trong và ngoài nước, Hội Đồng Điều Hành khuyến thỉnh chư tôn đức Tăng, Ni và quý Cư Sĩ thành viên tùy hoàn cảnh sở tại thiết lễ cầu nguyện Giác Linh Cố Trưởng Lão Tân Viên Tịch cao đẳng Phật Quốc. Thành tâm kính thỉnh chư tôn đức Tăng, Ni và quý cư sĩ thành viên cố gắng sắp xếp Phật sự để về tham dự Lễ Cầu Nguyện và Thọ Tang được tổ chức tại Chùa Phật Đà, 4333 30th Street, San Diego, CA 92104; Tel. (619) 283-7655, vào lúc 2:30 chiều Chủ Nhật, ngày 22 tháng 9 năm 2013.

Nhất tâm nguyện cầu Giác Linh Trưởng Lão Hòa Thượng cao đẳng Phật Quốc.

Nam Mô Tiếp Dẫn Đạo Sư A Di Đà Phật  
*Santa Ana, ngày 19 tháng 9 năm 2013*

Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNHK,

Chủ Tịch,

**Sa Môn Thích Tín Nghĩa**

Nơi nhận:

- Chư tôn Trưởng Lão Chứng Minh GHPGVNTNHK để "kính thăm tưởng,"
- Trưởng Lão Hòa Thượng Chánh Văn Phòng và chư tôn Trưởng Lão Hòa Thượng, Thượng Tọa, Ni Trưởng thành viên Hội Đồng Giáo Phẩm GHPGVNTNHK để "kính thăm tưởng,"
- Chư tôn Hòa Thượng, Thượng Tọa, Đại Đức Tăng, Ni và Cư Sĩ thành viên Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNHK để "tri hành,"
- Hồ sơ lưu.



## TUỞNG NIỆM

# SƠ LƯỢC TIỂU SỬ TRƯỞNG LÃO HÒA THƯỢNG THÍCH CHÍ TÍN TRỤ TRÌ SẮC TỬ LONG SƠN TỰ - TỈNH HỘI PHẬT GIÁO KHÁNH HÒA, NHA TRANG, VIỆT NAM

**Thân thế:**

Trưởng Lão Hòa Thượng Thích Chí Tín họ Lê, húy Văn Du, sinh ngày 16.02 năm Nhâm Tuất (1922), tại làng Trâm Bái, thôn Dương Xuân Thượng, xã Xuân Thủy, huyện Hương Thủy, tỉnh Thừa Thiên. Ngài xuất thân trong một gia đình nông dân, nhiều đời thâm tín Tam Bảo. Thân phụ là cụ ông Lê Văn Tác, thân mẫu là cụ bà Nguyễn Thị Châu. Gia đình Hòa Thượng có năm anh chị em, Ngài là người con thứ 4 trong gia đình.

**Thời kỳ xuất gia học đạo và thọ giới:**

Vốn sẵn có túc duyên với Phật pháp, năm 14 tuổi, chí xuất trần đủ mạnh, Ngài được song thân cho đầu sư học đạo với Hòa Thượng Thích Chánh Hóa tại Tổ đình Từ Hiếu, được Hòa Thượng ban cho Pháp danh Tâm Nhân, Tự Hành Từ. Hai năm sau, Hòa Thượng Bổn Sư nhận lời thỉnh cầu của Hội Phật Học Khánh Hòa làm trụ trì chùa Long Sơn đời thứ 2, Ngài được Bổn Sư cho theo tu học.

Năm 26 tuổi (1947), Ngài được Bổn Sư cho đăng đàn thọ Cụ Túc giới tại Đại Giới Đàn chùa Thiên Bửu Hạ, Huyện Ninh Hòa, do Hòa Thượng Phước Huệ chùa Hải Đức Nha Trang làm đàn đầu và được Hòa Thượng Bổn Sư phú pháp với pháp hiệu Chí Tín, nối dòng Lâm Tế pháp phái Liễu Quán đời thứ 43.

**Thời kỳ hành đạo:**

Năm 36 tuổi (1957-Đình Dậu), Hòa Thượng Bổn Sư viên tịch, Ngài được Hội Phật Học tỉnh Khánh Hòa cung thỉnh kế thế trụ trì chùa Long Sơn đời thứ 3.

Trải qua hơn nửa thế kỷ trụ trì chùa Long Sơn, Hòa Thượng đã cùng chư Tôn đức lãnh đạo Giáo Hội duy trì cơ sở, phát triển đạo tâm, gieo trồng hạt giống bồ đề cho Tăng Ni, Phật tử.

Sau Pháp nạn 1963, đến năm 1964, với tâm nguyện cầu nguyện thế giới hòa bình, Ngài cùng Thượng tọa Thích Đức Minh, Chánh Đại diện Phật giáo Khánh Hòa xây dựng tượng Kim Thân Phật Tổ lộ thiên tại đỉnh đồi Trại Thủy. Và cũng trong năm này Hòa Thượng đã cho xây dựng hội trường văn phòng Tỉnh Giáo Hội bên cạnh chánh điện của chùa.

Với tâm nguyện hoằng truyền Phật Pháp, để có nơi cho Tăng Ni, Phật tử sinh hoạt tu tập, năm 1970, Ngài cùng Hòa Thượng Thích Thiện Bình phát tâm đại trùng tu Chánh điện chùa Long Sơn trang nghiêm và quy mô như ngày hôm nay.

Năm 2003, với tâm nguyện tạo nên cảnh đẹp tinh thần, làm nơi chiêm bái cho du khách khắp nơi khi đến viếng cảnh chùa Long sơn, Hòa Thượng đã khởi công kiến tạo Tôn Tượng Đức Phật Bổn Sư Thích Ca Nhập Niết Bàn dài 17m trên đồi sau chánh điện chùa Long sơn. Ngoài ra, Ngài đã không ngừng sửa sang toàn cảnh của chùa càng thêm trang nghiêm như ngày hôm nay.

Trong công tác hoằng truyền Phật pháp, từ khi kế vị trụ trì chùa Long Sơn đến nay, Hòa Thượng đã quy y cho hàng chục ngàn Phật tử tại thành phố Nha Trang và đồng bào Phật tử hải ngoại khi có duyên về nước. Bên cạnh đó, Hòa Thượng thường xuyên ấn tống kinh sách để biếu tặng và sách tấn Tăng Ni, Phật tử tìm cầu học hỏi giáo lý Phật Đà.

Với đức tánh khiêm cung, từ hòa, Hòa Thượng luôn được chư Tôn đức Tăng Ni, Phật tử khắp nơi kính trọng. Ngài đã từng gần gũi hầu cận Chư Tôn Trưởng lão Hòa Thượng, như Hòa Thượng Thích Đôn Hậu, Hòa Thượng Thích Thiện Minh..., và nhất là Ngài đã đồng hành tùy duyên Phật sự cùng với Hòa Thượng Thích Đồng Minh hơn 50 năm tại chùa Long Sơn này.

Vào thời Pháp thuộc khi đất nước bị đô hộ, Hòa Thượng đã cống hiến không ít tâm huyết sức lực cho công cuộc bảo vệ quê hương đất nước trong mạch sống trường tồn của Đạo Pháp và Dân Tộc.

Một đời giàn dụa "khắc kỷ vị tha" và ẩn nhẫn, Hòa Thượng luôn ban rải tâm từ đến tất cả mọi người, đến những loài vật bé nhỏ như con sâu con kiến. Trong những năm chiến tranh, tù nhân ở thành phố Nha-trang rất nhiều, tuần lễ nào Ngài cũng mua từng củ khoai, từng gói xôi, từng trái chuối, đem vào nhà tù phân phát cho các tù nhân, làm vơi đi nỗi đau khổ của họ. Có được bao nhiêu tiền của Phật tử cúng dường, Hòa Thượng đều chi tiêu vào những công việc như vậy; có bao nhiêu thì làm bấy nhiêu, không quyền góp, không ham nhiều, không chê ít. Rất nhiều binh lính bị giam ở quân lao, khi được trả tự do, họ đều vào chùa xin Hòa Thượng cho chén cơm bát cháo, sau đó lại xin chút ít tiền để đi xe về quê. Năm 1974-1975, các tỉnh ở Vùng I Chiến Thuật bị thất thủ, hàng ngàn quân nhân và đồng bào nơi đó di tản vào Nha-trang. Tàu thủy chở họ cập bến Nha-trang. Phần thì đói khát, phần thì chen chúc tranh nhau lội vào bờ, số người chết nhiều, xác người nằm rải rác trên bãi biển. Thấy cảnh tượng vô cùng thương tâm ấy, Hòa Thượng một mình xuống bờ biển, thuê xe xích lô chở từng xác người đem ra nghĩa địa chôn cất. Lòng từ của Hòa Thượng đã làm cho các bác đạp xích lô cảm động, họ đã tự nguyện phụ giúp Hòa Thượng làm việc ấy, không lấy tiền công, hoặc chỉ lấy chút ít mà thôi. Sau năm 1975, có lúc số trẻ mồ côi tại Nha-trang tăng vọt, nhiều viện mồ côi do các ni cô điều hành được thành lập để nuôi dưỡng các trẻ. Và đó cũng là điều rất mực quan tâm của Hòa Thượng. Nhiều đệ tử của Ngài ở hải ngoại gửi tịnh tài về cúng dường, cứ nhận được bao nhiêu là Ngài đều cho người đi mua gạo và những nhu yếu phẩm đem phân phát cho các viện cô nhi. Không những thế, Hòa Thượng còn thường xuyên đích thân đến thăm các bệnh nhân tại bệnh viện Đa Khoa tỉnh Khánh Hòa, trao tặng từng hộp sữa, từng trái cam cho bệnh nhân ngay giường bệnh. Đại thể, suốt đời, Hòa Thượng đã làm những công việc như vậy.

Trong cuộc sống hằng ngày, Hòa Thượng đã thể hiện tối đa tinh thần tri túc; do vậy mà cả đời Ngài chỉ có một cái giường gỗ cũ kỹ, một chiếc xích đu cũng cũ kỹ, một chiếc ghế đầu làm bàn, một bình trà, vài cái tách, tất cả cũng đều cũ kỹ! Ngày nay thật hiếm có vị nào có cuộc sống đơn sơ, khiêm tốn đến thế!

Suốt đời tận tụy hy sinh cho mọi người như vậy nhưng Hòa Thượng vẫn nhất tâm chuyên cần tu niệm để trang nghiêm cho chính mình. Tự lợi, lợi tha, công hạnh của Ngài hoàn toàn đầy đủ!

**Viên tịch:**

Rằm Trung thu Quý ty - 2013, buổi sáng Chư Tăng về bố tát, Hòa Thượng vẫn thanh thản ngồi trên chiếc xích đu, hoan hỷ thăm hỏi sách tấn mọi người đến vẫn an.

Đến chiều tối, Hòa Thượng thấy trong người hơi mệt, nên sai thị giả lấy lò than cho Ngài sưởi, các đệ tử đến chăm sóc, và mời các Bác sĩ đến khám. Hòa Thượng đã từ chối không đi bệnh viện theo yêu cầu của Bác sĩ. Tuy nhiên ít phút sau sức khỏe Ngài dần ổn định.

Đến 21giờ 45 phút cùng ngày, Hòa Thượng an nhiên ngồi thị tịch ngay trên chiếc xích đu thường ngày của hơn 30 năm qua. Hòa Thượng **trụ thế 92 năm, 72 pháp lạc, 67 hạ lạc.**

**Thật là:**

*Giói Định thường tùy từ thời ứng pháp*

*Kinh sám hành trì điều phục thân tâm*

*Khuya sáng trưa chiều tối chuyên cần*

*Phạm hạnh thanh tâm sạch như băng tuyết...*

Hoá duyên đã mãn, Hoà thượng đã trở về cảnh giới Niết Bàn Vô Dư, nhưng gương sáng về đời sống phạm hạnh và công đức tu hành của Hoà thượng vẫn còn mãi mãi với Đạo Pháp, với Tăng Ni Phật tử Việt-nam.

Nam Mô Tân viên tịch Từ Lâm Tế Chánh Tôn, tứ thập tam thế, Hủy Thượng Tâm Hạ Nhẫn, Tự Hành Từ, Hiệu Chí Tín Giác Linh Trưởng Lão Hòa Thượng Liên đài chứng giám.

**Môn Đồ Pháp Quyển Hải Ngoại kính soạn**

## NHỚ LẠI ÂN XƯA

Thành kính dâng lễ Giác Linh Hòa Thượng Bổn Sư thù từ chứng giám

Đôi Trại Thủy ngày buồn đêm thắm  
Chùa Long Sơn âm đạm màu tang  
Thầy về lại chốn Lạc Bang  
Đàn con trong cảnh bàng hoàng ngẩn ngơ.

Nhớ Giác Linh xưa  
Từ thuở khai sơn  
Chùa tranh vách đất  
Năm cạnh ven rừng  
Linh địa chốn Già Lam  
Rời từ đạo đó  
Thầy nuôi chí xuất trần thượng sĩ  
Ngày muối dưa cơm hẩm thuở cơ hàn  
Sớm công phu Lãng Nghiêm năm đệ từng hàng  
Chiều bái sám mời nhơn thiên câu hội.  
Phước duyên tích tụ lâu lâu  
Trí tánh ngàn soi tỏ tỏ  
Hương thơm giới đức như vàng trắng soi ngõ  
Từng bước chân thành Thạch Trụ Tông Lâm.  
Thầy không đi học  
Chữ nghĩa thế trần  
Làm loạn tâm tu mật hạnh  
Khẩu từ chân chánh  
Thân hiện oai nghi  
Giữ mình giới đức  
Bất khả tư nghi  
Sạch như băng tuyết lưu ly,  
Sáng ngời tâm Phật  
Lúc đứng khi đi  
Thầy là tàng cây đại thọ  
Rợp mát một đời Tăng Ni  
Kê từ thời Chùa xưa nhỏ nhỏ  
Cạnh cây Bồ Đề xanh um hứng gió  
Thầy trông từ thuở lên mười.  
Nhưng giờ đây  
Tàng cây Bồ Đề không còn nữa  
Thầy buồn một thửa ai hay?  
Sinh lòng thương xót  
Nhuế đóa sen đây  
Thầy cho hương thêm sắc  
Nhuế bấy lâu nay.  
Người đi qua  
Kê ở lại  
Tâm Thầy luôn đong đầy.  
Mặc cho đời áo mũo cân đai.  
Thầy luôn hiện tướng  
Chiếc áo tràng đà chỉ xỏ một tay  
Thầy ngồi nơi nhà Thiền  
Phật tử sum vầy  
Ngày Rằm mùng Một  
Mỗi tháng lưng đây

Có tịnh tài nuôi chúng Tăng ăn học.  
Mà chẳng lo chi cho Thầy  
Tay nải vơi đầy  
Cam tươi sữa ngọt  
Cỡi chiếc xe đạp đem ngay cho người  
Chẳng giữ trong tay  
Những gì Thầy có  
Thầy học hạnh buông xả  
Bềnh bồng như mây.  
Thầy đi tìm hang kiến  
Cho đồ ăn thật đầy  
Cơm nguội bánh mì đường cát  
Ấy là việc làm xưa nay.  
Thầy thương loài vật  
Thầy giúp người ngay  
Thầy làm Bồ Tát hạnh  
Trong cuộc đời này.  
Nhưng bạch Thầy!  
Thân Đại thọ đã ngã về Tây!  
Đàn con riu rít xé cay nát lòng.  
Thầy đi như bóng thu không  
Hình hài ẩn hiện lối mòn quanh hiu.  
Vách đá lưng trời  
Chùa xưa vắng bóng  
Bạc Ân sư muôn thuở nào phai.  
Lời vàng thước ngọc  
Thầy để lại hôm nay  
Cho nghìn sau  
Và mãi mãi nghìn sau  
Như tám thân già tứ đại  
Hơn 30 năm ngày tháng qua  
Thầy ngồi nơi đó!  
Chiếc xích đu giờ như bỏ ngõ.  
Thầy đã đi và đi mãi không về  
Đàn con buồn tãi tãi  
Giọt sầu rơi xuống trăng thê đầu non.  
Long Sơn! Long Sơn!  
Tên Chùa Thầy đặt  
Hôm nay vẫn còn  
Dựa lưng vào vách đá  
Trên đỉnh non ngự tọa Kim Thân.  
Tâm Thầy như áng phù vân  
Đến đi chẳng buộc ai vẫn chẳng lay.  
Chúng con ở lại chốn này  
Để học và học hạnh Thầy  
Nghìn sau vẫn học thân này dù tan.

Kính nguyện Thầy Cao Đăng Thượng Phẩm  
Lễ Nhập Kim Quan 20/9/2013  
Đệ tử NGUYỄN SIÊU



## QUAN ĐIỂM

## DUYÊN LÀNH HỌC PHẬT

**ĐẠO TỪ  
CHO KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ  
LẦN THỨ III**

(TỪ NGÀY 08 ĐẾN 12 THÁNG 8 NĂM 2013  
TẠI THÀNH PHỐ SAN DIEGO, CALIFORNIA 2013)

Nam Mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật

Kính bạch chư Tôn Đức Tăng Ni,  
Kính thưa quý học viên cư sĩ Phật tử,

Con đường đưa đến chân thiện mỹ, một đời sống của người nam nữ cư sĩ Phật tử tại gia ấy là con đường tu học Phật pháp.

Con đường thắp sáng đời sống tâm linh hướng thượng, để chứng đắc quả thánh ngay trong đời hiện tại của một bậc A La Hán, ấy là con đường tu học Phật pháp.

Dù là phàm phu hay Thánh giả cũng đều phải tu học Phật pháp. Tu học Phật pháp mới có sự lợi ích an vui. Đức Phật dạy:

“Giáo pháp mà Như Lai đã chứng ngộ quả thật thâm diệu, khó nhận thức, khó lãnh hội, vắng lặng, cao siêu không nằm trong phạm vi luận lý tế nhị, chỉ có bậc thánh mới thấu hiểu.”

Chúng tôi nghĩ,

Bậc thiện trí ấy là, khóa tu học Phật pháp Bắc Mỹ lần thứ III này. Quý cư sĩ Phật tử đã đáp lời mời của Ban Tổ Chức, gác hết mọi công việc cá nhân, đời sống gia đình cùng nhau vân tập về Đạo Tràng này để cùng tu học, cùng chia sẻ cho nhau kiến thức Phật pháp, kinh nghiệm đời sống, và cùng chung sống với nhau trong một trú xứ như thế này. Quả thật, đây là một hình ảnh đẹp, hình ảnh cao quý của người đệ tử Phật tu học giáo pháp Phật.

Quý nam nữ cư sĩ Phật tử tu học Phật pháp mới chiêm nghiệm được giáo pháp tam vô lậu học – Giới, Định, tuệ – là con đường vượt thoát khổ đau, để chứng nhập cảnh Tịnh Niết Bàn. Tu học giáo pháp Văn, Tư, Tu mới thể nghiệm được cái nghe như



Pháp, cái Tư duy như Pháp và cái Tu đúng như Pháp mà hóa thân vào đời để hóa độ.

Hôm nay, quý cư sĩ Phật tử tham dự Khóa Tu Học Phật Pháp Bắc Mỹ lần thứ III do GHPGVNTNHK và Canada tổ chức là góp phần kiến tạo ngôi nhà Phật giáo hải ngoại ngày thêm vững chắc, thêm lan rộng để ăn sâu mọc rễ nơi xứ người. Đây chính là bốn phận, trách nhiệm chung của người con Phật.

Điều đáng tán thán tinh thần tu học Phật pháp của quý cư sĩ Phật tử ở nơi đây là chúng ta đang sống trên một đất nước giàu đẹp, sang trọng, có thừa vật chất, có dư màu sắc và có nhiều sự quyền rũ hương vị cho dục lạc. Nhưng, quý Phật tử đã thu xếp thời giờ riêng tư để cùng nhau vân tập về đây tu học Phật pháp trong tinh thần hòa hợp, thương yêu và hiểu biết là một điểm son trong cuộc sống của chính mình.

Học pháp, tu Phật là một chặng duyên mà chính quý vị đã tu tập, tích lũy công đức từ nhiều đời, nhiều kiếp nên hôm nay mới có được. Không phải ai cũng có thể gặp được Phật pháp, và không phải ai cũng được tu học Phật pháp, nếu không có nhân duyên với Phật pháp. Như bà lão ở phía Đông thành Vương Xá, mỗi khi thấy Phật đi tới là bà lại đi hướng khác để tránh Phật. Người không có duyên với Phật pháp. Và cũng bà lão ăn xin phát tâm dâng đèn cúng Phật lại được phước đức vô cùng, vì đã gieo duyên lành trong Phật pháp.

Chúng ta gieo duyên lành trong Phật pháp mang lại nhiều lợi ích cho bản thân, mang niềm an vui mà không có sầu muộn, thăng tiến trên lộ trình giải thoát mà không có sự tổn giảm và thối đạo. Trong Kinh Pháp Cú, phẩm hạnh A La Hán, đức Phật dạy:

**“Dầu ít tụng niệm nhưng hành đúng giáo lý, diệt tham sân si, tri kiến chân chánh, tâm siêu thoát, không luyến ái, tại đây và về sau, người ấy sẽ chứng nghiệm thành quả của đời sống phạm hạnh thiêng liêng.”**

Thành tâm kính chúc chư Tôn Đức Tăng Ni cùng toàn thể quý học viên cư sĩ Phật tử gặt hái nhiều thành quả tốt đẹp trong khóa tu học Phật pháp hôm nay.

**SA MÔN THÍCH THẮNG HOAN**



## QUAN ĐIỂM



Nam mô Bổn sư Thích Ca Mâu ni Phật

Kính bạch chư tôn Hòa thượng, Thượng tọa,  
Đại đức, Tăng Ni,  
Kính thưa toàn thể quý học viên Phật tử,

Trước hết tôi xin thành tâm tán thán công đức của chư tôn đức trong Ban Tổ Chức và Ban Giáo Thọ thuộc hai Giáo hội PGVNTN Hoa Kỳ và Canada đã phối hợp nhịp nhàng, kiên trì nhẫn nại để liên tục tổ chức 3 khóa Tu Học Phật Pháp trên địa bàn mở rộng của Bắc Mỹ, và trong một hoàn cảnh rất khó khăn, nhất là trong thời buổi kinh tế khủng hoảng toàn cầu. Quý vị đã vì Phật Pháp mà khởi xướng và gắng sức thực hiện thành công các khóa tu học để truyền trao kiến thức và kinh nghiệm hành trì đến với học viên Phật tử hai nước.

Tôi cũng không quên hết lời ca ngợi tinh thần cầu học và tinh tấn tu trì của quý học viên Phật tử: từ các cụ lão niên, các anh chị trung niên, cho đến các em thanh thiếu niên, đồng ấu, đã hăng say thu xếp việc sở, việc nhà, tham dự đông đảo các khóa tu trong 3 năm qua.

Kính thưa quý liệt vị,

Phật Pháp là cả một biển rộng mênh mông không bờ bến. Cả đời chúng ta miệt mài đọc và học Tam Tạng kinh điển cũng không thể thông suốt trên mặt văn tự, nói chi việc vừa học vừa thực hành để chứng nghiệm từng giáo lý, từng pháp môn. Nói như thế không phải để nản lòng bỏ cuộc. Vì như trong kinh Bách Dụ có câu chuyện một người khát nước, chạy dọc theo bờ sông; có người hỏi "Tại sao ông chạy lên chạy xuống cố về một mối mà lòng lại như bức xúc khát cầu việc gì?" Người ấy trả lời: "Tôi khát nước khô cả họng mà con sông này quá lớn, làm sao uống cho hết!" Người kia bèn khuyên: "Ai bắt ông phải uống hết con sông. Ông khát nước thì ông cứ uống, uống vừa giải cơn khát của ông thôi!"

Qua câu chuyện trên, chúng ta hiểu là dù biển học Phật Pháp mênh mông, giáo lý Phật dạy có muôn ngàn pháp môn, nhưng nhu cầu của mỗi chúng ta là tìm học và thực hành trong khả năng và hoàn cảnh của mình mà thôi. Đừng vì Phật Pháp cao sâu mà quay lưng, cũng đừng ôm đồm dành quá nhiều thời gian cho việc học trên ngôn ngữ văn tự

## HỌC PHẬT

**HUẤN TỪ**

**CHO KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ  
LẦN THỨ III**

(TỪ NGÀY 08 ĐẾN 12 THÁNG 8 NĂM 2013

TẠI THÀNH PHỐ SAN DIEGO, CALIFORNIA 2013)

mà không chịu thực hành. Phật Pháp là con đường thực hành, không thực hành thì không thể hiểu được Phật Pháp.

Chúng tôi ở tuổi này, không còn khả năng và sự bén nhạy trong việc đi học hoặc ngồi tra cứu sớ khảo như quý vị trung niên, thanh niên. Nhưng tôi vẫn cố thói quen, học theo Thầy-Tổ rằng, dù không thể đến trường lớp học tập, cũng thường xuyên đọc kinh, đọc sách mỗi ngày. Đó là cách để giữ cho trí được minh mẫn bền lâu, để không quên những gì đã học, và để bồi bổ cho kiến thức của mình hàng ngày. Học giả thể gian lồi lạc uyên bác như ông Vương Dương Minh hồi xưa mà còn nói "*Sĩ phu ba ngày không đọc sách, soi gương thấy mặt mình xấu đi, và nói chuyện vô duyên.*" Cái học của người thể gian là để áp dụng cho con người và xã hội trong một đời mà còn phải thường xuyên học và đọc như thế, huống chi việc tu học Phật Pháp, là chọn con đường dài lâu, không phải chỉ một đời một kiếp, mà là con đường vô tận, cho đến khi nào đạt được tuệ giác viên mãn như đức Thế Tôn. Cho nên, là người con Phật, dù bận rộn, khó khăn thế nào, chúng ta cũng phải dành thời gian để học, đọc, và thực hành, theo khả năng và hoàn cảnh của riêng mình.

Đó là những điều tâm huyết tôi muốn gửi đến tất cả quý học viên, tăng ni và Phật-tử tham dự Khóa Tu Học Phật Pháp Bắc Mỹ năm nay.

Nam mô Thường Tinh Tấn Bồ tát Ma ha tát

## SA MÔN THÍCH TÍN NGHĨA





# CON ĐƯỜNG DẪN ĐẾN CHÂN HẠNH PHÚC

Nguyên tác: “THE BLUEPRINT OF HAPPINESS” by **Ven. ANOMA MAHINDA**

Người dịch: **HT. Thích Trí Chơn**

(tiếp theo kỳ trước)

## LUẬT NHÂN QUẢ

Con người không thể trốn thoát nghiệp nhân quá khứ. Theo đức Phật, nó quyết định cuộc sống hiện tại. Trong những điều kiện này, gồm cả tính tình của chúng ta, mà ngay giữa anh em, cũng thường khác biệt nhau. Nếu không sửa đổi được nghiệp nhân đời trước, ít ra chúng ta có thể gạt hái được (kết quả) nhờ kinh nghiệm và hành động cẩn trọng hơn trong tương lai.

Ngày nay, luật nhân quả đã được chấp nhận không chối cãi được, ngay cả nó được giảng dạy trong các trường học, mà chúng tôi không cần chứng minh ở đây. Một cách đại cương, chúng ta nhận thấy rằng không có vật gì sinh ra mà không có nguyên nhân, và chúng ta cũng nhận biết chuỗi nhân quả vượt ngoài trí thức của con người. Nó có thể áp dụng cho quá khứ, hiện tại và tương lai. Ngày nay, không ai phủ nhận được nguyên lý đơn giản này, tương đối mới lạ với tư tưởng Tây Phương, mặc dù người Phật Tử đã biết nó hàng nghìn năm trước.

Đức Phật đã trình bày luật nhân quả trong kết luận hợp lý, và áp dụng nó vào đời sống của chúng ta. Do (hành động) vô minh trong quá khứ, chúng ta đã trở thành chủ nhân ông của sự luân hồi để lại gây ra nghiệp (*Kamma*). Với nghiệp này và sự tái sinh mới đã tạo nên cái tâm và thân (gồm cả ý thức). Rồi chúng tạo thành các giác quan và cảm giác, nhờ đó chúng ta nhận biết. Những cảm giác của chúng ta biểu hiện như là các dục vọng và lòng tham đắm (thù) của chúng ta vào mọi vật và ý niệm.

Chúng quyết định hành động của chúng ta, và do đó, gây nên nghiệp (*Kamma*) để rồi tạo ra luân hồi. Luân hồi cung cấp nhân duyên để tạo thành những tâm và thân (danh sắc), giác quan, lòng tham ái và nghiệp lực khác, để lại dẫn đến luân hồi. Như thế, chuỗi nhân quả cứ tiếp tục. Nó có thể mãi mãi tiếp diễn, trừ khi chúng ta tìm được phương pháp chặt đứt chuỗi xích này và đoạn diệt nó.

Nơi nào chuỗi xích cần phá hủy? Tại những móc nối mà chúng được xem như rắn chắc nhất; cũng là những nơi chính chúng ta có thể tách rời ra khỏi chuỗi xích. Chúng là những vòng xích của lòng tham và ái dục. Dứt trừ hết các điều này, các bạn đoạn diệt được vòng luân hồi, sự khổ đau, phiền não và tuyệt vọng.



## THE CAUSAL LAW

Man cannot escape his past. According to the Buddha it conditions the circumstances of the present. Among these circumstances are included our characters, which even among brothers, so often differ. If the past is beyond repair, we can at least gain by the experience and act with greater caution for the future.

The law of cause and effect is so indisputably accepted today, even taught in schools, that we do not need to prove it here. We generally accept that nothing arises without a cause and that we can take the chain of causes beyond human conception. This can be applied to past, present and future. Today nobody would refute this simple principle which is comparatively new to western thought although the Buddhists have known it for thousands of years.

The Buddha took the law to its logical conclusion and applied it to our lives. Through our ignorance in the past we have become possessed of re-birth-producing *Kamma*. With this *Kamma* and the new birth there arises mind and body (including consciousness). These give rise to the senses and the sensations we experience. Our sensations manifest themselves as desires and attachments to things and ideas.

These determine our actions and therefore *Kamma*, which in turn brings about rebirth. Rebirth provides the condition for more mind and body, more sense and craving, more *Kamma*, and further rebirth. So the chain goes on and on. It may go on and on, unless we find the key to break the chain and bring it to an end.

Where is the chain to be broken? The links which seem the strongest are also the only ones we can sever ourselves. They are the links of craving and attachment. Conquer these and you conquer rebirth, suffering, woe and despair.

(to be continued...)

GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT HOA KỲ-CANADA  
**BAN TỔ CHỨC**  
**KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN THỨ III**

CHÙA PHẬT ĐÀ  
 4333 30<sup>th</sup> Street, San Diego, CA 92104

## THƯ CẢM TẠ

Nam Mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật

Kính bạch chư tôn Trưởng Lão Hòa Thượng,  
 Thượng Tọa, Đại Đức Tăng, Ni,  
 Kính thưa chư Thiện Nam Tín Nữ Phật Tử,

Thừa hành quyết định của chư tôn đức lãnh đạo Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ và Canada, Ban Tổ Chức Chùa Phật Đà đã tổ chức thành tựu viên mãn Khóa Tu Học Phật Pháp Bắc Mỹ lần thứ 3 vào các ngày từ 8 đến 12 tháng 8 năm 2013 tại thành phố San Diego, Nam California, Hoa Kỳ để tạo thuận duyên cho chư Thiện Nam Tín Nữ Phật Tử học hỏi và thực hành Giáo Pháp giải mê khai ngộ của đức Phật.

Sự thành tựu viên mãn của Khóa Tu Học Phật Pháp Bắc Mỹ lần thứ 3 vừa qua là do nhiều thuận duyên hỗ trợ từ chư tôn đức Tăng, Ni, quý cư sĩ Phật tử tham dự viên, chư vị trong Ban Tổ Chức, đến Ban Điều Hành Town Country Resort Hotel, và quý cơ quan truyền thông báo chí.

Chúng con xin kiền thành đảnh lễ tri ân chư tôn Trưởng Lão Hòa Thượng, Thượng Tọa, Đại Đức Tăng, Ni đã từ bi khuyến tấn, trợ lực từ tinh thần đến vật chất, cũng như đã hoan hỷ quang lâm chứng minh, hộ niệm, giảng dạy, và hướng dẫn bằng thân, khẩu và ý giáo trang nghiêm cho các khóa lễ, các thời tụng niệm, các lớp học Phật Pháp.

Chúng tôi cũng xin thành tâm tán thán và cảm niệm công đức của tất cả quý học viên đã tham gia khóa học và nghiêm cẩn tuân thủ các thời khóa tu tập và

học hỏi Phật Pháp, đã thể hiện phẩm đức của người con Phật tự giác, giác tha trong suốt thời gian Khóa Tu Học diễn ra.

Chúng tôi cũng không quên tán dương công đức vô lượng của chư tôn đức Tăng, Ni và cư sĩ Phật tử trong các Ban, Ngành của Ban Tổ Chức đã tận lực thể hiện tinh thần phụng sự quý báu qua chức năng và công việc của quý vị trong suốt thời gian chuẩn bị, thời gian Khóa Tu Học diễn ra và thời gian sau Khóa Tu Học để giúp hoàn thành mọi Phật sự được giao phó.

Ban Tổ Chức chúng tôi cũng xin bày tỏ lòng biết ơn sâu xa đến Ban Điều Hành Town Country Resort Hotel đã tận tình giúp đỡ và dành mọi ưu tiên giúp cho việc tổ chức Khóa Tu Học Phật Pháp Bắc Mỹ lần thứ 3 thêm thuận duyên thành tựu viên mãn.

Chúng tôi xin chân thành cảm tạ quý cơ quan truyền thanh, truyền hình, báo chí trong cộng đồng Người Việt Quốc Gia từ Quận Cam đến San Diego đã hoan hỷ tiếp sức cho Ban Tổ Chức phổ biến thông tin, giới thiệu chương trình, và tường thuật đầy đủ diễn biến của Khóa Tu Học từ lúc chuẩn bị đến khi hoàn mãn.

Dù đã đem hết khả năng và lòng thành để chu toàn Phật sự này, nhưng chắc chắn không làm sao tránh khỏi những sơ suất xảy ra ngoài ý muốn, Ban Tổ Chức chúng con/chúng tôi kính mong chư tôn đức Tăng, Ni và chư quý liệt vị từ bi hoan hỷ xá chấp cho.

Một lần nữa, thay mặt Ban Tổ Chức Khóa Tu Học Phật Pháp Bắc Mỹ lần thứ 3, chúng con/chúng tôi xin thành kính tri ân chư Tôn Đức và cảm tạ chư quý liệt vị, xin cầu nguyện chư Phật mười phương thù từ chứng minh công đức và gia bị cho chư Tôn Đức và quý liệt vị pháp lạc vô biên, Phật sự viên thành, thân tâm thường an lạc.

Nam Mô Hoan Hỷ Tạng Bồ Tát Ma Ha Tát  
 tác đại chứng minh.

PL.2557, San Diego, ngày 31 tháng 8 năm 2013  
 TM. Ban Tổ Chức Khóa Tu Học Phật Pháp Bắc Mỹ  
 lần thứ 3,  
 Trưởng Ban

**Tỳ Kheo Thích Nguyên Siêu**





**LỄ KHAI MẠC KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN THỨ 3 - 09/8/2013  
TẠI TOWN & COUNTRY RESORT HOTEL, SAN DIEGO, CALIFORNIA**





**LỄ KHAI MẠC KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN THỨ 3 - 09/8/2013  
TẠI TOWN & COUNTRY RESORT HOTEL, SAN DIEGO, CALIFORNIA**





## TƯ TƯỞNG PHẬT HỌC

## HƯƠNG VỊ GIÁO PHÁP

**DIỄN VĂN KHAI MẠC**  
**KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN THỨ III**  
 (TỔ CHỨC TẠI SAN DIEGO, NAM CALIFORNIA  
 TỪ NGÀY 08 ĐẾN 12 THÁNG 8 NĂM 2013)

—oOo—

Nam Mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật

*Kính bạch: Chư Tôn Đức Tăng Ni,  
 Kính thưa: Quý vị Học viên Phật tử,*

Thành kính dâng lễ Pháp bảo, là phương tiện thù thắng để đưa người qua bể khổ. Pháp bảo ấy là những lời giảng dạy của Đức Thế Tôn cho con người đến để được thấy, được nghe, được hiểu, được tu trì và chứng đắc. Để chứng minh điều này, một bài kệ ngài Ác Bệ nói cho Ngài Xá Lợi Phất nghe khi chưa xuất gia:

*"Chư pháp tùng duyên sinh  
 Diệt tùng nhơn duyên diệt  
 Ngã Phật Đại Sa Môn  
 Thường tác như thị thuyết"*

Dịch:

Các pháp từ duyên sinh  
 Cũng do nhân duyên diệt  
 Phật, bậc Đại Sa Môn  
 Thường thuyết giảng như vậy.

Sau khi nghe, Ngài Xá Lợi Phất chứng đắc quả Thánh.

Chỉ một bài kệ không thôi, có khả năng chuyển mê khai ngộ, chuyển phàm thành Thánh, quả thật là pháp bảo hy hữu, hiếm có trên thế gian này. Hôm nay, GHPGVNTN Hoa Kỳ và Canada tổ chức khóa tu học Phật pháp Bắc Mỹ lần thứ 3 tại San Diego, Chư Tôn Đức Tăng Ni cùng đồng đạo học viên Phật tử hoan hỷ tham dự tu học Phật pháp. Đây là hình ảnh cao đẹp, là tinh thần tiếp nhận Pháp bảo một cách trân quý, để từ đó quý Phật tử thấy đời mình có phước duyên trên con đường lấy trí tuệ làm sự nghiệp. Quý Phật tử học hỏi Phật pháp để đầu tư



cho mình một kiến thức hương thượng; để tích lũy cho mình một hành trang vượt thoát; để xây dựng cho mình một hải đảo tự thân và để là chỗ nương tựa vững chắc - nương tựa nơi Pháp bảo như lời Phật dạy: *"Các con phải là hải đảo của riêng mình. Các con phải tự mình thấp đốc lên mà đi, thấp lên nơi giáo pháp, mà không thấp lên bất cứ nơi đâu. Các con phải tự mình quay về nương tựa, nương tựa nơi Giáo pháp mà không nương tựa bất cứ nơi đâu."*

Quả thật hạnh phúc cho một đời sống thế thường, sự bình an cho một tâm hồn tìm cầu giải thoát, quý Phật tử đã có được niềm vui khi nếm được hương vị giáo pháp giải thoát và có được không khí của gia đình một chân hạnh phúc. Chân hạnh phúc ở chỗ là quý Phật tử tu học Phật pháp rồi áp dụng vào đời sống hằng ngày theo lời Phật dạy, trên thuận dưới hòa, hiểu thảo, thương yêu. Và giải thoát ở chỗ là quý Phật tử đã dứt bỏ mọi ràng buộc gia đình để học hạnh ly dục. Quý Phật tử tu học Phật pháp để thấy được tinh thần bình đẳng giữa người với người. Tinh thần tôn trọng lẫn nhau được bảo vệ mà không có sự chèn ép, hiếp đáp hoặc khinh khi như một xã hội giai cấp và nô lệ.

Đức Phật dạy:

*"Là cùng đing không phải do sanh trưởng  
 Là Bà La Môn không phải do sanh trưởng  
 Do hành động, người này là cùng đing  
 Do hành động, người kia là Bà La Môn."*

Phật pháp dạy cho con người hiểu được như vậy.

Kính bạch Quý Ngài,

Kính thưa Quý Phật tử,

Thay mặt Ban Tổ Chức, chúng con hân hoan cung đón Chư Tôn Đức giáo phẩm Tăng Ni, quý Ngài vì tinh thần tu học Phật pháp của quý Phật tử mà quang lâm về đây để giảng dạy, hướng dẫn, trao truyền Phật pháp cho hàng nam nữ cư sĩ tại gia. Chúng con vô cùng thậm tạ tấm lòng bất tử bị quyền ấy. Thành kính dâng lễ và kính chúc quý Ngài pháp thể khinh an, đạo quả viên thành.

Đồng chia sẻ niềm vui của người học Phật, chúng tôi trân trọng kính chào toàn thể quý học viên Phật tử, đã thể hiện tinh thần cầu học Phật pháp một cách chân thành như ngày hôm nay.

Kính chúc liệt quý vị tinh tấn tu học để giặt hái nhiều thành quả tốt đẹp mỹ mãn và luôn nguyện là từ bi quyền thuộc của nhau.

Trân trọng tuyên bố khai mạc Chương trình Khóa tu học Phật pháp Bắc Mỹ lần thứ III năm nay.

THÍCH NGUYÊN SIÊU

## TƯ TƯỞNG PHẬT HỌC

# GIÁO LÝ DUYÊN KHỞI

## MƯỜI HAI NHÂN DUYÊN

*Thích Hạnh Đức*

(Đề cương bài giảng cho Khóa Học Phật Pháp Bắc Mỹ)



### 1. Mười hai nhân duyên là gì?

Giáo lý Mười hai nhân duyên hay Duyên khởi là một trong những luận điểm chính của tư tưởng Phật Giáo, giải mã nguyên nhân của đau khổ và con đường đoạn diệt khổ đau. Phải hiểu theo ý nghĩa này mới có thể soi chiếu đúng tinh thần Phật Giáo, mặc dầu chúng ta có thể dựa vào Mười hai nhân duyên để lý giải những hiện tượng như nghiệp, luân hồi, tái sanh, nhân quả... Thuyết Mười hai nhân duyên lý giải rằng tất cả các pháp đều do duyên sinh. Vì cái này có mặt nên cái kia có mặt. Chúng vận hành tồn tại tương quan mật thiết với nhau qua mười hai móc xích tạo thành một vòng tròn khép kín đó là *vô minh, hành, thức, danh sắc, lục nhập, xúc, thọ, ái, thủ, hữu, sanh, lão tử*.

