

*Em niệm tên Quán Âm  
Ta thêm câu Lục tự  
Quán Âm thì cười khổ  
Lục tự hoá hoa sen*

---





# HẢI TRIỀU ÂM

---

**NỘI SAN HỌC PHẬT  
VĂN HOÁ**

**SỐ 1 - NĂM 2005**



**GIA ĐÌNH CƯ SĨ LIÊN HOA**

# HẢI TRIỀU ÂM

---

**NỘI SAN HỌC PHẬT - VĂN HOÁ**



**SỐ 1 - NĂM 2005**

**GIA ĐÌNH CỬ SĨ LIÊN HOA**

*Thương tặng :*

Thanh ( *Diệu Tịnh* )

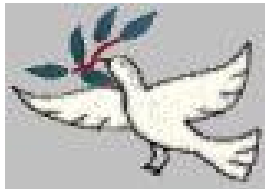
*Người vợ và là người bạn đạo*

*nhân ngày sinh nhật 16.10*

*và hai con : Bảo Vương – Bảo Lâm*

*bương tay một thoáng giữa đời  
cần khôn rục nở một trời sắc không  
thở trong giấc mộng mây ngàn  
giọt hương toả nhẹ, mệnh mong nụ cười*

*Cư sĩ Liên Hoa*



## LỜI NÓI ĐẦU

**T**rận bão Katrina đã tràn vào những vùng duyên hải của các Tiểu bang Louisiana, Alabama và Mississippi và đã tàn phá biết bao nhiêu là công trình, nhà cửa, nhân mạng v.v... cũng như để lại những hậu quả khủng khiếp về môi sinh. Và kế tiếp là cơn bão Rita, đã nối nhau làm thành những xáo trộn kinh hồn cho mọi vùng ảnh hưởng. Ấn tượng đến với mọi người là những cảnh sợ hãi, mất mát, khổ đau.

Nhìn những hoạt cảnh này mới thấy rõ, đó chính thực là hình ảnh cuộc đời của muôn loại trên trái đất này. Có chỗ nào yên cho một kiếp người? Có gì thực sự tồn tại vĩnh hằng? Đủ duyên thì hợp, hết duyên thì rã tan, biến chuyển. Sự khổ đau cũng chính là con đường dẫn nhân loại để đi tìm hạnh phúc, không có đau khổ sẽ không bao giờ ý thức hay cảm nhận được hạnh phúc, cũng như phiền não tức bề đê. Tất cả mọi tỉnh thức đều bắt nguồn từ đóng kho tàng vô minh.

Khi người con Phật dẫn thân vào sự phụng sự chúng sanh với trái tim Bồ tát thì cũng mang đôi vai của từ bi và trí tuệ, vì nhận thức rõ ngũ uẩn đều không có thật. Chỉ có như thế, tình thương với con người hay muôn vật mới chân thực và những hành giả mới đúng là đang cúng dường các Đức Phật.

Tiếng Hải Triều Âm là tiếng sóng tự ngàn xưa của biển tâm, đã bao lần thôi thúc tâm người như một cảnh tỉnh và như một khai mở cho cuộc hành trình trở về...

Mong mọi người nhìn nhau để thấy tiếng gọi này vang động trong đáy sâu của tâm, và để chấp đôi tay lại, nói với nhau như những lời kinh xưa mà vị Bồ Tát Thường Bất Khinh đã bao

lần ca tụng : “*tôi không dám khinh các người, vì các người sẽ là vị Phật ....*”

Trong tập Hải Triều Âm tập 1 này, ngoài những bài thơ, văn do chúng tôi sáng tác, còn có một vài bài của những vị học giả khác, vì thấy có nhiều lợi ích thiết thực với mọi người. Tuy nhiên, dù chúng tôi đã xin phép các website Phật giáo như: Thư viện Hoa sen, Quảng đức, Đạo Phật Ngày Nay v.v.. nơi đăng các sáng tác hoặc tài liệu này, để download và phổ biến, nhưng tiếc rằng chúng tôi chưa được xin phép chính các tác giả. Vì biết rằng đây là công trình trí tuệ của quý vị. Cho nên, xin vui lòng thứ lỗi cho sự thất lễ này, mặc dù Tập san này chỉ biểu không bán và vì chỉ vì mục đích truyền bá tư tưởng và văn hoá Phật giáo. Nếu có gì cần chỉ dạy, xin cho chúng tôi được biết để sửa chữa.

Cũng xin được nói thêm vài điều. Thay vì tựa của Tập sách này sẽ là: “*Tiểu luận và những vần thơ số 6*” để tiếp nối các quyển trước đã xuất bản trong những năm vừa qua, chúng tôi xin được đổi tựa lần này và cho những Tập kế tiếp sẽ là: “*Hải Triều Âm Tập 1*” và v.v...

Mong lắm thay !

*Cư sĩ Liên Hoa*





## ƯỚC NGUYỆN

*Như cánh chim từ trời cao  
Xòe đôi cánh rộng, che chở loài người  
Cánh này là Từ Bi – Hỷ Xả  
Cánh này là Trí tuệ – Đại nguyện  
Và tấm lòng em là biển cả Chân như  
Chuyển thành ngàn tay, ngàn mắt  
Để mỗi động niệm khổ đau của muôn loài  
Em liền có mặt  
Hóa giải niềm đau, hận thù  
Biến thành chất đề hồ dịu ngọt  
Đưa tâm người qua bãi sa mạc cuộc đời  
Đến bờ Giải thoát  
Và Em-  
Em ước nguyện..... là thế đó*

Ngày tháng năm 2004

# NGƯỜI CÓ NGHIỆP VỚI PHẬT

*Cư sĩ Liên Hoa*

Thành phố Hương Thông (Houston), Texas đắm ướt trong cơn mưa từ suốt đêm qua đến sáng nay. Từng sỏi đất, từng hạt cát như đã nhũn mềm trong dòng nước. Sau những ngày nóng bức, nhiệt kế cứ tăng dần lên đến trên 100 độ F, nay đang trên đà đi xuống, khí trời mát lại.