Mười hai nhân duyên truyền nối nhau liên tục trong suốt ba đời, giống như một dây xích không có đầu mối, như một vòng lửa không biết đầu là khởi điểm. Như vậy, **vô minh** là gốc rễ, nhưng không phải là nguyên nhân đầu tiên của chuỗi liên kết đó, bởi vô minh cũng do duyên sinh. Vô minh là không sáng suốt, đó là những điều mê hoặc che lấp chơn tâm diệu tánh, không có sự soi sáng của trí tuệ. Nghĩa là trí tuệ vẫn hiện hữu nơi mỗi người nhưng vì bị vô minh ngăn che nên không thể chiếu sáng để thấy rõ bản chất của các pháp. Cũng như mặt trời bị mây che nên trời đất u ám. Mây tan, mặt trời lại chiếu sáng với ánh sáng vốn có của nó.

Vì vô minh nên có **hành** sanh khởi. Hành tùy thuộc vào vô minh mà phát sanh, với đặc tính đưa đến sự tái sinh. Hành nói đơn giản là hành động thiện và bất thiện, nó biểu hiện qua thân, khẩu, ý. Hành động thiện và bất thiện là do nghiệp của vô minh chi phối. Khi con người không quán chiếu, không sáng suốt tỏ rõ sự vô thường vô ngã của đời sống, có chấp vào những điều hư ảo thì sẽ tạo nghiệp. Nghiệp đó chính là hành. Như vậy, vô minh và hành thuộc về nhân quả khứ. Do vì mê hoặc mà con người gây ra hành nghiệp nên nói vô minh duyên hành. Từ nơi hành động mà sanh ra thức. Như vậy thức là gì?

**Thức** tùy thuộc hành nghiệp trong kiếp quá khứ mà phát sanh. Nói cách khác, thức tùy thuộc nơi nghiệp thiện hay bất thiện của kiếp quá khứ mà thức được tạo điều kiện phát sinh trong kiếp hiện tại. Trong cái thức ấy có ngủ ngầm tất cả những cảm giác đã thọ, những đặc tính và những khuynh hướng riêng biệt trong dòng đời đã qua của một cá nhân. Sự có mặt của một con người được bắt đầu trong khoảnh khắc kỳ diệu từ tinh cha huyết mẹ hợp thành. Đó là nấc tâm thức cuối cùng của kiếp trước vừa chấm dứt thì nấc tâm thức đầu tiên của kiếp hiện tại được hình thành, giữa hai luồng tư tưởng ấy chúng ta gọi là tái sinh. Vậy từ khi có thức phát sanh thì ngay theo đó

danh sắc cũng bắt đầu sanh khởi.

Ở đây **danh** là chỉ cho thức A-lại-da, chỉ nghe tên mà không thấy hình tướng. Sắc chỉ phần vật chất hữu hình, tức là tinh cha huyết mẹ hay còn gọi là phôi thai. Thức là thần thức hay gọi là A-lại-da, khi tái sinh thì thức này xuất hiện đầu tiên, nhập vào thai rồi lần lần nảy sinh ra thức kia nên gọi là thức duyên danh sắc. Như vậy một đứa bé trong thai vẫn hội đủ hai phần: hình thể vật chất và thần thức.

**Lục nhập** tùy thuộc vào danh sắc mà phát sinh. Nói khác hơn, đây là một dạng tiềm ẩn của lục thức đưa bé trong bào thai, nghĩa là lục căn của người mẹ tiếp xúc với lục trần sanh ra sự thấy, biết, phân biệt gọi là lục thức. Cái thấy biết đó thâm nhập và ảnh hưởng đến đứa bé. Khi người mẹ sống với tâm hoan hỷ, khinh an thì khi sinh đứa bé có khuôn mặt vui vẻ, thông minh, và khi trưởng thành nó cũng vẫn giữ được bản tính vui vẻ. Nói khác hơn, sắc trần luôn ảnh hưởng đến bào thai qua tư tưởng của người mẹ, ta gọi là lục nhập.

**Xúc** là sự xúc chạm. Nó tùy thuộc vào lục căn mà phát sinh. Đối tượng của lục căn là lục trần: sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp. Lục căn tiếp xúc với lục trần sanh ra lục thức hay nói cụ thể hơn khi mắt tiếp xúc sắc trần thì nhận thức liền phát sanh, trong thời gian giao thoa xúc xuất hiện. Như vậy rõ ràng xúc phát sinh do căn trần hợp lại tạo điều kiện sanh thọ. Đây là quả hiện tại.

**Thọ** là sự nhận chịu, do xúc chạm mà phát sanh sự cảm nhận đó là thọ. Thọ phát sanh từ những xúc chạm của lục căn với lục trần mà sinh ra cảm giác, có thể là hạnh phúc, có thể là khổ đau nhưng cũng có khi vô ký. Giác quan không thể ghi nhận đối tượng của nó nếu không có một loại thức tương ứng. Vậy một khi đủ ba yếu tố (giác quan, đối tượng, thức tương ứng) tức nhân có xúc thì thọ được phát sinh. Đây là quả hiện tại.

**Ái** là sự khát vọng, ham muốn. Do có sự thọ nhận mà phát sanh ra ái. Ái bao gồm tất cả những hình thức khát ái, tham ái, ước muốn, dục vọng, ham muốn, nóng lòng... Khi tiếp xúc một vật sinh ra ba cảm thọ: khổ, vui và vô ký. Nhưng từ thọ chỉ phát sinh ra ái. Ái đây là ái bản ngã chính mình. Dù có thọ nhận cảm giác khổ cũng vì ái bản ngã của mình mới sinh tâm ghét đối tượng. Vì thế ái mang nghĩa rất sâu, có mặt ở ba lĩnh vực của cảm thọ.

Vô minh là nguyên nhân quá khứ tạo điều kiện cho hiện tại. Ái dục là nguyên nhân trong hiện tại tạo điều kiện cho tương lai. Nơi nào có thỏa thích và dục lạc nơi đó có ái và khi bị chướng ngại, nó trở thành phiền, hận và trở nên bất mãn. Con người mãi chạy theo lạc thú không ngừng, bám lấy những đối tượng tương ứng với lục căn nhưng họ không hiểu rằng không có số lượng lục trần nào hoàn toàn thỏa mãn lục căn. Trong sự khát khao mãnh liệt ấy, con



người mong muốn có quyền sở hữu tức là phải làm chủ hoàn toàn. Từ đó phát sinh sở hữu tức thú.

**Thú** là nắm chặt, giữ lấy. Đó là trạng thái tâm luyện ái, bám vào muốn nắm chặt lấy. Như vậy thú là ái ở mức độ cao. Vì thú mà con người phải làm nô lệ cho khát vọng của mình, chìm đắm vào tận cùng của đau khổ giống như con nhộng nằm trong ổ kín tối mờ mà chính nó tạo ra.

**Hữu** do thú mà phát sinh còn gọi là nghiệp. Phần trước ta nói hành là những hành động thiện và bất thiện trong kiếp quá khứ mà có hiện tại. Hữu cũng là hành động thiện và bất thiện nhưng nó chỉ là nghiệp hiện tại tạo điều kiện cho kiếp sống tương lai. Đó là nhân hiện tại.

**Sanh** do hữu mà có. Sanh ở đây không phải là một hành động làm nên mà nó là sự hình thành của năm uẩn trong bào thai mẹ. Sanh còn là sự sống hiện tại vận hành cho đến tương lai. Nó là sự kế tục không ngừng của dòng sông sanh mệnh.

**Lão tử** là mắc xích cuối cùng. Nó tùy thuộc sanh mà phát khởi. Cùng với lão tử từ đó phát sanh ra phiền não và đau khổ, đa sầu tuyệt vọng. Vì sao? Vì đã có sanh tức là có trưởng thành, già chết rồi sanh tiếp nối già chết, già chết tiếp nối sanh. Nó cứ liên tục triển miên như thế. Ngày nào con người còn bám víu vào kiếp sống sanh tồn, chưa thoát khỏi vô minh, ái dục và thú thì cái chết chưa chấm dứt. Cuối cùng nó tiếp tục quay cuồng trong bánh xe sanh tử. Đó là quả vị lại.

## 2. Mối liên hệ giữa mười hai nhân duyên

Khi Phật nói “Vô minh duyên Hành”, nghĩa là Ngài cũng ngầm ý “Hành duyên Vô Minh”, bởi không thể có sự tồn tại riêng rẽ của bất cứ một cá thể nào ngoài thế giới. Đây là mối liên hệ nhân quả hai chiều. Không nên chỉ hiểu rằng Vô Minh sinh ra Hành, rồi đến lượt Hành sinh ra Thức, đến Thức sinh ra Danh Sắc, v.v... Phật nói rằng Vô Minh duyên Hành, tức là Vô Minh có liên hệ nhân quả với Hành, nhưng Phật cũng dạy Hành có liên hệ nhân quả với Vô Minh. Vô Minh quấy động tâm thức, tạo ra những ham muốn, phiền não, tư niệm, ý chí, v.v... Những ham muốn, ý chí, tư niệm đó quay trở lại làm cho Vô Minh càng nặng. Vô Minh duyên Hành nhưng mà Hành cũng duyên Vô Minh, là như vậy.

Chẳng hạn khi ta nói rằng đất nuôi cây tươi tốt, thì ta cũng không quên rằng những hợp chất dinh dưỡng trong cây cũng giúp cho đất ngày thêm màu mỡ. Cho nên, Chúng ta phải thấy được liên hệ mật thiết giữa mỗi nhân duyên với Mười Một nhân duyên còn lại. Cũng vậy, Vô minh là cội rễ nhưng không phải là điểm bắt đầu, Vô minh không chỉ duyên Hành mà còn duyên Thức, duyên Danh Sắc, duyên Lão Tử. Đó là yếu tố đồng thời có mặt của mười hai nhân duyên trong mỗi cá thể, mỗi sự vật mà Đức Phật đã nhấn mạnh. Dấu cho trong một thời điểm nó chỉ biểu hiện hoặc nhân này hoặc nhân kia. Khi nào



Vô minh còn che lấp, thì cái vòng lẩn quẩn ấy, hoặc biểu hiện, hoặc chưa được biểu hiện, vẫn tồn tại đủ mười hai nhân duyên trong mắt xích chưa được cắt đứt. Chỉ khi nào chấm dứt Vô minh, ta mới có thể chấm dứt được vòng luân hồi của khổ đau bất tận.

Như vậy, nếu chúng ta vẽ nên một vòng tròn hay một mạng lưới Mười hai nhân duyên, thì cách biểu hiện một chiều phát sanh là chưa đủ, mà cần vạch rõ mối liên hệ giữa mỗi chi phần với mười một chi phần còn lại, cũng như sự tương tác giữa các chi phần với nhau, cái này tương tác với cái kia trở thành một vòng tròn bất tận.

Tuy nhiên, điểm độc đáo của Thuyết Mười hai nhân duyên chính là sự tận diệt vòng xoáy đó, bằng lực bé của bất kỳ một nhánh nào trong 12 chi phần. Tại sao lại như vậy? Tại vì trong bất cứ chi phần nào cũng đều có mặt của Vô Minh. Có Vô Minh thì Thức mới là Thức, Thức không là Trí. Có Vô Minh là Ái mới là ái, Ái không là Từ bi, Hỷ xả. Có Vô Minh Lão tử mới là Lão tử, Lão tử không là Niết bàn. Như vậy, vòng tròn 12 nhân duyên được Đức Phật lý giải từ Vô minh, từ nguồn gốc của đau khổ. Nhưng khi đập tan Vô minh thì phần Minh lại chói rọi, vòng luân hồi 12 nhân duyên sẽ thay đổi những cặp phạm trù đối lập. Vô Minh tương tức với tất cả Mười Một chi phần khác. Vô Minh tương nhập vào tất cả Mười Một chi phần khác. Vô Minh không phải chỉ nằm ở quá khứ, Vô Minh có mặt bây giờ và ở đây, trong mỗi tế bào, trong mỗi tâm hành của chúng ta. Trong đời sống hằng ngày phải nhận diện Vô Minh, nhận diện sự có mặt của Vô Minh thì mới là sự thực tập chân chính.

## 3. Ý nghĩa của Giáo lý Mười hai nhân duyên

Khi Phật hệ thống lại mười hai nhân duyên là Ngài đã mở cho chúng ta một con đường sáng. Công năng của nó là phá tan vòng duyên khởi lẩn quẩn sanh tử đồng thời hiểu được mười hai nhân duyên là hiểu được đầu mối các nguyên nhân căn bản chi phối mọi sinh hoạt của chúng sinh trong vũ trụ. Như vậy đối với các pháp trong thế gian ta không còn vướng mắc, không câu chấp, xả bỏ tất cả nhưng trong thực tại không một pháp nào được xả bỏ. Đó là điều mà Đức Phật muốn nói với chúng ta và chính Ngài đã thực hiện chân lý ấy ngay trên bản thân mình mà thành tựu tự ngã, với tinh thần Phật pháp bất ly thế gian. Như đóa sen sống trong bùn như vẫn vươn lên tỏa hương sắc rạng ngời. Tự ngã ở đây là tự ngã chân thật bao hàm vạn pháp mà vạn pháp do nhân duyên sinh khởi. Nhân duyên sinh khởi ấy chính ở ngay trong cái tâm bình thường của mỗi chúng sinh.

Học tập về khổ đau và con đường giải thoát khổ đau, về Tứ diệu đế và thực hành Bát Chánh Đạo trong đời sống hằng ngày, đó là cách để mỗi Phật tử chúng ta tự mình phá tan Vô Minh, bẻ gãy vòng luân hồi đau khổ để có được đời sống an lạc, tinh tấn.

## TƯ TƯỞNG PHẬT HỌC

## HỌC HẠNH BỒ TÁT

*Thích Nữ Chúc Hiểu*

Thông thường, hàng đệ tử Phật chúng ta, mỗi khi thấy ai làm việc gì tốt thường nói là người đó có tâm Bồ tát. Chỉ cần thấy một người nào thể hiện lời nói tốt, hành động tốt đều gọi đó là hạnh nguyện Bồ tát. Hầu như hình ảnh vị Bồ tát luôn ban vui cứu khổ đã hòa nhập và ăn sâu vào trong lòng mọi người con Phật. Dầu biết rằng còn có ít người, có lẽ cũng chưa hiểu thấu trọn vẹn ý nghĩa của hai chữ Bồ tát, nhưng hình ảnh hiền hòa của vị Bồ tát đã trở thành biểu tượng không thể thiếu của người con Phật chúng ta.

Vậy, để định hình chính xác về hình ảnh Bồ tát đó, chúng ta cần hiểu rõ đôi nét về ý nghĩa Bồ tát trong đạo Phật.

Bồ tát (Bodhisattva), tên đầy đủ là Bồ-đề-tát-đòa, dịch là Đại đạo tâm chúng sinh, Đạo chúng sinh; là Đại Giác hữu tình, Giác hữu tình... nghĩa là người có đại tâm cầu đạo. Các vị đại Bồ tát đối với chí nguyện "trên cầu Phật đạo, dưới nguyện hóa độ chúng sinh," thể hiện bằng "tứ hoằng thệ nguyện":

1. Chúng sanh vô biên, thệ nguyện độ: Xin nguyện độ hết thảy vô biên chúng sanh. Đây là lấy Khổ để làm duyên mà phát nguyện.

2. Phiền não vô tận, thệ nguyện đoạn: Xin nguyện dứt hết vô số phiền não. Đó là lấy Tập để làm duyên mà phát nguyện.

3. Pháp môn vô tận, thệ nguyện học: Xin nguyện học hết vô tận pháp môn. Đó là lấy Đạo để làm duyên mà phát nguyện.

4. Phật đạo vô thượng, thệ nguyện thành: Xin nguyện chứng thành quả vị Phật vô thượng. Đó là lấy Diệt để làm duyên mà phát nguyện.

Đối với thân tâm mình, chư Bồ tát phát bốn điều nguyện lớn như sau:

1. Tâm như đại địa: Nguyện tâm mình như đất lớn, để có thể nuôi lớn chúng sinh đều được thành chánh quả.

2. Tâm như kiều thuyền: Nguyện tâm mình như chiếc cầu, con thuyền để đưa chúng sinh sang bên bờ kia.

3. Tâm như đại hải: Nguyện tâm mình như bể lớn, để nuôi chứa chúng sinh trong chỗ chân nguyện.

4. Thân như hư không: Nguyện thân mình như hư không bao hàm hết thảy vạn vật, cùng với chúng sinh bình đẳng vô nhị.

Đối với chúng sinh, chư Bồ tát phát bốn điều thệ nguyện lớn như sau:

1. Vị độ giả, linh độ: Ai chưa được độ, thì khiến được độ.

2. Vị giải giả, linh giải: Ai chưa hiểu, thì khiến được hiểu.

3. Vị an giả, linh an: Ai

chưa được an, thì khiến được an.

4. Vị Niết bàn giả, linh niết bàn: Ai chưa được Niết bàn thì khiến được niết bàn.

Đó là nói về công hạnh chung của các vị Bồ tát thực hiện. Nếu đi sâu vào hạnh nguyện của từng vị, mỗi vị có một hạnh nguyện khác nhau, nhưng tựu trung đều không ngoài ý nghĩa ban vui cứu khổ cho chúng sanh. Hạnh nguyện của những vị Bồ tát tiêu biểu thể hiện như sau:

1. **Di Lạc Bồ tát:** Di Lạc, Tiếng Phạn gọi là Maitreya Bodhisattva, dịch là A Đạt Da (Adjita), căn cứ theo lời Đức Phật Thích Ca Mâu Ni nói ra khi ngài thuyết pháp, thì hiện nay Đức Di Lạc Bồ tát còn ở trên tầng trời Đâu Suất, đợi đến ngày giáng sinh làm người ở trần gian để tu thành Phật, tức là một vị Phật tương lai nối sau đức Thích Ca Mâu Ni.

Di Lạc Bồ tát khi chưa thành Phật, vẫn luôn lấy lòng từ bi mà phổ độ chúng sinh, cho nên mọi người thờ Ngài cũng như thờ một vị đã thành Phật. Thông thường ở chùa hay thờ Đức Di Lạc ngồi giữa, bên tả có Đức Pháp Hoa Lâm Bồ tát, bên hữu có đức Đại Diệu Tướng Bồ tát, gọi chung là Di Lạc tam tôn.

2. **Quán Thế Âm Bồ tát:** Kinh Pháp Hoa nói: "Khổ não chúng sinh, nhất tâm xưng danh, Bồ tát tức thị quan kỳ âm thanh, giai đắc giải thoát. Dĩ thị danh Quán Thế Âm." Nghĩa là những chúng sinh bị khổ não mà nhất tâm đọc danh hiệu Quán Thế Âm Bồ tát, tức thì Ngài nghe âm thanh của chúng sinh mà độ cho giải thoát. Bởi thế gọi tên ngài là Quán Thế Âm.

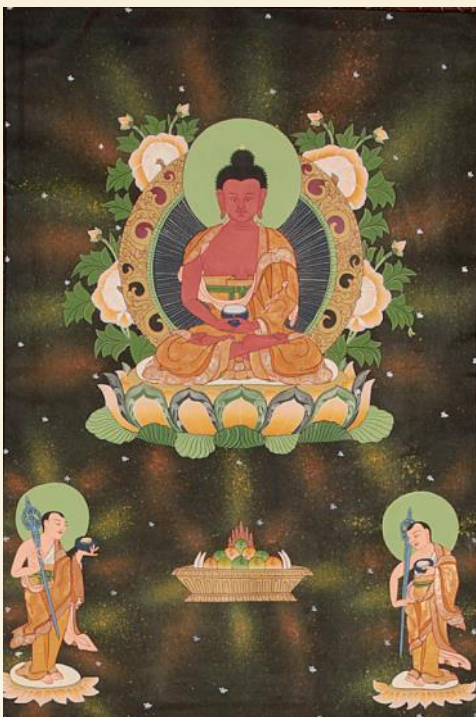
Quán Thế Âm sở dĩ có danh hiệu ấy là do một vị Phật đã thụ ký cho Ngài, cho nên chính Ngài đã nói trong Kinh Lăng Nghiêm: "Về vô số kiếp đời xưa có Đức Phật ra đời hiệu là Quán Thế Âm Như Lai. Ta đến trước Phật mà phát Bồ Đề tâm. Phật dạy ta theo ba phép: Văn, Tư, Tu, nghĩa là nghe lời giảng dạy, suy nghĩ về đạo lý, và tu hành mà vào tam ma để (Samadhi). Phật khen ta công đức viên thông pháp môn và tức thì ở ngay chỗ đại hội thụ ký cho ta cái hiệu là Quán Thế Âm". Như thế, Ngài được lấy danh

hiệu của Bổn Sư ban cho làm danh hiệu của Ngài.

3. **Đại Thế Chí Bồ tát:** Đại Thế Chí Bồ tát tiếng Phạn là Mahasthanaprata Bodhisattva, cùng với Quán Thế Âm trợ giúp Đức Phật A Di Đà tế độ chúng sinh.

Trong kinh Lăng Nghiêm có nói: "Về vô số kiếp đời xưa, có Đức Phật hiệu là Siêu Nhật Nguyệt Quang Như Lai ra đời, dạy ngài tu phép niệm Phật tam muội, thu cả lục căn là: nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý, định tâm chuyên nhất về việc niệm Phật, bởi thế tâm khai, ngộ đạo viên thông, được danh hiệu là Đại Thế Chí".

Trong Kinh Quán Vô Lượng Thọ, tán thán công đức của đức Đại Thế Chí Bồ tát rằng: "Ngài đem ánh sáng trí tuệ soi khắp hết thảy, khiến chúng sinh đều thoát khỏi ba nơi ác đạo, là cái sức mạnh vô thượng". Bởi do công đức của Bồ tát Đại Thế Chí to lớn như vậy, cho nên Văn Thế Thiên sư làm bài Tán Định Tây Phương Nguyên Văn: "Đức Phật





*A Di Đà với Đức Phật Quan Thế Âm và đức Đại Thế Chí cùng các đấng hiền thánh, phóng hào quang ra mà tiếp dẫn chúng sinh giắt tay để huề, chỉ trong một khắc là người mệnh chung được về cõi cực lạc".* Do vậy mà ở các chùa bày Tượng đức Đại Thế Chí và Đức Quan Thế Âm đứng hai bên tả hữu đức A Di Đà, gọi là hai vị Nhiếp Sĩ.

Nói chung, về hạnh nguyện tu tập, độ sanh của mỗi vị Bồ tát tuy thể hiện dưới những hạnh nguyện khác nhau như thế, nhưng không ngoài tinh thần Lục Độ, nói đầy đủ là lục độ Ba la mật.

Lục độ tức sáu điều cứu thoát: Bố thí, trì giới, nhẫn nhục, tinh tấn, thiền định, trí tuệ. Sáu điều này có công năng chuyển dữ xấu thành hay tốt nên gọi là Lục độ. Vì vậy dùng Lục độ để độ lục tặc. Bồ thí độ xan tham, trì giới độ phá giới, nhẫn nhục độ sân giận, tinh tấn độ giải đãi, thiền định độ tán loạn, trí tuệ độ ngu si.

Lục độ Ba la mật là pháp tu của hàng Bồ tát, được hiểu một cách khái quát là sáu phương tiện đưa người qua bờ bên kia, tức từ bờ mê qua bờ giác. Tuy nhiên ý nghĩa "qua bờ kia" cũng chưa diễn đạt hết sự tinh túy của từ Ba la mật. Vì hàng Bồ tát không chỉ an vị tại bến bờ giác ngộ, mà mục đích tu hành của Bồ tát thừa là một mặt tự hoàn thiện mình, một mặt cứu độ chúng sinh. Các ngài làm tất cả các Phật sự nhưng không có tâm mong cầu kết quả, không chấp trước vào người làm, vào phương tiện làm và vào chúng sinh là đối tượng của việc làm. Đây chính là ý nghĩa tam luân không tịch, là vô sở cầu, vô sở đắc.

Ba la mật cũng là mật hạnh, đại hạnh của Bồ tát. Với trí tuệ, Bồ tát thấy tất cả chúng sinh đều có Phật tánh, nhưng do mê muội không nhận ra, nên mãi tạo nghiệp và trầm luân trong sanh tử. Vì thế, Bồ tát phát khởi lòng từ bi, nguyện độ tận chúng sinh trong ba cõi sáu đường. Có từ bi, các ngài sẽ có đủ hùng lực, dùng mọi phương tiện quyền xảo, tùy căn cơ giáo hóa chúng sinh, dù bao nghịch cảnh vẫn không thối chí.

Ba la mật còn có nghĩa là cứu cánh, rốt ráo. Mục đích cuối cùng của đời tu, cũng như bản hoài của chư Phật đối với tất cả chúng sanh là nhận ra và hằng sống với bản tâm thanh tịnh thường nhiên của chính mình. Đó là Phật tánh, chân tâm, bản lai diện mục... Nhận ra tánh giác là chánh nhân thành Phật, hằng sống trọn vẹn với tánh giác là viên mãn Phật quả.

Hạnh nguyện của Bồ tát lợi ích chúng sanh là như vậy. Hàng đệ tử Phật chúng ta muốn tu hạnh Bồ tát, thì ngoài mười điều thiện, phải tu tập pháp "Lục Độ Ba La Mật", và cụ thể là thể hiện bằng tất cả tấm lòng, lấy lợi ích tha nhân làm đầu, làm thêm thặng tu tiến. Có thể nương theo hạnh nguyện của Đức Di Lạc Bồ tát, luôn lấy lòng từ bi mà phổ độ chúng sinh; theo hạnh nguyện của Ngài Quán Thế Âm Bồ tát, nghe âm thanh của chúng sinh mà độ cho họ giải thoát; theo hạnh nguyện của Ngài Đại Thế Chí Bồ tát, đem ánh sáng trí tuệ soi khắp các nơi, khiến chúng sinh đều thoát khỏi ác đạo... Mỗi người con Phật chúng ta học hiểu được hạnh nguyện Bồ tát rồi, hãy tùy theo sở nguyện, sở trường của mình mà thể hiện tâm Bồ tát, làm lợi ích cho đời và đạo. Được như vậy thì đạo quả Bồ đề sẽ chứng nên, hoa trái giác ngộ sẽ tỏa hương thơm ngát khắp muôn nơi.



## SÔNG ĐỜI

*ta mang áo rộng vai chùng  
vòng tay vô lượng ôm trùm bóng không  
nay về nhìn lại dòng sông  
thấy con mắt đắm mờ trông bóng mình  
nửa đời bóng đứng lặng thinh  
bỏ ta đứng tung câu kinh giữa trời  
rũ tà áo mộng ra phơi  
trôi qua biển rộng hát lời vãn ca  
buồn chi con nước phù sa  
giờ đây sông đã bỏ xa cội nguồn  
cuối đời sông rũ bóng tuôn  
thiên niên sóng vỗ ngời thương sông đời.*

## TÓC NHÒE ĐIỂM SƯƠNG

*đêm nằm nghe tiếng thở khan  
u mê bóng cũ hoang mang hiện về  
ôm trăng dấu nguyệt sau hè  
sáng ra bóng dậy, tóc nhòe điểm sương*

*ta nhìn kẻ lạ trong gương.*

## NÀM NGHE LÁ THỜ

*nằm nghiêng nghe lá thờ dài  
cỏ xưa còng ngậm gót hài em qua  
chiều về núi ngả nghiêng. ta  
bâng khuâng nhìn đá nở hoa trên đồi  
sương nhòe cuốn lừng bóng cội  
đá không biết khóc...  
... ừ thôi cũng đành.*



## NGUYỄN TƯ PHƯƠNG



**CÁC LỚP HỌC TRONG KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN 3  
TỪ 9 -11/8/2013 TẠI TOWN & COUNTRY RESORT HOTEL, SAN DIEGO, CALIF.**





**CÁC LỚP HỌC TRONG KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN 3  
TỪ 9 -11/8/2013 TẠI TOWN & COUNTRY RESORT HOTEL, SAN DIEGO, CALIF.**





# CHỈ BẤY NHIÊU THÔI

*Thích Hạnh Tuệ*

Người dân Nha Trang có câu Ca Dao:  
*Ai về viếng cảnh Khánh Hoà,  
 Long Sơn nên ghé, Tháp Bà đừng quên,  
 Kim thân Phật tổ nhớ lên,  
 Nhìn ông Phật trắng ngồi trên lưng trời.*

Ngôi Chùa Long Sơn - Tỉnh Hội Nha Trang, Việt Nam nổi tiếng xưa nay bao nhiêu thì ngược lại, vị trụ trì là Ôn, ít người biết tới bấy nhiêu. Ôn sinh ra tại Huế rồi đi xuất gia từ thuở nhỏ, học hỏi Phật pháp và lớn lên trong ngôi Già lam này, rồi kế thừa tiền nhân làm Trụ trì nơi đây, và bây giờ viên tịch cũng tại chỗ này.

Chỉ bấy nhiêu thôi, từ lúc trẻ thơ, rồi lớn lên, rồi chết đi, không rời nơi đã đến... mấy ai trong đời nay làm nổi!

Chỉ bấy nhiêu thôi, tạo nên hành trạng và dấu ấn tuyệt bích trong dòng sinh mệnh của Phật Giáo Việt Nam.

Chỉ bấy nhiêu thôi, tạo nguồn cảm hứng cho bao đứa con còn bôn ba, biết dừng lại quay về.

Sau 49 ngày của Hòa Thượng Bôn sư Thích Quảng Tâm, con đến thăm và đánh lễ Ôn vào chiều ngày 22/7/2010. Ôn ngồi nơi chiếc xích đu cũ kỹ. Lót trên chiếc xích đu này không phải là nệm êm mà là chiếc chiếu xác xơ. Cái ghế đầu vuông lem luốt làm bàn. Chiếc bình trà cũng cũ mèm mề miệng. Bình, tách và đĩa lót tách trà không đồng bộ với nhau. Quanh Ôn không còn gì quý hơn sâu chuỗi hạt bồ đề. Ôn luôn cầm, niệm Phật!

Đó là lần gặp duy nhất mà con được phước đánh lễ và hầu thăm Ôn.

Và chỉ bấy nhiêu thôi, để con cảm nhận được rằng, Ôn là bậc Thầy cao quý của sự mộc mạc, đôn sơ... đến quê mùa mà tấm lòng tràn đầy chất liệu từ bi, bao dung, an lạc... hiếm có trong đời.

Chỉ bấy nhiêu thôi mà một đời con không làm nổi.

Con kính đánh lễ Giác linh Ôn.  
 Con **Hạnh Tuệ**



## LONG SƠN IN BÓNG

Thành kính đánh lễ Giác linh  
 Đại Lão Hòa Thượng thượng Chí hạ Tín

*Hình dung La hán hiện thân,  
 Đôi mày đại lão vô ngân oai nghi.  
 Một đời đạo hạnh từ bi  
 Long Sơn in bóng những khi đi-về...  
 Tay lần chuỗi hạt bồ đề,  
 Chỗ ngồi phương trượng bốn bề lặng yên.  
 Thầy đi lặng lẽ an nhiên,  
 Trăng Trung thu rọi vườn thiên rưng rưng.*

Đệ tử

**TÂM CHƠN –  
 TÔN NỮ THANH YÊN**

Kính bái





# TU SĨ VÀ LUẬT DI TRÚ TẠI HOA KỲ

## GIẢI ĐÁP THẮC MẮC (tiếp theo)

Tổng Vụ Pháp Chế GHPGVNTNHK thực hiện

**HUỲNH TẤN LÊ** biên soạn



Trong bài viết hôm nay chúng tôi xin tiếp tục đưa lên đây một số câu hỏi mà hằng ngày quý Tăng Ni, các chùa thường hay hỏi và cũng là thắc mắc chung của hầu hết mọi người.

**Câu hỏi 13.** Xin được tiếp tục câu hỏi số 1 trong phần giải đáp thắc mắc vì có nhiều vị đã đặt câu hỏi tương tự nhưng vấn đề khác nhau. Câu hỏi số 1 trước đây là: Tôi đến Hoa Kỳ theo diện R1 do chùa A đứng ra bảo lãnh, sau một thời gian tôi cảm thấy không thích hợp với chùa này và muốn di chuyển đến chùa B, nơi đây họ sẽ tiếp tục lo giấy tờ cho tôi. Việc tôi dời đi chùa khác có trở ngại gì không?

**Trả lời:** Đương nhiên là có nhưng có thể giải quyết được. R1 mà Sở Di Trú cấp cho quý vị có ghi tên chùa A. Ở bên dưới cùng của Visa cũng có ghi tên chùa A nữa, nghĩa là quý vị chỉ được làm việc tại chùa A mà thôi. Bây giờ di chuyển sang chùa B thì phải xin lại R1 mới. Một điều quan trọng ở đây là thời gian liên tục hai năm trước ngày nộp đơn R1 mới này phải được chứng minh. Dĩ nhiên thời gian ở VN thì quá tốt rồi vì có giấy chứng nhận cho tới ngày lên máy bay, còn thời gian ở chùa A thì làm sao có được giấy chứng nhận của vị trụ trì chùa A chứng nhận từ ngày đến Hoa Kỳ tới bây giờ làm việc liên tục đến lúc nộp đơn. Có như vậy thì việc xin R1 tại chùa B mới có kết quả.

Hôm nay chúng tôi muốn phân tích tại sao có sự đổi chùa vì đây là một vấn đề lớn cho chùa bảo lãnh cũng như tu sĩ và hơn nữa hiện tại việc này xảy ra rất nhiều. Thật ra không một ai muốn có sự thay đổi lớn này để làm phiền lòng Phật tử cũng như vị trụ trì chùa A và về phía người tu sĩ mới đến cũng sẽ gặp nhiều khó khăn trong buổi ban đầu. Có những lý do vô cùng khách quan mà không có thể trách ai được.

Lý do đầu tiên mà người tu sĩ khi mới đến Hoa Kỳ ai cũng muốn tiếp tục làm giấy tờ ngay mặc dù họ có thời gian trong R1 từ 2 năm rưỡi đến 3 năm và có thể gia hạn một lần nữa tổng cộng đến 5 năm cho mỗi lần đến Hoa Kỳ. Luật lệ của Sở Di Trú không đòi hỏi phải làm giấy tờ ngay khi mới đến mà trong suốt thời gian 3 năm này lúc nào cũng được. Tuy nhiên không ai có thể chờ lâu, lâu ở đây là 6 tháng, là một năm. Người ở Hoa Kỳ thì muốn có thời gian để tìm hiểu thêm về người tu sĩ vì khi xin có thể xanh thì có lúc mình sẽ giao quyền cho họ coi ngó chùa hay lãnh đạo nữa. Không những vị trụ trì cần tìm hiểu mà nhiều Phật tử thân cận của chùa cũng tìm hiểu. Sự thông cảm lẫn nhau trong trường hợp này kéo dài từ 6 tháng đến một năm là thường. Khi thời gian kéo dài như thế này thì người tu sĩ phải tìm đường ra đi. Thực tế sự ra đi đến một chùa khác có tốt hơn hay không là một việc hoàn toàn mới và chưa có lời giải. Khi đã có ý định này trong đầu thì làm sao người tu sĩ làm việc tận lực, tận tâm được và nhất là trong khi bao nhiêu người đang "lượng giá" mình.

Sở dĩ có vấn đề này vì việc đối thoại (communication) mà người Việt Nam ít khi xài đến. Vị trụ trì cần phải communicate với người tu sĩ lúc còn ở Việt Nam hay nước khác trong lúc đang làm R1. Phải nói cho họ biết là khi đến Hoa Kỳ sẽ như thế nào, sẽ có thời gian làm việc thử thách 6 tháng hay một năm rồi mới tiếp tục xin giấy tờ hay đến nơi là tiếp tục xin liền. Sẽ đi học Anh văn hay tiếp tục học ở đâu, lúc nào sẽ bắt đầu đi học. Mỗi tháng chùa sẽ giúp gì cho họ hay chỉ cần để Phật tử giúp cho họ thôi, chùa chỉ lo ăn uống và chỗ ở. Sẽ làm việc như thế nào, và chương trình làm việc hằng tuần ra sao. Chùa tại Hoa Kỳ đang có những ai và làm việc như thế nào. Nếu những chi tiết đơn giản này được trao đổi trước thì việc đổi chùa ít xảy ra hơn.

Lý do thứ hai cho dù có đối thoại trước nhưng đây là sự đụng chạm lớn của hai hay ba nền văn hoá hoàn toàn khác biệt nhau. Khi đối diện với một nền văn hóa hoàn toàn mới thì sự khó khăn cho người tu sĩ mới đến là một khủng hoảng có xảy ra. Nếu vị trụ trì tại Hoa Kỳ là những vị đã tốt nghiệp trước năm 1975 thì chính họ đã hấp thụ nền văn hoá của Việt Nam Cộng Hoà, những vị sinh ra và lớn lên sau ngày mất nước thì hấp thụ nền văn hoá xã hội chủ nghĩa. Cả hai phải đương đầu với một nền văn hoá phương tây mà có thể vị trụ trì cũng đã làm quen nhiều rồi. Họ chưa sẵn sàng với một lối làm việc mới tại Hoa Kỳ, một lối làm việc hoàn toàn khác với Việt Nam bây giờ. Sự đụng chạm là một yếu tố tất nhiên nhưng mấy ai đã nghĩ đến những yếu tố khách quan này để rồi không phải đổ tội lên người mới đến hay vị trụ trì. Sự thật là ai cũng cố gắng vượt qua khó khăn này. Chưa có một bài viết nào nói về sự chuẩn bị cho người tu sĩ trước khi ra đi khỏi nước. Thật vậy ai cũng ra đi với lòng hớn hởi vui mừng và hy vọng cho một tương lai huy hoàng, sẽ học hành thành tài, trả ơn Thầy tổ, giúp cho mái chùa đã cứu mạng mình và độ được chúng sanh, đàn na tín thí ... Chắc chắn mỗi một Tăng Ni ai cũng có tâm tình và hoài bão đó. Viết lên lời này chúng tôi muốn kêu gọi quý Tăng Ni đã đi trước, đã thành công có những bài viết về kinh nghiệm bản thân của mình gửi về trong nước đăng trên các tập san để quý Tăng Ni sau này có dịp đọc và chuẩn bị như một hành trang trước khi ra đi. Nếu họ chuẩn bị sẵn sàng, chấp nhận mọi khó khăn thì sự thành công của họ không phải là việc khó.

Trong lần sau sẽ tiếp tục câu hỏi thứ 14. Mọi sự phê bình, bổ túc, cần hỏi thêm và đề tài đề nghị xin liên lạc Tòa Soan Báo Chánh Pháp hay điện thư [drlehuynh@gmail.com](mailto:drlehuynh@gmail.com) hoặc gửi thư về Tổng Hội Cư Sĩ Phật Giáo số 1612 N. Spurgeon Street, Santa Ana, CA 92701.

# VÀI Ý NGHĨ VỀ HOẰNG PHÁP Ở XỨ NGƯỜI

*Cư Sĩ Nguyễn Giác*

Mùa lễ Vu Lan vừa mới qua đi. Những buổi lễ lớn, các nhạc hội, và các khóa tu... đã được tổ chức hoàn mãn ở nhiều chùa tại hải ngoại. Điều chú ý là ở hầu hết các chùa, người già nhiều hơn trẻ, và rồi người trẻ nhiều hơn là thiếu nhi. Đây là điểm để quan ngại về tương lai Phật Giáo VN tại hải ngoại. Trong khi một số chùa có Gia Đình Phật Tử đồng các em tham dự, một số chùa lại không có sinh hoạt này, nghĩa là không có trẻ em, chỉ trừ các em theo ba mẹ tới chùa.

Một số sinh hoạt khác như đại nhạc hội (nổi bật có Nhóm Hương Thiên thực hiện mỗi năm), hay như bữa cơm gây quỹ xây chùa, hay như khóa tu... người cao niên lúc nào cũng đông hơn người trung niên, và rồi người trung niên đông hơn thanh niên, và rồi thanh niên đông hơn thiếu nhi. Ngay như tổ chức Giới Trẻ Mây Tử, cũng là trung niên và thanh niên hầu hết. Lôi kéo thiếu nhi vào chùa thật không dễ.

Không phải vì các em thiếu nhi bận đi học: vì ba tháng hè vẫn chưa kết thúc, phải qua tuần lễ đầu tháng 9, các học trò tiểu học và trung học California mới tựu trường. Nghĩa là, có thể hiểu rằng, có vấn đề là, đa số các em không bước vào chùa, không tham dự các sinh hoạt nhà chùa. Lý do dĩ nhiên là nhiều, nhưng không thể nói rằng trong ba tháng hè, các em bận học.

Cũng không phải lỗi các chùa, vì hầu hết Tăng Ni Cư Sĩ có vẻ như đều đã tận lực; tứ chúng như đường đã làm hết sức của họ. Và có khi, có vẻ như đã làm quá sức.

Những chương trình trên đài phát thanh và TV không phải là thiếu. Có thể gọi là nhiều nữa; các chương trình đã chiếm nhiều năng lực của tứ chúng, và cũng tốn thêm tiền thuê giờ trên các đài. Tuy hiệu quả không đo lường được rõ ràng, nhưng hẳn là có lợi ích không nhiều thì ít.

Chỉ có điều thấy rõ, người nghe các giờ Phật pháp trên các đài phát thanh và TV đa số là người lớn. Các bài thuyết pháp tại chùa, thuyết pháp trên đài phát thanh và TV hầu hết cũng có vẻ nhắm đối tượng là cho thính giả cao niên.

Quý Tăng Ni khi thuyết pháp, dù ở chùa hay trên đài, thường sử dụng ngôn ngữ chuyên môn, nhiều chữ Việt-Hán, thậm chí giới trung niên ở hải ngoại không chắc đã hiểu hết. Hãy nhớ rằng, giới trung niên có khi tiếng Việt chỉ đủ để nghe và nói, chưa chắc đã đọc tiếng Việt lưu loát.

Còn khi tụng kinh thì âm chữ thường khó nhận ra, cho nên cũng là một dạng bí hiểm hóa.

Chư Tôn Đức đã tận lực hoằng pháp trong nhiều cách. Trong mùa Vu Lan vừa qua, chúng ta có thể khám phá rằng nhiều vị Tăng Ni đã làm thơ, và rồi thơ được nhiều nhạc sĩ phổ nhạc. Nghĩa là, hoằng pháp bằng nghệ thuật. Tuy nhiên, một số ca khúc đó cũng không thích ứng cho giới trẻ, vì chữ nghĩa cao siêu, nói về Thiền hay giáo lý Bát Nhã. Nhạc hay và thơ hay là một chuyện, nhưng quảng bá là cả vấn đề, vì có quá nhiều những hàng rào ngăn cách.

Ngay như những ca khúc bất tử, nói về tình mẹ tuyệt vời như Lòng Mẹ của nhạc sĩ Y Vân, hay Bồng

Hồng Cài Áo của nhạc sĩ Phạm Thế Mỹ... cũng không chắc dạy được cho các em thiếu nhi lứa 9 hay 10 tuổi. Vì các em này không giỏi tiếng Việt.

Như vậy, chúng ta thấy có một số vấn đề, và cần có các giải pháp tương ứng.

Thứ nhất, một phần lớn năng lực nên tập trung hướng vào thiếu nhi, thiếu niên, thanh niên... Trong đó, mời gọi phụ huynh đưa trẻ em tới chùa sinh hoạt hàng tuần. Hãy nhớ, mấy tháng hè là dịp tốt nhất để có đông trẻ em tham dự, nên các chương trình hè cần chuẩn bị trước nhiều tháng, sắp xếp chu đáo từ chương trình, nhân sự, cho tới nội dung...

Câu hỏi đơn giản, rằng tại quý phụ huynh thường tổ chức hay tham dự các buổi picnic của các hội đồng hương, tại sao không nghĩ tới chuyện góp sức cùng Chư Tôn Đức (và cùng Gia Đình Phật Tử, nếu chùa có sinh hoạt này) để tổ chức picnic, hay cắm trại một ngày, hay cắm trại hai ngày cuối tuần ở một sân chùa hay ở một công viên gần chùa. Để khỏi phức tạp tới việc xin giấy phép của thành phố, không cần phải cắm trại đêm, nghĩa là buổi tối nên về nhà. Nội dung trại nên tập trung vào học Phật Pháp, ca hát, trò chơi. Không cần gì phức tạp hơn, nếu picnic ở công viên. Nếu cắm trại trong sân chùa, nên dạy thêm về cách tụng kinh, niệm Phật, ngồi Thiền. Nghĩa là cho các em biết tìm tới pháp hỷ, thiền duyệt -- những niềm vui của pháp, dù chỉ một buổi, sẽ dễ dàng theo các em suốt cả đời, thậm chí sẽ theo các em mãi qua vô lượng kiếp.

Thứ nhì, các em cần có các ca khúc ngắn, dễ hát, dễ nhớ... Thực sự, tất cả các Gia Đình Phật Tử hiện nay đều sử dụng các ca khúc Hương Đạo. Điều này tốt, vì lôi cuốn được trẻ em. Nhưng chúng ta cần nhất là trao truyền Phật Pháp cho các em, trong khi các ca khúc Hương Đạo không nói gì về Phật Pháp.

Trước tiên, nên thấy rằng nhiều Tăng Ni hiện nay đã có thơ phổ nhạc, nhưng gần như tất cả đều không thích hợp với trẻ em, vì cao siêu quá, vì dài quá, vì chữ Hán-Việt nhiều quá, hoặc vì nhạc phức tạp quá.

Có thể đề nghị các nhạc sĩ Phật Tử nên soạn các ca khúc ngắn, dễ nhớ, dễ hát, vì bây giờ tiếng Việt các em dở lắm. Hiện nay Phật Giáo cần các bài hát ngắn để cung cấp cho thiếu nhi, cho các đơn vị sinh hoạt. Trừ khi trình diễn văn nghệ mới cần ca khúc dài.

Sau khi quý nhạc sĩ soạn được một số ca khúc ngắn, nên thực hiện ký âm và làm thành MP3, gửi lên các trang web Phật Giáo để phổ biến cho các nơi cúng tiện dụng.







Tùy trường hợp, mỗi bài độ ngắn sẽ khác nhau. Thí dụ, như khi chào nhau, có thể ca khúc chỉ cần dài cỡ 1 câu hay 2 câu thôi (rồi lập lại).

Thí dụ, có thể nghĩ ra ca khúc một câu để các em chào nhau, mời nhau:

"Mời bạn bước vào chùa, cùng nhau ta niệm Phật."

Tiếng Anh có thể dịch là:

"Please come to the temple, and chant the Buddha's name."

Và cứ thế lập đi lập lại.

Hay khi niệm hương, cần một ca khúc 4 câu. Hay ca khúc Niệm Phật nên dài cỡ 4 câu thôi, rồi lập lại. Cũng như nên soạn ca khúc cho các em từ biệt nhau, hay khi ban đêm lửa trại. Hay khi ngồi bên giường bệnh của bạn, hát bài ca về niệm vô thường chừng 4 câu, dài là 6 câu thôi.

Hay là ca khúc để các em hát tặng mẹ, tặng cha, tặng Thầy... chỉ nên ngắn 2 câu hay 4 câu thôi.

Như thế, dạy các em chỉ vài phút là có thể hát được, gần như tức khắc -- dù là dạy các em hát tiếng Việt hay tiếng Anh.

Thứ ba là trò chơi. Nhiều em thiếu niên đã quen chơi trò chơi điện tử, hoặc từ điện thoại hay từ thiết bị điện tử khác. Điều chúng ta cần là, lôi cuốn các em vào các trò chơi thích hợp trong khóa tu. Một lý do cần soạn ra trò chơi thích hợp với Phật Pháp là, nhiều hình ảnh từ một vài khóa tu hệ Phật Pháp trong một số chùa ở VN đang sử dụng những trò chơi không hợp với người học đạo. Thí dụ, cho các em nam nữ công nhau (có thể thấy hình này qua Google.com), hay nắm tay nhau. Ngoài đời thì sao cũng được, nhưng trong khi thiền hành mà nắm tay đi bên nhau để mất chánh niệm. Thiền hành ở Thái Lan, Tích Lan, Đài Loan, Nhật Bản... đều không cho nắm tay nhau. Nói gì tới trò chơi công nhau. Do vậy, cần suy nghĩ ra trò chơi thích hợp.

Thứ tư là thi giáo lý. Vì có học là cần phải thi. Các câu vấn đáp Phật pháp cần ngắn, mang nghĩa chính xác, không mơ hồ. Tránh những câu dài, khó nhớ. Những câu vấn đáp này, cả tiếng Anh và tiếng Việt cần dạy cho các em từ sáng sớm, và tới chiều hay hôm sau là thi.

Trong tất cả những cách tiếp cận để hoằng pháp như thế, nên lôi kéo nhiều thành phần trong cộng đồng vào hỗ trợ. Trong đó, giới truyền thông (như báo chí, phát thanh, truyền hình) sẽ đóng một vai hỗ trợ quan trọng.

Đó là vài ý nghĩ rời rạc, sau mùa Đại Lễ Vu Lan 2013, để kính trình lên Chư Tôn Đức Tăng Ni Cư Sĩ, hy vọng có điểm khả dụng.

## PHÚT TIỀN BIỆT

*Sau khóa học, đáp chuyến bay về Pháp quốc,  
Xuống phi trường và thẳng đến Khánh Anh,  
Để cùng nhau cầu nguyện cho Giác Linh,  
Phút xa cách không mong gì gặp lại.*

*Bên Kim quan lòng càng thêm tê tái,  
Mới tuần rồi, điện thoại nói cho nhau,  
Thầy và tôi đều ý hợp, tâm đầu,  
Phật sự nào cũng vui cười, hoan hỷ.*

*Sau câu chuyện Thầy và tôi gác máy,  
Có ngờ đâu, là lần cuối tiên Thầy,  
Đến Khánh Anh, tôi biết nói gì đây?  
Bên Kim quan, tôi nhìn chỉ biết khóc, . . .*

*Nước mắt chảy, lặn dài đôi gò má,  
Miệng lâm râm, nước mắt tuôn là chả,  
Hương về Thầy, bất động trong Kim quan,  
Lòng của tôi cứ luống mõi mơ màng . . .*

*Thầy đang tiếp Chư Tăng về phó hội,  
Tại Khánh Anh, chùa mới đã khang trang,  
Nhưng thật ra, đó chỉ cảnh vô thường,  
Thầy về Tây phương, chúng tôi ở lại,*

*Giờ này đây, Thầy đi xa và xa mãi,  
Ngưỡng mong Thầy cố trở lại Ta Bà,  
Để hoằng dương, độ tận chúng hà sa,  
Thầy chỉ vị tha, không ước gì tự lợi.*

*Tăng đoàn giờ đây đang còn mong đợi,  
Phút Nhiệm Màu sẽ đến với chúng tôi.  
Giờ thì tắc dạ bồi hồi,  
Nguyện cầu Thầy vững trên ngôi sen vàng.*

## Pháp đệ TÍN NGHĨA

Khánh Anh, Paris August 21, 2013  
Nhằm ngày Rằm tháng Bảy, Quý ty,  
Lễ Trà tỷ Hòa thượng Minh Tâm.

thơ

# Tản mạn Tính Thiền trong Thi Ca

THIỆN LONG – HÀN LONG AN

Đi vào cõi Thiền trong Thi ca là đi vào cõi mênh mông bát ngàn, trùng trùng điệp điệp của muôn vàn cảm xúc. Ngôn ngữ của Thiền trong Thi ca bất luận sử dụng theo một cấu trúc nào nó vẫn luôn hàm chứa những triết lý siêu việt, vượt ra ngoài cảm quan và tri giác của cuộc sống đời thường. Tính Thiền trong Thi ca là một dạng ngôn ngữ được sử dụng như là một công cụ tìm kiếm chân lý, hay nói cách khác là lịch nghiệm nó bằng sự rung động của trái tim hơn là để hiểu nó.

Nói về Thi ca và Thiền, Tuệ Sỹ viết: "... Muốn cho lời thơ tuyệt diệu thì phải là không gò ép vừa không vừa tính. Tính cho nên thấu tóm hết mọi vọng động; không cho nên bao hàm vạn cảnh. Ngắm nhìn sự đời bốn ba giữa đời mà như thấy mình nằm trên chóp đỉnh non cao. Đủ hết mặn nồng, chua chát trong đó có cái hương vị tuyệt vời.

... Đạt tới cõi thượng thừa của thơ, như người học thiền chứng chỗ không tịch của Đạo; cái đó vừa khó, vừa dễ. Học Thiền ba mươi năm đày đọa thâm tâm mà không thành. Phần chí bỏ đi, bất chợt thấy một cánh hoa rơi, cõi không tịch cũng hốt nhiên, đột ngột mở ra chỗ ảo diệu đó."

Vì thế, tính Thiền trong Thi ca luôn ẩn chứa những tư tưởng uyên áo, thậm thâm vi diệu.

Thử đọc bài thơ của Thiền sư Từ Đạo Hạnh (1072 - 1117) bàn về triết lý Có Không (hữu không) thâm u viển viển đầy thuyết phục:

*"Tác hữu trần sa hữu  
Vi không nhất thiết không  
Hữu không như thủy nguyệt  
Vật trước hữu không không."*

(Có thì có tự mây may  
Không thì cả thế gian này  
cũng không

Kìa xem bóng nguyệt lòng  
sông

Ai hay không có, có không là  
gì?)

Bằng sự quán chiếu tu tập sâu sắc về triết lý Tánh Không, Thiền sư đã trực ngộ được bản thể của vũ trụ nhân sinh là thâm diệu mà

ngôn ngữ thế gian không thể diễn đạt hết nghĩa lý sâu xa, nó chỉ có thể "thực chứng" với nỗ lực của tự thân.

Vì tự tại vô ngại với vạn pháp mà Thiền sư nhìn hoa rơi mà chẳng thấy xuân tàn, nhìn lá vàng rơi mà chẳng thấy mùa thu úa màu. Mãn Giác Thiền sư (1052 - 1096) trong "Cáo Tật Thị Chúng" đã cho chúng ta diện mạo của một mùa xuân miên viễn như thế:

*"Xuân khứ bách hoa lạc  
Xuân đáo bách hoa khai  
Sự trục nhãn tiền quá  
Lão tòng đầu thượng lai  
Mạc vị xuân tàn hoa lạc tận  
Đình tiền tạc dạ nhất chi mai."*

(Xuân rười rắm hoa rụng  
Xuân tới, trăm hoa cười  
Trước mắt việc đi mãi  
Trên đầu già đến rồi  
Đừng bảo xuân tàn hoa rụng

hết  
Đêm qua, sân trước một  
nhành mai.)

Sanh, trụ, dị, diệt hay xuân, hạ, thu, đông là quy luật tuần hoàn tất yếu của vũ trụ, nhưng qua cái nhìn "vô ngã tính" và cách chuyển tải triết lý Phật giáo bằng ngữ điệu Thi ca của Thiền sư, bài thơ đã trở nên bất hủ.

Cứu cánh của Thiền là "đốn ngộ", là đưa hành giả trở về với "Bản lai diện mục". Cho nên, dù chỉ là những câu thoại đầu đơn giản hay những bài kệ, câu thơ ngắn gọn nhưng cũng có thể trở thành chiếc bè để đưa hành giả sang bên kia bờ giác ngộ.

Chỉ là chuyện đối thì ăn, khát thì uống thôi mà Trần Nhân Tông (1258 - 1308), sơ tổ Thiền phái Trúc Lâm, đã chỉ cho chúng ta một "công án" Thiền trong bài "Kê Vân" (bốn câu cuối của "Cư Trần Lạc Đạo Phú"):

*"Cư trần lạc đạo thả tùy duy-  
ên,*

*Cơ tắc xan hề khốn tắc miên.  
Gia trung hữu bảo hưu tầm  
mịch,*

*Đối cảnh vô tâm mạc vấn  
thiền."*

(Cư trần vui đạo hãy tùy duy-  
ên,

Đói cứ ăn no, mệt ngủ liền.

Báu sẵn trong nhà thôi khỏi  
kiếm,

Vô tâm trước cảnh hỏi gì  
thiền.)

Thơ Trần Nhân Tông vừa mang tính chất uyên bác thâm u của một Thiền sư, vừa mang tính chất dân dã nên dễ đi vào lòng người. Từ sự thực nghiệm sâu sắc về Thiền đi đến một đời sống tâm linh đầy phóng khoáng, không gò bó bởi hình tướng của thế gian. Đọc bài thơ "Nguyệt" ta mới cảm nhận sự rung cảm đầy chất lãng mạn của Ngài:

*"Bán song đăng ảnh mãn sàng  
thư,*

*Lộ trích thu đình dạ khí hư,  
Thụy khởi châm thanh vô mịch  
xứ,*

*Mộc tê hoa thượng nguyệt lai  
sơ."*

(Đèn song chéch bóng, sách  
đầy giuồng,  
Đêm vắng, sân thu lác đác  
sương,

Thức dậy tiếng chày đầu  
chẳng biết,

Trên cành hoa quế, nguyệt  
lồng sương.)

Nhìn thấy trăng trong giọt  
sương lung linh huyền ảo giữa  
đêm khuya thanh vắng chỉ có Thi  
sĩ và Thiền sư mới nhìn được.  
Khách thể là trăng, chủ thể là thi  
nhân. Cả chủ thể lẫn khách thể  
đang gặp nhau trong cuộc tồn sinh







phiêu phong bạt ngàn vô tận.

Trắng trong thơ Lý Bạch thì khác, ông uẩn trong trắng niềm cô liêu khắc khoải về một quê hương xa xăm với vợ. Bài thơ "Tĩnh Dạ Tứ" thể hiện điều đó:

*"Sàng tiền minh nguyệt quang*

*Nghi thị địa thượng sương  
Cử đầu vọng minh nguyệt  
Đê đầu tư cố hương."*

(Đầu giường trắng tỏ rạng  
Đất trắng ngỡ như sương  
Ngẩng đầu nhìn trăng sáng  
Cúi đầu nhớ cố hương.)

Cái chênh choáng mờ ảo giữa màn đêm, hồn thơ Lý Bạch đã bay bổng lâng lâng vào cõi mộng ảo bao la đất trời. Ở đây trắng là sự hay sương là trắng? Hay như cuộc đời mộng thực, tình mê mờ ảo?

Hàn Mặc Tử thì điên với trắng trong thống âm cuồng ca:

*"Trăng! Trăng! Trăng! Là Trăng, Trăng Trăng!*

*Ái mua trăng tôi bán trắng cho*

*Không bán đoàn viên, ước hẹn hò...*

*Bao giờ đâu trạng vinh qui đã  
Anh lại đây tôi thổi chũr thơ.*

*...  
Tôi đang cầu nguyện cho  
trăng tôi*

*Tôi lần cho trăng một tràng  
chuối*

*Trăng mới là Trăng của Rạng  
Ngời*

*Trăng! Trăng! Trăng! Là Trăng, Trăng, Trăng!"*

(Trăng Vàng Trăng Ngọc)

Trắng trong Thi ca có khi là cái đẹp trong sáng hồn nhiên, nhưng cũng có khi là giọt lệ chia ly, là tiếng hồn lưu lạc, là chứng nhận cho nội tâm đắng cay, sâu khổ.

Tô Đông Pha không thổn thức trong trắng mà ghen ngào trong đêm mưa buồn thanh vắng:

*"Thềm vắng, đêm mưa, buồn da diết*

*Nghe ngào cô quạnh khóc ai đây."*

Hay như Tuệ Sĩ một mình

bước đi heo hút cô liêu trên đỉnh tuyết để tìm lại hồn mình trong "dấu tích hoang đường":

*"Ai tóc trắng điu hiu trên  
đỉnh tuyết*

*Bước chập chùng heo hút  
giữa màn sương*

*Viên đá cuối mấy nghìn năm  
cô quạnh*

*Hồn tôi đâu trong dấu tích  
hoang đường."*

Trong cuộc phiêu bông lang thang từ mây nẻo luân hồi, thì nhân cảm nhận cuộc sống như là một cuộc chơi. Vũ Hoàng Chương ngậm ngùi:

*"Ta còn để lại gì không?*

*Kìa non đá lở nọ sông cát  
bồi,*

*Lang thang từ độ luân hồi*

*U minh nẻo trước xa xôi dặm  
về."*

Bùi Giáng cứ ngỡ đạo gót trần gian chơi một chút rồi đi, nhưng "Có ngờ đâu ở mãi đến bây giờ." Và cuộc chơi đó vẫn đến hồi kết:

*"Rồi tôi cũng phải xa tôi*

*Đời tài hoa cũng xa xôi ven  
trời."*

Trịnh Công Sơn xem cuộc đời như hạt bụi trong cuộc tồn sinh rong chơi lữ thứ... "Hạt bụi nào hóa kiếp thân tôi / Để một mai vươn hình hài lớn dậy / Ôi cát bụi tuyệt vời / Mặt trời soi một kiếp rong chơi..."

Thiền sư và Thi sĩ tuy đi hai con đường nhưng chung một hướng. Thiền sư đi tìm sự chứng ngộ tâm linh, còn thi sĩ đi tìm cái đẹp trong muôn trùng cảm xúc bao la bạt ngàn của con người và vũ trụ vạn hữu.

Thơ và Thiền gặp nhau trong cảm nhận tri thức và trực giác. Thiền không thể dùng ngôn ngữ để diễn đạt, mà thơ cũng không thể dùng lời để diễn đạt hết xúc cảm của nội tâm. Thơ là "Thi thị khả giảng bất khả giảng chỉ gian" có nghĩa là thơ có cái giảng và có cái không thể giảng được. Thơ và Thiền nằm trong cái siêu nhiên đó. Cho nên, những bài thơ tuy là thơ thiền nhưng vẫn phóng khoáng. Phạm Thiên Thư trong tập thơ "Đưa em tìm động hoa vàng" có đoạn viết:

*"Mùa xuân mặc lá trên ngàn*

*Mùa thu mặc chú bướm vàng  
tương tư*

*Đông Nam Hoa có Thiền sư  
Đổi kinh lấy rượu tâm hư  
uống tràn."*

Khi Thiền sư đủ bản lĩnh để đổi kinh lấy rượu rồi là thông dong "thông tay vào chợ", "kỳ ngữ quy gia", giải thoát và giác

ngộ.

Thiền sư Ngốc Tử muốn lên cõi Niết Bàn vẫn thương cho người ở lại:

*"Tim này ví xé làm đôi*

*Nửa dâng cúng Phật chao ôi  
còn nằng?"*

*Lung linh dưới ánh trăng vàng  
Như lai Điều ngự trên làn tóc  
em."*

Như Lai là Điều Ngự, điều ngự cũng có nghĩa là về ngự trên làn tóc em. Trong em, Thiền sư nhìn thấy được thấp thoáng có bóng dáng của Như Lai dưới ánh trăng vàng lung linh huyền ảo.

Hai câu thơ sau của Thiền sư Thiện Quang cũng mang Từ bi tâm của công hạnh Bồ tát:

*"Ta sợ khi ta thành chánh quả  
Nghìn năm chẳng thấy dấu  
chân em."*

Ta là Thiền sư biết chuyển hóa tự thân, đoạn trừ khổ đau, đạt đến cảnh giới Niết Bàn vẫn thương cho em cứ mãi rong ruổi trôi dạt trong biển sanh tử luân hồi.

Tính Thiền trong Thi ca không chỉ là những triết lý siêu việt, ngôn ngữ huyền ảo mà cũng có lúc phóng khoáng với một tinh thần lạc quan, yêu đời.

Cuộc đời chúng ta như những "Con chim ở trọ trần gian, con cá ở trọ trong khe nước nguồn...", thắc mắc làm chi bến nọ bờ kia.

Dù sao ta cũng phải cảm ơn trần gian tạm bợ này như nhà thơ Bùi Giáng:

*"Ta cảm ơn trần gian này lắm  
lắm*

*Nhờ nơi đây ta biết được vui  
sầu."*

Và vẫn biết rằng "Luân Hồi Có Nhau" như nhà thơ Thái Tú Hạp:

*"Ta về tịch mặc ngàn hoa*

*Lá cao vút đâm mây qua đỉnh  
trời*

*Nhân gian dành trọn cuộc chơi  
Ta cùng em hát bên đôi xuân  
xưa*

*Nhất quán rồi - mộng mai  
sau*

*Tâm vô lượng mở - có nhau  
luân hồi*

*Cảm ơn thơ, cảm ơn đời*

*Trăm năm nhật nguyệt, đây  
vội nghĩa tình".*

Tính Thiền trong Thi ca vượt ra ngoài ngôn ngữ của thế gian, vượt ra ngoài luận lý của con người, chỉ có thể cảm nhận nó bằng sự rung cảm của tâm hồn.

Kỷ niệm Khóa Tu Học Bắc Mỹ,  
8 / 2013

(hanlongan@gmail.com)



# VÀI GỢI Ý VỀ GIÁO DỤC VÀ HUẤN LUYỆN TRONG GIA ĐÌNH PHẬT TỬ

(*Phật Pháp Thứ Năm* — bài viết hàng tuần của GDPT do **Nhóm Áo Lam** thực hiện)

Thưa Anh Chị Em Áo Lam,  
Mục đích giáo dục trước hết và trên hết là “trao truyền.” Người thượng cổ chưa văn minh thì dạy cho con trẻ cách tự bảo vệ bằng cách đề phòng thú dữ, săn bắn để kiếm cái ăn, để lấy da thú mà che thân, v.v... ngay cả chim chóc cũng dạy chim non cách bay, cách tìm sâu bọ để ăn, cách xây tổ, thú rừng cũng dạy con của nó cách săn mồi, cách tự bảo vệ v.v... Cho nên muôn loài đều làm công tác giáo dục, không riêng con người. Mục đích chung là những nhu cầu cơ bản vật chất, nhưng con người vượt lên trên một chút là có phần tinh thần; ví dụ dạy cho tuổi trẻ biết hiếu thảo, lễ phép, thương người v.v... và GDPT chúng ta thì tiến xa hơn một chút nữa là trao truyền cho đàn em của mình tinh thần từ bi vô ngã của đạo Phật.

Ngoài những bài Phật Pháp, những mẫu chuyện đạo, chuyện tiền thân, những mẫu chuyện tinh thần, ngay trong những bài học về Hoạt động thanh niên, Trò chơi, lớn hay nhỏ... đều có ẩn hoặc hiện tinh thần từ bi vô ngã ấy. Tất cả Huynh trưởng chúng ta đều nhận ra điều đó nên đi Trại, chúng ta không dạy cho các em câu cá hay săn bắn hay làm bẫy bắt thú (cho dù ở những nơi không bị cấm câu cá/săn bắn...) cũng như không bao giờ chúng ta cho phép các em leo lên cây bắt tổ chim, hay làm ná bắn chim hay bắt chuồn chuồn, bắt bướm ngắt cánh để chơi v.v... như các trẻ em bình thường.

Thưa Anh Chị Em,

Lòng từ bi mà GDPT chúng ta dạy cho các em là lòng từ bi (được hiểu ngầm là) phải kèm theo trí tuệ; thương mà không hiểu nhiều khi là phản giáo dục và vô tình hại người mình thương, nghĩa là phản lại chính mục đích việc làm của mình. Thật vậy, các bạn còn nhớ “câu chuyện một cậu bé thấy một cái kén trong đó có một con sâu bướm đang cố gắng cắn rách để lách mình bò ra” hay không? Thấy con sâu nhỏ tội nghiệp quá, cố gắng mãi mà

không chui ra được vì vết cắn tí xíu, cậu bé nghĩ ra cách giúp nó: cậu ta lấy mũi kéo nhỏ cắt vết rách to ra, con sâu bướm thoát ra dễ dàng; cậu bé sung sướng nghĩ rằng mình đã làm được một việc thiện... Nhưng kết quả thì sao? – thưa Anh Chị Em, chúng ta đều đã biết câu trả lời: sau khi con sâu bướm ra khỏi cái kén, thân hình lớn ra nhưng đôi cánh không phát triển, do vậy, con sâu bướm mãi mãi là con sâu, bò lê lết trên mặt đất chứ không thể hóa thành con bướm bay lên cao được! “Cậu bé tốt bụng” của chúng ta vô tình đã hại con sâu bướm suốt đời thành tàn tật, việc thiện mà cậu bé làm đã trở thành việc ác!

Cũng vậy, trong công tác giáo dục chúng ta không thể “đốt giai đoạn” nếu chúng ta muốn việc đào tạo và huấn luyện Đoàn sinh và Huynh trưởng của chúng ta có kết quả thiết thực. Vấn đề không phải ở những đề tài hay chương trình, mà là cách thức và tinh thần trao truyền, chuyển đạt. Đúng vậy, cũng là Quy y Tam Bảo, nhưng giảng cho Oanh Vũ, chúng ta không thể đem “Lý quy” và “Sự quy” ra mà thao thao bất tuyệt; trái lại, với Huynh Trưởng thì không giảng đạo Hiếu chỉ bằng câu chuyện “Con Chim Oanh vũ” v.v... mà quan trọng là cách thực hành trong đời sống hằng ngày. Tương tự, chúng ta cũng không nên “nâng cao” trình độ trại sinh các trại huấn luyện bằng cách đem những đề tài trong chương trình của A Dục xuống cho trại Lộc Uyển, Huyện Trang xuống A Dục, Vạn hạnh xuống Huyện Trang v.v... Làm như vậy không phải là nâng cao trình độ mà chính là làm cho hành trang của người Huynh trưởng trại sinh nặng trĩu, không có thì giờ và tâm trí để bay cao trong bầu trời tư duy, quán tưởng... Những người Huynh trưởng bị đàn anh/đàn chị mình “giúp đỡ” như vậy sẽ trở nên “què quặt” về cả trí tuệ lẫn kiến thức. Ngoài ra, mỗi chương trình huấn luyện dành

cho một đối tượng thích hợp, không thể tùy tiện đưa lên đưa xuống mà chưa thông qua một Đại Hội Huynh trưởng hay một cuộc hội thảo Huynh trưởng cao cấp trong GDPT về Giáo dục và Huấn luyện được. Vì sao?

Thưa Anh Chị Em,

Vì Tổ chức GDPT chúng ta là một tổ chức giáo dục Phật giáo, tinh thần vô ngã thể hiện qua châm ngôn Bi Trí Dũng và phương châm hành động là “tập thể lãnh đạo, cá nhân phụ trách.” Chúng ta không bao giờ đơn phương quyết định những vấn đề chung liên quan đến giáo dục đàn em như chương trình tu học, sinh hoạt, v.v... Nếu thấy chỗ nào chưa hoàn hảo, chúng ta có thể đưa ra bàn thảo, hội luận với nhau giữa những HTr. trong cùng Đơn vị, trong cùng Bậc học (Kiên, Trì, Định, Lực) hay trong cùng diễn đàn v.v... Khi chúng ta thấy được chỗ chưa hoàn hảo, tất nhiên biết được phải làm sao để cải thiện (nghĩa là làm tốt hơn, hoàn hảo hơn) chứ không phải chỉ phê phán, chê bai chương trình lỗi thời, các anh chị lớn dở, không biết thay đổi v.v... Vì chính tất cả chúng ta đều là anh chị lớn đó (Huynh trưởng có nghĩa là người anh, người chị lớn!)

Thân kính chúc ACE chúng ta mãi tinh tấn trong tu học và tu tập, để có khả năng và hành động cụ thể đóng góp cho sự nghiệp giáo dục của GDPT càng nhiều càng tốt.





## TRANG GIA ĐÌNH PHẬT TỬ

**Câu Chuyện Dưới Cờ:**

Bài viết hàng tuần của GDPT trên trang nhà GDPTVN Trên Thế Giới

**VÔ MINH**

Thưa Anh Chị Em Huynh Trưởng bốn phương,

Trong quá trình học và đọc Kinh điển, chúng ta thường gặp những từ Hán Việt mà nói lên là chúng ta biết liền nhưng không thể dịch ra bằng MỘT từ tương đương bằng tiếng Việt một cách chính xác và đầy đủ ý nghĩa. Xin lấy một ví dụ nhỏ, như từ “vô minh” (avijjā) [vô minh là một “khoen” trong 12 khoen của vòng tròn 12 nhân duyên.]

Theo “A Tỳ Đàm” (truyền thống Phật giáo nguyên thủy) hay “Vi Diệu Pháp,” Vô Minh có nghĩa là “si mê”; đặc tính của Vô Minh là mờ ám, trái ngược với tri kiến; bản chất của Vô Minh là không thông suốt, chức năng của Vô Minh là che giấu bản chất của sự vật; biểu hiện của Vô Minh là tà hạnh; nhiệm vụ của Vô Minh là rối ren; Vô minh là nguyên nhân của tất cả các pháp bất thiện.

Tương tự, trong Phật Pháp có những từ như vậy, khi nói đến thì người ta hình dung ra được nội dung của nó bao hàm những ý gì; vì vậy, chỉ cần ngắn gọn trong 2 chữ là đầy đủ ý nghĩa, chúng ta không thể thay thế bằng một từ tiếng Việt khác được—mặc dù Anh Chị Em chúng ta có người đã

dùng từ “ngu si” thay thế cho Vô minh.

Về phía dạy Phật pháp cho các em, cho dù bằng tiếng Anh, tiếng Việt hay chữ Hán, thì Vô minh vẫn là một từ mới các em phải biết, học thuộc và ghi nhớ ý nghĩa của nó. Ở bậc Chánh Thiện, các em còn phải biết cả tiếng Phạn thì Vô minh gọi là Avijjā nữa.

Thưa Anh Chị Em, Chúng ta thường “trăn trở” với từ này; vì câu nói “cái Tâm ban đầu trong sáng bị mất đi khi một niệm vô minh xuất hiện” làm ACE chúng ta không nhiều thì ít đều “oán ghét” vô minh!

Vì vậy, xin trở lại với “Vô Minh.” Vô Minh là gì? — **Vô Minh là thấy cái không đáng được thấy và không thấy cái đáng được thấy.**

Nói rõ hơn: như chúng ta đã biết, con người là một tập hợp của **5 uẩn** (uẩn = nhóm): **Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức** hay là một tập hợp của **4 Đại (Đất, Nước, Gió, Lửa)** – tất cả mọi người đều giống nhau từ căn bản—nhưng vì chức năng của Vô Minh là che giấu bản chất của sự vật nên chúng ta KHÔNG THẤY được điều này mà chúng ta lại thấy cái ngã (cái Tôi) thật lớn; đó chính là thấy cái không đáng được thấy và không thấy cái đáng được thấy.

Vì chỉ thấy cái TÔI nên Vô minh đi đôi với chấp ngã; vì chấp ngã nên bị ham muốn, chán ghét (ưa-ghét) không chế; vì bị ưa-ghét không chế nên sinh ra tham sân si mà tham sân si chính là 3

thứ Độc của Tâm, sinh ra đủ loại pháp bất thiện.

Do đó, TU không phải là đi tìm kiếm vô minh hay tiêu diệt vô minh mà chính là tiêu diệt những biểu hiện của nó: tham, sân, si.

TU là đối diện với phiền não, không phải chạy trốn phiền não.

TU là tu cái hiện tiền (đương niệm): Ví dụ đang nổi giận mà tự kiềm chế lại được, thì có hòa bình và an lạc ngay; còn nếu không kiềm chế được cơn giận của mình thì có phải là xảy ra chiến tranh rồi không? Chiến tranh không chỉ là giữa 2 quốc gia mà chiến tranh còn xảy ra hằng ngày trong cuộc sống: giữa cha mẹ và con cái, giữa vợ và chồng, giữa anh chị em, giữa bạn bè, giữa hàng xóm láng giềng v.v...

Dù là Tu Thiện, Tu Tịnh Độ hay Mật Tông cũng đều chú trọng “giây phút hiện tại” – Bây giờ và Ở đây.

Thân kính chúc Anh Chị Em luôn tinh tấn, cố gắng giữ gìn Chánh Niệm trong lời nói, ý nghĩ và việc làm, để được an lạc và làm cho mọi người chung quanh cũng được an lạc.

Trân trọng,.



*"Có một liên quan chặt chẽ giữa khổ đau và hạnh phúc. Ai bỏ chạy trước khổ đau thì cũng khó tìm ra hạnh phúc. Bạn nên đi tìm nguyên nhân của khổ đau của chính mình. Từ đó hiểu và thương sẽ chớm nở. Đó là chìa khóa của hạnh phúc. Mọi của cải và quyền hành trên thế gian này không thể đem lại hạnh phúc, nếu không có hiểu và thương. Trước những quá khích, trù dập, lo sợ và sân hận, thì mình chỉ có một cách mà thôi: Hãy quan sát bèn cho thật kỹ, để trồng trên đó một cây hoa sen." (Thích Nhất Hạnh)*

# THỬ BÀN VỀ TRIẾT LÝ CÁI LU



*Bạch Xuân Phở*

(Viết tặng Lu và các em ngành thanh thiếu GDPT)

Khi còn ở Việt Nam, ai trong chúng ta cũng biết về cái Lu đựng nước. Cái Lu có những tác dụng rất hay của nó. Trong bài viết ngắn này, chúng ta hãy thử bàn về triết lý cái Lu. Đối với tôi, cái Lu rất thân thiện và đầy kỷ niệm một thời thơ ấu. Khi qua Mỹ, hình ảnh này không còn thấy nữa. Tuy nhiên tôi có quen biết và kết thân với gia đình anh chị Thu Tỵ, và họ đặt tên cho con trai út của mình là Nguyễn Sanh Duy, đặc biệt tên ở nhà của em là Lu. Vì thế, mỗi lần nhìn thấy Lu là tôi như có được cơ hội để suy ngẫm về hình ảnh cái Lu thân thuộc ở quê nhà.

Chúng tôi biết Lu và yêu quý em từ thuở nhỏ. Ở Lu, tôi cũng học hỏi được nhiều điều. Khi em còn là một Oanh Vũ nam còn con, có lần tôi hỏi em, tại sao em đi Chùa hay Gia Đình Phật Tử. Em trả lời rằng: "Em đi chùa là để học làm người lãnh đạo." Câu trả lời thoạt đầu ngỡ là ngây thơ, dễ thương nhưng nó có một chiều sâu vô hạn mà chúng tôi vẫn thầm học hỏi ở em từ đó đến giờ. Khi em lên trung học, em chuyển lên học ở trường tôi dạy, và tôi tình nguyện đưa đón em đi học trong suốt 2 năm đầu. Có thể nói rằng thời gian đó em đang lớn dần trong xệ của tôi, giò cẳng của em ngày mỗi dài. Nay, nhân dịp em ra trường trung học và sắp lên đại học, tôi mong được lần nữa gọi tên Lu và viết về cái Lu để tặng em cũng như các em ngành Thanh, Thiếu trong GDPT như là món quà khuyến tấn các em trên con đường học vấn/tương lai.

Lu là một cái hủ lớn đựng nước—ví như cái bụng của đức Phật Di Lặc. Nó bự và trống rỗng. Hồi xưa, lúc điều kiện sinh hoạt còn thô sơ, nhà nào cũng phải gánh nước từ giếng làng về nhà. Ở quê tôi, có khi phải đi rất xa nếu giếng nước gần nhà bị cạn. Nhiều khi phải đi vào sâu trong những khe đá hoặc xuống biển, khoét sâu xuống lòng đất, để lấy

nước ngọt về dùng. Tất cả những nguồn nước quý có được đều đổ vào một cái Lu thật to trước nhà để trữ. Chuyện xưa, có một người Thầy dẫn đệ tử của mình vào trong một đền thờ và chỉ cho thấy một cái Lu đang có nước trong đó. Người dạy học trò, khi cái Lu quá đầy nước bị tràn tràn, nghiêng ngả về một bên thì nước dễ bị đổ. Khi ít nước quá, thì nó cũng Lu để bị ngã nghiêng. Rồi người dạy các học trò rằng, hễ mà mạnh quá thì cũng không ổn mà yếu quá thì cũng không xong. Cho nên...

Để có một cái Lu tốt, phải trải qua nhiều giai đoạn. Thứ nhất là những người thợ nặn ra nó phải biết cách làm khuôn, xây thành, vun đúc, hoàn chỉnh để có một cái Lu đẹp và tròn trịa. Lu của em thật quý vì có đến hai người thợ nặn Lu đầy trí tuệ, nghệ thuật, và đặc biệt đầy tình thương yêu đối với chiếc Lu. Kế đến, phải trải qua một giai đoạn nung nấu. Nhiệt độ càng cao, càng nóng thì sự bền chắc của cái Lu càng tăng. Thật vậy, những trải nghiệm trong cuộc sống của một con người với đời càng nhiều thì sự chín chắn và đức tính đáng quý trong con người đó càng cao. Sau khi thành hình rồi, thì việc sử dụng nó lại càng không kém phần quan trọng.

Lu là để chứa nước. Chứa quá nhiều nước hay quá ít nước đều không tốt, như câu chuyện nước ít quá, thì sẽ rất vất vả cho người dùng vì phải vói xuống sâu trong Lu để múc nước; cũng như khi nước đầy quá thì áp lực nước trong Lu lớn, lâu ngày dễ gây bể Lu. Nên muốn để Lu được sử dụng và bảo tồn lâu đời, thì chỉ nên đựng vừa phải. Trong cuộc sống, con người ta thường sống theo bản năng của mình, luôn có những nhu cầu và đam mê về tài sắc, danh vọng, cũng như ăn ngon, mặc đẹp. Nói chung họ luôn mưu cầu để có được hạnh phúc, mong cái Lu của mình luôn được đầy vơi. Kinh tế khá giả,

mọi thứ dư giả và thoải mái, thì có lẽ sẽ làm cho họ toại nguyện. Tuy nhiên, như cái Lu chúng ta đang đề cập, đầy quá cũng dễ tràn và có nguy cơ bị vỡ. Chính vì thế trong lý tưởng sống, mình cần có tư duy, chánh kiến. Phải xây dựng nó bằng nền tảng của sự hiểu biết và thương yêu. Được sống một kiếp người đã khó, nhưng một kiếp người sống bao dung và vị tha lại càng khó hơn. Để giữ được cái Lu bền vững và có ý nghĩa, nước trong Lu phải luôn được luân chuyển, và nó phải không được đầy quá mà cũng không lúng quá. Cái không lúng quá đó là cả một nghệ thuật. Mà nói về nghệ thuật, thì như Thầy Viên Minh và Thầy Minh Đức Triều Tâm Ảnh có lần chia sẻ với chúng tôi tại Tu Viện Diệu Nhân rằng: "Nghệ thuật là biết bỏ bớt những gì không cần thiết."