Mỗi giọt mưa tung tăng bay nhả, cười vang trên bầu trời, rồi lăn mình biến dạng trên mặt đất và như ấn dấu cho từng cuộc đời mỗi con người. Chợt đến chợt đi, chợt có mặt, xô bồ, náo loạn rồi lặng lẽ mất dạng, dù có thương khóc, níu kéo. Có những cuộc đời êm ả như vô tình mọi xung quanh, có những cuộc đời nhiều sóng gió, nhiều khổ đau để kết lên thành những thiên trường hận ( Hận đủ thứ, hận mọi người vì không ai nghĩ đến mình .. nhưng không dám tự hận mình)

Mỗi người đều có một cuộc đời và một lựa chọn để sống, một hướng đi cho mình, liên hệ đến công danh, sự nghiệp, sắc đẹp, vinh hoa, phú quý hay bản cùng, thấp kém v.v...do những nghiệp lực đã tạo ra tác động đến. Để rồi sẽ làm gì? Sẽ ra sao? Và còn những gì để lại sau cuộc rong chơi hay chỉ như những giọt mưa đến đi bên cạnh cuộc đời?

Không biết phải nói ra sao hay hoặc bắt đầu từ đâu để nói về sự kiện của *“Người có nghiệp với Phật”* này. Thôi thì hãy bắt đầu từ cái tôi vậy. Cái tôi là cái mà nếu người có chút hiểu biết, thì ít dám nói về mình. Chỉ dám nói rằng nào là cái tôi đáng ghét, đáng nầy hay đáng nọ (*Nhưng nếu ai đụng tới thì không được, có chuyện ngay*). Tôi cũng không ngoại lệ, nhưng sao nay lại nói về cái tôi.

Các bạn có biết không, dù gì thì nói về mình thì tốt hơn, dễ hơn, vì cái “*thương tôi*” của ai cũng đều quá lớn. Khi nói về mình, thì khi mình chê mình, thì sẽ chê nhẹ nhẹ thôi, chứ không thì tội nghiệp lắm (Ai lại dám chê mình quá đáng, phải không quý vị). Còn nếu như lỡ có khen mình, thì cũng tìm lời hay, tiếng đẹp để đưa mình lên tận mây xanh, mặc dù trước mọi người thì cũng làm bộ hạ mình xuống cho có lệ. Hơn nữa, nói về mình sẽ an toàn hơn, chứ nói về người khác, nhất là khi nói xấu về họ, lỡ đến tai người thì ớn quá, không biết mình sẽ đi về đâu? Ra sao?

Khi quân đội Pháp rời khỏi Việt Nam, để chấm dứt chế độ bảo hộ và rút về căn cứ nhảy dù tại Séno, Laos. Khi đi, họ đem tất cả những ai có dính dáng hay đang làm việc cho quân đội Pháp để đi cùng. Sau quyết định của Ba tôi, ông đã đưa gia đình đã di cư qua Lào và cư trú tại căn cứ Séno- căn cứ quân sự (có trại lính Nhảy dù : Camp parachute) cuối cùng của Pháp tại Đông Dương và cũng dành một khu với nhiều căn nhà để cho gia đình những người Việt Nam làm việc cho Pháp, ở.

Chuyện của người lớn, làm sao mình biết được, nhất là của bậc làm cha mẹ. Làm con, cha mẹ ở đâu thì con ở đó, nhất là khi chập chững biết đi, tập biết nói. Tôi còn quá nhỏ, không biết thế nào là vui hay buồn. Dù vậy, cũng có nước mắt ràn rụa tuôn chảy vì cuộc ra đi này (Không phải vì có mối tình nào còn bỏ lại, như “*sao anh đành bỏ em để ra đi một mình*” vì mới có 3, 4 tuổi thôi). Tuy nhiên, tôi cũng có bạn bè cùng lứa tuổi, lối xóm, chơi với nhau đã lâu. Có những bạn học cùng trường, và có rất nhiều thứ khác đã xây dựng nên một khoảng không gian tuổi thơ của tôi, nhưng nay, tất cả đều phải để lại như phế bỏ những ấn tượng đầy hình ảnh dễ thương, dễ mến.

Séno nơi dành cho người Việt tại đây, gồm có hơn 200 gia đình. Bao quanh khu của người Việt ở là những khu trại của

quân đội Pháp. Tất cả các đứa trẻ đều được đi học và chỉ học có mỗi chương trình Pháp. Có một số người Việt dạy chữ Việt, nhưng cho có lệ vì các Thầy cô đều bận việc sinh kế. Séno có một bệnh viện rất lớn, chợ, nhà thờ v.v...và cũng có một rạp chiếu bóng do người Pháp làm chủ. Vì số người Việt cũng khá đông, nên họ thỉnh thoảng cũng có cho chiếu phim Việt Nam- từ Saigon đưa qua. Trong trí nhớ của tôi- một đứa bé còn non nớt, ăn chưa no, lo chưa tới- nhưng cũng đã được xem những phim VN như là: Sự tích Phật Thích Ca, Thoại Khanh-Châu Tuấn, Bạch Viên Tôn Các, Ngư Lang Chức Nữ v.v...Đó là vùng kỷ niệm tuyệt vời, nảy nở trong tâm hồn đứa bé về những gì là của sự tích, văn hoá Việt Nam, vì thực ra, lúc đó tôi học trường Pháp nói tiếng Pháp; riêng tiếng Việt thì nói không rành, hướng gì là chữ Việt.

Xa quê hương, nơi xứ lạ quê người, nên người Việt cũng có nhu cầu tâm linh. Ngoài một ngôi nhà thờ của người Pháp đã có từ lâu, dành cho tín đồ người Pháp và một số người Việt. Nay có thêm một ngôi chùa do vị sư người Việt- từ Saigon qua, xây dựng lên. Vị Sư tên là Thầy Thích Thanh Tuất tự Lương Sơn, còn có các Thầy thường vân du, lai vãng như Thầy Nhật Liên, Thầy Quảng Thiệp, Thầy Trung Quán, Thầy Minh Lý v.v... Tất cả dữ kiện này là do người lớn kể lại, chứ đứa bé như tôi làm sao biết nhiều như vậy.