Cuộc sống vốn dĩ phù du và dâu bể, nên ta phải biết định hướng cái gì là không cần thiết hay là cần thiết. Muốn tránh cái phiền toái của sự vỡ Lu (cũng như của kiếp nhân sinh) thì cần buông bỏ, hỷ xả và mong tìm cho mình con đường giải thoát. Hãy tìm sự vừa đủ và an lạc trong chính tâm hồn.

Con đường giải thoát đó, trong Đạo Phật gọi là Trung Đạo. Đạo nghĩa là đường; Trung có nghĩa là chính giữa. Là con đường phá bỏ đi thế giới nhị nguyên, hai đối lực là chánh-tà, trắng-đen, thiện-ác và tốt-xấu, hay-đỏ, đúng-sai, v.v... trên con đường đi tìm về với Bản lai diện mục hay Phật tánh vi diệu của mỗi chúng ta. (Giác ngộ là sự vắng bóng của khổ đau)

Vì thế cái Lu cũng có thể là phương tiện để chúng ta nhìn thấy và gọi lại những gì mình đã học và hiểu. Cái thực dụng ở đây là đem ra mà hành thôi. Nói tóm lại, tất cả chỉ là phương tiện, không phải là cứu cánh. Nhưng nhờ phương tiện đó để đạt đến cứu cánh.

Lời cuối, chúc Lu và các em ngành Thanh, Thiếu thành công, an nhàn và hạnh phúc trên con đường học hành, sự nghiệp, và tu tập của mình. Hãy đi bằng chính đôi chân vững chắc của các em. Hãy vào đời bằng "đôi mắt thương nhìn cuộc đời" hãy "sáng cho người thêm niềm vui" và "chiều giúp người bớt khổ." Hãy mạnh dạn lên nhé các em. Hãy dùng con tim, khối óc và đôi bàn tay lành mạnh của mình mà cống hiến cho Đạo và Đời.



## PHẬT PHÁP TRONG ĐỜI SỐNG

## LỜI KINH SÁM HỐI

Đào Văn Bình



Sau 6000 năm tạm gọi là “văn minh, tiến bộ”. Loài người đã đạt được những “thành tích” sau đây: Vũ khí hạch tâm đặt trong các hầm chứa dư sức hủy diệt trái đất.

Vũ khí vi trùng, hóa học nếu nói đến số lượng khiến người ta phải rùng mình.

Tàu ngầm nguyên tử, hỏa tiễn liên lục địa mang đầu đạn hạt nhân...đếm không hết.

Thánh đường, nhà thờ, nơi thờ phượng mọc lên như nấm nhưng không khí hận thù, ngăn cách, nghi kỵ, ghét bỏ, khủng bố, bao phủ khắp nơi.

Những Video và phim ảnh dâm ô, bạo lực, chỉ riêng Hoa Kỳ và Âu Châu, nếu gom góp và chất chứa lại còn cao hơn cả Hy Mã Lạp Sơn.

Tại những nơi gọi là “linh thiêng, thánh thiện, nhân từ” nhất người ta đang cầu nguyện, van vái Thần Linh để bành trướng, để tăng thêm sức mạnh tiêu diệt kẻ thù hầu thống ngự nhân loại.

Còn người, một loài vật tinh khôn nhưng hung ác nhất, đang đối đầu với nguy cơ trầm luân, hủy diệt vì hận thù, tội ác và Vô Minh mỗi lúc mỗi cao dày.

Phải chăng đã đến lúc tất cả chúng ta phải thành tâm sám hối?

Là một thành viên trong cộng đồng thế giới, tôi không thể nói rằng tôi không có trách nhiệm gì đối với những khổ đau, bất ung, nghịch lý, bất công, hiểm nguy đang xảy ra chung quanh tôi.

*Kẻ tham lam không bao giờ thấy đủ.*

*Kẻ cay nghiệt không bao giờ biết tha thứ.*

*Kẻ hung bạo không bao giờ biết hối hận.*

*Kẻ tàn ác không bao giờ biết nhỏ lệ xót thương.*

*Kẻ ngu si không bao giờ biết mình sai trái.*

*Chỉ có kẻ thiện lương mới biết cảm thông với người khác.*

*Chỉ có người Trí Tuệ mới thấy mình lỗi lầm.*

Nay tôi noi gương các Đức Phật, những vị Bồ Tát, các bậc Hiền Thánh, nhất là Ngài Phổ Hiền Bồ Tát có cả trong ba đời hiện tại, quá khứ, vị lai, thành tâm sám hối những lỗi lầm mà tôi đã phạm:

- Tôi không phải chỉ ăn năn về những gì đã làm cho người còn sống mà cả những gì đã làm cho người đã chết.

- Sám hối ở đây không phải là sám hối với Trời, Phật mà là sám hối với Lương Tâm, với Loài Người và cả với loài Thú Vật, Cây Cỏ và Thiên Nhiên.

- Nhớ lại khi còn quyền thế trong tay, nhân danh lý tưởng cao đẹp này nọ, tôi đã gây chiến, đã dùng bom đạn, mìn, hóa chất tàn phá bao nhiêu cây rừng tươi đẹp, khiến chim muông tan tác, thú rừng hủy diệt, nguồn nước nhiễm độc, phụ nữ sẩy thai, trẻ em dị dạng, đàn ông tuyệt đường sinh dục, người khai hoang vỡ đất què cụt vì đạn pháo, chông mìn.

- Vì tham vọng phát triển, làm giàu mau chóng, tôi đã ra lệnh khai thác gỗ rừng, đào mỏ, phá núi một cách bừa bãi khiến gây cảnh sỏi mòn, lụt lội, dân tình khổ khổ. Rừng núi xanh tươi biến thành bãi cháy khô cằn.

- Hoặc vì tham vọng bất chính, hoặc vì lơ đãng bất cẩn tôi đã đổ dầu trên biển khiến môi trường ô nhiễm, bao nhiêu loài cá, loài chim oan thác.

- Để giúp thêm vào sự hào nhoáng của loài người, tôi đã giết bao nhiêu loài chồn, hải ly, gấu, thỏ, cừu...chỉ để làm áo khoác trang điểm dạ hội cho đàn bà.

- Chỉ vì muốn nhậ nhệt khoái khẩu hoặc vì muốn tìm những phương thuật lạ để tăng cường sinh lý, tôi đã hủy diệt bao nhiêu loài khí, hổ, báo, tê giác, voi, hươu, nai, hải cẩu, cá sấu, cá voi, rắn, kỳ đà v.v...Tôi còn ăn thịt cả loài chó, ngựa là giống “khuyển mã chi tinh” mà không hề biết xót thương.

- Tôi đã san bằng, tàn phá bao nhiêu núi đồi để tìm vàng, kim cương, ngọc thạch để làm nữ trang cho phụ nữ.

- Tôi cũng xin sám hối cả với những sắc tộc mà tôi đã tiêu diệt. Vì tham vọng bành trướng, vì chủ nghĩa dân tộc hẹp hòi, vì muốn trở thành đế quốc, tôi đã tiến hành kế sách đồng hóa rất thâm độc các chủng tộc, các bộ tộc nhỏ bé mà tôi đã dùng vũ lực xâm chiếm. Còn đối với những quốc gia không thể tiêu diệt hoặc đồng hóa được, tôi đã chia cắt ra thành nhiều vùng theo chính sách “chia để trị” khiến một dân tộc mà lại nghị kỵ, ghét bỏ nhau không sao hàn gắn.

- Tôi đã thành lập các khu vực định cư, các khu tự trị v.v...để đan xen vào khu vực sinh sống của sắc dân thiểu số. Để làm đồn điền hoặc khai thác hầm mỏ, tôi đã xua đuổi họ vào những khu vực rừng sâu núi thẳm khiến họ không thể sinh sống và lần hồi diệt chủng. Tôi dùng những thủ đoạn tinh vi, thâm độc như dụ dỗ, ép buộc họ phải theo ngôn ngữ của tôi, tôn giáo của tôi khiến ngôn ngữ và tôn giáo của họ lần hồi biến mất. Tôi đặt ra những luật lệ khắt khe khiến họ phải bỏ cách ăn mặc, phong tục tập quán lâu đời của dân tộc họ.

- Tôi đã phá hủy những nơi thờ phượng linh thiêng của dân bản xứ để xây dựng nơi thờ phượng cho tôn giáo của tôi. Tôi bao che và lờ bịp nhân loại bằng những mỹ từ như “Gieo Rắc Ánh Sáng” “Khai Sáng Văn Minh” nhưng thực chất chỉ là sự xâm chiếm, diệt chủng và thiết lập một đế quốc tinh vi. Tội lỗi của tôi chất cao như núi, nay dưới Suối Vàng bị Diêm Vương tra khảo, đau đớn không sao kể xiết, tôi xin thành tâm sám hối.

- Tự nhận mình là người đi “khai sáng văn minh” cho nhân loại, tôi đã dùng pháo thuyền hùng mạnh đi săn lùng thuộc địa, cai trị các dân tộc yếu đuối bằng chính sách vô cùng dã man. Tôi săn bắt nô lệ ở Phi Châu, bán buôn đi khắp thế giới như buôn thú vật, hủy diệt tâm linh và văn hóa bản địa tại Á Châu, Phi Châu, Nam Mỹ...Tôi đã gây tạo tội ác ghê tởm trước lương tri nhân loại, nay xin thành tâm sám hối.

- Tôi còn nhìn về quá khứ lịch sử để sám hối cả với những bậc tiên hiền liệt sĩ, anh hùng dân tộc. Tôi

đã cam tâm làm gián điệp cho ngoại bang, vẽ bản đồ chỉ điểm, dân giết ngoại bang xâm chiếm đất nước tôi. Vì bã vinh hoa, vì cơm áo, vì yếu hèn, vì tráo trở, vì bội phản, tôi đã làm tay sai cho thực dân xâm lược, cho quan toàn quyền, thống sứ, cho sở mật thám để tàn hại, chia rẽ đất nước, gây tội ác nghìn đời không rửa sạch. Nhìn lại tội lỗi đó tôi vô cùng hổ thẹn và xin đề đầu sám hối.

- Tôi sẽ sám hối cả ngày lẫn đêm, niêm niêm nỗi liền không dứt. Tôi sẽ sám hối cho đến khi nào đầu óc trống trơn không còn gì để sám hối. Nhưng vì tội lỗi của tôi làm không sao nhớ hết cho nên tôi sẽ còn tiếp tục sám hối ở đời này, đời sau và nhiều kiếp sau nữa, không bao giờ ngưng nghỉ.

- Tôi xin sám hối từ lúc chưa lọt lòng mẹ. Chính tháng mang nặng đẻ đau, tôi đã gây bao buồn khổ cho Người. Khi tôi cất tiếng khóc chào đời là lúc Mẹ phải chạy vạy lo toan từng muỗng cháo, cục đường, thìa sữa, từng chiếc tã trong cảnh nghèo túng mà tôi không biết. Khi tôi bắt đầu có một chút kiến thức thì tôi kiêu căng, chối bỏ quá khứ, dối cha, dối mẹ vùi vĩnh đủ thứ. Tôi ngang tàng cãi lời cha mẹ, tôi khóc lóc, ản vạ cốt để mẹ cha chiều theo sở thích của tôi. Khi tôi bắt đầu cắp sách đến trường thì cha mẹ mừng một tí nhưng bao lo âu lại đổ dồn đến. Tôi trốn học, đàn đúm với bạn bè, không biết nhường nhịn anh chị em. Tôi không biết giúp đỡ việc nhà. Tôi trở thành gánh nặng, khổ đau, ai oán cho cả gia đình.

- Là kẻ sinh ra trong trong cung vàng điện ngọc, nơi giàu sang phú quý hay từ các "đại gia" tôi học đòi thói trường giả ngay từ lúc ấu thơ. Tôi trưng diện những thứ không cần thiết cho tuổi học trò. Tôi gia nhập băng đảng xi-ke ma túy, vẽ bậy lên tường, lái xe ào ào trên đường phố, phá phách xóm làng, la cá vào các hộp đêm ăn chơi trác táng khiến hằng đêm Mẹ khóc hết nước mắt. Tôi gây tạo những xi-căng-đan làm náo động cả xã hội. Khi bắt đầu bước vào đời, tôi mãi mê chạy theo danh vọng, theo thói ăn chơi trường giả, theo hình bóng của bao nhiêu thiếu nữ, quên mất giờ đây mẹ già tóc đã điểm sương cũng cần những lời hỏi han, an ủi.

Khi tôi thật sự bước vào đời thì Cái Tôi hoang đàng, cắt lìa cuống rốn, xa lìa tình tự, không biết gì về những giá trị đạo đức của cha ông, gặp phải tà sư, ngoại thuyết rồi chối bỏ hồn dân tộc. Rồi Cái Tôi đó quay cuồng trong cuộc sống đầy đam mê, dục vọng đã biến hiện thành nhiều hình tướng khác nhau, rồi cấu thành bao nhiêu tội lỗi như sau:

- 1) Là thương gia tôi chỉ biết có tiền và thủ đoạn làm giàu bất chính. Tôi đầu cơ tích trữ, buôn đồ giả, chế đồ rơm. Giá thành một tôi nói mười. Tôi móc ngoặc với các giới chức hoặc qua mặt chính quyền tăng giá khiến dân nghèo oán than. Tôi giả vờ không biết để "tính lỗ" (overcharged) để móc túi khách hàng mà khách hàng không hề hay biết. Tôi đóng góp vào sự tan nát của xã hội, sự suy sụp của nền kinh tế quốc gia, vào nạn tham nhũng của đất



nước. Thình thoảng tôi cũng giả vờ đóng góp thiện nguyện, cúng tiền cho giáo sĩ, để tỏ ra mình có đạo đức, nhưng thực chất chỉ để che mắt thế gian. Của cải tôi đầy kho, nhưng gia đình lại vô đạo đức, con cái hư hỏng. Nay chết đi tài sản không mang theo được. Dưới Suối Vàng bị Diêm Vương tra khảo, đau đớn vô cùng, tôi chỉ còn biết nhăn nhu với vợ con, thân nhân rằng chỉ có sám hối, làm việc thiện, đem tài sản giúp đỡ người nghèo khó, mới có thể giải trừ bao tội lỗi mà tôi đã gây ra.

- 2) Là kỹ nghệ gia chế tạo vũ khí giết người, tôi tung tiền quảng cáo để bịt miệng báo chí. Tôi lobby, đút tiền cho dân biểu, thương nghị sĩ để dim chết các đạo luật kiểm soát vũ khí, khiến tội ác trên đường phố gia tăng, trẻ em năm sáu tuổi đã biết dùng súng giết người, học sinh đem súng vào trường bắn giết

bạn bè thầy cô... giống như những phim ảnh của Hollywood. Tuy tôi trở thành tỉ phú, sống đời vương giả nhưng từng đêm, từng đêm mất ngủ, ác mộng chập chờn khiến tôi hiểu rằng chỉ có sám hối mới giải trừ bao ác nghiệp mà tôi đã phạm.

- 3) Là nhà sản xuất đồ chơi, tôi chế tạo các đồ chơi đầy dục tính và bạo động khiến đầu óc trẻ thơ bị ô nhiễm rồi đi vào đường xấu xa, tình tình hung hăng hiếu chiến. Chúng nó sẽ là cái Nhân tàn phá xã hội trong tương lai. Tôi tuy là người giàu có nhưng trong những giây phút lãng động tâm tư, phản quang hồi chiếu tôi thấy mình gây tạo quá nhiều nghiệp dữ. Nay xin đề đầu sám hối.

- 4) Là nhà làm phim ảnh, tôi làm những phim quái đản, đồi trụy, bạo động, gớm ghiếc... nói là để giải trí nhưng đầu độc thanh niên, thiếu nữ, người lớn trẻ em, từ từ biến con người thành loài quỷ, mất cả nhân tính, lấy giết người, hành hạ người làm vui, lấy trụy lạc là hạnh phúc, lấy tiền bạc là hãnh tiến và không còn biết xúc động với khổ đau của nhân thế nữa. May gặp thiện tri thức chỉ bảo cho, tôi gạt mình kinh hãi vì mình đã trôi lăn trong ba ác đạo: Địa Ngục, Ngạ Quỷ, Súc Sanh mà không hề hay biết. Nay xin thành tâm sám hối và quay về nẻo chánh.

- 5) Là nhà thảo chương programmer, tôi đưa lên mạng lưới toàn cầu Internet những website khai thác tình dục trẻ em. Tôi kiếm sống bằng nghề xấu xa nhơ bẩn. Tôi là tội đồ của chính con cái của tôi. Tội lỗi của tôi còn ghê tởm hơn ma vương, quỷ dữ. Nay vì ảm thực và chơi bời quá độ tôi bị chấn động tim và trở thành phế nhân. Trong nhà dưỡng lão lạnh lẽo không bạn bè, bà con thăm viếng, tôi cảm thấy tủi hổ và xin thành tâm sám hối.

- 6) Xuất thân từ xã hội lưu manh ăn bám xã hội, tôi chuyên làm nghề buôn bán gái điếm, xuất khẩu nô lệ tình dục, buôn bán xi-ke ma túy. Tôi sống trên thân xác của hằng ngàn cô gái ngây thơ vô tội. Nay thì tuổi đã già, hoặc vì băng đảng thanh toán, hoặc bị chính quyền truy nã, thậm chí cảnh đời đen bạc, nhìn lại quá khứ xấu xa. Vì danh dự của chính mình và tương lai của con cháu tôi xin đề đầu sám hối.

- 7) Là chủ tịch của công ty cổ phiếu, tôi giả mạo



giấy tờ, thổi phồng lợi tức để bán chứng khoán. Rồi gặp buổi kinh tế khó khăn, âm mưu bại lộ, tôi tẩu tán tài sản, lén lút bán cổ phần trước, rồi khai phá sản, khiến bao cổ đông trắng tay, tiền hưu trí mất hết khiến gây cảnh cười đau khóc hận. Chính tôi đã làm rối loạn thương trường, khủng hoảng tài chính quốc gia. Tôi là hiện thân của con ròi, con bọ trong bộ quần áo lịch sự, trong những chiếc xe hơi đẹp, trong những căn nhà lộng lẫy. Ngày nay trong cảnh tù tội, gia sản bị tịch thu, mới thấy tiền bạc là vô nghĩa và xin thành tâm sám hối.

8) Là nhạc sĩ, ca sĩ tôi sáng tác những bản nhạc ca ngợi thân xác thấp hèn, những lời lẽ dâm ô, thô tục. Mười lăm, mười sáu tuổi tôi đã biết trình diễn những màn gợi dục. Tôi ăn mặc hở hang, làm những động tác dâm dật rất lạnh nghề. Tôi rên rỉ, khóc lóc, uốn éo, để ru hồn thanh niên thiếu nữ ngây thơ. Người ta xưng tụng tôi là nữ hoàng nhạc Rock, nhạc Pop, nhạc Rap nhưng thực chất tôi chỉ là kẻ dâm đãng có một chút tài năng giúp thêm vào nạn thiếu niên mang bầu, bỏ nhà trốn học, xì-ke ma túy và tệ nạn xã hội. Nay tuổi đã già, nhan sắc tàn phai, cuộc đời ba chìm bảy nổi, nhìn lại những gì đã làm trong quá khứ tôi thấy ghê sợ và xin thành tâm sám hối.

9) Là nhà văn, nhà báo, ký giả, talkshow, thay vì nói lời trung thực, bênh vực người cô thế, tôi nга theo cường quyền, thế lực tôn giáo hiểu chiến, hoặc vì đồng tiền, tôi bóp méo tin tức, bóp méo lịch sử, chụp mũ, bôi lọ, đánh phá người vô tội, không cho người oan ức có cơ hội biện minh. Nay trong lúc tuổi già bệnh hoạn, cái chết gần kề, quá khứ như một tấm gương đứng sừng sững trước mắt. Bao nhiêu tội lỗi hiện về - không thiếu một chi tiết - khiến tôi cảm thấy ray rứt, xấu hổ và thành tâm sám hối xin bạn bè, bà con xa gần, qua thể chúng thứ tha. Chỉ khi đó tâm hồn tôi mới có thể thanh thản để có thể thoát sanh về Cõi Trời An Lạc.

10) Là một con người có đời sống bình thường nhưng không phải tôi không phạm lỗi. Nhìn lại từ lúc vào đời tới nay, đã bao lần tôi nặng lời, chửi rủa, mắng nhiếc người ta, nói lời điều ngoa dối gạt, man trá, ganh ghét, nói lời đâm thọc, nói lời hung dữ, gieo rắc hận thù, hoài nghi, đổ kỵ ty hiềm, nói lời lừa mị, chụp mũ? Đã bao lần tôi gian lận thuế, giả giầu giảu bất chính, phá hoại của công, tâm địa nhỏ nhen, hành động ích kỷ, kiêu căng phách lối và miệt thị người khác? Đã bao lần tôi ỷ quyền ỷ thế đối xử bất công với cấp dưới, với công nhân, với người ăn người làm, lường gạt bạn bè, vu cáo, nói xấu kẻ thù? Đã bao lần tôi dùng bí danh, biệt hiệu viết điện thư (email), bài báo nặc danh bôi lọ, đánh phá người khác? Đã bao lần tôi đứng dưng trước nỗi khổ đau, bất hạnh của người khác? Hoặc chính tôi là người gây ra bao khổ đau cho người khác? Tôi hiểu rằng những tội lỗi đó không một ai, không một Thần Linh nào có thể rửa sạch cho tôi, không một giáo sĩ nào, dù với nghi thức cầu nguyện cúng tế bí hiểm, cũng không thể gội rửa hồn tôi. Chỉ với tấm lòng chân thành sám hối và làm việc thiện thì tội lỗi mới tiêu trừ - không phải ngay kiếp này - mà có thể còn kéo theo nhiều kiếp khác.

**"Tội Tùng Tâm Khởi,"** may nhờ thiện tri thức chỉ bảo cho, tôi mới ý thức được những tội lỗi đó và hiểu rằng sám hối là gốc của thiện lương.

Sám hối là gội rửa tâm hồn mình trong trắng.  
Sám hối là tu sửa tính tình.

Sám hối là gieo nhân lành cho kiếp sau.  
Sám hối là sống thực với lòng mình.  
Không sám hối làm lòng ta ray rứt.  
Sám hối làm lòng ta thanh thản.  
Sám hối khiến ta cao thượng lên.  
Không sám hối khiến quá khứ đeo đẳng giống như tâm hồn bị xiềng xích.

Nếu mọi người cùng lúc cùng sám hối thì - cùng lúc họ trở thành anh em, mọi thù hận trong quá khứ tiêu tan.

Che dấu quá khứ, che dấu tội lỗi, không sám hối thì nghiệp dữ và thù hận cứ kéo lê từ kiếp này qua kiếp khác không sao dứt được.

Chúng ta phải thẳng thắn sám hối về những gì đã làm cho kẻ thù của chúng ta, những gì ta đã làm ngày hôm qua và cả thế hệ mai sau.

Hãy sám hối về những hành vi nhỏ nhặt vi tế nhất và cả những gì xấu xa ẩn chứa bên trong cái gọi là "đạo đức, thánh thiện".

Hãy mổ xé ngay cả những hành vi gọi là "từ thiện" xem bên trong có ẩn chứa một mưu đồ dụ dỗ nào không?

Có phải chúng ta CHO với lòng xót thương hay CHO với mưu đồ toan tính, bành trướng?

Có phải chúng ta đang xiển dương đạo đức hay phát triển một hệ thống quyền uy?

Có phải chúng ta muốn giải phóng tư tưởng cho nhân loại hay đang trói buộc họ vào những gông cùm hữu hình và vô hình để thành lập một Đế Quốc Giám Hãm Linh Hồn? Hãy sám hối cho đến ngọn ngành.

Hãy sám hối để con người cũ trong ta chết đi để hình thành một con người mới tốt lành hơn.

Hãy sám hối cho đến khi nào không còn gì để sám hối nữa.

Hãy sám hối niệm - niệm nối liền không dứt.

Các bậc hiền thánh trong ba đời hiện tại, quá khứ, vị lai đều lấy sám hối làm đầu, lấy sám hối làm phương tiện tu hành, là phương thuật mở mang trí tuệ.

Sám hối là bài kinh hạnh phúc cao nhất.

Cùng lúc mọi người cùng sám hối là kiến tạo một nền Hòa Bình Vĩnh Cửu cho nhân loại mà không cần phải dựa vào bóng dáng của Thần Linh.



# ĐI NGHE BUỔI THUYẾT TRÌNH VỀ ĂN CHAY CỦA BÁC SĨ JÉRÔME BERNARD-PELLET LẠI NHỚ ĐẾN VĂN HÀO LAMARTINE!

*Hoang Phong*

Jérôme Bernard-Pellet là một bác sĩ người Pháp được một hội tâm linh Ấn độ mời thuyết trình về chủ đề ăn chay tại Hội trường số 104 đường Vaugirard - Paris, ngày 02 tháng 10 năm 2009. Là một bác sĩ và đồng thời cũng là một khoa học gia nghiên cứu về ăn chay, ông được nhiều người biết đến vì sự nhiệt tâm của ông trong các buổi thuyết trình được tổ chức khắp nơi. Ông sẵn sàng đi thuyết giảng bất cứ nơi đâu nếu có một tổ chức nào mời.

Bài viết này không có chủ đích lập lại toàn thể nội dung của buổi nói chuyện vì thật ra những lợi điểm của việc ăn chay đã từng được nhiều sách báo nói đến. Mục đích của người viết khi đi nghe là cố gắng ước đoán xem động cơ nào đã thúc đẩy Bác sĩ J. Bernard-Pellet khuyến khích việc ăn chay, đồng thời để tìm hiểu xem cử tọa đến nghe thuộc tầng lớp nào trong xã hội và họ mong đợi những gì ở buổi thuyết trình?

Trước hết người viết xin tóm lược một vài nét chính trong nội dung của bài thuyết trình và sau đó sẽ tường thuật sơ lược diễn tiến của buổi nói chuyện để làm đề tài suy tư.

## **Sơ lược nội dung buổi thuyết trình**

### **Định nghĩa về ăn chay**

Bác sĩ J. Bernard-Pellet bắt đầu buổi nói chuyện bằng cách định nghĩa thế nào là ăn chay. Theo ông thì ẩm thực của con người gồm có ba loại:

- *Ăn tạp* (omnivore, omnivorous): ăn thức ăn có nguồn gốc thực vật và động vật

- *Ăn chay* (végétarien, végétarisme, vegetarian, vegetarianism): không ăn "thịt" của bất cứ một động vật nào (bất kể là heo, bò, gà, cá, sò ốc, rắn rết, côn trùng...)

- *Ăn toàn chay* (végétalien, végétalisme, vegan, veganism): ăn toàn thực vật, chẳng những không ăn "thịt" của bất cứ động vật nào mà còn tránh hết các thực phẩm có nguồn gốc động vật như sữa, trứng, chất keo gelatin (trong bánh, kẹo...).

### **Động cơ thúc đẩy việc ăn chay**

Bác sĩ J. Bernard-Pellet liệt kê các động cơ thúc đẩy việc ăn chay như sau:

- *Ăn chay vì sự sống của sinh vật*: Mỗi năm có khoảng 55 tỉ sinh vật sống trên trái đất bị giết hại để ăn thịt. Cá trong ao hồ, sông ngòi và đại dương bị giết khoảng 1000 tỉ con vừa lớn vừa nhỏ mỗi năm. [Có lẽ cũng cần nhắc thêm là dân số địa cầu gồm khoảng 6 tỉ người].

- *Ăn chay vì môi sinh*: Chăn nuôi là một trong những nguyên nhân hàng đầu làm ô nhiễm địa cầu. Một phần tư tổng số khí CO<sup>2</sup> thải ra trong bầu khí quyển là do gia súc chăn nuôi. Các chất phóng xạ của súc vật trên đất và trong nước làm cho địa cầu

trở nên ô nhiễm. Chẳng hạn như chất nitrat từ phân của súc vật và cá thải ra từ các nơi chăn nuôi kỹ nghệ đang làm cho các quốc gia Tây phương điên đảo vì không tìm được giải pháp nào hữu hiệu và quy mô để trừ khử.

- *Ăn chay để chống lại nạn đói*: Ăn thịt là một sự phí phạm lớn lao vì phải cần đến 10 gam chất đạm thực vật mới tạo được 1 gam chất đạm trong thịt cá.

- *Ăn chay vì kinh tế và Ăn chay trong mục đích tu tập tinh thần*: Bác sĩ J. Bernard-Pellet nêu lên hai lý do này nhưng không giải thích. Ông cho biết là vấn đề kinh tế không thuộc lãnh vực hiểu biết của ông, còn vấn đề tâm linh thì mang tính cách cá nhân.

### **Lợi ích của việc ăn chay**

Cổ lẽ cũng không cần phải dài dòng về mục này vì phần đông ai cũng biết và hơn nữa đã có nhiều sách vở quảng bá những lợi ích thiết thực của việc ăn chay. Sau đây là một vài lợi ích của ăn chay liên quan đến sức khỏe do Bác sĩ J. Bernard-Pellet nêu lên:

- Ăn chay làm giảm *tỷ lệ tử vong* (mortalité) và *tỷ lệ mắc bệnh* (morbillité) một cách rõ rệt. Tỷ lệ tử vong và mắc bệnh giảm xuống từ 10% đến 15% đối với người ăn chay.

- Cải thiện sự thoải mái và mang lại cảm giác khoan khoái cho người ăn chay.

- Làm chậm lại hiện tượng lão hóa của các tế bào cơ thể.

- Làm giảm xuống từ 20% đến 50% các chứng bệnh sau đây: phì nộm, các bệnh tim-mạch (chứng nhồi tim, nhồi máu cơ tim), huyết áp cao, tiểu đường, ung thư, các bệnh về thận, sa sút trí nhớ và giảm trí thông minh (démence), sạn thận, viêm khớp vị phong thấp, bệnh trĩ, ruột thừa...(maladies diverticulaires), bệnh thoát vị của một số cơ quan (hernie)...

### **Nên ăn chay như thế nào?**

Bác sĩ J. Bernard-Pellet khẳng định là cách ăn chay tốt nhất và lý tưởng nhất là *cách ăn toàn chay*. Ông nêu lên nhiều kết quả không chối cãi được do các khảo cứu khoa học mang lại liên quan đến sức khỏe và sự ngăn ngừa và chữa trị đối với nhiều loại bệnh tật. Một số các kết quả ấy có thể liệt kê ra như sau:

- Tăng cường sự miễn dịch (immunité) của cơ thể và nhất là làm gia tăng sự hoạt động hữu hiệu của tuyến tụy hay tụy trạng (còn gọi là lá lách). Các khoa học gia theo dõi một số mẫu người bị bệnh tiểu đường loại 2, tức loại tiểu đường thông thường nhất nơi những người lớn tuổi, số người này chỉ cần ăn toàn chay trong một thời gian ngắn thì tình trạng



bệnh lý sẽ được cải thiện một cách nhanh chóng, mặc dù phần lớn bệnh tiểu đường mang tính cách di truyền.

- Các khoa học gia còn quan sát, phân loại và so sánh ảnh hưởng của việc ăn chay tùy theo các nhóm người được đem ra thử nghiệm: nhóm không ăn chay, nhóm ăn chay, nhóm ăn toàn chay..., các nhóm người này còn được phân chia theo tuổi tác, nghề nghiệp, địa lý, chủng tộc, môi trường (sống ở thành thị hay thôn quê)... Thí dụ như ở Mỹ, trẻ con mới tám tuổi đã bị bệnh tiểu đường loại 2 vì ăn quá nhiều bánh mì và thịt bò xay (hamburger), bánh ngọt (trứng, đường, bơ) và uống quá nhiều coca-cola (đường). Các kết quả nghiên cứu đều cho thấy các mẫu người thuộc nhóm ăn toàn chay có sức khỏe tốt hơn hết, trong số những người này nếu có ai mang sẵn các chứng bệnh như tiểu đường, áp huyết cao... thì bệnh tình của họ cũng thuyên giảm một cách rõ rệt.

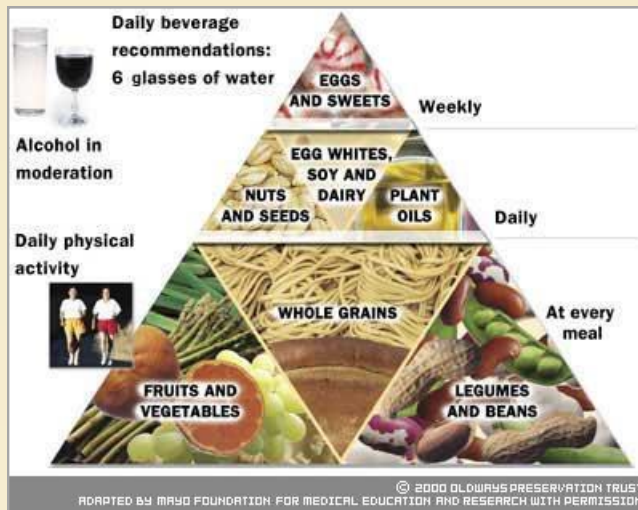
**Các thức ăn chay có thiếu chất đạm (protein) và chất sắt hay không?**

Theo bác sĩ J. Bernard-Pellet thì người ăn chay ăn nhiều chất đạm (protein) hơn sự cần thiết của cơ thể rất nhiều. Ngay cả súc vật chăn nuôi nói chung cũng hấp thụ chất đạm ba lần nhiều hơn nhu cầu cần thiết. Chất đạm là các phân tử amino axit kết hợp lại và tạo ra cấu trúc của các tế bào. Thông thường có khoảng 20 loại protein khác nhau trong thực phẩm, nhưng thật sự cơ thể chỉ cần đến 8 loại protein chính. Một phụ nữ cân nặng 50 kg chỉ cần hấp thụ mỗi ngày 40 gam protein là đủ. Các loại protein có thể tìm thấy trong rau đậu và ngũ cốc.

Bác sĩ J. Bernard-Pellet không tiếc lời tán dương phẩm tính của đậu nành. Theo ông thì đậu nành là một thứ thực phẩm rất giàu các loại protein và có khả năng chống lại các độc tố histamin. Đậu nành hàm chứa tất cả tám thứ protéin cần thiết và được xếp vào loại thực phẩm lý tưởng nhất cho người ăn chay, nhất là ăn toàn chay vì đậu nành có thể thay thế sữa và các thực phẩm biến chế từ sữa. Đậu nành ngăn ngừa rất hiệu quả nhiều chứng bệnh mãn tính chẳng hạn như các bệnh ung bướu, nhất là ung thư vú, ung thư tuyến tiền liệt... Đậu nành còn làm chắc xương và tránh được bệnh xốp xương của phụ nữ khi mãn kinh...

Ngoài các đặc tính ngừa bệnh trên đây nhờ vào các chất protein (36%), glucid (30%) và lipid (18%) trong hạt đậu khô, thì đậu nành còn chứa nhiều loại hormon có cấu trúc rất gần với hormon oestrogen, tức là loại hormon gây động dục nơi con người. Các nguyên tố này gọi là isoflavon, chúng tác động giống như hormon oestrogen trong việc ngăn ngừa và chữa trị ung thư vú, tử cung, tiền liệt tuyến và đại tràng.

Đối với chất sắt thì Bác sĩ J. Bernard-Pellet cho biết là các loại đậu khô và đậu nành, hạnh nhân... đều chứa chất sắt, các loại rau như cải bắp, rau dền, cải hoa (broccoli)... cũng rất giàu chất sắt.



**Một vài điều cần lưu ý cho người ăn chay:**

Theo Bác sĩ J. Bernard-Pellet trên thực tế ăn chay không có trở ngại hay khó khăn gì cả vì ăn chay đơn giản hơn lối ăn tạp rất nhiều. Không cần phải là chuyên gia về ăn chay mới biết cách ăn chay. Tuy nhiên trong phần này Bác sĩ J. Bernard-Pellet cũng nêu lên tất cả các loại thuốc cần thiết bổ khuyết thêm cho người ăn chay cũng như người ăn tạp, chẳng hạn như các loại vitamin B12, vitamin D, Omega-3... Ông cũng nêu lên các tên thuốc liên

quan đến các loại vitamin ấy và cho biết cả phân lượng cần thiết, cách dùng v.v. Ông còn cho biết thêm có hai loại thuốc Omega-3 khác nhau, một thứ được bào chế hoàn toàn từ dầu thực vật, một thứ khác lấy từ dầu cá.

**Các vấn đề khó khăn liên hệ đến việc ăn chay:**

- Các khó khăn chính trong việc ăn chay:
  - Thay đổi thói quen của chính mình khi phải chuyển từ lối ăn tạp sang lối ăn chay
  - Giải thích với những người chung quanh tại sao mình lại quyết định ăn chay
  - Tìm thức ăn chay khi ra khỏi nhà hoặc khi đi xa

Bác sĩ J. Bernard-Pellet còn cho biết qua kinh nghiệm của ông thì số bác sĩ hiểu biết tường tận về ăn chay và ăn toàn chay rất hiếm. Một số lớn các bác sĩ vì không nắm vững về vấn đề ăn chay nên thường hay khuyên mọi người không nên chọn lối ẩm thực này. Bất cứ vấn đề gì không hiểu biết tường tận thì thường làm cho người ta sợ hãi. Y khoa là một ngành học mê mông vì thế không phải bất cứ vị bác sĩ nào cũng đủ sức hiểu biết tất cả. Các công cuộc khảo cứu y khoa quốc tế đều công nhận những lợi điểm về ăn chay, và sau đây là câu tuyên bố chung của các hiệp hội Hoa Kỳ, Gia nã đại và Pháp (APSARES) về dinh dưỡng:

"Các lối ăn chay (kể cả ăn toàn chay) nếu được thực hiện đúng đắn sẽ rất tốt cho sức khoẻ, thích hợp trên phương diện dinh dưỡng và hiệu quả trên phương diện phòng ngừa và trị liệu một số bệnh tật" (Les régimes végétariens (y compris le végétalisme) menés de façon appropriée sont bons pour la santé, adéquats sur le plan nutritionnel et bénéfiques pour la prévention et le traitement de certaines maladies)

Bác sĩ J. Bernard-Pellet còn cho biết thêm một số các trang trên mạng Internet chỉ dẫn về việc ăn chay, cách nấu ăn các món chay và cách chọn lựa các thực phẩm chay.

**Tóm lược phần kết luận của Bác sĩ J. Bernard-Pellet:**

Các dữ kiện và những điều khẳng định do ông nêu lên trong buổi thuyết trình đều được căn cứ vào các tài liệu y khoa quốc tế. Riêng ông thì ngoài các công cuộc khảo cứu, ông còn mở xê hơn 2000 tài

liệu khoa học liên quan đến vấn đề ăn chay và một số lớn các tài liệu này được lưu trữ trong Thư viện quốc gia Hoa kỳ về Y khoa, bất cứ ai cũng có thể tìm thấy các tài liệu ấy trên mạng Internet [www.pubmed.org](http://www.pubmed.org) của thư viện khổng lồ này. Vì thế nếu có ai muốn kiểm chứng những điều ông nói hoặc muốn tìm hiểu thêm về ăn chay thì có thể truy lùng các nguồn tư liệu trên đây.



xuống thấp thì người nông dân và các tổ hợp chăn nuôi lại càng phải gia tăng sản xuất nhiều hơn nữa để trả nợ ngân hàng và giữ mức lời tạm gọi là tương xứng với sự đầu tư của họ.

Cái vòng lẩn quẩn đó đã nô lệ hóa người nông dân và đồng thời cũng tạo ra một vấn đề nan giải cho các quốc gia tân tiến, vì chính phủ phải trợ cấp thường xuyên cho họ. Trợ cấp chỉ là một giải pháp vá vúi, kết

*Tóm lại theo ông thì*

*quan điểm của hiệp hội dinh dưỡng Hoa kỳ về ăn chay là quan điểm có giá trị toàn cầu mà chúng ta có thể tin tưởng được. Công việc nghiên cứu của hiệp hội này rất khoa học và các kết quả mang lại có thể sử dụng như những tài liệu dẫn chứng đứng đắn và hùng hồn nhất.*

### **Một vài cảm nghĩ sau khi tham dự buổi thuyết trình**

#### **Diễn tiến của buổi thuyết trình:**

Buổi thuyết trình khởi sự lúc 14 giờ 15 phút, cử tọa khoảng 40 người. Con số cử tọa như thế cũng tương đối khá đông so với chủ đề thuyết trình và nhất là buổi nói chuyện do một hội tâm linh ít người biết đến đứng ra tổ chức. Phần lớn người đến nghe thuộc vào lứa tuổi khoảng từ 40 đến 60 và hầu hết là phụ nữ, chiếm khoảng ¾ cử tọa. Những người đến nghe tỏ ra là những người thuộc tầng lớp trung lưu và có trình độ kiến thức khá cao.

Buổi thuyết trình được diễn ra gần như dưới hình thức bàn tròn vì người tham dự đặt nhiều câu hỏi và nêu lên những thắc mắc của mình trong khi Bác sĩ Bernard-Pellet đang thuyết trình. Bầu không khí rất cởi mở, Bác sĩ J. Bernard-Pellet tỏ ra rất kiên nhẫn, từ tốn và trả lời tất cả các câu hỏi mặc dù có nhiều câu khá lạ đề.

Bác sĩ J. Bernard-Pellet chấm dứt phần thuyết vào lúc 15 giờ 45 phút và sau đó thì cử tọa tranh nhau nêu lên đủ mọi thứ câu hỏi. Buổi thuyết trình chấm dứt vào lúc 18 giờ. Bác sĩ J. Bernard-Pellet lúc nào cũng tỏ ra điềm đạm và không nóng nảy, mặc dù buổi thuyết trình kéo dài gần 4 giờ liên tiếp.

#### **Các chủ đề không được khai triển:**

Trong số các lý do thúc đẩy việc ăn chay thì Bác sĩ J. Bernard-Pellet có nêu lên hai lý do khá quan trọng nhưng ông lại không khai triển, lý do thứ nhất là ăn chay vì kinh tế và lý do thứ hai là ăn chay vì tu tập tâm linh. Quả thật đây là hai lý do rất tế nhị.

Tại sao kinh tế lại là một lý do liên hệ đến việc ăn chay? Chúng ta đều hiểu rằng một phần kinh tế của các nước tân tiến ngày nay dựa vào việc chăn nuôi kỹ nghệ và sản xuất thực phẩm biến chế từ gia súc. Hình ảnh người nông dân chăn nuôi với tính cách gia đình trong nông trại của mình là một hình ảnh lỗi thời đối với các nước tân tiến ngày nay. Người nông dân phải sản xuất thật quy mô theo lối kỹ nghệ mới đủ sống. Sự lệ thuộc vào kỹ thuật bắt buộc họ phải vay mượn ngân hàng để trang bị và cải tiến. Nợ nần là một áp lực bắt họ phải liên tục gia tăng sản xuất đưa đến tình trạng dư thừa thực phẩm. Dư thừa làm giá cả hạ thấp, giá cả càng

quả là người nông dân vẫn tiếp tục biểu tình đòi hỏi chính phủ phải giải quyết sự thua lỗ của họ. Họ kéo nhau lái máy kéo, máy cày nghênh ngang giữa đường phố làm tắc nghẽn lưu thông, hoặc úi sập các tòa nhà hành chính địa phương, và gần đây họ đã đổ hàng triệu lít sữa ra đường cái, trong ruộng đồng để bày tỏ sự phẫn nộ của họ.

Trong khi đó thì hàng triệu gia súc bị cắt cổ, thọc huyết, hoặc bị bắn vào đầu bằng những súng sáng chế riêng để giết chúng... Chúng giãy chết trong yên lặng trước khi được đưa vào các dây chuyền xẻ thịt và biến chế thực phẩm. Những con thú bị giết không có một hy vọng nào có thể trốn thoát và cũng không đủ trí thông minh để bày tỏ sự phẫn nộ của mình như những người chăn nuôi chúng. Đây là chưa kể những khổ đau mà chúng phải gánh chịu do các kỹ thuật chăn nuôi kỹ nghệ ngày nay.

Có thể trên đây là lý do *ăn chay vì kinh tế* mà Bác sĩ J. Bernard-Pellet đã nêu lên mà ông không giải thích (?). Sự yên lặng của ông có lẽ cũng dễ hiểu vì ăn chay để chống lại một xã hội tiêu thụ và biến cải một nền kinh tế điên rồ chỉ biết dựa vào sự gia tăng sản xuất như một phương tiện sống còn thì quả thật việc ăn chay sẽ là một lý do quá yếu ớt không hội đủ sức mạnh tương xứng.

Mặt khác, ăn chay vì lý do tu tập tâm linh lại mang tính cách nội tâm và cá nhân nhiều hơn, và cái lý do đó chỉ có thể phát sinh từ một hạt giống trong lòng mỗi người. Vì thế cũng có thể giải thích phần nào sự yên lặng của Bác sĩ J. Bernard-Pellet, nếu ông mang cái lý do đó để thuyết phục mọi người thì có thể chỉ làm trò cười cho thiên hạ và chưa chắc đã có ai đến dự những buổi thuyết trình của ông. Trong các xã hội Tây phương con người thường bị chi phối bởi sự ích kỷ và những giá trị bên ngoài, mà có rất ít người biết khơi động những xúc cảm từ bi trong lòng mình. Đây là chưa kể đến ảnh hưởng giáo dục và truyền thống tin ngưỡng lâu đời của họ. Đối với họ, con người là trung tâm của vũ trụ, và sự hiện hữu của tất cả các sinh vật khác chỉ có mục đích phục vụ cho họ mà thôi.

#### **Nội dung các câu hỏi:**

Trong suốt phần trình bày và trong hơn hai giờ thảo luận, không thấy có một câu hỏi nào liên quan đến những động cơ thúc đẩy việc ăn chay khác hơn động cơ tìm kiếm sức khoẻ riêng cho cá nhân mỗi người. Chẳng hạn như các câu hỏi: *tôi bị dị ứng bởi loại rau đậu này hay loại rau đậu khác, phải nấu ăn như thế nào để giữ được chất bổ dưỡng trong rau đậu, loại thuốc nào tốt nhất để có thêm chất vôi, phân lượng phải như thế nào, có thể dùng liên tục hay không, uống dư thừa vitamin có hại hay*



không...v.v. Chưa kể rất nhiều câu hỏi lạc đề hay bên cạnh vấn đề, chẳng hạn như: *có nên thích ngửa cùm heo A H1N1 hay không, đậu nành được xếp vào loại rau đậu (légumineux) hay ngũ cốc (céréale)...*

Tóm lại tất cả các câu hỏi của cử tọa đều hướng vào sự duy trì và cải thiện sức khỏe của cá nhân mình. Tuy thế bác sĩ J. Bernard-Pellet vẫn trả lời tất cả các câu hỏi ấy một cách rất vui vẻ, tôi hết sức khâm phục sự kiên nhẫn của ông.

Trong khi đó có những thắc mắc trong lòng tôi và biết đâu có thể đây cũng là những những thắc mắc trong lòng ông nữa, nhưng kể cả ông và tôi không có ai có thể trình bày ra được, vì lý do là những thắc mắc đó rất sâu xa, vượt lên trên cả cái sức khỏe và sự an lành của cá nhân mỗi người. Tôi mạn phép được ước đoán những thắc mắc trên đây trong lòng của bác sĩ J. Bernard-Pellet dựa vào vào những hoạt động hằng say của ông trong công tác quảng bá việc ăn chay.

### **Một câu hỏi thích đáng:**

Gần sáu giờ chiều bỗng có một bà khá lớn tuổi nêu lên câu hỏi như sau: *"Ông là một bác sĩ, vậy vì lý do gì mà ông ăn chay?"* Câu hỏi không được rõ ràng lắm, theo tôi hiểu có lẽ bà ấy muốn nói: *"Ngoài lý do sức khỏe như ông vừa trình bày thì còn có lý do nào khác thúc đẩy ông ăn chay?"* Dù sao thì sau khi nghe câu hỏi ấy, những nét vui vẻ hiện lên trên nét mặt của ông. Hai mắt ông sáng hẳn lên và ông đã trả lời một cách thật trịnh trọng như sau:

- *Bà có biết không, gia đình cha mẹ tôi làm nghề chăn nuôi súc vật để giết thịt. Tôi đã thấy quá nhiều máu chảy và sự đau đớn. Tôi không còn ăn thịt được nữa."*

Lúc đó tôi mới đưa tay và xin phát biểu như sau:

- *Thưa bác sĩ và tất cả quý vị, có ai trong số quý vị biết Lamartine là người ăn chay hay không?*

Tất cả mọi người đều ngạc nhiên trước câu hỏi khá bất ngờ của tôi, họ giữ yên lặng và có vẻ chờ đợi. Bỗng bác sĩ J. Bernard-Pellet cất lời hỏi tôi:

- *Có phải ông muốn nói đến thi sĩ Lamartine hay không?*

- *Đúng như thế, đó là văn sĩ và thi hào Lamartine thuộc cuối thế kỷ XVIII và đầu thế kỷ XIX. Có một lần khi ông còn bé, mẹ ông đã dắt ông ra phố và khi hai mẹ con đi ngang một lò sát sinh, ông thấy những người đồ tể hai tay đầy máu đang giết những con vật trong nhà, máu me chảy ra lênh láng tận ngoài sân. Hình ảnh đó đã làm cho ông khiếp sợ vô cùng."*

Bác sĩ J. Bernard-Pellet tỏ vẻ chú tâm đặc biệt vào câu chuyện tôi vừa kể, và ông đã nói với tôi như sau:

- *Cám ơn ông thật nhiều, tôi không hề được biết về câu chuyện này."*

Hóa ra động cơ thúc đẩy việc ăn chay của bác sĩ J. Bernard-Pellet cũng khá giống với trường hợp của thi hào Lamartine.

### **Lời kết:**

Thật sự thì cũng ít có ai biết câu chuyện trên đây. Sở dĩ tôi biết được chuyện ăn chay của thi hào Lamartine là vì tình cờ mua được một quyển sách khá xưa trong một dịp hội chợ bán đồ cũ tổ chức trong vùng tôi cư trú. Tựa quyển sách là *"Những bà mẹ của các danh nhân"* (*Les mères des Grands hommes*), tác giả là Maurice Bloch, do nhà xuất bản Ch. Delagrave Paris phát hành năm 1885.

Trong quyển sách ấy có kể chuyện về cậu bé Lamartine và mẹ của cậu. Tôi xin dịch và tóm lược ra đây vài đoạn thuộc các trang 158 và 159 như sau:

[...] Bà [ tức là mẹ của Lamartine] *nuôi con bằng lối ăn chay cho đến khi ông lên 12 tuổi, bà chỉ cho ông ăn bánh mì, sữa, rau và hoa quả. Tuyệt đối không một miếng thịt nào.*

Và tiếp theo đây là lời kể chuyện của cậu bé Lamartine:

*"Một hôm mẹ tôi tình cờ dẫn tôi đi ngang một lò sát sinh. Tôi trông thấy những người đồ tể hai cánh tay để trần nhuộm đầy máu đang đập chết một con bò, các người khác thì đang giết bê và cừ. Những sợi máu bốc khói chảy lênh láng khắp nơi. Tôi kéo tay mẹ tôi đi cho nhanh để tránh xa nơi này."*

Tác giả quyển sách còn cho biết là sau đó thì cậu hết sức sợ hãi và ghê tởm mỗi khi trông thấy thịt nấu chín.

.....  
Ít lâu sau thì gia đình cậu gọi cậu vào trường nội trú, cậu hết sức khổ sở vì phải ăn những thức ăn giống như các đứa trẻ khác dưới sự canh chừng của các thầy giáo mà cậu gọi họ là những tên cai ngục. Cũng cần nói thêm là vào thời bấy giờ trường học và việc giáo dục rất nghiêm khắc vì được đặt dưới sự quản lý của những người tu hành.

Một hôm cậu bỏ trốn. Sau khi phát giác ra sự vắng mặt của cậu thì nhà trường sai người đi tìm. Người ta tìm được cậu đang đói lả và đang ngồi trong một quán ăn trước một đĩa trứng chiên mà cậu chưa kịp ăn. Người ta lại lôi cậu về trường và giam cậu vào một nơi riêng.

Nhưng hai tháng sau thì nhà trường chịu không nổi trước thái độ của cậu và đành dẫn giao trả cậu cho cha mẹ.

Trước cảnh tượng khổ đau, có những người xúc động không chịu nổi, tuy nhiên cũng có những người thần nhiên, chẳng hạn như những người đồ tể. Thật ra thì tất cả chúng ta đều hàm chứa những xúc cảm tử bi, nhưng những xúc cảm đó lại bị che lấp quá sâu kín trong lòng một số người. Tu tập có nghĩa là khơi động những xúc cảm đó trong lòng mình để không khiến mình giống như những người đồ tể đáng thương. Những xúc cảm ấy có thể sẽ giúp cho mỗi người trong chúng ta cảm nhận được những rung cảm của thi hào Lamartine đã từ hai trăm năm trước nhưng đến nay vẫn còn bàng bạc qua những trang sách và những vần thơ của ông. Những xúc cảm ấy trong lòng chúng ta biết đâu cũng có thể đã khiến chúng ta đi nghe một buổi thuyết trình của bác sĩ J. Bernard-Pellet được tổ chức ở một nơi nào đó. Thương lắm thay cho những người đồ tể, vì họ vẫn là những người đồ tể suốt đời.

Bures-Sur-Yvette (France)  
**Hoang Phong**





## TÔI NGỒI NGẮM BÓNG NẮNG VÀNG

Tôi ngồi, tôi hỏi mây ơi  
 Có sao lơ lửng bên trời mênh mông  
 Tôi ngồi tôi thấy cảnh thông  
 Đông đưa theo gió quên dòng thời gian.  
 Tôi ngồi ngắm bóng nắng vàng  
 Bình minh chạm ngõ, cỏ choàng kim cương  
 Nụ hồng lóng lánh hạt sương  
 Cánh phù du đó, vô thường ghé thăm  
 Tôi ngồi an lạc quán tâm  
 Đóa hoa thiền nở... vô âm trở về.

## CHIÊM BAO

Trăm năm một dạ yêu Kiều  
 Đêm nằm trăn trở với nhiều điều đau  
 Sáng ra chợt nhớ chiêm bao  
 Gặp tôi tảo mộ, Kiều chào trao thơ

## NHẬT TRĂNG

Mùa xuân chân bước ra vườn  
 Thấy hoa rực sắc và hương htom nồng  
 Với tay nâng nhẹ đóa hồng  
 Hương xông nức tóc, tóc bông bênh bay  
 Mùa thu khóa nước ướt tay  
 Thấy trăng rơi rụng tay ai hằng hà  
 A ha! Trong tóc có hoa  
 Trong tay trăng mọc, trong ta có người  
 Bây giờ trăng lặn hoa rơi  
 Hương phai, tay thõng người ơi phương nào  
 Tôi ngồi vuốt tóc đếm sao.

thơ

KIỀU MỘNG HÀ

## TÌNH CỜ

Ta về lặng lẽ như sóng  
 Nghe con thác đổ hư không chuyển mình  
 Ổn vai gánh tạng thánh kinh.  
 Khờ con mắt mở, vô minh dính đầy

Ta về dệp rách chân trời  
 Mới hay hạt bụi hao gầy hơn xưa  
 Mười năm quên chuyện nắng mưa  
 Ta và hạt cát mới vừa hồi sinh.

Ta về bão nổi thỉnh linh  
 Nghe con sóng vỗ thất kinh đất trời  
 Đội mưa theo trẻ rong chơi  
 Cây mùng chào hỏi, hoa cười tặng hương

Ta về tìm hạt kim Cương  
 (Lúc xưa tưởng đá nên thường bỏ lẫn)  
 A ha! phải hỏi vàng trắng  
 - Ở viên ngọc đó, người cầm trong tay

Ta về vườn cũ lá thay  
 Xuân phai mấy bận, cành mai vẫn còn  
 Bàng hoàng đứng sừng chân chốn.  
 Câu kinh lời kệ lảng tron đâu rồi

Ta về ta gọi ta ơi  
 Ai ngờ thấy lại cái thời bé thơ  
 Ta về như chuyện tình cờ.

(trích từ thi phẩm mới xuất bản:  
 THIÊN NHE VÀO ĐỜI của Kiều Mộng Hà  
 & Ngô Tịnh Yên)





GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT HOA KỲ - CANADA  
**KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN THỨ IV**

**BAN TỔ CHỨC  
 CHÙA PHẬT ĐÀ**

4333 30th Street, San Diego, CA 92104 - ĐT: (619) 283-7655  
 Email: chuaphatdasd@yahoo.com - Website: Hoavouu.com



## THÔNG BÁO SỐ 1

Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật

*Kính bạch: Chư Tôn Đức Tăng - Ni,  
 Kính thưa: Quý Học viên Phật tử,*

Mấy nghìn năm qua, kể từ khi Đức Thế Tôn thị hiện vào đời, rồi xuất gia, thành Đạo, vận chuyển bánh xe Pháp lan rộng khắp mọi nơi. Từ đó, con người được học hỏi Phật Pháp, được tu tập cho chính mình và thắm nhuần ân sữa Pháp làm tịnh lạc, thanh lương cho một đời sống tâm linh cao thượng.

Đức Phật dạy: "Giáo Pháp mà Như Lai đã chứng ngộ quả thật thập thâm, vi diệu, có đầy đủ tính chất giác ngộ, giải thoát cao siêu. Con người đến để thấy, để nghe, để tu tập, để chứng đắc quả Thánh. Giáo Pháp ấy cho con người, cho các bậc Thiện Trí, làm phương tiện để đạt Phật tánh."

Hôm nay, Ban Tổ Chức kính Thông Báo đến quý vị thiện hữu tri thức, quý Học viên Phật tử về Khóa Tu Học Phật Pháp Bắc Mỹ Lần Thứ IV, được tổ chức tại:

**Địa điểm: Town and Country Resort Hotel  
 500 Hotel Circle North, San Diego, CA 92108**

**Thời gian: Từ ngày 29 tháng 5 đến ngày 02 tháng 6 năm 2014**

Kinh nghiệm cho thấy, Khóa Tu Học Phật Pháp Bắc Mỹ Lần Thứ III đã cung ứng cho tất cả quý học viên Phật tử một không khí tươi mát, thoải mái kể cả nơi ăn, chốn ở, phòng học, trại đường, chánh điện... Do vậy, Ban Tổ Chức Khóa Tu Học Phật Pháp Lần Thứ IV trân trọng kính mời quý Học viên Phật tử sắp xếp thời gian, công việc gia đình để cùng tham dự Khóa Tu Lần Thứ IV năm tới - 2014 được đông đảo, thể hiện tinh thần quý trọng Pháp Bảo hiện có mà chúng ta có được phước duyên để tu học.

Kính chúc quý Học viên Phật tử thân tâm thường an lạc, Bồ đề tâm kiên cố để nỗ lực thăng tiến trên lộ trình giác ngộ, giải thoát.

Chùa Phật Đà, ngày 05 tháng 9 năm 2013

Trưởng Ban Tổ Chức

Ty Kheo Thích Nguyên Siêu



# CON ĐƯỜNG ĐẾN CHÁNH QUẢ GIẢI THOÁT

Nguyên tác tiếng Anh: **Bhikkhu Silaratano**

*Thánh Thủy* dịch

Bà Mae Chee Kaew—một phụ nữ thôn quê người Thái, đã phải rất vất vả trải qua nhiều chướng duyên trên con đường tâm đạo từ lúc từ bỏ gia đình cho đến ngày thành tựu và được xem như một trong những vị thánh A-la-hán của thời đại tân tiến này. Ngài Bhikkhu Silaratano viết về Ni Sư Mae Chee Kaew trong quyển "Con đường đến Chánh Quả Giải Thoát" rằng: Trước khi Ni Sư viên tịch năm 1991 lúc đã 90 tuổi đời, Ni Sư được thăng duyên học hỏi thiền định với rất nhiều bậc cao tăng của thời đại. Dưới đây là một đoạn trích ngắn về hành trình tâm linh của Ni Sư dựa theo tiểu sử trong quyển sách của Ngài Silaratano.

Thình thoảng cũng có những vị tăng Phật giáo du mục qua thôn làng nhỏ tên là Baan Huay Sai của cô gái miền quê Mae Chee Kaew. Họ tìm kiếm một nơi yên tĩnh để tá túc một vài ngày trong cái nóng nực của mùa nắng khô. Chung quanh làng là miền hoang dã rừng núi đầy thú dữ và những thành phần tác quái trong xã hội tự do phóng túng. Người dân làng rất sợ phải bèn mang đến những nơi này, và họ càng lo sợ hơn cho những vị tu hành tìm đến chốn hoang vắng này để tu tập.

Vào năm 1914 có một vị cao tăng tên là Ajaan Sao Kantasilo, rất nổi tiếng với lối sống ẩn náu trong rừng sâu núi thẳm. Ngài đã tình cờ đi qua làng Baan Huay Sai từ phía dòng sông Hồng Hà bên Lào, đã lưu lại nơi đây một thời gian và biến đổi ngôi làng nhỏ bé này thành một chốn tu tập tâm linh tuyệt hảo. Ngài cùng một số đồ đệ vượt rừng sâu hiểm trở suốt thời gian mùa hè nóng nực cực đời để cuối cùng dừng chân tại Baan Huay Sai vừa đúng lúc mùa mưa lũ lại về. Theo truyền thống Phật giáo từ ngàn đời, người xuất gia phải dừng chân trụ lại một chỗ nào đó suốt

trong ba tháng mùa mưa không di chuyển nhiều.

Ngài Ajaan Sao đến Baan Huay Sai một buổi sáng tinh mơ, mờ sương và ướt đầm mưa đêm. Ngài và hàng đồ đệ của ngài trong những chiếc áo cà sa màu băng hoại, đi chân đất, với đũa sách và bình bát nặng trĩu trên vai. Họ khất thực lần đầu tiên trong làng và nhận vật thực từ những người dân nghèo nàn mạt cật phác. Vật thực đơn sơ như đời sống khó nghèo của họ: cơm trắng, cá muối, chuối, trái cây, và những nụ cười hiền lành thân thiện. Họ nghèo nhưng luôn tỏ lòng tôn kính cúng dường chư tăng, để gọi là hưởng chút phước lành cho cuộc sống. Gia đình của Mae Chee Kaew cũng thế, đã sẵn sàng từ sáng để cúng dường cho quý ngài ngoài ngõ khi phái đoàn tiến tới.

Những người đàn ông trong làng rất muốn tìm hiểu về quý chư tăng này từ một nơi xa xôi đến đây nên họ đã theo chân các ngài về khu vực cắm trại tạm thời tuốt sâu vào dưới chân núi. Cho dù tiếng tăm của Ngài Ajaan Sao đã lừng lẫy khắp vùng nhưng

người dân làng này chưa hề có duyên gặp ngài nên khi biết ra tông môn và danh tiếng của người khách quý, bố của Mae Chee Kaew và người dân làng rất muốn giữ chân các ngài lại nơi đây ít nhất là cho qua mùa mưa. Ông đưa quý thầy đi khắp hang cùng hốc hẻm, đèo cao sông rộng, đồng bằng cũng như núi thẳm để tìm một nơi tạm dừng chân tu tập ổn định trong mùa mưa. Ông rất hoan hỉ khi cuối cùng Ngài Ajaan Sao đã chọn một cồn cát cao gần hang động Banklang, từ chỗ đó về làng chỉ vòn vẹn một tiếng đồng hồ đi bộ.

Sau khi yên ổn nơi cơ sở mới, Ngài Ajaan Sao bắt đầu giảng pháp cho dân làng. Ngài hướng dẫn người ta quy y và đến với Tam Bảo Phật Pháp Tăng thay vì cúng tế thần linh như truyền thống họ đã quen thuộc nhiều đời. Ngài khai thị cho họ tăng trưởng trí tuệ, giữ gìn ngũ giới của người tại gia, không sát sanh, không trộm cướp, không nói dối, không tà dâm, và không uống rượu. Để giúp cho họ hiểu hơn và bớt sợ thần linh, ngài chỉ dẫn cách tọa thiền giữ tâm chánh niệm. Trước tiên ngài giảng cho họ nghe về cách thức cung kính Phật bằng bài tụng Tán Dương Phật. Khi cảm thấy tâm họ khá an lành, ngài dạy họ chuyên cần niệm hồng danh Phật.

Và cứ thế ngài khuyến khích và sắp xếp cho người dân làng cứ đến ngày rằm trăng tròn mỗi tháng thì quy tụ về nơi an cư của quý ngài để thiền hành, học giáo lý, nghe giảng, và cúng dường trai tăng. Cô bé Mae Chee Kaew, 13



Tranh vẽ của Upaporn Srisroy, "The Town of Loei", "Cotton Blossoms", và "Cotton Blossoms in the Town of Loei" tranh dầu trên nền vải, xuất bản năm 2010.



tuổi, vẫn còn được gọi bằng cái tên Tapai thân mến mà gia đình đặt cho cô, cũng được cùng cha mẹ đi bộ từ làng đến hang động Banklang tham dự ngày lễ mỗi tháng. Nhưng vì là nữ nhi và rất trẻ nên cô chỉ được đứng tuốt phía dưới đặng sau hàng hàng lớp lớp người lớn, để chỉ vừa đủ nghe giọng nói từ tốn của Ngài Ajaan. Ráng nhìn người qua vai của bà mẹ kể của cô, Tapai cố gắng thâu thập những lời chỉ dạy của ngài, và cô say mê nhìn ngắm vị thầy khả ái đức độ đã có một sức mạnh thu hút tâm hồn cô. Cô chưa tập ngồi thiền như ngài giảng dạy và chỉ dẫn, nhưng tâm cô cảm nhận được ngài đã chứng đắc được cái niềm hạnh phúc an bình mà ngài đang nhắc đến. Cô cảm thấy bị lôi cuốn theo sức mạnh tâm tử của ngài.

Cô bé Tapai nhớ rõ cái phút giây mà tâm cô bị sự thu hút này làm chấn động. Ngày đó, ngài Ajaan Sao đang ban những lời khen đến tất cả phụ nữ trong làng đã hết sức chu đáo trong công việc cúng dường bố thí và lo cho chư tăng tất cả những thời trai hăng ngày. Không những việc làm này giúp cho chư tăng tinh tấn tu tập mà nó còn đem lợi lạc phước báu về sau cho những người biết cúng dường thanh tịnh nữa. Rồi ngài còn giảng thêm, ngoài việc cúng dường bốn phước như thế, nếu các bà các cô có thể buông bỏ bớt việc làm hằng ngày để trở thành bạch y cư sĩ chuyên cần tu tập trong rừng vắng, không những mang phước báu đến cho mình mà còn có thể dành phần phước cho chúng sinh mọi loài nữa. Những lời giảng này đã in đậm vào tâm trí một cô bé như những hạt mầm sau này phát triển thành cội bồ đề về vang của cả một thế hệ.

Ngài Ajaan Sao đã dừng chân gần làng Baan Huay Sai đã ba mùa nước lũ. Khi ngài quyết định rời nơi ấy, Bồ của Tapai rất buồn nhưng ông biết Phật pháp đã bén rễ nơi người Phu Tai dân quê chất phác trong làng. Chẳng bao lâu sau khi ngài Ajaan Sao ra đi, ngôi làng thân thương của ông lại được duyên lành tiếp đón một vị cao tăng uyên thâm tốt bậc khác là ngài Ajaan Mun Bhuridatto.

Vào năm 1917, lúc mùa mưa hằng năm sắp trở lại, Ngài Ajaan Mun cùng 60 đồ đệ cũng vừa đến vùng chân núi bên cạnh làng Baan Huay Sai. Họ bắt đầu cắm chốt dựng lều trong hang



*Tranh vẽ của Upaporn Srisroy, "The Town of Loei", "Cotton Blossoms", và "Cotton Blossoms in the Town of Loei" tranh dầu trên nền vải, xuất bản năm 2010.*

động, trên triền núi và những mỏm đá cheo leo. Cũng như phái đoàn của ngài Ajaan Sao, dân làng rất hoan hỉ đón chào ngài Ajaan Mun Bhuridatto.

Có những buổi sáng khi đang để thức ăn vào bình bát của Ngài Ajaan Mun, cô bé Tapai mừng rỡ trong lòng khi ngài nói chuyện hỏi thăm cô và khuyến khích cô đến tham vấn với ngài. Nhưng lễ giáo không cho phép và vì cô rất nhút nhát nữa nên chẳng bao giờ cô dám bén mảng đến gần quý ngài, chỉ dám cùng đi với gia đình và người dân làng vào dịp lễ trọng hằng tháng thôi. Còn ngài Ajaan Mun thì lúc nào cũng tỏ thái độ rất mến cô bé có tâm hướng thượng này. Hình như ngài nhìn thấu được tâm đạo và ước nguyện của cô. Ngài tìm cách khuyến khích cô tọa thiền. Ngài nhắc lại những lời dạy về cách thức ngồi thiền y như ngài Ajaan Sao đã từng giảng dạy: cô bắt đầu thực tập cách niệm hồng danh Phật cho đến rốt ráo nhất niệm, không còn nghĩ tưởng một sự việc nào ngoài câu niệm Phật.

Một ngày nọ, Tapai ngồi xuống tĩnh lặng niệm Phật. Chỉ chừng 15 phút sau, tâm cô đạt tới một niềm hỷ lạc vô biên trong thanh vắng. Cô cảm thấy như hình hài của cô đang nằm cứng đờ như chết trước mặt cô, hình ảnh quá rõ ràng cô tưởng mình thật sự đã chết. Trong thiền định cô thấy ngài Ajaan Mun bước đến bên xác chết của cô một cách trịnh trọng, ngài dùng cái gậy của ngài gõ vào thể xác bất động của cô, mỗi lần lập đi lập lại rằng

thân thể con người là vô thường, là không tồn tại mãi mãi, chỉ có cái tâm mới bất diệt, không bao giờ có sinh có tử, cho dù thân xác sẽ ra đi khi họ chết.

Cứ mỗi một gậy gõ lên người cô thì cái thân tứ đại của cô mục nát dần, cho đến cuối thì chỉ còn là một đồng xương. Rồi từ đồng xương đó, ngài Ajaan Mun lấy ra một vật gì như một hạt cải từ giữa trái tim của cô và để trong lòng bàn tay của ngài. Đêm đó Tapai tọa thiền suốt đến sáng, quán chiếu tâm bất tịnh của mình. Cuối cùng khi bình minh ló dạng, cô mới xả thiền.

Ba tháng sau đó, hằng ngày cô chuyên cần tọa thiền niệm Phật. Với sự hướng dẫn tích cực của ngài Ajaan Mun, cô nhanh chóng đạt được chánh định. Khi cô thưa với sư phụ về những kinh nghiệm trong lúc thiền định, quý thầy đệ tử cũng xúm lại để nghe những gì cô chia sẻ và học hỏi thêm những lời giáo huấn của ngài Ajaan Mun.

Một ngày nọ, khi những cơn mưa bắt đầu thưa dần—dấu hiệu mùa mưa sắp chấm dứt, Tapai được sư phụ gọi về diện kiến. Ngài nói với cô phải đoàn sắp lên đường rời nơi đây. Ngài hỏi cô có gia đình, hay có người yêu không, cô trả lời không. Ngài muốn cô xuất gia làm bạch y cư sĩ tháp tùng theo phái đoàn chư tăng du mục khắp chốn. Cô giật mình kinh ngạc với ý tưởng của sư phụ. Và rất sung sướng trong lòng. Nhưng cô nghĩ cha mẹ cô sẽ không bao giờ cho phép. Với một nụ cười hiền hòa từ bi trấn an cô, ngài truyền cô về nhà tham vấn cha mẹ.

Dĩ nhiên cha cô nhất quyết không bằng lòng, ông sợ con gái ông sau này nếu lỡ không tu được nữa, sẽ không bao giờ lấy chồng được. Ông chỉ muốn cô sống đời cư sĩ tại gia, và bằng lòng với cuộc sống bình thường như bao nhiêu người khác.

Khi nghe vậy, ngài Ajaan Mun khuyên cô nên nhẫn nại chờ đợi. Khi duyên đến, ngài nói, cô sẽ có cơ hội tiếp tục sự tu tập giải thoát của cô. Ngài nói sẽ có những vị thầy khác hiện diện giúp đỡ cho cô. Ngài khuyên nên vâng lời cha mẹ, tạm dừng ý thích riêng tư của mình để trở về đời sống bình thường cho cha mẹ hài lòng. Ngài cảm thấy Tapai rất có tâm đạo muốn học hỏi nhưng ngài nghĩ cô chưa đủ khả năng tự mình tu tập mà không có ai dẫn dắt. Nếu lỡ có chuyện gì xảy ra trong

lúc hành thiền, cô sẽ không có ai để nương tựa khi ngài không còn có mặt nơi đây.

Tapai không hiểu nổi tại sao sư phụ cấm không cho cô thực tập nữa, nhưng cô quyết tâm vâng lời và tin tưởng ngài hết lòng. Cô chăm dứt mọi sự tu tập của mình cho dù trái tim cô rất đau khổ, như muốn bể tan trong lồng ngực.

Sau khi ngài Ajaan Mun và phái đoàn rời thôn làng, Tapai trở thành ít nói và có vẻ như xa lánh mọi người. Niềm vui và những nhộn nhịp trong lòng lúc học thiền đã không còn thể hiện trong cô. Với cá tính nhút nhát sẵn có, cô càng không chủ động được sự niềm nở vui tươi xã giao của mình. Cô chỉ biết dốc hết tâm lực vào công việc làm của cô. Cô giúp gia đình trong công việc đồng áng trồng cây vải bông, gặt hái, và tự dệt thành chỉ. Rồi cô chăm chỉ hằng giờ bên khung dệt để may thành những bộ quần áo vải thô đơn sơ nhưng thoải mái ấm cúng. Cô lại trồng cây chàm để làm thuốc nhuộm vải màu rất đẹp. Ngoài ra cô còn nuôi tắm nhà tơ làm thành những bộ quần áo rất sang trọng.

Năng khiếu và sự chịu đựng cũng như tánh kiên nhẫn cần cù làm việc đã mang lợi lạc lại cho gia đình, và lớn bé gia trẻ trong làng ai cũng kính trọng khâm phục cô. Biết bao nhiêu trai làng dòm ngó. Một cậu trai tên Bun-maa đến xin cầu hôn. Cô chẳng màng gì đến yêu thương hay lập gia đình vì tâm cô chỉ hướng về tu tập thiền định, nhưng cha mẹ đã quyết định, cô cũng chỉ biết vâng lời, vì như ngài Ajaan Mun đã căn dặn trước khi đi là cô phải trở về đời sống thế tục trong thời gian chờ đợi này. Lấy chồng là một phần của cuộc sống thế tục mà thôi.

Một khi đã có chồng, Tapai thành một người vợ đảm đang làm đầy đủ bốn phận của một người vợ, nhưng lúc nào nàng cũng có cảm tưởng như bị gò bó cấm tù trong chính hôn nhân của mình. Những đau khổ của cuộc sống nhạt nhẽo cứ chất chồng qua ngày tháng. Mười bảy tuổi lấy chồng, thậm thoạt nàng đã 27. Càng ngày nàng càng cảm thấy mình cần buông bỏ cái đời sống tạm bợ này để đi theo tiếng gọi tâm linh trở thành một nữ tu sĩ Phật giáo. Sự cương quyết tăng dần trong thình lạng. Một buổi chiều nọ, nàng quỳ gối trước mặt

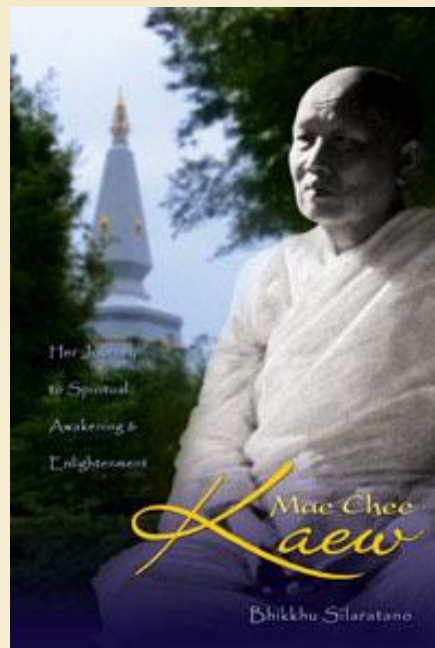
chồng, tỏ bày tâm sự và ý nguyện, nhưng chồng nàng không những không đồng ý mà còn cấm đoán hết mực nữa. Anh trả lời một cách lạnh lùng là không bao giờ muốn nghe những ý nghĩ này của nàng nữa.

Cuộc sống hôn nhân của nàng 10 năm rồi vẫn chưa có con cái gì cả. Gia đình rất bận khoản lo lắng, nên khi cô em của nàng mang bầu lần nữa, mọi người đồng ý cho Tapai đưa bé sơ sanh mang về làm con riêng, vì cô em này đã có rất nhiều con. Tapai đặt tên đứa con gái cưng là Kaew, nghĩa là "con cưng bé nhỏ." Khi người ta thấy sự tận tụy của nàng đối với đứa con gái bé bỏng, người ta gọi nàng là Mae Kaew, nghĩa là Mẹ của Kaew.

Nuôi con là cả một niềm vui bất tận cho Mae Kaew, công việc này đã làm cho nàng hết còn cảm giác nhàm chán cuộc sống tẻ nhạt nữa, cho dù tâm nàng vẫn không rời bỏ khát vọng xuất gia ngày xưa. Nàng vẫn khát khao một ngày nào đó sẽ được gia nhập Ni đoàn ở chùa Wat Nong Nong, xuống tóc, và chỉ mặc y trắng tinh khiết, sống đời tịnh khẩu, và tu tập thiền định trở lại. Nhưng giờ với đứa con thơ bé nhỏ cần tất cả tình thương yêu và sự chăm sóc của nàng, nguyện vọng xuất gia có vẻ xa vời với ngay lúc này.

Tuy nhiên, nàng vẫn cố gắng thuyết phục chồng cho phép nàng đến thăm viếng tu viện trong một thời gian ngắn, nhưng anh ta cương quyết nhất định không cho. Cuối cùng nhờ sự dàn xếp của một người chú—một trưởng lão rất được mến mộ và khâm phục của gia đình qua đức tính hiền hòa, ngay thẳng, và lịch duyệt của ông. Ông biết Mae Kaew từ bé và cũng hiểu rõ nguyện vọng lớn lao của nàng. Ông tìm cơ hội nói chuyện riêng với Bunmaa, phân tích và giải thích ý nghĩa đức hạnh của sự tu tập giải thoát, và yêu cầu Bunmaa xử sự một cách công bằng hơn với vợ, vì vợ anh đã không bao giờ chếnh mạng bốn phận của nàng, và sẽ trở về với anh sau thời gian hạn định. Cuối cùng Bunmaa đồng ý cho nàng đi xuất gia 3 tháng mùa mưa mà thôi, không thêm hơn một ngày nào cả.

Mae Kaew rất hoan hỉ—thế là lời tiên đoán của ngài Ajaan Mun gần 20 năm về trước đã



không sai. Nàng quyết chí tận dụng tất cả sinh lực trong công việc tu tập ròng rã ba tháng xuất gia của mình. Sau bao nhiêu năm không thỏa được ước vọng, chẳng lẽ bây giờ có cơ hội mà lại mang thất bại đến cho chính mình sao.

Và thế là vào một ngày tạnh mưa không một áng mây mù của tháng bảy, Mae Kaew, 36 tuổi đời, quỳ trước tăng và ni chúng của Tu viện Wat Nong Nong, bỏ lại tất cả phiền muộn khổ ải của cuộc sống thế tục sau lưng, với tất cả tâm huyết thành khẩn mang trong lòng từ lâu, Mae Kaew chính thức trở thành một Ni Cô. Cái ngày hoan hỉ nhất đời cô, cô đến Tu viện thật sớm, dùng một bữa cơm thanh đạm với tất cả ni chúng. Sau đó mọi ràng buộc của cuộc sống thế gian dần dần được gỡ bỏ, từ quần áo, vàng vòng nữ trang, đến những lọn tóc đen dài mượt mà... rớt xuống thành một đồng trước mặt. Bụng dạ sôi nổi những hân hoan, cái đầu trần trụi lờm chờm một tí cùi tóc còn lại. Nhìn mái tóc đen mượt của mình vừa được sư Mae Chee Dang cắt bỏ rơi trên nền nhà xung quanh chân nàng, Mae Kaew nghĩ đến lời dạy về tầm thân con người đều là giả tạo, chẳng có gì là thật cả. "Tóc chỉ là một phần của vật lý thiên nhiên của vũ trụ. Nó chẳng phải là một thực chất thiết yếu để ta mới có thể là ta."

Sau khi Sư Mae Chee Dang cạo hết tóc cho nàng, những sư khác tiến tới đắp lên người nàng chiếc áo trắng tinh truyền thống



của một ni cô, với chiếc váy dài quần ngang lưng, một áo ngắn rộng khổ với những cái nút trên vai gần cổ, và mảnh vải dài cuộn phía dưới cánh tay phải và vắt lên vai bên trái. Họ dạy nàng cách đắp y trịnh trọng với tư cách của một trưởng nữ Như Lai.

Sau 20 năm dài trong cuộc sống hôn nhân tẻ nhạt, cuối cùng cánh cửa đã được mở ra mời gọi Mae Chee Kaew, nàng đã bước qua ngưỡng cửa tâm linh, thực sự trở thành con người xuất gia tu hành, buông bỏ thế gian ô trược trong thời hạn ấn định. Nàng vẫn tôn trọng lời hứa sẽ trở về với chồng con sau mùa mưa. Nhưng trong thời gian vắng mặt, chồng nàng sinh tật rượu chè say xỉn, và bắt đầu phản bội nàng. Anh ta có người yêu khác. Cảm thấy không thể nào cứu vãn được hôn nhân, Mae Keaw đành lòng đem đứa con gái 8 tuổi trả lại cho mẹ ruột của nó. Nàng trở lại tu viện vĩnh viễn một lần cuối.

Sư Cô Mae Chee Kaew tu hành nghiêm mật có tiếng. Năm 1945, Bà xây dựng một cơ sở tu tập cho nữ giới ngay tại làng quê Baan Huay Sai của bà. Lời tiên

đoán thứ hai của ngài Ajaan Mun năm xưa là sẽ có những vị đạo cao đức trọng hiện diện để giảng dạy và hướng dẫn bà trong con đường tâm linh nay cũng thành sự thật. Ngài Ajaan Maha Boowa đã đến vào năm 1950. Dưới sự dẫn dắt của ngài, bà quyết tâm tu tập cho đạt đến chánh quả. Bà bắt đầu quán chiếu thâm sâu về tấm thân tứ đại cho đến khi không còn một ngõ vực nào hiện hữu cả. Sau đó đến quán về cái tâm của mình. Sống ẩn dật trong rừng sâu núi thẳm, yên tĩnh trầm lắng, quyết chí tinh tấn ngày đêm để chóng đạt tới "sự thật." Và rồi một hôm, trong tĩnh mặc của thiền định, ánh hào quang chói rọi, bản thể chân như hiện trong đại dương diệu vợi của Niết Bàn.