Thực sự, tôi không biết một ông Sư Việt Nam ra sao, mặc dù cho đến lúc đó, tôi chỉ một lần gặp một vị Sư Lào ôn bình bát đi khất thực, lúc tôi đang cấp sách đi đến trường học. Cho đến khi quân đội Pháp rút ra khỏi hoàn toàn ở Vương quốc Lào, những người nào muốn theo Pháp để đi định cư tại Pháp thì được xúc tiến giấy tờ, còn những người Việt nào muốn ở lại xứ Lào làm ăn sinh sống, thì phải di chuyển ra Séno chợ- cách chỗ ở cũ

chừng 4 cây số, vì căn cứ này bị giải toả. Ba tôi một lần nữa quyết định ở lại với những người đồng hương của mình và đưa gia đình ra ngoài Séno chợ, cất nhà để ở, chứ không chịu qua Pháp. Ngay cả ở trường học, thầy cô đều muốn đưa riêng mình tôi- đưa học sinh đỡ tệ để qua Pháp, ba tôi cũng không chịu??. Ở chỗ mới này, gia đình tôi lại ở gần ngôi Chùa Hoa Nghiêm tự như vừa được đề cập ở trên, cách khoảng 8 hoặc 9 trăm mét.

Những hình ảnh trong phim Sự tích Phật Thích Ca do La thoại Tân đóng vai Thái Tử Sidharta, vai Đức Phật đã nhen nhúm và để lại trong tôi nhiều chất liệu êm dịu...Do đó, ngoài những lúc đi học và ham chơi trò chơi trẻ con của mình, cũng có lúc tôi đến ngôi Chùa này chơi. Thực ra, chùa thì có gì để mà chơi để mà đến, trừ lúc vào rằm tháng bảy cúng cô hồn, thì đó là lúc nên đến lăm lăm? Trong chùa lúc này chỉ có một vị Sư già, mỗi lần thấy tôi- có lẽ là đứa bé coi cũng không có tệ lăm, nên thường hay xoa đầu và rồi đem chuối sứ cho ăn, thưởng cho việc hay đến Chùa. Không biết tôi có phải gốc của khỉ hay Đạo chuối gì hay không, nhưng thấy chuối thì rất là mê ăn. Một mình ăn 4, 5 trái tỉnh bơ. Hạnh phúc lớn lúc này, no tròn trong tâm tư đứa bé con của tôi là đi chùa để ăn chuối. Có lẽ, vị Sư biết yếu điểm của tôi, nên hay lấy cho ăn để dụ đến chùa chăng? Cứ thấy mặt, là được vài trái chuối để ăn thì làm sao không khoái cho được.

Ngôi chùa Hoa Nghiêm tự được xây dựng trên khoảng đất rộng lớn. Chùa lợp tôn, rộng có bề thế. Theo trí nhớ của tôi còn sót lại, chánh điện chùa có thể chứa khoảng 2, 3 trăm người? Trong chùa, ở Chánh điện có pho tượng Phật thật là to lớn, khổng lồ. Mỗi lần nhìn lên ông Phật này, dù có gương mặt rất hiền, môi hơi mỉm cười, tôi vẫn rất sợ và dè dặt. Không biết sao mà Ông bự dữ vậy, lở đến gần, Ông chụp mình thì sao? Cho nên, dù vị Sư này đã nhiều lần dẫn tôi lên Chánh điện- chỗ thờ Tượng

Ông khổng lồ, dạy chấp tay, nhìn lên Tượng, rồi quỳ gối, cúi lạy cho đầu sát đất, cho có phước, thì mới cho ăn chuối, tôi đều không chịu. Eo ơi! Tôi run quá và len lén nhìn lên tượng Phật, coi Ông tượng khổng lồ này có nhìn mình hay không và đồng thời, thủ thế sẵn để co giò chạy nếu như Ông đứng dậy. Nhưng, sao Ông cứ ngồi im lặng, cứ mỉm cười hoài.

Vị Sư này là người Việt Nam, tên là ông Vương, già hơn ba tôi, nói giọng rất khó nghe. Có người nói ông là người Bắc, trước là công nhân, ít học và đã có gia đình, trước khi đi tu. Chùa hiện giờ chỉ còn có mình ông, còn những vị Thầy lớn khác lâu lâu mới từ Việt Nam qua một lần. Vị Sư mặc áo màu vàng giống hết như vị Sư Lào mà tôi đã được nhìn thấy.

- Ông ở một mình không sợ ma sao?

- Con gọi ông là Thầy hay là Sư nhé, đừng gọi bằng Ông, vì Ông đã đi tu rồi. Sư đâu có sợ, vì Sư tu thì ma phải sợ Sư chứ.

- Sao kỳ vậy Sư? Con ma nó biết Sư tu hả? À, con thấy trên đầu tượng Ông Phật khổng lồ kia có tóc, sao Sư cạo tóc làm gì vậy, không sợ bị cảm sao? Ở nhà con có dầu cù là, nếu Sư cần, con sẽ lấy cho nha. Ba má con hay thoa dầu lên mõ ác của em con lắm, để cho khỏi cảm, sổ mũi đó. đó.

Những câu hỏi và đối đáp rất trẻ con của tôi làm ông cười thật lớn, tôi cũng cười lây theo. Có lẽ ông trả lời không được rồi, nên tha thứ cho ông, đừng hỏi nữa.

Sau lưng ngôi chùa khoảng 4,6 trăm mét là nơi nuôi bò, heo v.v..để cung cấp thịt cho dân vùng này, do ông bà Phán làm chủ. Tôi không hiểu tại sao chùa lại được xây dựng một cách oái ăm, kỳ cục quá? Nhưng, nó đã hiện diện từ lâu năm như vậy rồi. Phía đằng trước, là ngôi chùa để tu hành, phía sau lưng bên kia hàng rào bao quanh Chùa, là chỗ để giết trâu bò!

Tuổi còn quá nhỏ, chưa có bao giờ tôi giựt mình giữa khuya để mơ mộng, mơ mộng. Ngủ thì say mê như chết, nếu có bị quăng chỗ này hay chỗ nọ, cũng không biết nữa. Nhưng, bỗng nhiên một hôm, tôi bị giựt mình, bị đánh thức vì tiếng chuông lớn đổ dồn vừa xong của giờ công phu khuya trong chùa, rồi tiếp theo là tiếng mõ vang dội cả khu xóm. Tiếng mõ như xuyên thủng màn đêm, đến tận từng nhà, vang động trong tai mọi người. Không phải ai nấy đều hoan hỷ, hạnh phúc khi nghe tiếng mõ khuya vang như vậy, vì âm thanh của chuông mõ lúc đó, không có một chút gì thâm trầm, an tịnh mà mang những tiếng chát chúa, vỡ toang. Nhất là lại ồn ào, phá giấc ngủ của họ vào đêm khuya, nên ai nấy đều thấy nhiều phiền não, tuy có rất nhiều thông cảm cho vị Sư. Sau này, tôi mới biết được là mỗi khuya, khu xóm đều bị nghe những âm thanh như vậy???

Một ngày, tôi lên chùa chơi để được ăn chuối, những trái chuối chín vàng, ngọt lịm và cũng để thăm Sư Vương.

- *Chào Sư! Sư khoẻ không? Tối khuya hôm qua, lần đầu tiên con nghe được tiếng mõ của Sư gõ, sao mà gõ nõ lớn quá. Cả xóm, ai nấy đều nghe hết à. Con nghe ai nấy đều xì xầm về việc này.*

Sư Vương im lặng, không trả lời, không lộ một nét gì khác lạ trên gương mặt già nua của Sư.

- *Sư có thể cho con gõ mõ được không? Con thấy vui quá. Mình lấy cây đánh thật mạnh vào mõ phải không Sư, thử coi mõ bằng gỗ tốt hay không phải không Sư. Hay để tập võ? À, con biết rồi, chắc Sư luyện tập võ đó mà*

Bình thường, với những câu nói ngây thơ này, Sư sẽ cười lớn vui đùa với tôi. Nhưng, hôm nay, Sư lại khẽ nói với tôi, với đứa bé mà tâm hồn ngây thơ, chưa hiểu biết gì. Sư nói như để tâm sự, chia sẻ hay như Sư đang nói với lòng mình.

- *Con biết không? Chùa được xây dựng vào khu đất kỳ quái. Đây là Chùa, chỗ tu hành, nhưng phía sau lưng Chùa không xa lại là chỗ họ giết heo, trâu bò...Mỗi buổi khuya khoảng 4 giờ sáng, khi Sư đánh Đại hồng chung ( Chuông lớn ) xong thì tụng Kinh. Nhưng sau tiếng chuông ngân nga thanh tịnh, đưa lòng người vào cõi giải thoát, thì Sư nghe phía sau Chùa nhận nhịp lẩm. Lúc đầu, Sư tưởng các Phật tử đến Chùa nghe Kinh buổi khuya. Nhưng không phải, vì một lúc sau, khi tiếng mõ vừa gõ vang lên, thì phía chỗ đồ tể, họ giết heo, bò...Tiếng bò rống, tiếng heo hét lên vì đau đớn, vang dội đến tận Chánh điện thờ Phật, đến tận tai Sư, làm Sư cảm thấy đau xót quá.sư thật sự không muốn nghe tiếng đau đớn, sợ hãi của những chúng sanh đó, nhưng không biết làm cách nào? Cho nên, Sư đành gõ mõ thật lớn, dù dùi mõ có gãy, dù mõ có sờn, có bể thì cũng đành chịu. Thầy của Sư có về, có la hay gì đi nữa, Sư cũng chấp nhận hết. Tiếng kêu nghe đau đớn quá, Sư không muốn nghe. Sư không muốn nghe !!!...*

Tiếng Sư nói xen lẫn tiếng nấc nghẹn ngào, giọt nước mắt chọt tuôn rơi, lăn trên đôi má nhăn nheo. Đứa nhỏ này hiểu rằng, tiếng nấc thổn thức này không phải cho Sư, mà chỉ vì nghĩ thương đến các loài khốn khổ kia.

Sư dẫn tôi vô chỗ nhà kho của Chùa và chỉ cho tôi thấy những chiếc mõ đã bị bể, và cả những cái dùi mõ bị gãy. Nét mặt Sư thật trang nghiêm, ẩn chứa một tấm lòng, một tình thương vô biên. Tôi không thể diễn tả được những xúc cảm của tôi khi nghe Sư kể. Tôi bật lên khóc, khóc thật lớn, thật thoả thuê như đã lâu rồi không được khóc.

Có một thi sĩ nào đó đã nói, hình như là thi sĩ Goethe, rằng: “*Trước một bộ óc vĩ đại, tôi cúi đầu kính phục. Nhưng trước một*

*tấm lòng từ bi, tôi chỉ biết quỳ xuống...”* Vâng, đúng như vậy! Một vị Sư ít học, vào Chùa đi tu một vài năm và cái chất liệu gì đã làm cho tấm lòng kia đã đổi thay, đã ngời sáng như vậy? Tôi không biết ông Phật ra sao cũng như những gì mà Ngài hoặc nhà Chùa dạy. Tuy nhiên, qua hình ảnh Sư Vương đã làm cho đứa bé như tôi có cái nhìn khác về Sư. Sư bỗng trở nên to lớn, thánh thiện khác thường. Và cũng từ đó, tôi chợt nhận ra mình có can đảm nhìn thẳng vào tượng Phật khổng lồ trên chỗ thờ kia, chứ không còn nhìn một cách lén lút như trước kia nữa. Tượng mỉm cười, tôi cũng cười. Một sự cảm thông vô biên xuất hiện. Thật là vui, hạnh phúc...