Ni Sư Mae Chee Kaew được xem như một bậc A La Hán của thời đại văn minh ngày nay – một trong những vị đã thành chánh quả. Ni Sư là chứng nhân cho lời dạy của Phật là ai tu sẽ chứng, chúng sanh đều có Phật tánh, và sẽ thành Phật, không phân biệt màu da, chủng tộc, cấp bậc...

**Bhikkhu Silaratano** (tên đời là Richard E. Byrd, Jr.) xuất gia và thọ giới Sa di năm 1975 tại Bangalore, Ấn Độ. Thầy tiếp tục học và tu bên Sri Lanka và thọ Tỷ Kheo tại chùa Sri Vajiragnana Dharmayatanaya ở Maharagama, Tích Lan vào năm 1976. Qua Bangkok, Thai Lan, Thầy thọ thêm giới riêng của tông phái Dhammayut tại Wat Bovornives Vihara. Những quyển sách đã xuất bản của Thầy gồm có những bản phiên dịch từ sách của Ngài Ajaan Maha Boowa mang tựa đề "Acariya Mun Bhuridatta Thera (thai) - A Spiritual Biography (English) - Tiểu Sử Tâm Linh (Vietnamese)", và rất nhiều bài giảng thân thập được của ngài Ajaan Maha Boowa mang tên là "Arahattamagga Arahattaphala (Thai) - The Path to Arahatship (English) - Con Đường Thành Tự A La Hán Quả (Vietnamese)."

**Thánh Thủy**  
(The Buddhist Translation Group)



## TU THIỀN

*Tu thiền xóa sạch mọi ưu phiền  
Đóng bít các căn (1) mới được yên.  
Càng thấy càng nghe càng khổ não!  
Thân tâm bận rộn khổ triền miên...*

*Tu thiền nghe , thấy... vẫn yên tâm  
Không tưởng , không suy , không nói thàm...  
Trần cảnh , chân như không bám víu!  
Đời này như vậy chẳng hờn căm.*

*Tu thiền ít nói chẳng phiền ai  
Giữ mãi tâm bình - không động hoài...  
Thế giới đảo điên vì vật chất  
Lợi danh say đắm lắm chua cay..!*

*Tu thiền an trú tại non cao  
Tâm tịnh không vương xúc động nào!  
Khi đã định sâu không ngã chấp  
Giúp đời biến khổ sống lao đao..!*

*Tu thiền nên trồng rộng tâm tư  
Tĩnh lặng lắng trong nước hồ thu.  
Không giận , không sân , không chấp trước!  
An bản lạc đạo sống đời tu.*

*Tu thiền thấy sắc cũng là không (2)  
Danh lợi không tham , không động lòng.  
Trần cảnh đôi thay không trường cửu!  
Vô thường vạn pháp - chẳng cầu mong.*

*Tu thiền buông bỏ chẳng vương mang  
Cõi tạm khổ đau nơi thế gian.  
Tĩnh thức nhìn đời không vương mắc!  
Tự tu tự độ nhẹ hành trang.*

**MINH LƯƠNG**  
**TRƯỜNG MINH SUNG**

Cali. 08 /08/2013

- (1) Sáu căn là mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý.  
(2) (2) Sắc tức là không - không tức là sắc...  
(Bát Nhã Tâm Kinh)

## TIN TỨC SINH HOẠT

# Theo dấu chân Cùng tử

(Trường thuật Khóa Tu Học Phật Pháp Bắc Mỹ lần thứ III San Diego, ngày 8 - 12 tháng 8 năm 2013)

## DIỆU TRANG

**Thứ Năm, ngày 8 tháng 8 năm 2013**

Tại phi trường SAN, dưới cái nắng buổi trưa của thành phố San Diego, ban đưa rước chào đón phái đoàn chúng tôi đến tham dự Khóa Tu Học Phật Pháp Bắc Mỹ lần thứ 3, đưa chúng tôi về thẳng chùa Phật Đà, nơi có vị trú trì là HT.. Thích Nguyên Siêu cũng là vị trưởng Ban Tổ Chức của Khóa Tu Học Phật Pháp Bắc Mỹ lần thứ 3 năm nay.

Đến nơi, nghe chuyện miệng nhau rằng Ôn đang nghỉ ngơi trên liêu phòng vì cơn cảm sốt. Ai nấy cũng lo lắng, cảm kích tâm huyết của Ôn đã vì gánh vác biết bao trọng trách mà GHPGVNTNHK và Canada đã ủy nhiệm để có được Khóa Tu Học PP Bắc Mỹ được thành tựu như lần này.

Sau khi dùng cơm trưa và nghỉ ngơi, khoảng trước 3 giờ chiều, phái đoàn chúng tôi cùng nhiều Phật tử của các phái đoàn khác đến từ nhiều tiểu bang của Hoa Kỳ, được đưa về khách sạn để làm những thủ tục cần thiết trước khi khóa tu học chính thức bắt đầu.

Xe đỗ trước khách sạn Town and Country Resort Hotel, nơi được chọn cho Khóa Tu Học lần 3 này. Khách sạn có hai hội trường bên trong tiền sảnh thật rộng lớn với sức chứa cả ngàn người. Một hội trường được BTC thiết trí không khác gì một Chánh điện cho những thời khóa tu tập và lễ nghi; và một hội trường kia được dùng làm trai đường. Hai hội trường cách nhau một khoảng không gian khá rộng và thuận tiện cho việc di chuyển giữa những thời khóa tu và học, cũng là nơi gặp gỡ, giao lưu, trao đổi giữa đại chúng Thầy Cô và các học viên trong giờ "ra chơi." Các dãy phòng học cũng nằm ngay trên lối hành lang của tiền sảnh này.

Sau khi ghi danh nhận chìa khóa phòng, học viên từng nhóm chia nhau kéo lê hành lý trên các nẻo khuôn viên khách sạn ngang qua những bóng cây, hoa cỏ, và vài hồ bơi. Ôn định nơi cư trú với đầy đủ tiện nghi sinh hoạt, chúng tôi trở lại trai đường để kịp giờ được thực. Bấy giờ hầu như đã có khá đầy đủ số lượng học viên theo như dự trù là khoảng trên 500 Tăng Ni và cư sĩ Phật tử. Nơi đây chúng tôi được thông báo sẽ có buổi họp thông qua chương trình ngay sau giờ được thực.

Vào lúc 7 giờ chiều cùng ngày tại Chánh điện, tất cả chư tôn đức tăng ni và học viên đã tề tựu. Điều hợp chương trình là TT.. Thích Nhật Trí. Bắt đầu cho buổi họp, thầy Hạnh Tuệ thay mặt cho HT.. Trưởng Ban TC tuyên bố lý do của buổi họp: Trái qua 2 Khóa Tu Học PP Bắc Mỹ, lần hôm nay tại San Diego, đây là Khóa Tu Học mà chư tôn thiên đức tăng ni của 2 Giáo hội đã dày công tâm huyết gây dựng và cũng là niềm ưu tư to lớn trên bước đường hoằng pháp lợi sanh ở hải ngoại này, cũng như tạo lấy cơ duyên học hỏi Phật Pháp cho hàng Phật tử tại gia.



Sau đó lần lượt TT.. Thích Minh Dung, HT.. Thích Thái Siêu, HT.. Thích Tín Nghĩa, HT.. Thích Bốn Đạt, HT.. Thích Thăng Hoan, TT.. Thích Tâm Hòa, thay phiên nhau gửi lời chào mừng và tán dương hạnh nguyện tu học của toàn thể học viên từ khắp phương trời về đây, gửi lời nguyện gia hộ thân tâm an lạc và nhiều hoan hỷ, đạt được kết quả tốt đẹp trong tinh thần giáo lý Phật đà. Song song đó là lời kêu gọi chư tôn thiên đức yêu cầu học viên chấp hành tất cả những điều trong nội quy và cố gắng hoàn thành tất cả những chương trình thời khóa mà BTC đề ra nhằm giúp khóa tu được phần hiệu quả về hình thức lẫn nội dung, để từ đó tất cả đều được lợi lạc.

Riêng về việc phân lớp học cho khóa tu năm nay, HT.. Thái Siêu, trưởng Ban Giáo thọ, nói rõ để học viên nắm vững và chọn cho mình một lớp học thích hợp với khả năng, trình độ, lứa tuổi và ngôn ngữ của mình.

Buổi thảo luận diễn ra trong không khí thân mật với những tràng pháo tay và tràng cười vui nhộn, nhưng cũng thật nghiêm túc khi quý Ngài thảo luận về vấn đề của hai Giáo hội, như lời của TT.. Minh Dung, thay mặt HT.. Chánh Văn Phòng HĐGP Hoa Kỳ: GHPGVNTN này như một con chim có hai cánh, mà hàng Tăng Ni và hàng cư sĩ Phật tử hộ đạo đại diện cho hai đôi cánh ấy. Muốn con chim Phật Giáo này vươn mình trên đất nước quê hương mới thì hai cánh cần phải nhịp nhàng tung bay trên bầu trời tự do, mà điều tất yếu là phải có trí tuệ, nhiệt tâm, dẫn thân, học hỏi, hành trì Chánh pháp.

Cùng với chí hướng đó, HT.. Thích Bốn Đạt, Chủ tịch Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTN Hải Ngoại tại Canada, đã đề cao năng lực và trí lực của quý Thầy trong ban lãnh đạo GH Hoa Kỳ, sự hỗ trợ của các vị trú trì các chùa, cũng như sự tín tâm, tinh tấn của Phật tử. Để rồi bằng cả tấm lòng, HT. thay mặt GHPGVNTNHK Canada xin được cùng với GH Hoa Kỳ sẵn lòng bên nhau để cùng xây dựng truyền thống PG hòa quyền tinh thần học hỏi để phụng sự, xứng đáng là một vị Bồ tát hóa thân trong quốc độ Ta-Bà này.

Trong buổi họp này, HT.. Thích Tín Nghĩa trong niềm xúc động khôn người đã thông tri đến đại chúng sự viên tịch của Đại lão HT.. Thích Minh Tâm, Chủ tịch Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTN Châu Âu, viện chủ chùa Khánh Anh, Pháp quốc, tại bệnh viện thuộc tỉnh Turku, Phần Lan, vào lúc 10:29 phút giờ Phần Lan (9:29 phút giờ Pháp quốc), ngày 8-8-2013, nhằm ngày mồng 2 tháng 7 năm Quý Tỵ, thọ 75 tuổi. Đạo tràng không ai bảo ai tự giác trang nghiêm cúi đầu dành phút mặc niệm tưởng nhớ công hạnh Ngài.

Tan họp, áo nâu áo lam đã quen hoặc chưa quen, đã thân hoặc chưa thân cũng đều chào nhau bằng những nụ cười nhẹ, ấy vậy mà cũng làm xôn



xao cả khu tiền sảnh. Rồi giòng người tỏa ra sân đã chìm vào đêm tối, hướng về các dãy phòng của mình để nghỉ ngơi, chuẩn bị cho một ngày mới hứa hẹn nhiều niềm hy vọng...

**Thứ Sáu, ngày 9 tháng 8 năm 2013**

Có lẽ vì múi giờ chênh lệch nhau giữa hai miền Nam-Bắc nên giấc ngủ đêm đầu tiên chúng tôi vẫn chưa quen. Ngủ sâu nhưng trực giấc cũng khá sớm, trần trọc đến khi gần đến giờ thức chúng thì dậy chuẩn bị y áo chỉnh tề. Bước ra thang máy để xuống tầng trệt, rồi trải qua đoạn đường đến khu sinh hoạt chung trong bóng mờ nhạt sớm khuya. Đến nơi, đạo tràng đã lặng ngời im thiền tọa trọng chánh điện. Nhanh chóng tìm ngay cho mình chỗ ngồi ở dãy ghế cuối và nhẹ nhàng vô thể kiết già, từng cử chỉ gắng hết sức không làm kinh động đến ai. Khoảng không sâu lắng bấy giờ khiến tâm tư không thể xao động. Quyết không để xao lãng thêm phút giây nào nữa. Bắt đầu theo dõi hơi thở đều để tâm hòa cùng với đại chúng đang tinh tấn... Một lúc sau, tiếng chuông điểm lên, đại chúng xả thiền. Mở mắt, chánh điện sáng choang ánh điện, tôn tượng của đức từ phụ Thích Ca ngự trên cao, bên dưới là hàng Tăng Ni đang chuẩn bị hướng dẫn học viên bước vào nghi thức công phu sáng. Sau khi niệm hương tán Phật, đại chúng đi vào phẩm tựa Lăng Nghiêm, rồi đến chú Đại Bi, thập chú. Tất cả đều là những mật ngôn cứ rạt rào như tiếng sóng âm từ một nơi thánh địa nào. Những vọng âm ấy như lời kêu cầu tha thiết của chúng sinh còn nhiều khổ lụy đang nương vào tha lực của các bậc đại giác đại từ bi. Những vọng âm ấy cũng là những lời xoa dịu bao nỗi lo toan muộn phiền từ đời sống ngoài kia. Nhưng bài Bát Nhã Tâm Kinh được cất lên như nhắc nhở về tính không của vạn pháp, để thấy rằng cuộc sống dầu khổ hay vui cũng đều do duyên mà sanh và cũng do duyên mà diệt. Và nhờ sự giác ngộ đó mà cùng nhau tiến đến bờ giải thoát như lời kinh thúc giục "Yết đế yết đế, ba la yết đế, ba la tăng yết đế, bồ đề tát bà ha."



Một thời công phu thôi cũng khiến cho tâm tư thoải mái hơn rất nhiều. Nội lực của chư Tăng từ nhiều trú xứ khác nhau và tha lực của mười phương Phật là động lực vô hình nhưng hữu ích làm điểm khởi hành cho một ngày mới bắt đầu. Thời công phu chấm dứt, HT.. Tín Nghĩa và HT.. Thái Siêu cùng nhau sách tấn hàng học viên tinh tấn tu và học để không phí phạm thời gian quý

hiếm và cơ hội hy hữu, hơn nữa là để đền đáp công ơn Cha mẹ và Thầy Tổ. Sinh hoạt tiếp theo của buổi sáng hôm nay là thiền hành, tập thể dục, sau đó là giờ điểm tâm vào lúc 8:00 sáng. Sau đó là lễ Khai mạc Khóa tu học Phật Pháp tại Hội trường Chánh điện.



**Lễ Khai Mạc**

Lúc 8:45 sáng, tất cả học viên tập trung về hội trường chánh điện đông đủ và trang nghiêm để chuẩn bị cung nghinh chư tôn đức Tăng ni quang lâm làm lễ Khai mạc vào lúc 9 giờ.

Từ phía bên ngoài tiền sảnh, ban nghi lễ với hoa đèn hướng dẫn chư tôn thiên đức Tăng Ni từng bước nhẹ nhàng trong bộ y vàng thanh thoát tiến dần vào bên trong có khoảng 500 trăm chiếc áo lam đang cung kính trước mình những búp tay sen. Tiếng niệm danh hiệu của đức Bổn sư Thích Ca Mâu Ni Phật được đại chúng nhiếp tâm niệm liên tục cho đến khi vị tôn túc cuối cùng an vị.

Lễ Chào cờ tiếp diễn với lần lượt bài quốc ca Hoa kỳ, quốc ca VNCH, và khi bài Phật giáo ca vừa dứt thì cũng là phút tưởng nhớ chư vị tiền bối hữu công, chư vị thánh tử đạo đã vì Pháp thiêu thân và tất cả vạn loại hữu tình trong lễ tương quan của đời sống này, cũng không quên tưởng nhớ đến vị tân viên tịch Đại lão HT.. Thích Minh Tâm.

Tiếp theo vị điều hợp chương trình, TT. Thích Nhật Trí cung kính giới thiệu thành phần tham dự. Sau mỗi lần giới thiệu một vị là mỗi tràng pháo tay kéo dài của học viên để tỏ niềm hoan hỷ và tri ân sự hiện diện của quý Ngài. Xin lược ghi ngắn gọn như sau:

- Chánh VP HĐ Giáo Phẩm GHPGNTNHC, chứng minh Khóa Tu Học PP Bắc Mỹ lần thứ 3, HT. Thích Thăng Hoan.
- Chủ tịch HĐĐH GHPGVNTNHC, chứng minh Khóa Tu Học PP Bắc Mỹ lần thứ 3, HT. Thích Tín Nghĩa.
- Cố vấn Khóa tu học, HT. Thích Nguyên Trí.
- Trưởng Ban Giáo thọ, HT. Thái Siêu (Thích Đồng Tuyên)
- HT. Thích Giác Sĩ, HT. Thích Phước Thuận, HT. Thích Nguyên Hạnh, TT. Thích Minh Hạnh, TT. Thích Tâm Hạnh, TT. Thích Đức Thắng, Ni Sư Thích Nữ Giới Châu, Đạo hữu Quảng Phước Huỳnh Tấn Lê, nhà văn Vĩnh Hào Tâm Quang, cư sĩ Tâm Huy Huỳnh Kim Quang.
- Về phía Canada, có HT. Thích Bổn Đạt, TT. Thích Tâm Hòa.



- Cùng tất cả hơn 140 Chư tôn đức Tăng Ni đến từ khắp nơi của tiểu bang Hoa Kỳ, Canada, và những thành phố khác như Úc, Châu Âu.

- Các cơ quan Báo chí truyền thông

- Sự hiện diện vô cùng quý báu của khoảng 500 học viên từ các tiểu bang Hoa Kỳ và lân bang Canada.

Tràng pháo tay vẫn cứ vang liên tục và kéo thật dài khi vị điều hợp chương trình giới thiệu vị trưởng BTC Khóa Tu Học năm nay, HT. Thích Nguyễn Siêu. Với sức khỏe không mấy khá mà HT. vẫn cố gắng có mặt đêm nay, nên tràng pháo tay ấy thay lời thăm hỏi và chúc sức khỏe Ôn chóng mau bình phục. Trước tấm chân tình của đạo tràng cả hai giới xuất gia và tại gia, Ôn lên máy vi âm, vừa tán thán vừa thiết tha nhắc nhở: *"Đây là hình ảnh cao đẹp, là tinh thần tiếp nhận Pháp bảo một cách trân quý, để từ đó quý Phật tử thấy mình có phước duyên trên con đường lấy trí tuệ là sự nghiệp. Quý Phật tử học hỏi Phật Pháp để đầu tư cho mình một kiến thức hướng thượng, để tích lũy cho mình một hành trang vượt thoát, để xây dựng cho mình một hải đảo của tự thân..."* để từ đó áp dụng lời Phật dạy vào đời sống hằng ngày sao cho mỗi người, mỗi gia đình đều được sự bình an và an lạc nơi tâm hồn.

Tràng pháo tay lại trở lên thành Ôn Nguyên Siêu an vị, đồng thời hoan hỷ kính mời HT. Thích Thăng Hoạn ban cho đại chúng Đạo Từ. Với tuổi đời 80, HT. vẫn còn rất minh mẫn dạy rằng: *"Quý nam nữ cư sĩ Phật tử tu học Phật Pháp mới chiêm nghiệm được giáo pháp tam vô lậu học - Giới, Định, Tuệ - là con đường vượt thoát khổ đau, để chứng nhập cảnh tịch tịnh Niết Bàn. Tu học giáo pháp Văn, Tư, Tu mới thể nghiệm được cái nghe như Pháp, cái Tư duy như Pháp và cái Tu đúng như Pháp mà hóa thân vào đời để hóa độ."* Qua đó, HT. cũng đã nhắc nhở bổn phận và trách nhiệm chung của người con Phật là kiến tạo ngôi nhà Phật giáo hải ngoại này thêm vững chắc và lan rộng để ăn sâu mọc rễ nơi xứ người, bằng cách tổ chức và tham dự các Khóa Tu Học do các Giáo Hội khởi xướng, trong đó có Khóa Tu Học Phật Pháp Bắc Mỹ hôm nay.

Tràng pháo tay lại trở lên như hưởng ứng lời kêu gọi ấy của HT., và cũng để chào mừng HT. Thích Tín Nghĩa tiếp tục ban Huấn từ. Ngài tán thán công hạnh của chư tôn đức trong BTC và ban giáo thọ của hai GHPG Hoa Kỳ và Canada đã phối hợp một cách nhịp nhàng, kiên trì, nhẫn nại để tổ chức liên tục ba Khóa Tu Học Phật Pháp trên địa bàn mở rộng Bắc Mỹ. Và trong hoàn cảnh khó khăn nhất là

kinh tế khủng hoảng khắp toàn cầu, quý ngài đã vì Phật Pháp mà khởi xướng và gắng sức thực hiện thành công các Khóa Tu Học để truyền trao kiến thức và kinh nghiệm hành trì đến với học viên Phật tử của cả 2 nước. Ngài ca ngợi tinh thần cầu học và tiến tu của Phật tử, từ các cụ lão niên đến các anh chị trung niên, cho đến các em thanh thiếu nhi, đồng ấu đã hăng say thu xếp việc sở, việc nhà tham dự các Khóa Tu Học trong 3 năm qua.

Sau đó, bằng những kinh nghiệm của tự thân trong suốt hơn nửa thế kỷ tu tập và hành trì Phật pháp, HT. tiếp tục chia sẻ: *"Phật Pháp là cả một biển rộng mênh mông không bờ bến, cả đời chúng ta miệt mài đọc tam tạng kinh điển cũng không thể thấu suốt trên mạch văn tự nói chi việc vừa học vừa thực hành để chứng nghiệm từng lời giáo lý, từng pháp môn. Nói như thế không phải để nản lòng bỏ cuộc. Dù biển học Phật Pháp mênh mông, giáo lý Phật dạy có muôn ngàn pháp môn, nhưng nhu cầu của chúng ta là tìm học và thực hành trong khả năng và hoàn cảnh của chính mình. Đừng vì Phật Pháp cao sâu mà quay lưng, cũng đừng ôm đồm dành quá nhiều thời gian cho việc học trên văn tự ngôn ngữ mà không chịu thực hành. Phật Pháp là con đường thực hành, không thực hành không thể hiểu được Phật Pháp..."*

*"... việc tu và học Phật Pháp là con đường dài lâu, không phải chỉ một đời một kiếp, mà là con đường vô tận cho đến khi nào đạt được tuệ giác viên mãn như đức thế tôn. Cho nên, là người học Phật, dù có khó khăn thế nào chăng nữa chúng ta cũng phải dành thời gian để học, đọc và thực hành theo khả năng và hoàn cảnh của riêng mình."*

Thấm thía lãnh hội những kinh nghiệm và lời dạy cao đẹp ấy, cả đạo tràng trang nghiêm đứng dậy, thành tâm chấp tay lắng nghe Thầy Hạnh Tuệ đại diện cho học viên dâng lời Tác bạch cung thỉnh giáo thọ sư. Và quý chư tôn giáo phẩm trong ban giảng huấn đã đã hứa khả bằng sự im lặng.

HT. Thái Siêu, trưởng ban giáo thọ tuyên đọc các nội quy để khóa học đi vào nề nếp và gìn giữ sự sinh hoạt được nghiêm túc. Từ cá nhân đến tập thể qua tứ oai nghi, cách đối xử, sự giao tiếp phải được thể hiện bằng cả tấm lòng thuần hậu của người con Phật.

Hàng học viên chúng con mặc nhiên chấp nhận tuân thủ theo các nội quy ấy một cách hoan hỷ. Cả đạo tràng cùng niệm danh hiệu Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật để ngưỡng mong sự gia hộ của Ngài và mười phương chư Phật cho Khóa Tu Học diễn ra thật tinh tấn như lời chúng con đã tuyên đọc trong tứ





hoàng thệ nguyện.

Sau khi kết thúc buổi lễ khai mạc, tất cả chư tôn đức Tăng Ni cùng toàn thể học viên dời bước ra sân khách sạn chụp hình lưu niệm dưới sự ưu ái của cái nắng chang chang. Bức ảnh này có thể còn lưu giữ khá lâu rồi cũng đến một lúc nào đó tự hoại diệt, nhưng trong giới hạn của một đời người, khoảnh khắc tuyệt đẹp này thật đáng ghi nhớ, không để gì nhạt phai...

### Các lớp học Phật Pháp

Sáng nay học viên chính thức bước vào thời khóa biểu các lớp học Phật Pháp.

Năm nay có tất cả 6 lớp học dành riêng cho mỗi lứa tuổi, căn cơ, trình độ, và về phương diện ngôn ngữ. Các lớp học như sau:

- Lớp 1, lớp 2, lớp 3 dành cho người lớn rành tiếng Việt (Vietnamese for Adults)
- Lớp 4 dành cho người lớn thông thạo tiếng Anh, không rành tiếng Việt (English for Adults)
- Lớp 5 dành cho các em trẻ thanh thiếu niên, đồng ấu (English for Youth)
- Lớp 6 dành cho Chư Tăng Ni.

Và như thế mỗi lớp sẽ có một số lượng học viên nhất định. Các học viên đã chọn lớp thích hợp với mình để đảm bảo cho việc nghe Pháp có hiệu quả hơn, cũng như dễ dàng trao đổi giữa Thầy trò và sự hỏi hòi lẫn nhau giữa các học viên.

Khóa 1 bắt đầu vào lúc 10:30 sáng nay ngay sau lễ khai mạc. Khóa 2 lúc 2:30 chiều, và khóa 3 lúc 7 giờ tối cùng ngày. Theo thời khóa biểu các lớp học, ở cùng một thời điểm mỗi lớp được học một chủ đề riêng.

- Lớp 1, Sáng: HT. Tín Nghĩa với chủ đề Vu Lan Hiếu Hạnh. Chiều: ĐĐ. Quảng Định với chủ đề Thiên. Tối: TT. Thông Lý với chủ đề Hành trang cho người Phật tử.

- Lớp 2, Sáng: ĐĐ. Thông Lý với chủ đề Tứ Vô Lượng Tâm. Chiều: HT. Bốn Đạt với chủ đề Tuổi Trẻ trong tinh thần Kinh điển đại thừa. Tối: TT. Tâm Hạnh với chủ đề Nguyên Lý tu tập của Phật Giáo.

- Lớp 3, Sáng: TT. Minh Tuệ với chủ đề Bồ Tát Hạnh. Chiều: HT. Nguyên Hạnh với chủ đề Đạo Phật - con đường của trí tuệ. Tối: TT. Hạnh Đức với chủ đề Giáo lý duyên khởi.

- Lớp 4, Sáng: TT. Minh Hạnh với chủ đề The Buddhahood. Chiều: TT. Minh Hạnh tiếp tục với chủ đề The Buddhahood. Tối: vẫn TT. Minh Hạnh với chủ đề After the Enlightenment.

- Lớp 5, Sáng, và chiều: ĐĐ. Đạo Quảng, ĐĐ.

Tâm Đạo, NS Giới Châu với chủ đề Why Buddhism? Tối: với chủ đề Discussion.

- Lớp 6, Sáng: HT. Đức Thắng với chủ đề Tầm quan trọng của giới luật trong đời sống sinh hoạt chung của tu sĩ. Chiều: HT. Nguyên Trí với chủ đề Thước đo của người tu sĩ. Tối: HT. Nguyên Hạnh với chủ đề Những phương pháp đoạn trừ phiền não.

Giữa các thời khóa ấy là giờ sinh hoạt chung như ăn trưa, nghỉ ngơi, được thực. Riêng sau thời khóa học Pháp buổi tối kết thúc là giờ tọa thiền kéo dài từ 9:15 - 9:45 đêm. Một ngày tu học liên tục sít sao từ 5 giờ 30 sáng đến tận gần 10 giờ đêm, thực sự, tuy có chút mệt về thân nhưng tâm lại tràn đầy niềm hỷ lạc.

Khoảng sân đệm lại rộn ràng những bước chân an lạc tìm về nơi đỗ giấc ngủ an lành...



### Thứ Bảy, ngày 10 tháng 8 năm 2013.

Chiếc đồng hồ sinh học dường như đã quen nhịp với giờ giấc nơi này. Trước 5 giờ chúng tôi đã lục tục dậy, tắm tạt sẵn sàng cho một ngày mới. Đêm vẫn chưa tan. Trời trong, nhưng mảnh trăng khuyết đã lẩn khuất nơi nào. Hơi sương lạnh lạnh phủ nhẹ trên tóc, trên vai làm tinh thần cũng tỉnh táo hẳn ra. Trong những tà áo lam, chúng tôi đến nơi sinh hoạt chung bằng những bước đi thông thả đầu ngày. Đến nơi, hội trường chánh điện đã khá đông chư Tăng Ni và Phật tử. Nhìn lên, thấy tấm lưng của vị HT. nào đó đã ngồi yên bất động trong thế kiết già. Hình ảnh ấy, học viên Phật tử nào mà không thấy hổ thẹn để mà học theo hạnh tinh tấn của Ngài. Vào chỗ ngồi, lặng ngắm từ dung tỏa ra từ tôn tượng Phật Thích Ca sáng ngời trong ánh mắt nụ cười, chợt nghe lòng như được an ủi, chở che. Tiếng chuông điểm lên dẫn dắt tâm tư quay về phút giây hiện tại. Tiếng hô canh vang đều làm ấm cả khoảng không bấy giờ chỉ còn leo lét vài ánh đèn nhỏ mờ ảo. Nổi tiếp lời của vị duy na, đại chúng cùng nhau niệm Phật thích Ca Mầu Ni trước khi khép mắt. Ngồi yên và ngồi im. Nhẹ nhàng buột tâm vào hơi thở thơm tho đầu ngày. Bỗng dưng thấy mình thành thoi chi lạ! Cứ ngồi đây thôi và thở đều, không cần quán tưởng chi cả, không cần một công án thiền gì hết, cũng không cần gạn đục lắng trong. Cứ thả tâm hồn tự nhiên ra vào cùng với hơi thở. Hít vào thở ra. Lặng nghe tất cả các âm thanh động tịnh bên ngoài lẫn bên trong tâm mà không cần một ý niệm nào khởi lên. Nghe chỉ để mà nghe. Đời sống nhiệm mầu hiện hữu ngay tức khắc. Bao lo toan cũng ngưng bật phút giây này...



**Lễ tưởng niệm cố Đại Lão HT. Thích Minh Tâm**

Sau 30 phút, lắng nghe hơi thở của chính mình, đại chúng bắt đầu bước qua phần tụng niệm với Pháp khí nổi lên hòa nhịp cùng lời kinh tiếng kệ. Có lẽ, giờ phút này đây là giờ phút tâm tư thích hợp nhất để làm lễ Tưởng Niệm ghi nhớ công hạnh cao cả của vị tân viên tịch, cố Hòa Thượng Thích Minh Tâm, Chủ tịch Hội Đồng Điều Hành Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống nhất Châu Âu, kiêm Viện chủ chùa Khánh Anh, Pháp quốc.

Đại diện chư tôn giáo phẩm của hai GHPGVNT-NHK và Canada gửi lời phân ưu cùng đại diện môn đồ Pháp quyến của Hòa Thượng có mặt trong đạo tràng Khóa Tu Học Bắc Mỹ lần này, và cùng nhau làm Lễ tưởng niệm ghi nhớ công hạnh cao cả của Ngài. Trong thời gian tuy ngắn, nhưng rất xúc động và đầy đủ những nghi thức Phật giáo, với phần đầu HT. Nguyên Siêu tuyên đọc tiểu sử của Ngài và những bài văn cung tiễn giác linh.

Tất cả từ chư tôn đức tăng ni và hàng cư sĩ Phật tử trong Khóa Tu Học Phật Pháp Bắc Mỹ lần thứ 3, xin đồng tâm hướng về Pháp quốc vọng bái giác linh Ngài. Ngưỡng mong Ngài Cao đấng Phật quốc rồi trở lại cõi Ta-bà này để tiếp tục hạnh nguyện của một vị Bồ tát hóa thân, diu dắt thế hệ mai sau lèo lái con thuyền nan Phật Pháp trên sóng ba đào.

**Buổi giới thiệu sách**

Để không mất thì giờ học Phật Pháp của học viên, một buổi giới thiệu sách ngắn gọn được diễn ra

để giới thiệu đến tăng ni và đại chúng 3 bộ sách: 1) Bộ I Văn Học Phật Giáo Việt Nam Hải Ngoại Sưu Khảo (tập 1,2); 2) Tuệ Sỹ Đạo Sư - Thơ và Phương Trời Mộng (tập 3, nhiều tác giả); 3) Tâm Nguyên Vô Đê (tác giả Thích Nguyên Siêu).

Thay mặt ban chủ trương hình thành bộ sách Văn Học PGVNHN SK, nhà văn kiêm nhà báo Tâm Huy Huỳnh Kim Quang đã trình bày nội dung tổng luận của bộ sưu khảo này. Nhà văn Tâm Huy nhìn nhận rằng trong lĩnh vực nào đó Tam Tạng kinh điển cũng là hình thái của văn học, mang ý nghĩa "văn dĩ tải đạo", mà Tam Tạng Kinh Điển đó còn lưu truyền tới ngày nay là nhờ sự bảo vệ nền văn học Phật giáo. Cũng như thế, với mục đích chính giữ lại các sáng tác phẩm của chư tôn đức tăng ni và của cư sĩ phật tử tại hải ngoại, nhà văn Tâm Huy đã khuyến tấn và mời gọi Tăng Ni và Phật tử trẻ nhiệt tâm tiếp tục sáng tác nhiều hơn nữa để duy trì bảo vệ nền Văn hóa nói chung và văn học VN nói riêng, tại hải ngoại này.

Với cái nhìn chuyên môn, nhà văn Tâm Quang Vinh Hào, chủ biên tờ nguyệt san Chánh Pháp, đã trình bày theo quan điểm lĩnh vực văn học rằng, bộ VHPGVNHN SK này là nơi cho các văn nghệ sĩ Tăng Ni và Phật tử có thể mạnh dạn sáng tác và phổ biến các tác phẩm của mình, là nơi tự khẳng định chính mình và giá trị sáng tạo văn chương trong lĩnh vực văn học Phật Giáo, để làm tiếng nói hoằng pháp tại hải ngoại.

Là một trong rất nhiều những vị đệ tử của Ôn Tuệ Sỹ đang hành đạo tại hải ngoại, HT. Nguyên Siêu tâm sự rằng Ngài cho xuất bản quyển "Tuệ Sỹ Đạo Sư - Thơ và Phương Trời Mộng" để một phần nào đó đền đáp công ơn giáo dưỡng của Ôn đối với nhiều thế hệ Tăng Ni sinh của các Phật Học Viện trước 1975, bằng cách góp nhặt bài vở từ nhiều tác giả viết về Ôn cũng như viết về các tác phẩm của Ôn.

Tiếp theo là TT. Tâm Hòa mượn đọc 2 câu đối của Ôn Tuệ Sỹ để nói lên sứ mạng, bản hoài của người Tăng sĩ VN.

*Quảng mạc thiên hoang cổ lý, nhi phể hưng cạnh tâu kinh đào. Phiến điệp phù nang, quải nạp dăng la thử ngạn.*

(Chỗn cũ dậm dài man mác, bởi phể hưng xô dấy sóng cồn. Chiếc lá thuyền nan, và áo chếp kinh dật khách)

*Đức hành thể khoác tham phương, tỷ triều lộ hàm huy diệu cảnh. Không hoa thủy nguyệt, huyền hà bích lạc thần châu.*





(Đức tu mấy bước mù xa, tự sương sớm nắng hồng đọng bóng. Hoa trời trắng nước, ngân hà dăng đặc quẻ cha)



Ôn Tuệ Sỹ muốn gửi gắm đến những người Tăng sĩ hiện nay trước bối cảnh đất nước, triều đại phê hưng lên xuống đã xô đẩy người tăng sĩ VN rời bỏ đất nước ra đi trên chiếc thuyền mong manh như chiếc lá giữa biển khơi. Trên đất khách quê người, người Tăng sĩ không phải vì miếng cơm manh áo mà để tiếp tục công việc "vá áo chếp kinh". Ý nghĩa của Bộ VHPGVNHNSK này không ngoài ý tưởng "vá áo chếp kinh" đó. Và qua giọng ngâm tuyệt vời của TT., bài *Phím Lụa Ngà* của Ôn Tuệ Sỹ đã khiến người thưởng thức như lặng đi trong giây phút.

Và cuối cùng đại chúng được ghi nhận ý nghĩa từ những gợi ý của HT. Thắng Hoan, Ngài xưng tụng con đường văn học PGVN hải ngoại trước công trình sưu khảo của nhà văn Vĩnh Hào, nhà văn kiêm nhà báo Huỳnh Kim Quang, Bùi Ngọc Đường (văng mặt), TT. Tâm Hòa và HT. Nguyên Siêu.

Tràng pháo tay giòn tan tri ân HT. và các vị diễn giả, các tác giả của buổi giới thiệu sách, và các thành viên trong ban chủ trương thực hiện Bộ I Bộ VHPGVNHN Sưu Khảo. Các tác phẩm này được trao tặng miễn phí cho đại chúng bên ngoài tiền sảnh.

### Các lớp học PP (tiếp theo)

Sáng nay, học viên tiếp tục theo thời khóa biểu trở về các lớp học của mình.

- Lớp 1, sáng: Nghi lễ Phật Giáo (TT. Nhật Trí). Chiều: Học và tu (TT. Minh Tuệ). Tối: Thảo luận Tam Quy Ngũ Giới và ứng dụng trong cuộc sống hằng ngày.

- Lớp 2, Sáng: Bốn Thánh đế (TT. Tâm Hạnh).

Chiều: Những Nguyên Lý Tu Tập Căn Bản trong xã hội hiện đại (TT. Tâm Hòa & TT. Chúc Thông). Tối: Thảo luận Phật Pháp.

- Lớp 3, Sáng: Bồ Tát Giới tại gia (HT. Thái Siêu). Chiều: Ba pháp tu thiết thực cho người Phật tử (TT. Thông Triết). Tối: Thiền và Thi ca (ĐĐ. Thiện Long).

- Lớp 4, sáng, chiều: After the Enlightenment (TT. Minh Hạnh). Tối: Discussion.

- Lớp 5, ĐĐ. Đạo Quảng, ĐĐ. Tâm Đạo, NS Giới Châu đảm trách cả 3 thời khóa. Sáng: Lessons to learn from the life of buddha. Chiều: Cause & Effect. Tối: Discussion.

- Lớp 6, Sáng: Yết-ma là gì (HT. Thái Siêu). Chiều: Cuộc Đời và hành trang của Cổ HT. Thích Thiện Minh, Cổ HT. Thích Trí Thủ và Cổ HT. Thích Huyền Quang (TT. Tâm Hòa). Tối: Tỳ ni tạng trụ, Phật pháp diệc trụ (TT. Đức Thắng, TT. Minh Dung, TT. Tâm Hòa & TT. Tâm Hạnh).

Sở dĩ chúng tôi ghi rõ ra đây nội dung và thành phần giảng sư của năm nay, trước là để ghi dấu công ơn của ban giáo thọ đã truyền trao sở học, tri kiến và kinh nghiệm của chính đời sống tu hành của bản thân quý Ngài, sau là để BTC của các Khóa Tu Học năm sau theo đó mà làm nền tảng để rút kinh nghiệm trong việc soạn giáo án, hoặc tiếp tục phát huy những ưu điểm nhằm nâng cao kiến thức Phật học cho hàng học viên.

Với 6 buổi học trong vòng 2 ngày qua thật sinh động với những tràng cười bởi sự trẻ trung của các vị giảng sư. Bên cạnh đó cũng có những giờ lắng đọng vì phải chú tâm vào những ý nghĩa thâm thâm vi diệu trong bài giảng của các vị giáo thọ. Sự đời và lẽ đạo được quý Thầy khéo léo lồng vào nhau trong bài giảng của mình. Mỗi Thầy một phong thái riêng, mỗi vị một phương cách giảng giải. Nhưng nhìn chung, tất cả đều có cùng một lý tưởng cao đẹp rằng muốn dùng tâm lực và lòng từ bi của mình để mang Chánh Pháp của Thế Tôn đến với mọi lớp người trong xã hội.

Giờ tọa thiền vẫn được duy trì như đêm qua để tâm lắng đọng, an định đi vào giấc ngủ đêm sâu sau cùng của Khóa Tu Học.

### Chủ nhật, ngày 11 tháng 8 năm 2013

Buổi tọa thiền và công phu sáng nay vẫn được đại chúng hành trì một cách nghiêm túc và tinh tấn. Có lẽ biết đây là buổi sáng cuối cùng để được cùng ngồi bên nhau và bên các vị chư tôn đức. Và cũng để an định thân tâm cho kỳ thi sắp tới.

Trước giờ thi giáo lý, trưởng ban giáo thọ sư đã ban vài lời giáo huấn và khuyến tấn tu tập cho hàng học viên. Rằng đây chỉ là một hình thức để đúc kết lại những gì đã học, để thúc đẩy sự tinh tấn chuyển cần của hàng học viên. Và qua hình thức đó để thấy được hiệu quả của sự giảng dạy của Thầy và sự tiếp thu của trò, để thấy được trong suốt những giờ học Phật vừa qua mình đã có bao nhiêu phần chánh niệm, chú tâm và ghi nhớ được bao nhiêu, để rồi trong giờ phút thi trắc nghiệm học viên đã kết hợp với kinh nghiệm tu tập của mình để chọn ra câu trả lời đúng nhất. Để làm gì? Để gạn lọc và nâng cao kiến thức Phật học để áp dụng và cố gắng thực hành phần nào đó vào đời sống hàng ngày.