Mặc dù với tấm lòng và tình thương to lớn của Sư Vương và với tiếng mõ rền vang, rộn rả giữa đêm khuya thanh vắng, tôi không biết nó có ảnh hưởng hay tác động gì đến người chủ của lò đồ tể này, hoặc lay động được tâm hồn của người nhân công đang cần mẫn, tận tụy với chủ và làm công việc giết bò, mổ heo kia hay không, để giảm bớt lại sự chết chóc cho các con vật? Chỉ biết rằng trong suốt thời gian dài, khi tôi chớm hiểu sự việc, cho đến lúc rời khỏi Séno, rời khỏi xứ Lào, thì mọi diễn biến thường ngày vẫn xảy ra đều đặn, không có gì thay đổi. Chỉ có nhiều chiếc mõ bị bể, nhiều chiếc dùi bị gãy và tất cả khu xóm đều cảm thấy buồn lòng, dù hiểu được tâm hồn của vị Sư và riêng vị Sư Vương- *người đã cố lấy tiếng mõ để lấn át tiếng kêu thét, giãy giụa đau đớn của những sinh vật bị giết, vẫn kiên nhẫn tiếp diễn vai trò của mình, không mệt mỏi.* Nhưng hình ảnh đó lại là ấn tượng ghi sâu đậm trong lòng một đứa bé như tôi.

Trải qua hơn nửa đời người với những thành bại, vinh nhục, thịnh suy như mọi lẽ thường của kiếp người. Nếu tính sự hơn thiệt của cuộc đời, tôi cảm thấy có quá nhiều hạnh phúc, an lạc khi là người có nghiệp với Phật.

Có nhiều người hỏi tôi “*Tại sao lại chọn là đề tựa là :người có nghiệp với Phật*”. Theo lý sự cùn của tôi, mong ai đọc được thì đừng cười, vì mọi người đều có quyền nói về sự chọn lựa nghề nghiệp của mình. Ví dụ: Khi được hỏi về nghề nghiệp, nhiều người trả lời về *nghiệp* của *nghề* mà mình đang có như là : Bác sĩ, kỹ sư, kiến trúc sư, làm công, công chức hoặc ca sĩ, tu sĩ v.v...Chữ nghiệp (Karma) là danh từ của Phật giáo chỉ cho hành động hoặc thói quen đã thâm nhập trong chủng tử của mọi chúng sanh, do thân-miệng-ý phát sanh ra. Cho nên, nghề nghiệp là nghiệp của cái nghề mà mình đang mang. Khi cầm tờ Phái Quy y do Thầy trao truyền, tôi biết tôi là người Phật tử tức là con của Đức Phật, vô hình chung tôi đã xé toang cái màn che đây từ bấy lâu nay của kiếp người, để đi thẳng vào tâm con người có nghiệp với Phật, vì đã có sẵn chủng tử Phật trong tâm mình. Không biết nói như vậy có đúng không, câu trả lời xin dành cho mọi người đọc tự trả lời cho mình???

Xin hỏi rằng: Có ai trong chúng ta khi cầm tờ Phái quy y mà không vui mừng, hớn hở, nhất là đứa bé 11-12 tuổi. Khi Thầy đọc những gì về 3 Quy y ( Phật-Pháp--Tăng) và 5 giới (không sát sanh-không trộm cướp-không tà dâm-không nói dối- và không uống rượu hoặc dùng các chất ma túy), tôi thật không hiểu gì, cũng như không thấy đó là quan trọng. Tôi chỉ biết rằng mình là con của Phật và lấy làm hạnh diện, vui sướng. Còn lại được đặt cho tên mới nữa. Ông Phật hiền từ, vui vẻ vì hay mỉm cười. Ông Phật lấy tay dè Tê Thiên Đại Thánh. Ông Phật rất là nhiều phép, giỏi hơn Tê Thiên vì Tê Thiên đã náo loạn Thiên đình, làm xáo trộn đất trời mà không ai dám làm gì hết, nhưng lại thua Phật.

Đức Phật đã là nguyên nhân làm phát khởi, nảy nở, và trưởng thành của ông Phật ( Chủng tử Phật hay tánh giác )trong tôi. Nhờ đó và qua đó, tôi càng ngày - do sự quán chiếu, nhìn lại-

mới thấy rõ tâm mình biến chuyển, di động ra sao theo những vọng niệm do tham sân si kết thành. Càng quán chiếu, lại càng thấy nghiệp xuất hiện đầy dẫy nên thấy mình sao kỳ lạ quá, đủ cả thất tình, lục dục. Nhiều lần, tôi tự hỏi rằng: Có phải là mình không? À, mà bảy tình- sáu dục này là gì vậy? Nghe người ta nói, mình cũng bắt chước và lập lại cho vui để ai cũng tưởng mình hiểu nhiều về Phật Pháp??? Những thứ này sao mà nhiều quá, không tưởng tượng nổi. Sao có nhiều người lại thấy mình rất thánh thiện, còn tôi, xin thưa thật, thì khi nhìn lại mình thì thấy sợ quá, không giống một trong 12 con giáp nào cả. Ai nói xấu mình thì mình giận dữ lắm, tuy nhiên khi gặp họ mình lại cười nói là không có gì hết, như nước chảy qua cầu, bay đi ( *không có quay lại*). Nhưng lại biết mình đang đóng kịch, nói láo tài tình như một diễn viên thứ thiệt, vì trong tâm đầu có nghĩ như vậy. Có điều, sợ nếu cự lại họ, thì lại què vì lo người ta cười mình vì họ luôn luôn nghĩ mình ngon lành lắm, chứ đâu có biết rõ mình ra sao?. Hơn nữa, nếu cự lại họ, chưa chắc mình yên thân, thôi thì “*tránh voi chẳng xấu mặt nào*”, phải không quý vị?

Tuy nhiên, ông Phật trong tôi khởi đầu rất nhỏ nhoi, nhưng cũng lớn dần trong sự cương mang những tấm lòng từ bi, hỷ xả...( Mặc dù, tất cả những gì đang nói là do tôi cảm nhận về ông Phật trong tôi như vậy, tuy nói hơi quá lớn, khoác lác, nhưng xin hiểu cho- đó chỉ là cảm thấy như là mình đang có, nhưng dù sao vẫn chưa qua mọi sự thử thách. Cho nên, nếu ai muốn thử, xin vui lòng đứng xa ra dùm, vì đứng gần thấy hình như không tốt lắm, sợ nguy hiểm).

Và tôi đã ôm ông Phật vào lòng, không còn sợ hãi khi nhìn đến ông. Nghiệp tôi với Ngài càng ngày càng sâu nặng. Ông Phật được tạo hình trong tận sâu của tiềm thức tôi, lôi kéo sự có mặt của những chất liệu an lành và luôn có mặt trong mọi

trường hợp, mọi tình huống và lớn dần theo với thời gian. Do đó, huyền nghĩa của câu chuyện trong phẩm “*Như Lai thọ lượng*” của Kinh Pháp Hoa, đã nói rõ và xác quyết hơn về Tánh Phật vốn có sẵn trong tâm của muôn loài.

Vẫn biết rằng, như Kinh Kim Cang nói: “*Nhược sắc kiến cầu ngã, nhược âm thanh cầu ngã, thị nhân hành tà đạo, bất năng kiến Như Lai*”. Tuy nhiên, từ những khởi đầu này để nối dài đến sự dẫn thân của những con người có nghiệp với Phật, những người đã và đang đưa những tâm niệm, vọng động của tướng vào cõi Vô dư Niết bàn. Phải có những huyện tướng để đi, huyện tướng để tu, huyện tướng để hành hoạt, huyện tướng để thể nhập, nhập thể và nhập thể, dùng tất cả huyện tướng v.v ...thì những trường thiên vân du mới đánh thức được tinh thần của 4 câu kệ của Kinh Hoa Nghiêm:

*“Nhược nhưn dục liễu tri.  
Tam thế nhất thiết Phật.  
Ứng quán pháp giới tánh.  
Nhất thiết duy tâm tạo”*

Vị sư già đã mất, hình bóng không còn lưu dấu vết. Tiếng mở vang dội giữa đêm khuya vào giờ công phu ở chùa, không còn nữa. Và đã biết bao là chiếc mở đã sờn, đã bể nát., lời kinh xưa cũng không còn. Tất cả đã bị phai tàn, hủy hoại theo thời gian, nhưng Cái hồn hơi ấm của năm xưa vẫn còn in dấu trong tôi. Ấn tượng đầu tiên của đạo Phật đến với tôi là như vậy. *Cái tâm đơn thuần* của vị Sư già ít học kia, vì không muốn nghe tiếng kêu thét đau đớn của các con vật trong giờ bị hành hình, dưới búa dao của người đồ tể, đã rộn ràng lên cái ánh lửa từ bi, như sự mầu nhiệm làm tràn ngập trong tâm tư của đứa bé như tôi một nỗi niềm sâu lắng nào đó, không nói được. Đây là bài học vỡ

lòng của tôi với Đạo Phật, chính là chất ngọt êm dịu của tình thương hay tấm lòng từ bi.

Từ những thức giấc, bùng vỡ trước hình ảnh của Sư Vương, đưa tôi vào cuộc hành trình vô thường mới lạ. Thật giản dị, bình thường, tôi đã tập trang nghiêm cho tự tâm bằng những giờ lắng tâm, cô đơn, im lặng với những ngôn từ Mật chú, quán tưởng v.v.. và cũng tập làm trang nghiêm cho những môi trường chung quanh khi mình tiếp cận đến, bằng khả năng nào mình có thể làm được.

Tôi vẫn tin chắc rằng, vì đã nhìn thấy rất nhiều, những người Phật tử- dù xuất gia hay tại gia, những người có nghiệp với Đức Phật- rằng rồi họ sẽ từ từ bị rơi rụng hết bản ngã, bỏ lại tất cả những gì mà xem như là đã bảo vệ, ôm chắt họ trong những vành đai của tham sân si từ thuở nào đến giờ, dám nhìn rõ lại tâm mình, vui với những “tám cơn gió” để họ đi trên con đường rộng thênh thang mà Đức Từ phụ đã chỉ dẫn và để họ cùng mọi người đều chan hoà trong ánh sáng Giác ngộ

Đức Phật không phải là thần linh, không phải người dùng đầy thần quyền, thần bí, thần thông, toàn năng và muốn được sùng bái quy phục...nhưng sự bình thường “*Như thật*” của Ngài cũng như con đường vạch mở ra cho chúng sanh nhận thấy rõ về Ông Phật của chính mình- Đó chính là những gì mà mọi người con Phật đều mong muốn mang lấy nghiệp đó, và thành tựu. Sống với Ông Phật của chính mình là con đường cao thượng nhất

Tôi cũng chợt nhận thức rằng: Những người con Phật vô hình chung đều trở thành con người của xã hội, đi vào đời sống để làm đẹp cho cuộc đời. Sự hiện diện của họ tự nhiên có hương thơm giới-định-tuệ làm chan hoà, ấm lòng người. Càng thâm nhập vào chúng tử Phật- cái “bổn giác” từ vô thủy đến nay, hiển lộ rõ “bản lai diệm mục” của mình, ánh sáng của Tánh Phật lớn

đến đâu do sự trang nghiêm, họ lại càng thấy mình có gánh nặng với tổ quốc, gia đình, xã hội, với mỗi sinh linh. Đi vào đời không phải vì danh vì lợi, vì mở rộng cái bản ngã, nhưng như một chia sẻ, dấn thân, chân chất, mong làm mở rộng ánh sáng trí tuệ cho mình và người.

Họ có 4 ân quá nặng trên đôi vai mà không thể chối bỏ được, vì mang nghiệp với Đức Phật và vì nhìn thấy sự liên tương duyên tương sinh của mọi vạn hữu.