(xem tiếp trang 58)

**MỖI KỲ MỘT MÓN CHAY****DƯA MUỐI XÀO TRỨNG****Vật Liệu:**

1. 1 lb dưa muối
2. 1 trứng gà
3. 2 tép tỏi băm
4. 1 tsp nước tương

**Cách Làm:**

Thái dưa muối thành từng miếng mỏng như để làm gỏi. Bắc chảo lên lò, khi vừa nóng thì cho vào 1 Tbsp dầu ăn và 2 tép tỏi băm. Xào lên cho vàng rồi cho vào 1 lb dưa muối, xào lên độ 2 đến 3 phút. Sau đó cho vào 1 tsp nước tương và trứng, rồi xào lên cho trứng chín là xong.



**Chú thích:** Tbsp: tablespoon (muỗng canh), khoảng 15ml; Tsp: teaspoon (muỗng cà-phê), khoảng 5ml.

Nếu cần hỏi thêm về cách thức nấu hay để đóng góp, chia sẻ thêm ý kiến, xin liên lạc với chị Diệu An qua điện thư [dieuan@sinhthuc.org](mailto:dieuan@sinhthuc.org)



## TIN TỨC SINH HOẠT

## Theo dấu chân Cùng tử

(tiếp theo trang 56)

Bước vào phòng thi, mặc dù khó tránh khỏi sự "khẩn trương" nhưng ai cũng thấy thoải mái, không một chút áp lực hay căng thẳng nào. Bởi vì hơn ai hết, học viên biết rằng mình thi không phải để thắng ai mà là để thắng chính mình như lời dạy gây chấn động tâm tư của đức Thế Tôn: "*Chiến thắng vạn quân không bằng chiến thắng mình, chiến thắng mình chính là chiến công oanh liệt nhất*".

### Phật Pháp Vấn Đáp

Một giờ đồng hồ thi nghiêm túc cũng trôi qua. Buổi Phật Pháp vấn đáp tiếp tục ngay sau đó. Đại diện chư tôn đức tăng ni thay phiên trả lời từng câu hỏi mà Phật tử cư sĩ đã viết sẵn ra giấy. Những câu hỏi xoay quanh những vấn đề và vấn nạn của xã hội ngày nay, những ưu tư và những bế tắc trong đời sống hằng ngày, cũng như sự bối rối khi áp dụng lời Phật dạy, v.v... tất cả đều đã được quý Thầy giải đáp một cách rõ ràng, cô đọng, và rất dễ hiểu bằng sơ trí, sở kiến của quý Thầy và sự trải nghiệm trong quá trình tu chứng Phật Pháp. Buổi Pháp đàm này sẽ rất hữu ích cho hàng cư sĩ Phật tử trên bước đường hành trì Phật Pháp tại gia. Có học có tu mới thấy mình còn thấp kém và gặp nhiều khó khăn và trở ngại trên con đường hành trì Chánh pháp, nên thắc mắc còn rất nhiều, đó là điều đáng khích lệ, nhưng vì thời lượng có giới hạn nên buổi Pháp đàm phải tạm ngưng để kịp giờ cho lễ cúng dường trai tăng lúc 12 giờ trưa.

### Lễ cúng dường Trai Tăng

Giờ học đã qua, giờ thi cũng đã kết thúc. Niềm vui và nỗi xúc động không thể thốt nên lời. Chúng con xin ghi nhớ muôn đời thâm ân của quý Ngài trong ban giảng sư cũng như của tất cả chư tôn đức Tăng Ni. Không có gì để cảm tạ thâm ân đó, học theo hạnh của Ngài Phổ Hiền, và theo gương của nhiều vị Bồ tát, chúng con chỉ biết dùng những phẩm vật thô sơ thiết lập trai điền để dâng lên cúng dường mười phương chư Phật và hiện tiền chư tôn đức Tăng Ni.

Từ phía trong hội trường Chánh điện, đi đầu là HT. Nguyên Siêu, đoàn nghi lễ áo lam cung kính hướng dẫn Chư tôn đức trưởng lão, chư Hòa Thượng, Thượng tọa, Đại đức, Tăng Ni từng bước nhẹ nhàng tiến vào bên trong trai đường. Dãy Tăng đoàn vàng rực một màu giải thoát nổi bật lên giữa biển áo lam



với hàng trăm búp tay sen đồng thanh trợ niệm danh hiệu Bồ Tát Phổ Hiền. Âm thanh vi diệu ấy, hình ảnh tuyệt đẹp này đã làm sống lại những trang kinh lịch sử. Cảm tưởng như Đức Thế Tôn đang ngự chốn này và mười phương Phật đang cầu hội về đây. Khi quý Ngài an vị, HT. Nguyên Siêu cung kính quý trước Tam Bảo dâng lời tác bạch cúng dường trai tăng. Theo sau là hàng Phật tử đang nâng trên đầu những chiếc y nhân nhục và nhu hòa để dâng lên chư tôn đức Tăng. Chúng con sẽ gieo trên những thửa ruộng phước điền đó những hạt giống bồ đề với niềm tin rằng những hạt bồ đề ấy sẽ nảy mầm bằng dòng nước thanh lương chảy ra từ Pháp thân của bậc trưởng tử Như Lai. Cơ duyên quý báu này, ân đức và nghĩa cử này, bút mực nào chúng con tả cho cạn.

Tất cả giữ chánh niệm để quán tưởng bát không, quán tưởng bát đầy, để rồi sau đó dâng cơm cúng dường mười phương Phật, rồi đọc câu chơn ngôn biến thực biến thủy, lắng lòng quán tưởng về 5 điều trước khi tất cả dùng cơm trong chánh niệm.

### Lễ Bế Mạc

Sau khoảng 1 giờ nghỉ trưa, đại chúng quay lại hội trường Chánh điện để làm lễ Bế Mạc.

Trong lời diễn từ Bế mạc, HT. Thích Bổn Đạt nhấn mạnh, rằng: "*Giờ phút này tất cả cùng hội tụ trong đạo tràng nghiêm thanh tịnh là tối thắng duyên. Phật hiện hữu trong thế gian này dùng mọi phương tiện để dẫn dắt đưa con lạc loài cùng tử quay trở về lại bản thể chân như. Bao tham ái, phiền não, khổ đau, khiến trôi lăn mãi trong luân hồi sinh tử, nhưng chỉ cần nghe tiếng gọi của Cha thôi thì Phật tánh, một tri kiến sáng lòa, một Như Lai tạng có trong phàm thân này bỗng trời dậy, ngời sáng một Pháp thân thanh tịnh qua thân khẩu ý. Nhưng muốn được như vậy, học viên Phật tử phải dựa vào Tăng thân, nương vào Thầy bạn và các Pháp hữu. Thấy được sự thiết tha trong hàng giáo thọ nên hàng hậu học đã nỗ lực trong tự tâm bằng sự khế mình trong nội quy Khóa Tu Học, cùng nhau sách tấn hòa hợp an vui, vừa cung kính Phật Pháp Tăng. Để xứng tiến trên con đường chân tâm, dòng mãnh đi vào đời như một vị Bồ Tát hóa thân, như hạnh nguyện của Ngài Phổ Hiền mà mỗi sáng chúng ta đều tụng đọc*".

Trong 4 ngày được ở bên nhau trong không khí trong lành, bối cảnh sang trọng đầy đủ tiện nghi và an lành, nhờ sự phục vụ tận tình ưu ái của nhân viên điều hành khách sạn, TT. Minh Dung thay mặt BTC, trao tặng món quà cho vị đại diện để nói lên lòng biết ơn của toàn thể chư tôn đức Tăng Ni và thiện nam tín nữ. Đạo hữu Quảng Hải Phan Trung Kiên, thành viên BTC, đã đứng ra trao đổi những lời giao lưu thân mật với bà Catherin giữa tràng pháo tay kéo dài rộn rã khắp hội trường. Để đáp lại lời tri ân đó, bà Catherin thay mặt cho vị chủ nhân khách sạn gửi lời chào đón tất cả mọi người và cảm ơn HT. Thích Nguyên Siêu đã chọn khách sạn Town and Country Resort này, và xin lỗi về những gì xảy ra ngoài ý muốn trong những ngày vừa qua.

Những gì cần nói đã được nói trong những ngày qua, nhưng trong giờ phút này, mọi người vẫn cứ thiết tha được nghe lời huấn từ của HT. Tín Nghĩa. "*Đức Thế Tôn đứng lên mang hành trang của người hóa độ, truyền bá giáo pháp đã trên 2500 năm. Hương vị giải thoát đã lan rộng khắp năm châu bốn bể, trong đó có quê hương VN và cộng đồng người Phật tử Việt Nam tại hải ngoại. Hôm nay, giáo pháp được hành trì tại đạo tràng này, đã làm an lạc cho*



*những tâm hồn khủng hoảng bởi cuộc sống, làm định tâm cho những tâm hồn tán loạn, kéo lại những tâm hồn lạc hướng, để xây dựng cho cuộc đời và con người niềm vui đích thực."* HT. trùng tuyên lại những điều mà mọi người đã từng xưng tụng trong suốt mấy ngàn năm qua, để thêm một lần nữa HT. nhắc nhở học viên ghi nhớ lời Phật dạy và hành trì Phật Pháp một cách tinh tấn, chuyên cần, để không đánh mất thời gian một cách vô ích. Để lấy đó làm hành trang, tư lương cho chính mình khi trở lại đời thường. HT. cũng gửi lời tất cả học viên cùng gia quyến được nhiều sức khỏe và bình an.

Tràng pháo tay vừa ngưng bật thì hàng học viên áo lam đứng lên trang nghiêm để lắng lòng thành kính gửi theo từng lời cảm niệm của vị đại diện cư sĩ Phật tử đang cung kính quý trước hàng chư Tôn đức trưởng lão, chư HT., TT., Đại đức Tăng ni. Xin thành kính dâng lễ thâm tạ ân đức của tất cả quý Ngài nói chung trong ban giáo thọ nói riêng., đặc biệt là HT. trưởng BTC Thích Nguyên Siêu đã lèo lái con thuyền Bát Nhã cập bến thanh lương. Tri ân các thành viên trong BTC đã hết lòng hết sức để khóa tu này thành tựu viên mãn trong tình Thầy trò, anh em, pháp hữu.

Tiếp nối lời cảm tạ ấy, TT. Tâm Hòa tóm gọn công đức thành tựu trang nghiêm của 3 ngày, sự cố gắng vượt bậc của trưởng BTC và sự kết hợp nhịp nhàng giữa các ban ngành (trai soạn, hành đường, đưa rước, vệ sinh, âm thanh, ánh sáng, quay phim, nhiếp ảnh, thư ký, công văn, v.v...), cũng như sự thành tâm hộ trì Chánh Pháp và Tam Bảo, và sự nỗ lực tu tập của tất cả chư Tăng Ni và học viên Phật tử. Ngay chính TT. cũng cảm nhận mình như những lữ hành trong sa mạc được về đây tắm mát trong biển Phật Pháp bao la, hưởng những pháp vị cam lồ tươi mát. Nói như thế để thấy rằng cả hai giới xuất gia và tại gia đều đạt được sự lợi lạc chung qua Khóa Tu Học này.

Tiếng vỗ tay lồng thêm tiếng nhạc, hội trường Chánh điện lặng nghe tiếng hát Gia Huy trầm ấm cất lên, trái lòng theo nhạc phẩm Kính Lạy Giác Linh Thầy. Đạo tràng ngậm ngùi nhớ HT. Minh Tâm. Ôn ra đi trong mùa Vu lan hiếu hạnh, ngay trong ngày đầu tiên của Khóa Tu Học Phật Pháp Bắc Mỹ lần 3 này. Bài hát này như để tưởng nhớ Ôn khi mà năm nay, Ngài không còn đồng hành trong những lễ hội truyền thống hằng năm của GHPGVNTN HK nữa...

Nổi ngậm ngùi nối tiếp niềm xúc động, khi mà HT. Nguyên Siêu được 2 Giáo hội tiếp tục đặt trên đôi vai Ngài trọng trách tổ chức khóa tu Phật Pháp Bắc Mỹ khóa thứ IV vào năm 2014. Đại chúng hân hoan hưởng ứng tin vui ấy qua tràng pháo tay kéo dài thật dài...

Niềm vui cộng với sự hồi hộp mong chờ trước buổi khi lễ Bế mạc khép lại. HT. Thái Siêu, trưởng

ban giáo thọ, tuyên bố thành quả học tập của mấy ngày qua. Trong 6 lớp giải nhất có 9 phần. Giải nhì tất cả là 25 phần. Giải 3 được 4 phần, giải anh văn cho trẻ em 4 phần, chư Tăng ni gồm 3 phần. Có học thì có thi, có thi thì phải nên biết kết quả, đó cũng là chuyên thường của thế gian, mà PP thì không rời thế gian giác. Thế nên, số lượng học viên đạt được thành quả cao cũng chỉ là một ước lệ, không là thước đo trí tuệ của bất kì ai. Là người con Phật, thước đo tuệ giác chính là biết áp dụng những gì đã học và hiểu nhằm giảm thiểu những khổ đau phiền não cho chính mình và cho tha nhân. Hiểu được như thế, nên tất cả thầy và trò đều hoan hỷ trao tay những quyển sách thay quà khích lệ, và mảnh tín chỉ làm kỷ niệm cho Khóa Tu Học có quá nhiều niềm vui và sự an lạc. Hình ảnh lớp học hôm nay sẽ chỉ còn lưu lại trong những tấm ảnh với những gương mặt rạng ngời trong tình thầy trò, pháp hữu.

Để thay đổi không khí sau 4 ngày tu học, BTC lập ra buổi văn nghệ để tất cả Thầy cô và đồng hương Phật tử được thoải mái hơn. Những bài hát mang ý nghĩa đời lẫn đạo được các ca nghệ sĩ địa phương và vài vị Tăng trình bày thật hay để phục vụ Thầy Cô và đồng bào đồng hương Phật tử.

Nếu như Khóa tu Phật Pháp Bắc Mỹ 1 là điểm son khởi đầu cho một hành trình tìm về giải thoát và giác ngộ, thì khóa tu Bắc Mỹ lần 2, lần 3 đã và đang tiếp tục bước đi trên con đường ấy với những bước tiến đáng khích lệ bắt đầu đi vào nề nếp của truyền thống Phật Giáo Việt Nam tại hải ngoại này, đặc biệt là hai GHPGVNTN Hoa Kỳ và Canada. Kính chúc chư tôn đức Tăng Ni của cả hai Giáo hội được vô lượng an lành và mãi mãi là bóng đại thọ che mát cho hàng hậu học chúng con trên suốt hành trình học Phật và tu Phật. Ngưỡng nguyện mười phương chư Phật gia hộ cho quý chư tôn trưởng lão luôn được an khương trường thọ để hướng dẫn các Khóa Tu Học Phật Pháp Bắc Mỹ cho những năm kế tiếp được vững bền, để làm nền tảng cho sự trường tồn, hưng thịnh của đạo Pháp và làm hải đảo cho sự giác ngộ của tự thân.

Cuối cùng, chúng con xin được chúc sức khỏe riêng HT. Thích Nguyên Siêu pháp thể khinh an, công đức vuông tròn, để tiếp tục việc tổ chức cho Khóa Tu Học Phật Pháp Bắc Mỹ lần thứ 4 năm sau được tốt đẹp và thành công viên mãn như năm nay. Mến chúc tất cả các Pháp hữu thân tâm thường lạc, bỏ đề tâm kiên cố để cùng gặp lại nhau trong đạo tràng của những người con Phật.

Khi bao tiếng nói cười không còn nữa, những âm thanh rộn rã cũng bật ngưng. Lặng đứng nơi vừa mới thân quen dưới bóng hoàng hôn buông xuống. Ngẩng lên trời tìm vầng trăng lưỡi liềm. Gió đêm hạ huyền nơi miền nắng ấm cũng mang chút gì lành lạnh thoảng qua... Xa thầy, xa bạn, chúng con lại xuôi bước vào đời, bôn ba với bao lo toan cho cuộc mưu sinh vì miếng cơm manh áo, may mắn thay có hành trang của sự an lạc gặt hái được qua các thời tọa thiền, công phu sáng tối sẽ theo suốt chúng con trên lộ trình mang đạo vào đời. Chúng con sẽ không bao giờ quên hương vị cam lồ qua các buổi trao truyền Chánh Pháp của quý Thầy Cô, Chánh Pháp ấy là chiếc la bàn giúp cho những mảnh đời lênh đênh trên sóng thẳng trầm, vinh nhục, được mất, khen chê; như chiếc kim chỉ nam định hướng cho những gã cùng tử chúng con trở về từ muôn trùng sinh diệt.

Tháng 8, 2013.  
Diệu Trang



# Chiếc dù của Mẹ

CHIÊU HOÀNG

Từ khi cụ ông mất đã chín năm nay, cụ bà nhất định vẫn cứ ở một mình mà không chịu đến ở chung với bất kỳ đứa con nào. Phần vì không muốn làm phiền con cái, phần vì muốn được tự do. Nhưng cụ đã ngoài tám mươi, già quá rồi, ở một mình rất nguy hiểm, lỡ đêm khuya, có chuyện gì thì chẳng ai biết được. Nói thế nào cụ cũng không nghe, cụ gàn quá, làm cho các con thêm lo âu.

Hôm nay chị đi chùa. Thầy dạy. *Để có thể phát sinh được Tâm Bồ Đề trong dòng tâm thức, thì nên quán tưởng "coi-tất-cả-chúng-sinh-như-mẹ-mình."* Việc làm này đối với chị thật khó. Coi người thân như anh, chị, em v.v... là mẹ mình đã khó (vì thỉnh thoảng tức quá còn có thể cãi nhau và đánh nhau là chuyện thường, nhưng đối với mẹ thì dứt khoát không được làm như thế!), ấy vậy mà còn phải coi người ngoài, nhân đến kẻ thù như là mẹ mình lại càng khó hơn...

Trong giờ thiền quán buổi tối. Chị nghĩ đến mẹ, đến những sự chăm sóc và thương yêu vô bờ của mẹ dành cho anh chị em mình mà rơi nước mắt. Sự chăm lo của mẹ thật bao la, không bao giờ ngừng nghỉ, như bóng mát của một tàng cây toả rộng, làm thành một chiếc dù che chở cho mười đứa con không thiếu một đứa nào. Từ những lúc chúng còn bé dại cho đến khi khôn lớn, dưới mắt cụ, các con vẫn chỉ là những đứa con rất khờ khạo, vẫn cần đến bóng mát bảo bọc của cụ dành cho chúng.

\*\*\*

Hình như con nhỏ có một trí nhớ rất sớm. Ngày đi học đầu tiên, nó cùng đi học với người chị kế. Mẹ nó chuẩn bị cho hai chị em rất chu đáo. Lòng nó sợ hãi lắm nhưng không dám nói ra, còn người chị lớn thì cứ khóc lóc thảm thiết, nhất định không chịu đến trường. Mẹ nó dỗ dành chị lớn mãi, sau lại dọa nạt, nhưng chị lớn nhất định một mực không chịu nghe. Mẹ nó khổ sở vừa đánh vật với chị lớn bằng cách cố mặc bộ quần áo mới sắm, trong lúc chị

lớn vừa vùng vẫy, vừa khóc dữ dội. Bà cấu tiết quá, tất cho chị lớn một tát thật đau. Thấy chị bị đánh, con nhỏ sợ hãi, líu ríu tự thay quần áo một mình rồi chạy ra ngoài cửa đã có sẵn hai anh em thẳng hàng xóm Tâm, Tánh ngồi chờ để cõng hai chị em đến trường (dường như chúng chẳng phải đi học, nên có rất nhiều thì giờ để chơi và cõng chị em nó đi và về mỗi ngày. Việc làm này hình như hoàn toàn tự nguyện, Di Tám, mẹ chúng, mặc buồn thúng bán bưng cả ngày nên chắc cũng chẳng biết). Nó ngoan ngoãn leo lên lưng thẳng Tánh—thẳng em—nhỏ con hơn, cõng thẳng Tâm—đồ con hơn—thì vẫn đưa lưng ngồi đợi trong khi chị lớn cứ khóc gào thét trong nhà.

Thẳng Tâm quay qua hỏi con nhỏ một cách sốt ruột và mất hết kiên nhẫn khi biết chị lớn đang bị đòn:

- Ê! Chị mày có chịu đi học không để tao còn cõng?

Con nhỏ nói bằng giọng khe khẽ, như sợ mẹ nó nghe được nó sẽ bị đòn lấy:

- Làm sao tao biết được!

Thẳng Tánh xốc con nhỏ trên lưng. Nó đe:

- Không chịu đi chung là tao cõng mày đi một mình đó nghe. Hồng đợi đâu à. Mệt quá đi!

Con nhỏ nói bằng giọng năn nỉ:

- Thì mày ráng đợi thêm chút nữa có được không?

Thẳng Tâm sốt ruột chen vô:

- Tao đợi cũng mệt quá rồi. Chị mày mà không chịu đi học tao cũng nghỉ công luôn à nha.

Đang ì xèo ở ngoài, thì trong nhà, tiếng bà mẹ quát:

- Không chịu đi học thì chị có nước làm ăn mày thôi con ạ! Muốn đi học hay muốn làm ăn mày hử?

Chị lớn chẳng biết "ăn mày" là gì, nên mếu máo trả lời ngay:

- Con muốn làm ăn mày...

Lời nói trẻ con thật ngây thơ, nó không hiểu được sự chăm lo vô bờ của mẹ mình, dù có nghèo cách mấy cũng cố gắng

kiếm tiền lo cho con ăn học hầu có một tương lai khá, ngược lại, nó còn ngờ rằng, mẹ nó đan tâm muốn bỏ nó bơ vơ với đám người lạ.

*Chẳng bao giờ trẻ con biết được tình thương bao la của người mẹ...*

Rồi con nhỏ lớn dần theo thời gian. Nó ham chơi với bạn bè, bị mẹ đánh đòn, phạt quỳ. Nó lại oán ghét mẹ, cho rằng mẹ nó khó tính, "*chỉ-đi-chơi-một-chút-thôi*" mà cũng bị đòn. Nó nhớ mẹ nó bắt nằm trên *divan*, con nhỏ đã tí tê nằm khóc trong lúc chờ mẹ nó đi kiếm cái roi mây (mà trước đó nó đã dấu rất kỹ trong kẹt tủ). Cuối cùng vì dấu quá kỹ, mẹ nó không thể kiếm ra nên đành phải lấy cái cán chổi vừa to, vừa dài để đánh đòn. Con nhỏ đau quá, khóc rồ to, nhưng mẹ nó lại cấm không cho khóc. Con nhỏ âm ức, cảm thấy mẹ nó thật "độc tài." Đánh "*người ta*" đau thế mà không cho khóc! Nó giận mẹ, nhất định làm nữ không chịu ăn cơm chiều. Mẹ nó bảo chị Lan lên phòng gọi xuống ăn cơm. Nhưng nó cứ giấu mặt trong chăn, khóc thút thít cho đến khi mệt nhoài. Lúc đó, với đầu óc trẻ thơ, nó hồ đồ nghĩ rằng, chắc hồi nhỏ, ba đã tình cờ nhặt nó về làm con nuôi nên mẹ nó mới ghét nó đến thế. Một lần nữa, con nhỏ lại khởi tâm oán ghét mẹ nó. Người đã âm thầm chăm lo từng miếng ăn, giấc ngủ cho nó mỗi ngày mà nó chẳng hề biết...

Lên đến trung học, lần đầu tiên được mặc áo dài và bắt đầu bước vào tuổi mới lớn. Nó thấy mình lớn hẳn ra, đôi tà áo dài tha thướt làm nó thích thú. Mẹ may cho nó hai cái áo dài bằng một loại vải thô để mặc cho bền. Lúc đó gia đình rất nghèo, nó chẳng biết được rằng cha mẹ đã làm việc rất cực khổ, đầu tắt mặt tối để nuôi mười người con. Ngược lại, chỉ biết đến những thiếu thốn của một đứa trẻ đã bắt đầu biết mộng mơ, có những nỗi buồn vô cớ và những ước mộng không thực, nhưng lại đầy màu sắc như chiếc cầu vồng lung lờ hiện trên nền trời sau cơn mưa. Lúc đó nó ao ước có được một chiếc xe đạp, những cái kẹp tóc, những chiếc áo dài bằng vải phin trắng nõn như một số bạn nhà giàu trong trường. Xin mẹ mãi, mẹ hứa rồi chẳng thấy mẹ cho. Nó lại oán mẹ, ghét mẹ, cho rằng mẹ chỉ hứa cuối, chẳng bao giờ để ý đến mình, chẳng bao giờ thương nó. Càng nghĩ (bằng những lối nhìn rất thiên cận và



lệch lạc) nó càng buồn và tủi thân. Một lần nữa—với trí óc tưởng tượng rất phong phú không cần nguyên nhân và thực tế—con nhỏ lại quả quyết mình chính là đứa con rơi mà ba đã khởi tâm từ đem về nuôi. Quả quyết rằng, mẹ nó chính là “người mẹ ghẻ” như cái người mẹ ghẻ ác độc trong truyện “Tâm Cám.”

Vài năm sau, cô bé lớn như thổi. Đi vào lứa tuổi ô mai, một số con trai trong trường đã bắt đầu để ý và đưa đón. Cô đã biết e thẹn, biết làm điệu và ao ước giá mình có được một vài cây son, hộp phấn, một chiếc áo dài hoa bằng lụa mềm mại. Nhưng vì kinh tế gia đình, ráng nuôi mười đứa con được ăn học quả là một điều không phải dễ. Lương công chức của cha không thể đủ cho sự chi tiêu trong gia đình, cho sự thêm tiền học cho con cái. Mẹ cô phải bươn chải, kiếm được một ít vốn mở một nhà hàng nhỏ rất thơ mộng bên bờ sông. Trời thương, quán ăn đông khách. Nhưng bù lại, mẹ cô rất cực. Nhất là vào những ngày lễ, nhiều khi cô học bài khuya, đi xuống bếp kiếm nước uống vẫn thấy mẹ ngồi cặm cùi sửa soạn các món ăn cho bữa tiệc hôm sau. Bà không muốn các con phải dụng tay dụng chân bất cứ việc gì, bà chỉ thích các con dành hết thì giờ cho việc học hành. Biết thế, cô chẳng cảm thấy chạnh lòng thì chớ, lại còn lợi dụng lòng tốt ấy mà nhấn nhá, vừa chơi, vừa học mà không hề cảm thấy áy náy. Thời gian đó, bà mua cho cô một chiếc xe PC, một loại xe gắn máy nhỏ, cô đã không biết ơn và cảm thấy hài lòng, mà ngược lại, còn ganh tỵ với hai chị lớn đã được mẹ mua cho chiếc xe Honda vừa tốt, vừa đẹp hơn cái xe PC của cô nhiều. Một lần nữa, cô lại âm thầm trách mẹ sao đối xử với các con không công bằng, sao lại “con yêu, con ghét” như thế?

Vài năm sau, gia đình được di dân sang Mỹ. Cô theo đám bạn,

học ăn, học chơi nhiều hơn học chữ. Cô hội nhập vào cuộc sống Mỹ-hoá rất nhanh. Những cái tốt của nước người thì không chịu học, mà chỉ suốt ngày bạn bè đấu láo là giỏi. Rồi cô bắt đầu có bạn trai. Mẹ không bằng lòng. Cho rằng còn quá bé để nghĩ đến chuyện yêu đương. Mẹ đánh đòn và nhốt cô bé trong phòng, ngoài giờ đi học, mẹ không cho cô đi bất cứ đâu ra ngoài nửa bước. Cô *ghét* mẹ quá! Mẹ quả là rất cổ hủ và độc tài! Cô quan niệm (một thứ quan niệm rất hồ đồ và nông cạn), cô đã lớn, mẹ không có quyền gì xen vào chuyện đời tư của cô hết. Đã có lần cô đã hét lên, cãi mẹ, vất vào mặt mẹ những câu hỗn xược, đầy khổ đau và tức giận. Chưa đã, cô đóng cửa phòng thật mạnh và lao lên giường khóc nức lên. Cô *ghét mẹ! Cô ghét mẹ hết sức!* Cô đâu biết rằng, sau cánh cửa đóng mạnh, mẹ đã trào nước mắt, mẹ lặng lẽ ngồi ở phòng khách khóc rất lâu...

Nhờ sự thương yêu và dạy dỗ của mẹ. Chị đã trở thành một người hữu ích trong xã hội. Lập gia đình với một người có học thức và có một gia đình hạnh phúc. Từ khi bắt đầu làm mẹ, lúc đó chị mới thật sự biết được tình thương yêu bao la như trời biển của các bậc cha mẹ đã dành cho con cái mình. Cho dù chúng có hư đốn, có làm cho mình khổ đau trăm triệu lần, lòng thương của mẹ vẫn không suy giảm, vẫn mãi mãi âm thầm là chiếc dù rộng lớn, làm cái bóng tươi mát, bảo bọc cho chúng. Chị bỗng cảm thấy thương mẹ thật nhiều. Nhìn tóc mẹ bạc dần theo thời gian, lưng mỗi ngày mỗi còng, tay chân bắt đầu run rẩy đi không vững, vậy mà bà vẫn không muốn làm phiền đến bất kỳ đứa con nào cả, ngược lại, vẫn còn muốn chăm lo cho các con, vẫn còn muốn chúng luôn được an vui, hạnh phúc...

Mẹ ơi...

*Con quả là một đứa con hư. Không nhìn thấy được sự hy sinh cả đời tận tụy của mẹ, cả đời mẹ đem tình thương bao la của mình để làm một chiếc dù rộng mở che chở cho đàn con yếu đuối.*

\*\*\*

- Ngồi nghỉ đây thôi. Mỏi chân lắm rồi...

Bà cụ với mái đầu bạc trắng, kéo chị ngồi xuống chiếc

ghế đá bên đường. Chỉ mới đi bộ từ nhà ra đến đầu ngõ, cụ đã đòi nghỉ. Quả nhiên, cụ không còn có được sức khoẻ như những năm trước. Cụ đã già đi nhiều, khuôn mặt nghiêng nghiêng đầy nếp nhăn của cụ nhìn xuống vạt áo, kêu khê:

- Ô hay. Mới thay cái áo hôm qua sao đã bẩn thế này?

Chị nhìn mẹ. Vạt nắng đầu ngày hiện hòa rọi trên mái tóc cù. Chị chợt hiểu tại sao thầy chỉ dạy muốn có được bồ đề tâm thì cần phải nghĩ đến tình yêu thương của người mẹ dành cho con cái. Một tình thương vô bờ, cho đi mà không cần nhận lại một điều gì, chỉ biết xả thân hết mình để có thể đem lại an vui cho các con. Chị ngạc nhiên tại sao đến giờ này chị mới cảm nhận tình thương yêu mẹ dành cho mình một cách sâu xa như thế? Nghĩ xa hơn nữa, chị đã từng có nhiều thân, đã từng qua nhiều kiếp, đã từng có rất nhiều người mẹ đã xả thân nuôi dưỡng và dành cả đời tận tụy cho mình. Hiểu được như vậy, chị mới thấy mình có được một cái tâm biết ơn sâu xa đối với mẹ, với tất cả mọi chúng sanh đã từng là mẹ mình, đã từng tận tụy, xả thân hy sinh cho cuộc sống mình một cách đầy đủ. Chị nghe mắt mình cay cay, giọt nước mắt của sự biết ơn vô bờ chảy ra khoẻ mi. Chị nâng bàn tay nhăn nheo, gầy guộc của Cù khẽ khàng áp vào má mình, bàn tay mà mấy chục năm nay đã từng nuôi nấng, dạy dỗ, đôi khi còn đánh chị đau để mong chị nên một con người hữu dụng. Nay đã không còn khoẻ để làm cho chị phải khóc sau những trận đòn nữa, ấy thế mà chị vẫn khóc, giọt nước mắt tuôn như mưa mà chị không thể che dấu..

- Ô hay. Tại sao chị lại khóc thế?

Chị mỉm cười. Mẹ hay dùng cái chữ “Ô hay” một cách rất hồn nhiên như trẻ thơ...

Chị lau nước mắt và reo lên khe khê:

- Mẹ coi kìa. Hình như nắng đang lên. Mình phải về cho kịp giờ cơm trưa để mẹ còn uống thuốc.

Hai cái bóng liêu xiêu đi trong nắng, cù bà lật cái nón lá của mình để lên đầu chị. Dù không muốn Cù nhường, nhưng chị vẫn để yên nhận sự chăm sóc của mẹ, nước mắt chị lại ứa ra....

Trên cao, tiếng một loài chim chích chòe róng cổ hát bâng bạc trong không gian...



## TRUYỆN TÍCH PHẬT GIÁO

TUNG HOA DÂNG LỄ THỂ TÔN  
QUỐC VƯƠNG TRỌNG THƯỜNG,  
LƯU TỒN THANH DANH

*Tịnh Minh* soạn dịch theo *Pháp Thoại Pháp Cú*

Truyện kể rằng Tấn Lài (Sumana), người làm vườn, sáng sớm nào cũng dâng cho quốc vương Tấn-bà-sa-la (Bimbisara) tám phần hoa lài thượng hạng, và dĩ nhiên, chú được trả công mỗi phần hoa là tám quan tiền xứng đáng. Một hôm, Tấn Lài vừa mang hoa vào thành thì gặp ngay Đức Thế Tôn đang thả từng bước khất thực, thiền hành với hào quang sáu màu từ thân Ngài tỏa ra rực rỡ, theo sau là Tăng đoàn, tạo thành một hàng dài trông uy nghi và thánh thiện làm sao!

Thoáng nhìn thấy ba mươi hai tướng tốt và tám mươi vẻ đẹp của Đức Thế Tôn, Tấn Lài muốn tôn vinh Ngài bằng một hình tượng cụ thể, nhưng nhìn quanh, chả có gì, ngoài tám phần hoa dâng hiến quốc vương. Cuối cùng chú quyết định cúng dường hết giỏ hoa cho Phật dù phải bị tống lao, trực xuất hay thiệt mạng.

Tấn Lài hân hoan đến trước Thế Tôn, quỳ gối, dâng hoa lên ngang trán, đánh lễ ba lần, đoạn đứng lên vốc hai nắm hoa tung lên trên không, và lạ thay, chúng kết thành một tràng hoa như chiếc lọng che trên đầu Ngài. Sau đó chú tiếp tục tung sáu nắm hoa còn lại lên không trung, và chúng cũng kết thành ba tấm rèm che lơ lửng bên phải, bên trái và sau lưng Ngài.

Dâng hoa xong, Tấn Lài cung kính đứng sang một bên, Thế Tôn và Tăng đoàn từ từ tiến vào thành. Những đóa hoa kết trên không cũng sừng sững đong đưa theo nhịp bước của đấng đại giác Thế Tôn.

Thấy cảnh tượng huyền diệu đang diễn ra giữa kinh thành, không ai bảo ai, hàng vạn người đổ xô ra phố, tay cầm cành hoa hay miếng vải, vừa đi vừa phất phất trước Tăng đoàn theo nhịp điệu tôn vinh xứng tán Như Lai.

Để tuyên dương thiện tâm và công đức của người làm vườn, Thế Tôn cùng Tăng đoàn đi sâu vào thành khoảng ba dặm và dừng lại tại một công viên xinh đẹp, nơi

trống kèn đàn địch đang được thổi lên nghinh đón Đạo Sư. Suốt buổi sáng hôm đó Tấn Lài như đi trong bông lai tiên cảnh, ngây ngất lâng lâng. Và cuối cùng, chú sung sướng đánh lễ tạ biệt Thế Tôn và Tăng đoàn, thông dong ra về với chiếc giỏ xách trống rỗng.

Vừa về tới nhà, Tấn Lài bị vợ lườm mắt, hỏi:

- Tiền đâu? Được quốc vương hậu đãi hay mon men theo con nào mà về trễ thế!

- Mở miệng ra là nặng mùi tiền bạc với ghen tuông! Đúng là: nhút thời vợ đại trong nhà, nhì thời nhà đột, thứ ba nợ đời! Thay vì dâng hoa cho quốc vương, tôi đã cúng dường cả giỏ hoa đó cho Đức Thế Tôn rồi. Tấn Lài hồn nhiên đáp.

- Ở kia!... Ông muốn chết hả? Ông muốn tuyệt diệt cả nhà hả? Ai có quyền lực và đáng sợ hơn - quốc vương hay Đức Phật? Ông Phật từ bi hỷ xả, chả có gươm đao dao mác. Còn quốc vương!... Trời ơi ông điên rồi!... Mẹ con tôi biết làm thế nào thoát nạn bây giờ!

- Bụng làm dạ chịu. Dù bị quốc vương tra tấn, lưu đày hay xử trảm, tôi vẫn thấy trong lòng an lạc và hạnh phúc vô biên. Được chiêm ngưỡng dung nhan của Đức Từ Phụ và được tắm mình trong ánh hào quang của Ngài thì thật là hy hữu trên đời. Cả hoàng thành rần rần đón tiếp Thế Tôn và tán dương pháp lực kỳ diệu của Ngài, chỉ một mình bà ngồi ở nhà chờ tiền và lăm mồm bậy bạ!

- Rồi ông sẽ bị cụt tay cụt chân cho mà coi, ở đó mà Phật tổ với Thánh tăng!

Sợ bị liên lụy, mẹ vợ bế con te te đến hoàng triều, xin gặp quốc vương để tố cáo vụ việc.

Vừa bước vào vương phủ, bà dập đầu xuống đất lia lịa, mếu máo khóc và tâu rằng:

- Muôn tâu thánh thượng, chớ ông con hôm nay bỗng đứng điên loạn, đem hoa cúng dường cho Đức Thế Tôn. Ngu quá!... Con đã bỏ nó rồi. Mẹ con con vô tội,

xin thánh thượng khai ân tha mạng!

Là một Phật tử thuần thành, anh minh và độ lượng, quốc vương trầm nghĩ:

- Vì sợ vương pháp mà đoạn tình đoạn nghĩa với chồng con và gia tộc. Chao ôi, triều cường quốc chế ta ban hành cứng nhắc và độc ác lắm sao! Nhân tình thế thái thay đổi mau chóng vậy sao! Không!... Xét cho cùng là do ấu trĩ, do ba tên giặc quái ác tham sân si luôn bày mưu lập kế và nhuộm đen tâm trí con người.

Suy nghĩ trong giây lát, quốc vương giả bộ giận dữ, phán:

- Được rồi! Ta sẽ trừng trị đích đáng những kẻ xem thường uy danh quốc thể, dám đem hoa của ta dâng cho Đức Thế Tôn. Nhà người có thể ra về.

Biết tâm hồn quốc vương lúc nào cũng khoan hồng và dung dị, Thế Tôn hướng dẫn Tăng đoàn đến thẳng hoàng triều. Quốc vương đích thân ra tận ngõ môn nghinh đón Tăng đoàn vào hoàng cung, nhưng Thế Tôn ngó ý muốn dừng lại tại đó. Quốc vương thắc mắc:

- Sao hôm nay Thế Tôn không vào cung điện?

- Nếu ta vào thì quần chúng làm sao thấy được công đức nhiệm mầu của Tấn Lài, người làm vườn sáng nào cũng dâng hoa cho quốc vương.

Sau đó quốc vương cho người đem thực phẩm và lễ vật sang trọng ra cúng dường Tăng đoàn, và được Thế Tôn hồi hướng công đức:

*Thiên tai giải thoát hạnh,  
Tịch tịnh tâm thường tu,  
Tân trung hưng xã tắc,  
Bách tánh nhuận công phu.*

Quốc vương đánh lễ Thế Tôn, tiễn Ngài và Tăng đoàn một đoạn đường, xong quay về truyền áp giải Tấn Lài đến hoàng cung luận tội:

- Nhà người nói gì khi dâng hoa cho Đức Thế Tôn?

- Xin quy y và cúng dường Thế Tôn giỏ hoa này cho dù con bị vương pháp tống lao, biệt xứ hay tử hình. Thảo dân nói thế, tâu hoàng thượng!

- Người biết khi quân phạm thượng bị tội gì không?

- Chém đầu hoặc lưu đày, tâu hoàng thượng!

- Biết thế nhưng người vẫn cố tình vi phạm?

- Dạ... thảo dân biết nói sao cho sạch lòng trong mắt! Xin hoàng thượng định tội.

- Nói vậy chứ khanh là một thần dân trung tín, đáng khen! Thôi, về đi!

Tần Lài lay tạ ân vua, đưa tay lau nước mắt và bước lui ra ngoài vương cung.

Sau đó quốc vương ra khẩu dụ ban cho Tần Lài tám thớt voi quý, tám con tuấn mã, tám nam nô lệ, tám nữ nô lệ, tám bộ bảo châu, tám ngàn quan tiền, tám vị cung nữ và tám thôn trừ phú. Mỗi nón quà đều gấp tám lần.

Thấy người làm vườn dâng cho Thế Tôn chỉ một giỏ hoa mà được phước lộc to lớn, nhất là cả hoàng thành hân hoan nô nức suốt ngày, Trưởng lão A-nan sanh tâm thắc mắc hỏi:

- Bạch Thế Tôn, công đức Tần Lài sẽ như thế nào?