- Trời đất, trăng sao, muôn vật v.v..mọi sự vận hành kỳ diệu, đều vì sự liên hệ lẫn nhau mà cộng hữu, sinh tồn.
- Tổ quốc đang ở, nguồn gốc của mình đã sinh ra, những con người mà mình cùng tồn tại v.v..dù có nghịch cảnh, oái ăm. nhưng mỗi giây, mỗi phút đều là môi trường sinh động làm thể hiện sự an lạc, hạnh phúc.
- Ân của những người sinh thành dưỡng dục, của Thầy, của những người mà mình tiếp cận, đều là những bài học thuộc lòng để con người thành nhân bản.
- Mọi sự giúp đỡ lẫn nhau giữa con người, giữa môi trường chung quanh. Mọi sự hy sinh của mỗi người vì những người khác để thể hiện sự liên đới, chia sẻ, thương yêu v.v..làm cho cuộc đời có ý nghĩa của con người

Và, *những con người mong muốn mang nghiệp với Đức Phật, lại đều nhận thức và thấy rõ Tánh Phật của mình. Cho nên, họ lại càng muốn thể nhập vào trong sức nghiệp đó để mở tung cõi trời bao la và họ đều là những con người bình thường như vậy!*

*Viết xong ngày 09.10.05*

## EM TRÒN LỜI BÁT NHÃ

*Ta lang thang theo từng đám mây  
Trên bầu trời trong xanh  
Mang theo ta là cơn gió  
Gió nào là những mong chờ  
Gió nào là những ước mơ  
ngày về, mang hoa bụi nhỏ  
thành hình những đoá mong manh  
Gió nào hôn những vì sao  
Để sơn màu trái tim  
Để ta thành núi cao  
Vươn ra bờ trùng dương  
Để ta là những ghềnh cao  
Ta đi theo lối mòn xanh cỏ  
Làm tươi những dòng sông  
Làm xanh những mộng mơ  
Làm trời thành bao la  
Sống bao lời kinh sáng chiều  
Chờ từng giấc mơ  
Phủ ấm tình người  
Tuôn lời kinh Bát nhã  
Soi rõ suối nguồn xưa  
Giấc mơ của dòng sông  
Vào cõi vô cùng tận  
Để là những hạt không*

14.08.05

# CHỮA LÀNH THẾ GIỚI KHỔ ĐAU

Đại Sư Chứng Nghiêm

Sáng lập viên Hội Phật Giáo Cứu Tế Tzu-Chi  
Pháp Hạnh Phạm Quốc Hưng chuyển dịch

Thế giới chúng ta đang sống thật có quá nhiều đau khổ! Mỗi ngày chúng ta lại chứng kiến một tai ương ách nạn xảy ra. Tâm chúng ta nhói đau khi có quá nhiều người đau khổ. Nhưng từ nỗi khổ mà chúng ta thấy được tình thương chân thật và khi đối diện khổ đau thì lòng cảm thương được đánh thức. Khổ đau, vì thế, đã khai mở con mắt và trái tim chúng ta vào sự thật.

Ở đời này, ai mà chẳng khổ? Vì lẽ đó, mà đức Phật đã tuyên thuyết Bốn Chân Lý Cao Quý ngay khi vừa thành đạo để giúp chúng ta dập tắt nỗi khổ triền miên.

Đức Phật, khi quán chiếu quá trình già, bệnh, chết đã nhận chân rằng khổ đau tiềm ẩn trong cuộc sống của mỗi con người. Sanh, lão, bệnh, tử chỉ là những diễn biến của tự nhiên.

Ngoài chúng ra, còn có những khổ đau gây ra do hoàn cảnh thế cuộc như phân chia giai cấp trong xã hội, chênh lệch giữa giàu và nghèo, cùng nhiều tình huống khác. Đức Phật trước những cảnh khổ này đã nỗ lực tìm hiểu sự thật về khổ và chiêm nghiệm phương cách con người có thể xoa dịu khổ đau. Sau khi giác ngộ, Ngài đã chỉ bày Bốn Sự Thật Cao Quý đưa ra con đường thoát khổ cho chúng ta.

Vâng, chúng ta đang sống trong thế giới đau khổ. Nhưng lẽ nào chúng ta để cho nhau phải chịu mãi cảnh sống khổ đau? Chẳng lẽ chúng ta không nghĩ ra những phương cách để giúp cho những người đang đau khổ?

Đức Phật nói về bốn thứ tâm lớn không thể đo lường được (Tứ Vô Lượng Tâm). Bốn tâm đó là tâm

thương yêu tử tế, tâm thương cảm, tâm vui vẻ, và tâm hiến tặng nhưng không quyền uyên bó buộc. Những tâm này là thuốc trị khổ đau. Nhưng để hiệu nghiệm thì chúng ta phải đem ra sử dụng và thực hành.

Những người đang đau khổ cần tình thương và sự săn sóc. Vậy chúng ta cần có tâm thương yêu tử tế và thương cảm. Thế giới đã quá nhiều đau khổ vậy tại sao chúng ta không thương yêu lẫn nhau? Chẳng phải khi có tình thương thì con người sẽ hết khổ đau sao? Chẳng phải đó là điều tuyệt vời sao? Bởi thế, sứ mạng của tâm thương yêu tử tế là phát triển hoà bình và hoà hợp ở mọi người và để gây cảm hứng cho người ta thương nhau và cống hiến sức mình giúp đỡ tha nhân. Sự cống hiến và giúp đỡ đó đến từ nhận thức rằng khi sống trên hành tinh này, chúng ta đều có sự nối kết với nhau như là những bộ phận của một tổng thể.

Vì thế mà khi thành viên của Từ Tế tiếp ứng thiên

tai sóng thần vừa qua bằng cách xuống đường gây quỹ khắp nơi, tôi đã liên tục nhắc nhở họ rằng đây chẳng phải là công việc để tính toán tiền bạc thu vào ít hay nhiều, mà là để gây chú ý và kêu gọi lương tâm của những người đang được an ổn khỏe mạnh và cảm hóa tâm tử tế của họ. Khi tai họa giáng xuống một phần của thế giới, tất cả chúng ta trong ngôi làng địa cầu này cần phải giúp đỡ. Đây là điều không những chúng ta cần nhận thức rõ mà chúng ta phải giúp mọi người nhận thức ra được.