- Ví đại lẫm, A-nan! Vì đạo hữu đó đã cúng dường giỏ hoa cho ta, đã quy y ta, đã dâng hiến cả tánh mạng cho ta; người ấy sẽ không bị trôi lăn trong tam đồ lục đạo suốt trăm ngàn kiếp, sẽ được sanh vào thế giới chư thiên, rồi sẽ hiện thân nhân tướng, hội nhập ta bà, và sẽ tu hành thành Phật độ giác hiệu là Xu-ma-na (Sumana).

Thế Tôn sau đó trở về tu viện Trúc Lâm, vào trong tịnh thất, nhưng những đóa hoa kỳ diệu kia vẫn còn tươi màu, thoảng hương ngan ngát và máng trên những cành trúc lung linh hai bên lối đi.

Tối đến, sau thời tịnh niệm, nghe giọng bàn tán nhỏ to hừng phần trong chánh điện, Thế Tôn bước vào, ngồi giữa Tăng chúng, nói:

- Chà... các thầy có gì vui hỷ!

- Bạch Thế Tôn, chúng con đang tán thán công đức của người làm vườn. Quả thật không gì kiên cố và nhiệm mầu bằng tín tâm và nguyện lực của hàng Phật tử chánh tín Tam bảo, Thượng tọa quản chúng đáp.

- Đúng vậy, này các thầy Tỳ-kheo. Hãy tu tập, và hướng dẫn Phật tử tu tập thế nào để khi một ý nghĩ, một lời nói hay một hành động dấy lên không những không dẫn vật, ân hận mà còn mang lại hạnh phúc, an lạc cho tâm hồn.

Ngài mỉm cười đọc kệ:

*Người tạo được thiện nghiệp,  
Làm xong không ăn năn,  
Hoan hỷ, lòng phơi phới,  
Hái quả phúc thường hằng.  
(PC. 68)*

## The Story of Sumana, the Florist

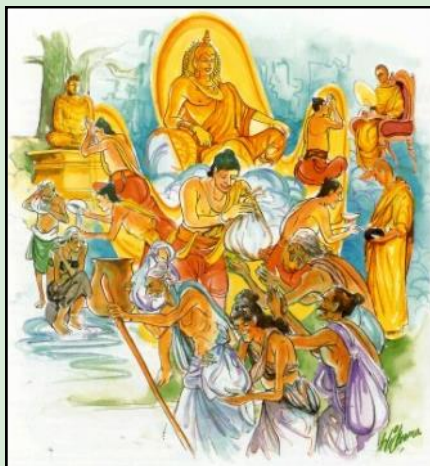
While residing at the Jetavana monastery, the Buddha uttered Verse (68) of this book, with reference to Sumana the florist.

A florist, named Sumana, had to supply King Bimbisara of Rajagaha with jasmine flowers every morning. One day, as he was going to the king's palace he saw the Buddha, with a halo of light-rays radiating from him, coming into town for alms-food accompanied by many Bhikkhus. Seeing the Buddha in his resplendent glory, the florist Sumana felt a strong desire to offer his flowers to the Buddha. Then and there, he decided that even if the king were to drive him out of the country or to kill him, he would not offer the flowers to the king for that day. Thus, he threw up the flowers to the sides, to the back and over and above the head of the Buddha. The flowers remained hanging in the air; those over the head formed a canopy of flowers and those at the back and the sides formed walls of flowers. These flowers followed the Buddha in this position as he moved on, and stopped when the Buddha stopped. As the Buddha proceeded, surrounded by walls of flowers, and a canopy of flowers, with the six-coloured rays radiating from his body, followed by a large entourage, thousands of people inside and outside of Rajagaha came out of their houses to pay obeisance to the Buddha. As for Sumana, his entire body was suffused with delightful satisfaction (Piti).

The wife of the florist Sumana then went to the king and said that she had nothing to do with her husband failing to supply the king with flowers for that day. The king, being a Sotapanna himself, felt quite happy about the flowers. He came out to see the wonderful sight and paid obeisance to the Buddha. The king also took the opportunity to offer alms-food to the Buddha and his disciples.

After the meal, the Buddha returned in the Jetavana monastery and the king followed him for some distance. On arrival back at the palace King Bimbisara sent for Sumana and offered him a reward of eight elephants, eight horses, eight male slaves, eight female slaves, eight maidens and eight thousand in cash.

At the Jetavana monastery, the Venerable Ananda asked the Buddha what benefits Sumana would gain by his good deed done on that day. The Buddha answered that Sumana, having given to the Buddha without any consideration for his life, would not be born in any of the four lower worlds (Apaya) for the next one hundred thousand worlds and that eventually he would become a pacceka Buddha. After that, as the Buddha entered the Perfumed Hall (Gandhakuti) the flowers dropped off of their own accord.



That night, at the end of the usual discourse, the Buddha spoke in verse as follows:

That deed is well done if one has not to repent for having done it, and if one is delightful and happy with the result of that deed. (Verse 68)

Translated by  
**Daw Mya Tin, M.A.,**  
Burma Pitaka Association,  
Rangoon, Burma 1986.



**LỄ TƯỞNG NIỆM ĐẠI LÃO HÒA THƯỢNG THÍCH MINH TÂM TẠI ĐẠO TRÀNG  
KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN 3, NGÀY 10.8.2013**





**THI TRẮC NGHIỆM TRONG KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN 3  
CHỦ NHẬT 11.8.2013 TẠI CÁC PHÒNG HỌC**





# BỆNH ĐỘNG MẠCH VÀNH

*Bs. Nguyễn Ý Đức*



Động mạch vành (Coronary Artery) là những mạch máu chạy quanh trái tim để nuôi cơ quan này.

Sau mỗi nhịp tim đập thì máu được đưa đi nuôi khắp cơ thể qua động mạch chủ. Riêng máu nuôi tim thì được chuyển trực tiếp vào động mạch vành. Các động mạch này gồm hai nhánh bao chung quanh trái tim như một cái vương miện. Nếu một trong những phân nhánh bị nghẹt thì tế bào tim ở vùng đó thiếu dinh dưỡng, thiếu dưỡng khí (oxy). Đó là sự thiếu máu cục bộ cơ tim (myocardial ischemia) và người bệnh sẽ có những cơn đau thắt tim (angina pectoris).

Nếu động mạch bị nghẽn vĩnh viễn thì cơn suy tim sẽ xảy ra vì Nhồi máu cơ tim (myocardial infarction) và tế bào tim bị tiêu hủy.

## Nguyên nhân

Có nhiều nguyên nhân đưa tới sự tắc nghẽn động mạch vành.

Trong đa số các trường hợp, có những mảng chất béo dần dần đóng lên thành động mạch. Lòng mạch máu ngày một thu hẹp khiến cho máu lưu thông giảm đi, rồi sau một thời gian sẽ gián đoạn hẳn. Đó là hiện tượng vữa xơ động mạch (atherosclerosis).

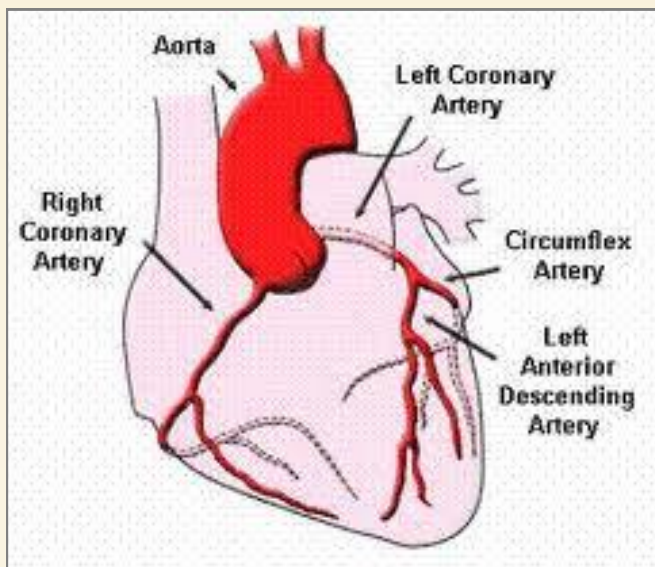
Vữa xơ không phải xảy ra bất thình lình mà từ từ diễn tiến cả chục năm. Đôi khi, sự tắc nghẽn bắt đầu ngay từ khi còn trẻ, nhưng chưa đủ trầm trọng để đưa tới bệnh tim ở tuổi trung niên.

Vữa xơ là nguyên nhân chính của cơn suy tim, tai biến động mạch não, hoại thư (gangrene) đầu ngón chân, ngón tay. Các mạch máu dễ bị vữa xơ nhất là động mạch chủ nơi bụng (abdominal aorta), động mạch vành và động mạch não.

Nguyên nhân của Vữa Xơ Động Mạch chưa được xác định rõ, nhưng theo kết quả nhiều nghiên cứu thì chất béo trong máu và các yếu tố sau đây là những nguy cơ có khả năng gây bệnh:

a- Tuổi tác.

Hơn 50% trường hợp bệnh động mạch vành xảy



ra ở người trên 65 tuổi, cho nên nguy cơ bệnh tim tăng theo tuổi tác.

b- Giới tính.

Theo thống kê thì nam giới trên 45 tuổi thường bị bệnh tim mạch nhiều hơn nữ giới, nhưng sau tuổi mãn kinh của nữ giới thì tỷ lệ mắc bệnh gần như nhau.

Nam giới thường có lượng cholesterol LDL cao hơn và HDL thấp hơn, một phần do tác dụng của kích thích tố nam Testosterone. Còn nữ giới thì một phần được sự bảo vệ của kích thích tố nữ estrogen, làm giảm cholesterol LDL. Khi mãn kinh, người phụ nữ không còn kích thích tố nữ thì cholesterol LDL nhích lên cao.

c- Di truyền.

Vữa xơ động mạch đôi khi thấy ở nhiều người trong gia đình, nhất là khi bố mẹ hoặc anh chị em bị bệnh.

d- Chủng tộc.

Người châu Á ít bị vữa xơ động mạch và cơn suy tim hơn người Âu Mỹ; người Mỹ gốc châu Phi lại hay bị bệnh tim vì họ bị cao huyết áp nhiều hơn.

e- Thuốc lá.

Nicotine trong thuốc là làm tăng huyết áp và nhịp tim, làm máu dễ đóng cục, làm giảm HDL, tăng LDL, tất cả đều có thể đưa tới bệnh tim mạch. Nicotine là một trong nhiều yếu tố khởi sự làm hư hao tế bào động mạch, đưa đến vữa xơ mạch máu này. Hít thở khói thuốc lá do người khác thải cũng có hại. Bỏ hút thuốc lá sẽ làm giảm nguy cơ bệnh tim mạch một cách đáng kể.

g- Béo phì.

Thống kê cho hay người béo phì hay bị cao huyết áp, bệnh tim, cao cholesterol và do đó thường bị suy tim.

h- Cao huyết áp.

Huyết áp càng cao thì nguy cơ suy tim và vữa xơ động mạch càng tăng, nhất là khi kèm theo nghiện thuốc lá và béo phì. Áp suất lên cao làm yếu thành mạch máu, đưa tới hư hao, đóng bựa chất béo và các chất khác lên thành động mạch.

i- Bệnh tiểu đường.

Người bị bệnh tiểu đường thường có nhiều nguy cơ bị các bệnh tim mạch như cơn suy tim, cao huyết áp, chấy béo HDL thấp và triglyceride cao.

k- Ít vận động cơ thể-

Người ít vận động cơ thể có nguy cơ bị bệnh Động Mạch Vành nhiều gấp đôi người năng vận động. Sự vận động làm giảm sự hóa vữa xơ, tăng máu lưu thông tới tim, tăng HDL, giảm béo phì, giảm cao huyết áp.

l- Cao cholesterol.

Vai trò của cholesterol trong bệnh tim mạch đã được nghiên cứu sâu rộng trong những thập niên qua với nhiều dẫn chứng khoa học về vấn đề này.

Mức cholesterol trong máu lên tới 240mg/dl là nguy cơ lớn đưa tới vữa xơ động mạch rồi cơn suy tim và tai biến động mạch não. Nguy cơ càng cao khi cholesterol càng nhiều trong máu.

Ngoài tổng lượng cholesterol, các thành phần của chất béo này cũng quan trọng. Đó là các dạng

cholesterol LDL (low density lipoprotein), HDL (high density lipoprotein), Triglyceride.

Protein là chất vận chuyển lipid và hỗn hợp đó có tên là lipoprotein. Tỷ trọng (density) là tỷ lệ protein/lipid. Khi nhiều protein (high density) thì là HDL, ít protein (low density) thì là LDL.

Trong tổng lượng cholesterol thì từ 60-70% là LDL, 20-30% là HDL, 10-15% là VLDL.

Cholesterol ở mức độ dưới 200mg/dl là lý tưởng; 200-239 còn tạm chấp nhận được, chứ lên trên 240 thì là rất cao và có nguy cơ gây bệnh.

LDH thường được coi như không tốt vì nó là thành phần gây nhiều rắc rối cho hệ tim mạch. Cholesterol này đưa chất béo trong thực phẩm vào các tế bào. Khi tế bào hết chỗ chứa thì chất béo đóng vào lòng động mạch, lâu dần đưa tới vữa xơ, tắc nghẽn.

Mức độ lý tưởng của LDL trong máu là dưới 130mg/dl; 130-159 mg/dl là bắt đầu có vấn đề; và lên cao hơn 160mg/dl là nguy hiểm.

HDL vận chuyển chất béo vào dự trữ trong gan để cho lượng chất béo trong máu chỉ đủ dùng, không có dư để đóng vào thành động mạch. Lượng HDL trong máu mà bằng hoặc cao hơn 35mg/dl là tốt, nếu HDL có thể cao hơn 60mg/dl thì thật lý tưởng và an toàn.

Bình thường, cơ thể sản xuất đủ số cholesterol mà ta cần. Cholesterol đo trong máu có tới 85% là do cơ thể tự tạo; còn lại 15% là do thực phẩm cung cấp.

Vì thế, cholesterol trong máu có thể lên cao nếu ta tiêu thụ nhiều cholesterol và các chất béo bão hòa. Hậu quả là sự đóng mảng trong lòng động mạch. Khi nghẹt động mạch vành, ta bị cơn suy tim (Heart attack). Khi một mảng chất béo ở động mạch nào đó chạy lên não thì gây ra tai biến động mạch não (Stroke).

### Kết luận

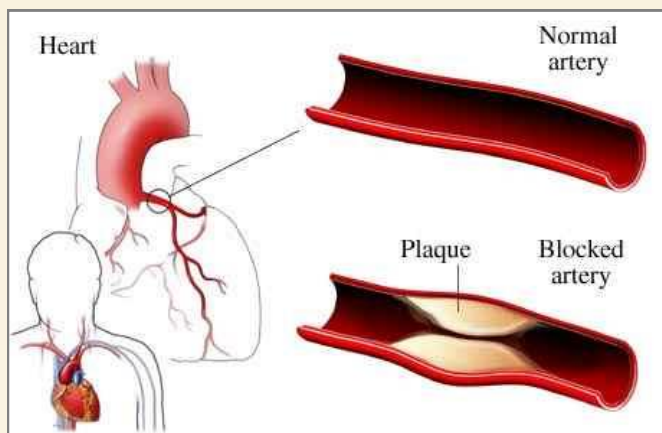
Caio cholesterol là rủi ro chính yếu đưa tới bệnh tim mạch.

Kiểm soát cholesterol là việc làm lâu dài, cần kiên nhẫn với các phương pháp được nhiều nhà chuyên môn dinh dưỡng công nhận.

Nên dè dặt với những giới thiệu, quảng cáo chữa khỏi hoàn toàn mà không cần thuốc hoặc một chế độ ăn uống nhiều chất này, bỏ chất kia.

Dinh dưỡng trong bệnh tật cũng như trong sức khỏe cần sự đa dạng, vừa phải, phối hợp của nhiều thực phẩm khác nhau.

**Bác sĩ Nguyễn Ý Đức**  
Texas - Hoa Kỳ  
www.bsnguyenyduc.com



thơ

### LỖI HẸN?

*Khung trời cũ bao giờ ta trở lại  
hẹn mười năm núi lở non mòn  
chắc ngày ấy thêm xưa rêu xanh phủ  
tóc bạc màu, dòng sông cũ héo hon...*

*Giấc mơ thoảng quanh vườn chùa chim hót  
chập chờn nghe tiếng mõ bên tai  
ngôi tháp cổ trầm ngâm, tịch tĩnh  
ta lang thang dệt mộng giữa đêm dài...*

*Có bao giờ ta đi và đi mãi  
thăng thân giữa cuộc thế phù vân  
cảnh có buồn khi người xưa lỗi hẹn  
một lần đi... đi mãi ... trăm năm?*

Atlanta, 18/8/2013

**LÊ BÍCH SƠN**



# Niềm Tin dâng Mẹ

LAM KHÊ

"Trời sắp mưa rồi. Chị ơi! Về thôi."

Tú buộc miệng... rồi chợt im bặt. Thời tiết vào thu man mác những cơn mưa chiều chợt đến chợt đi. Giai điệu mùa thu mang âm hưởng một khúc nhạc đời êm à trôi nghiêng.

Nhỏ cỏ xong, Tú tỉ mỉ trồng thêm vài cây hoa dại quanh mộ mẹ. Rồi mùa thu sang năm, khi trở lại, cỏ mọc cao che lấp hết hoa. Cỏ xanh là ước vọng không nguôi về sự sinh tồn của cuộc sống. Hoa tím là nơi quy tụ những âm hồn xa khuất nơi cõi mênh mộng. Dương bao giờ cũng mạnh hơn âm, nên màu cỏ cứ lấn át màu hoa. Nghe em ví von như vậy, cô Thụy chỉ cười. Màu hoa tím chìm khuất sau cơn mưa. Hương mùa thu về làm cây lá cũng xôn xao rộng mở.

Mộ của mẹ quanh năm um tùm cỏ dại. Bao mùa thu rồi, nắng mưa làm sạt lở cả mộ đất đắp cao. Xương thịt rũ tàn trong cát bụi thì cỏ hoa cũng nhạt nhòa cùng hương khói. Người anh trai cả nhìn mộ mẹ mà lòng xốn xang ray rứt:

"Anh tính sang năm xây mộ cho mẹ. Vậy mà ba muốn bốc mộ mẹ đem về quê. Anh nhất quyết không cho. Thế là ba giận bảo bỏ mặc mấy anh em muốn làm gì thì làm. Về quê, hương hồn mẹ sẽ lẻ loi cô quạnh. Bà con ngoài đó đâu còn mấy người. Ba đã có cuộc sống khác. Mẹ nằm đây để anh em mình còn lo phần khói hương trả hiếu. Mỗi năm giỗ mẹ, ngày Vu Lan có mấy cô trở về tảo mộ, mẹ ấm lòng mà anh em mình lại có dịp gặp nhau. Ý mấy cô thế nào?"

Tú đưa mắt nhìn cô Thụy. Dù xuất gia, cô vẫn là người chị lớn trong gia đình, là điểm tựa cho mấy đứa em nhỏ sớm chịu cảnh bơ vơ mất mẹ.

"Theo em... chúng ta tưởng niệm mẹ trong ngày giỗ, ghi nhớ lời mẹ dạy, anh em biết yêu thương hòa thuận nhau là quý hơn cả. Đó là cách tốt nhất để chúng ta trả hiếu cho ba mẹ. Đưa mẹ về quê, là ý nguyện của ba,

biết đâu cũng là ước muốn của mẹ. Ngày xưa vì cuộc sống, ba mẹ dạt dứu nhau lên vùng này lập nghiệp. Ba hồi hương, đi thêm bước nữa, nhưng ba vẫn dành quyền nuôi hai đứa con nhỏ. Ba luôn nghĩ đến mẹ, đến các con. Đưa mẹ về quê là để các con của ba có dịp quay về thăm viếng mồ mà quê cha."

"Anh lại có ý nghĩ khác," anh cả tiếp lời. "Anh nghĩ sau này ba sẽ trở về đây. Vài năm nữa hai em học lên cao cũng rời quê. Đất đai vườn tược ba mẹ xây dựng còn đó. Con trai cháu nội cùng bà con thân thích của ba đều quanh quẩn vùng này. Ba mẹ từng xem nơi đây là miền quê hương thứ hai."

Tú lên tiếng:

"Em cũng thích mẹ nằm lại nơi vùng đất Tây Nguyên nắng gió này. Nơi anh em mình được sanh ra rồi lớn khôn. Biết bao kỷ niệm thân thương gắn bó một thời."

Cô Thụy vẫn nhỏ nhẹ nghiêm trang:

"Nhưng nếu vì chuyện đó mà cha con bất hòa, mẹ cũng không vui. Dù hoàn cảnh có thay đổi thế nào, thì ba mẹ vẫn là ba mẹ của chúng mình."

Mưa bắt đầu nặng hạt. Anh cả ra về. Khu nghĩa trang chỉ còn cô Thụy và Tú ngồi trú mưa trong căn chòi nhỏ. Tú chống hai tay lên chiếc bàn đá, nhìn băng quơ mấy giọt mưa rơi từ mái hiên xuống, bỗng cao hứng cất giọng ngâm nga:

*"Rồi mùa thu đi qua  
Lá vàng rơi trong mưa  
Nhật nhòa ánh trăng thưa..."*

Một lúc, cô Thụy lên tiếng khuyên em:

"Mẹ mất, anh chị em mình phải chịu cảnh tan đàn xẻ nghé. Hai anh lớn có gia đình, cuộc sống đã ổn định. Hai em trai nhỏ ở với ba đều còn ăn học. Chị đi tu. Nhà chỉ có mình em học thành tài, có việc làm tốt. Đó là nhờ ơn cậu mẹ. Em phải chăm về quê thăm ba, viếng cậu mẹ để tỏ lòng hiếu nghĩa tri ân."



Tú gật đầu:

"Đạ... em biết mà."

"Mà em đi làm, thân gái một mình, phải khéo giữ gìn, chớ để sa vào những cạm bẫy ham mê đua đòi vật chất. Cả nhà đều kỳ vọng vào em. Mẹ nơi chín tuổi cũng mỉm cười khi biết con gái thành đạt..."

Tú ngừng mặt lên nở nụ cười tự tin:

"Chị yên tâm. Em chị đâu thuộc dạng ăn chơi đua đòi. Hồi nhỏ, chị em mình từng đi chùa học giáo lý, em cũng thấu hiểu ít nhiều. Ngày ấy em đã có ý định xuất gia. Vì chị đi trước, vì thương mẹ mà em phải ở nhà lo học. Ra trường, em đi làm để giúp ba nuôi hai em ăn học. Sau này có thể em sẽ chọn con đường mà mình hằng tâm nguyện."

Cô Thụy nhìn em, ánh mắt dịu dàng thoáng chút đăm chiêu. Là chị, cô hiểu rõ tính cách cùng những ước mơ đẹp của Tú. Thời gian vun đắp những ước mơ kia thành hiện thực. Và thời gian cũng tạo nên nhiều suy nghĩ chín chắn. Con đường dẫn thân nào cũng phải trải qua nhiều thử thách khắc nghiệt. Tuổi thơ êm đềm của Tú từng hứng chịu cảnh chia lìa biển động. Cô muốn để cho em quyết định tương lai, vun đắp bao ước nguyện vào đời.

... Buổi chiều Tú đi học về. Bước nào nhà, cô bé thấy mẹ ngồi trên bộ ván, đôi mắt đỏ hoe. Tú đứng lại. Lo lắng. Ba mẹ lại gây nhau nữa rồi. Tiếng ba từ nhà dưới.

"Bà làm mẹ mà không biết dạy con, để con gái mới tí tuổi đã bỏ nhà đi. Bây giờ còn ngồi đó khóc lóc..."

Thường ngày hai chị em đèo nhau đi học. Tú học lớp bảy còn chị Như học lớp chín. Hôm nay chị không đi. Thế là Tú đạp xe đến lớp một mình.

Mẹ nhìn Tú dò hỏi:

"Tú... Con biết chị Như bỏ nhà đi, sao không nói với mẹ?"

"Con không biết! Trưa nay chị



bảo nhúc đầu không đi học. Mà chuyện gì vậy mẹ?”

“Như viết thư để lại... bảo có người quen tu trong Sài-gòn. Nó sẽ vào đó tu. Lâu nay mẹ tưởng các con đi chùa học hỏi những điều tốt đẹp. Không ngờ...”

Tú nhủ mà. Bác Bê xóm trên hay đi Sài-gòn. Bác từng dẫn nhiều anh chị vùng này vào tu trong đó. Có lần Tú nói với chị:

“Em xin ba mẹ đi tu, chị nhé!”

Như quắc mắt nhìn em:

“Em còn nhỏ. Có hiểu gì đâu mà đòi tu. Đi tu phải ăn chay, thức khuya dậy sớm... làm sao em chịu được.”

“Em có học giáo lý. Em hiểu. Em thích tu...”

“Không được. Mẹ cứng em nhất nhà. Em đi rồi mẹ buồn lắm.”

Vậy mà chị lại âm thầm ra đi một mình. Chị đã đi trước Tú một bước. Nước mắt lưng tròng, cô bé ôm chầm lấy mẹ:

“Con cũng giận chị Như lắm. Con từng nói với chị là con thích đi tu. Chị cản. Vậy mà bây giờ chị lại bỏ đi.”

Mẹ đẩy Tú ra, nhìn chăm bẵm vào mặt con rồi thàng thốt kêu lên:

“Cái gì? Con cũng muốn đi tu nữa sao. Ôi! Con tôi...”

Tú thút thít:

“Không. Mẹ à! Chị Như đi rồi. Con phải ở nhà với mẹ thôi.”

Chị Như đi tu, nhà chỉ còn Tú là con gái. Tú lên cấp ba, phải lên trường huyện học nội trú. Mẹ sợ Tú cũng bỏ nhà đi, nên càng chăm sóc chiều chuộng. Bà thường thăm thì với đứa con gái bé bỏng:

“Mẹ chỉ còn một đứa con gái. Con ráng học. Đừng phụ lòng ba mẹ bỏ đi tu như chị Như.”

Tú muốn nói:

“Mẹ ơi! Chị Như đi tu là nhà mình có phước lắm đó. Chứ như con, học giỏi rồi sau này cũng có chồng có con, vất vả một đời như mẹ thôi...”

Cô bé biết là chưa tới lúc để nói. Thương mẹ Tú lo học và không bao giờ nhắc tới chuyện đi tu nữa. Thỉnh thoảng nghe tiếng chuông chùa từ xa, lòng Tú khắc khoải bằng khoảng như vừa đánh mất một điều gì đó thiêng liêng lắm.

... Một ngày âm u. Đến xế chiều thì mây tan, gió lặng. Phía chân trời, le lói chút nắng vàng hanh hao. Như thường lệ, Tú ra trước cổng trường ký túc xá đón mẹ. Cuối tuần mẹ đi theo xe cài tiền của anh hai lên chợ Huyện

lấy hàng rồi ghé trường rước Tú luôn. Tuần này Tú không về nhà. Ngày mai trường tổ chức văn nghệ mừng ngày nhà giáo. Tú đón mẹ để xin tiền mua quà tặng thầy cô. Ngồi trước cổng suốt mấy giờ liền không thấy xe anh Hai ghé, Tú trở về phòng. Chập tối, người anh họ lên trường tìm Tú với một hung tin. Mẹ bị tai nạn xe, vừa mất.

Bằng cách nào đó, Tú ngồi yên trên chiếc xe honda của người anh họ. Xe lao vút trong đêm tối, trên con đường đầy dốc đá và ổ gà. Về nhà, Tú ngồi bất động giữa những âm thanh chộn rộn xuýt xoa thương cảm của bà con hàng xóm. Tiếng khóc nức nở gọi mẹ của hai đứa em nhỏ. Tiếng sứt sùi của các anh, chị dâu như cuốn hút Tú vào một thế giới âm hồn u uất. Tú mong mẹ đang bị bệnh, cần được yên nghỉ. Và một lát nữa thôi mẹ sẽ ngồi đây. Tú lại nghe tiếng mẹ gọi. Mẹ bảo con gái lo học đi, mọi việc nhà để đó cho mẹ. Mà mẹ thì bận rộn tất bật suốt. Người ta nói chết là một cách giải thoát hết những ràng buộc khổ đau của kiếp người. Nhưng vì sao mẹ lại chết một cách dễ dàng đến như vậy. Các con của mẹ còn nhỏ dại. Tại sao mẹ ra đi mà không có lấy một lời dặn dò từ biệt.

Tú ngồi bên góc nhà, nhìn như thôi miên lên tấm vải trắng phủ kín thân người mẹ. Cô bé vẫn chưa tin đó là mẹ. Có lẽ mình nằm mơ. Một cơn ác mộng thì đúng hơn. Nhưng tiếng chuông mõ ngân vang kéo Tú trở về với thực tại. Tú ngơ ngác nhìn lên. Cô Thụy—chị Như của Tú đã về, cùng với quý cô. Mọi người chuẩn bị làm lễ nhập liệm. Tú nhận ra đôi mắt thất thần của cô Thụy, nhưng cô vẫn giữ được vẻ bình tĩnh. Cô đã đi tu, hiểu rõ lẽ vô thường. Cô hiểu rằng, dù đau đớn hoảng loạn cũng không được ngã quỵ trong lúc này. Cô Thụy giục:

“Tú tới quỳ lạy đi em.”

Tú làm theo chị như cái máy. Không còn chút cảm giác để bật thành tiếng khóc. Nếu khóc được lúc này chắc đầu óc sẽ nhẹ nhõm biết mấy. Nhưng Tú không thể khóc. Mọi thứ cứ quay cuồng, vỡ vụn sau cú sốc đầu đời. Tú mong mình mãi đắm chìm trong một cảnh giới khác. Một cảnh giới không còn chịu sự chi phối của sanh diệt vô thường. Một nơi chỉ có hoa bướm tình người, có mẹ cùng nguồn suối yêu thương bất

tận. Tú ước gì mình được bay bổng lên cùng mẹ, vượt thoát ra ngoài cái vòng dây thắt chặt của kiếp người mong manh. Tiếng cô Thụy lại nhắc khẽ bên tai:

“Lạy đi Tú.”

Tú không thể nhúc nhích. Hai tay chắp ngang ngực, đầu cúi xuống mà thân hình trở cứng như tượng đá. Tiếng tụng kinh cầu siêu giữa đêm khuya, nghe lạnh lẽo thê lương một giai điệu chia ly sâu thẳm. Tháng trước, Tú đi dự đám ma anh của nhỏ bạn. Chết vì tai nạn. Chết trẻ. Từ hôm đó Tú luôn nghĩ về cái chết, nghĩ về những mất mát mà con người phải chấp nhận trong cuộc sống. Cái điệu nhạc đám ma buồn ảo não cứ khiến lòng Tú bồn chồn. Tú nghĩ đến một ngày nào đó, không may mẹ mất đi. Ôi! Sao Tú lại có thể nghĩ đại đến vậy. Một linh cảm hay điềm gỡ được báo trước. Người mẹ thân yêu của Tú... mới đó mà đã trở thành một hồn ma lạnh giá.

Cách đây chưa bao lâu, Tú theo ba mẹ đi thăm chị Như. Một ngôi chùa lớn ở miền nam, có rất nhiều quý cô cùng tu học. Chị Như bảo khi mới vô chùa được sư phụ cho đi học tiếp phổ thông. Bây giờ đã tốt nghiệp và đang theo học trường cơ bản Phật Học Tỉnh. Chị Như dẫn mẹ và Tú đi chào hết quý cô trong chùa. Chị có vẻ vui lắm, nắm tay mẹ mãi không chịu buông. Không ai ngờ đó là lần cuối cùng chị gặp mẹ.

\* \* \*

... Hai chị em ra về khi mưa đã tạnh. Núi rừng Tây Nguyên thăm một màu sương khói huyền hoặc sau cơn mưa. Gió hắt tung những giọt mưa đọng trên mái lá xuống đầu Tú. Cô bé đưa tay vuốt tóc rồi cúi xuống nhặt một cành hoa bằng lăng đã héo rũ. Phe thấy cành hoa đầy nước, Tú ngoái nhìn lên đôi khế thì thầm với chị:

“Chị biết lúc này em khẩn nguyện với mẹ điều gì không?”

“Thì cũng như mọi lần. Những lời tự sự của đứa con đi xa mới trở về.”





## CẢM TẠ

*Thành thật cảm tạ sự ủng hộ quý báu bằng tinh thần hay tịnh tài của chư tôn đức Tăng Ni và độc giả đối với báo Chánh Pháp. Đây là niềm khích lệ to lớn cho chúng tôi trong công tác truyền thông, hoằng pháp.*

*Ngoài sự bảo trợ ấn phí của chư tôn đức và các tự viện, chúng tôi còn nhận được sự ủng hộ của chư tôn đức Tăng Ni và quý phật-tử cũng như của quý thân chủ quảng cáo.*

*Sau đây là danh sách ủng hộ báo Chánh Pháp tháng qua:*

Kimme Nguyễn Thu Hằng \$120, Au Vàng \$50, Nguyễn Thị Thúy \$40, Nguyễn Nghĩa \$30, Hoàng Kim Ngô \$20, Đỗ Bích Liên Pd. Nguyễn Hoa \$60, Hồng L. Ngô \$30, Tôn Nữ Dạ Thảo (Canada) \$200, Kim Chi Nguyễn \$60, Hạnh T. Trương \$60, Tôn Thất Khâm \$20, Sc. Thích Nữ Tánh Hải (OR) \$100...

*Ngưỡng nguyện Tam Bảo thù từ gia hộ chư liệt vị thân tâm an lạc, vạn sự cát tường.*

### **Ban Thư Ký Chánh Pháp**

"Hừ..." ánh mắt Tú trở nên mơ màng, "Em nói là... Mẹ ơi! Mỗi năm chúng con về đây có mẹ mẹ khi mùa trăng tháng bảy vừa đi qua. Ngày giỗ mẹ, cô Thụy cúng chay ở chùa. Các anh ở đây. Bà và hai em thì ngoài quê. Mỗi người cúng một phượng. Hồn phách mẹ nương theo khói hương tưởng niệm, sẽ được chu du khắp cả hai miền. Mẹ ơi! Sáu mùa Vu lan rồi, chúng con phải cài hoa hồng trắng. Cô Thụy ở chùa thì cài hoa hồng vàng. Ngày mẹ mất, Cô Thụy đòi ở nhà thay mẹ lo cho cha già em nhỏ. Nhưng bà con ai cũng khuyên, nói cô ở nhà cũng không giải quyết được gì. Bao năm qua cô đi tu, bà con ai cũng quý mến tự hào. Nhờ cô đi tu... mẹ vẫn sống nhưng vẫn có phước, hồn phách phiêu diêu sớm được nhẹ nhàng siêu thoát. Thế là cô trở lại chùa. Con được cậu mợ đem về quê nuôi cho ăn học. Các em ở với ba còn đi học và sắp ra trường. Con đang làm việc cho một công ty nước ngoài, cách chùa cô Thụy chừng nửa giờ xe máy. Cuối tuần con về chùa, dạy kèm sinh ngữ cho mấy cô. Một tuần làm việc, đầu óc con căng ra như sợi dây đàn vậy. Trở về chùa con mới thật sự cảm nhận niềm thanh thản yên vui. Mẹ ơi! Những

đứa con nhỏ dại của mẹ đang trưởng thành. Chúng con xin dâng lên mẹ tất cả niềm tin yêu trong cuộc sống. Mẹ cứ yên tâm."

Cô Thụy phì cười, ngắt lời:

"Một bài diễn văn khá là... dài dòng. Mẹ nghe em kể lễ thăm thiết quá, chắc phải mũi lòng nhanh chóng trở về chúng giám. Em nên nói thêm câu kết như trong tác phẩm 'Áo em cài hoa trắng' của nhà văn Võ Hồng. Cô bé mồ côi mẹ trong truyện chỉ mới học lớp một lớp hai gì đó thôi. Trước hôm đi đây cô mợ, bé đã tần mẩn viết một lá thư kể lại những chuyện thường ngày xảy ra trong nhà. Cuối thư bé ghi: 'Mẹ ở trên trời, nhận được thư con, nhớ hồi âm rồi dán lại trên mộ...'"

Tú mím môi, nghiêm giọng:

"Đó là tâm tình của những đứa con thơ mất mẹ, gọi nhớ thương hoài niệm qua mỗi mùa báo hiếu. Chúng ta đã vượt qua một chặng đường đau đớn khó khăn nhất khi mẹ mất. Ngoài trách nhiệm với ba, với anh em và bà con nội ngoại, chúng ta còn có trách nhiệm với cuộc sống, với bao người..."

"Mẹ chắc không ngờ mình

có cô gái út giỏi giang đến vậy. Cử nhân sư phạm có khác."

"O... Em đã học được bao điều ở trường đời. Nhưng hơn hết là học được của mẹ. Bây giờ thì em học từ chị cùng quý cô ở chùa. Em đã nuôi dưỡng niềm tin từ trong ánh đạo."

Dòng thời gian cứ mặc nhiên trôi qua. Bao mùa thu đến, lá vàng rơi và hoa cỏ thì mãi ngút ngàn giữa mênh mông cuộc sống.

**Lam Khê**



## BỒ TÁT TẠI THẾ GIAN

Đại dương bao la không ngăn mé  
 Hư không chuyển động gió chẳng lay  
 Tình Thầy muôn thuở khó ai sánh  
 Tiếp dẫn hậu lai báo Phật ân  
 Suốt đời trải thân hành chánh đạo  
 Nụ cười Di Lạc nở trên môi  
 Vươn tay tiếp người qua khổ nạn  
 Thân hiện Bồ Tát tại thế gian.  
 Kiến lập đạo tràng Bát Nhã tự  
 Đơn sơ thanh bạch nhất hướng tu  
 Phật tử muôn phương tụ hội về  
 Di Đà sáu chữ một lòng chuyên  
 Phật sự chung vai cùng Giáo hội  
 Đêm ngày thao thức vận nước nguy  
 Huỳnh đế đồng tu thương mến thầy  
 Bát Nhã tuy nhỏ mà rộng tên  
 Bao năm trường dưỡng đàn hậu học  
 Khuyên tu tinh tấn hạnh tinh chuyên  
 Hình ảnh lái đò đưa khách đến  
 Nước chảy ngược dòng đò vẫn qua  
 Chùa nhỏ đất chật lòng không hẹp  
 Phật Ngọc, mở hạ chốn an vui  
 Tăng Ni Phật tử cùng tay tiếp  
 Đi về Bát Nhã thật bình an.  
 Cùng tử lang thang khắp đó đây  
 Tông môn hệ phái chẳng chia phân  
 Thầy vẫn trái lòng ra độ tận  
 Thẻ xanh quốc tịch nắm trong tay  
 Tứ vị Hoà thượng xả báo thân  
 Thầy xin cung thỉnh lo hậu sự  
 Thanh tịnh trang nghiêm đẹp muôn phần.  
 Môn đồ pháp quyến tạ thâm ân  
 Ước nguyện bao năm chưa thành tựu  
 Bát Nhã đạo tràng nở trời Tây  
 Kính nguyện Chư Thiên cùng Thiện thần  
 Thành tựu hộ trì việc dựng xây.  
 Chúng con thành tâm xin đánh lễ  
 Quỳ dưới chân Thầy lạy tạ ân  
 Phát nguyện hành trì Bồ tát đạo  
 Trái bao số kiếp chẳng sờn phai  
 Chư Phật ba đời hằng thương tưởng  
 Hộ trì pháp thể được khinh an  
 Cứu trụ ta bà hành Phật sự  
 Trao truyền chánh pháp của Như Lai.

Kính dâng Sư Phụ Thượng Nguyên hạ Trí  
 Viện chủ chùa Bát Nhã, Santa Ana, Calif.  
 Hậu học **THÍCH NỮ GIỚI ĐỊNH**



thơ

### AI

Ai biết rằng thiếu vắng bóng hình ai?  
 Ai đang mơ về một cõi thiên thai  
 Ai đau khổ khi dòng đời cay đắng!  
 Ai hạnh phúc cứ cho là may mắn  
 Ai cô đơn, cố gắng đi tìm vui  
 Ai chia xa mà chẳng thấy buồn ngùi  
 Ai lùi bước, ta sẽ vươn lên đó...  
 Ai đứng ngó vì gặp nhiều gian khó  
 Ai hận thù cứ để đó ta xem...!  
 Ai vinh quang, ai cũng thấy muốn thềm  
 Ai mơ ước được lên ngôi thần tượng  
 Ai muốn mát như ngọn gió thanh lương  
 Hãy thức tỉnh tìm con đường giải thoát.

### CÔI ĐI VỀ

Đi về một cõi cứ về đi,  
 Khi có niềm vui cũng có khi.  
 Thức tỉnh bàng hoàng làm tỉnh thức,  
 Bi sâu trăm mối mãi sâu bi!  
 Nhớ nhung ngày tháng hoài nhưng nhớ,  
 Ly biệt ngàn năm vẫn biệt ly.  
 Một cõi đi về trong cõi một,  
 Thì thâm chi hồi tiếng thâm thì.

DIỆU ĐỨC



**PHẬT PHÁP VẤN ĐÁP TRONG KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN 3  
CHỦ NHẬT 11.8.2013 TẠI HỘI TRƯỜNG CHÁNH ĐIỆN**





**LỄ BẾ MẠC KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN 3 TẠI SAN DIEGO, CALIF.  
CHỦ NHẬT, 11.8.2013, DIỄN RA TẠI HỘI TRƯỜNG CHÁNH ĐIỆN**





**LỄ BẾ MẠC KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN 3 TẠI SAN DIEGO, CALIF.  
CHỦ NHẬT, 11.8.2013, DIỄN RA TẠI HỘI TRƯỜNG CHÁNH ĐIỆN**