Tâm thương cảm-nhìn những người đang khổ, chúng ta không thể ngồi yên nhìn họ tiếp tục bị khổ sở. Chúng ta cảm thấy nỗi đau của họ như chính nỗi đau của chúng ta. Vì lý do này, chúng ta nhanh chóng có mặt tại Tích Lan và tỉnh Aceh của Nam Dương để giúp đỡ. Nếu không thì chúng ta đã chẳng làm được như vậy, phải không? Nếu chúng ta nghĩ Tích Lan là xứ sở quá xa Đài Loan, nó chẳng là gì với

chúng ta cả hoặc những người dân đó có liên quan gì đến chúng ta? Thật ra, chúng ta không có sự nối kết với họ một cách trực tiếp, chúng ta chỉ cảm thấy không thể chịu đựng được trước nỗi đau của họ.

Ngay khi nghe tin thiên tai, nhân viên và thiện nguyện viên của Từ Tế đã ngay lập tức thành lập đoàn cứu trợ. Cảm động hơn là khi tập thể bác sĩ của các bệnh viện Từ Tế tức thời tình nguyện tham gia đi đến các vùng lâm nạn. Ai cũng muốn đi cả. Cuối cùng, một trong những vị phó tổng quản trị, cũng là một bác sĩ về dịch học đã thốt lên, “không có ai thích hợp hơn là tôi.” Vị này nói như vậy vì sau thiên tai, điều người ta sợ hãi nhất là sự bùng phát bệnh truyền nhiễm.

Khi đoàn tiếp cứu của chúng ta đi đến các vùng bị thiên tai tàn phá, họ đi qua những tử thi nằm la liệt khắp nơi. Mùi hôi nồng nặc đến nỗi bao nhiêu lớp khẩu trang cũng không ngăn được. Các

vị bác sĩ biết điều này nhưng nó cũng chẳng ngăn họ không tình nguyện đi. Nếu không có tình thương rộng lớn, ai dám đi như vậy? Vì thế, tôi thường nói tình nguyện viên là những vị bồ tát sống. Ai ngoài những vị bồ tát có thể thực hành những hành động này.



Bởi vì sự khổ đau, lòng thương cảm của con người được đánh thức và là nguồn cảm hứng cho họ đích thân đi đến vùng thiên tai để giúp người hoạn nạn. Những ai không đi được thì tận tụy quyên góp cứu trợ. Những thiện nguyện viên trên toàn thế giới đều làm việc này. Có những nơi tuyết rơi lạnh lẽo nhưng họ vẫn đứng bên đường trong cơn lạnh. Họ thật sự muốn giúp đỡ những người đang đau khổ nơi vùng thiên tai. Họ làm

với trái tim sốt sáng và thành tâm. Tâm cảm thương của họ làm cho họ có quyết tâm vị tha hi sinh sự êm ái và thư nhàn để giúp đỡ tha nhân. Họ làm như vậy với niềm hoan hỉ. Tuy hai cánh tay tê cứng và đau nhức sau một ngày ôm thùng lạc quyên, tim họ đầy niềm vui.

Ở đây, Phật pháp được hiện bày. Trong hành động công hiến, họ đã sống theo Bốn Tâm Lớn Không Đo Lường Được của thương yêu tử tế, thương cảm, niềm vui, và sự cho mà không quyến luyến. Hành động của họ được thúc đẩy bởi từ bi. Khi cho, họ cảm nhận niềm vui lớn và sự sẵn lòng cống hiến chính mình nói lên sự không quyến luyến của họ.

Có nhiều mẫu chuyện từ thiên tai sóng thần cho chúng ta thấy tâm thương yêu tử tế, thương cảm, vui vẻ, và cho mà không quyến luyến là như thế nào.

Khi các đoàn thiện nguyện viên cứu tế của Từ Tế đến Tích Lan và tỉnh Aceh của Nam Dương, ngoài việc

phát các dụng cụ khẩn cấp, chúng ta còn trị các vết thương và cung cấp chăm sóc y khoa. Thêm vào đó, chúng ta còn cố gắng giúp họ chữa lành tâm hồn mình. Khi con thiên tai bất thần lấy đi quá nhiều mạng sống, chia cắt bao gia đình, và lấy đi những người thương yêu nhất trên cõi đời của họ, chúng ta không thể nào tưởng tượng hết chấn động tinh thần và niềm đau mất mát mà những người sống sót phải chịu đựng. Mặc dù họ được tha mạng, nhưng họ cũng thọ khổ nhiều hơn vì được tha mạng. Vì lẽ đó, họ thật sự cần mọi người giang tay ra an ủi, hỗ trợ, và giúp họ vượt qua giai đoạn đau thương này.

Tại các địa điểm khám và cho thuốc miễn phí, các thiện nguyện viên không những chữa trị các tật bệnh về cơ thể mà còn tìm cách chữa lành nỗi thống khổ tinh thần qua những cuộc trao đổi với những người sống sót. Lấy trường hợp của bác sĩ trưởng Trung Tâm Y Tế Phật Giáo Từ Tế, Lin Shinn-zong,

làm thí dụ. Khi hướng dẫn đoàn y khoa đến phục vụ tại các trạm xá ở tỉnh Hambantota, Tích Lan, ông bắt đầu mỗi buổi khám bằng cách hướng dẫn mọi người hát chung với nhau để làm vui diệu đi tâm hồn của mọi người. Với bệnh nhân, ông bày tỏ sự quan tâm chăm sóc bằng cách nắm tay họ, ôm họ vào lòng, hoặc vỗ lưng họ khi hỏi han về gia đình của những bệnh nhân này. Chỉ sau khi có được sự kết giao với bệnh nhân, ông mới bắt đầu đề cập đến bệnh tình của họ. Bác sĩ Lin chăm sóc mọi người như thể chăm sóc thành viên của chính gia đình ông. Các nhân viên y khoa khác cũng đối xử như vậy với bệnh nhân của mình.

Qua những giao tiếp với tình thương và sự chăm sóc, nhiều nạn nhân thiên tai vốn thu rút vào thế giới đau khổ của riêng mình, bắt đầu hướng ra thế giới bên ngoài để đối diện với thực tại. Một số còn phục vụ như là thiện nguyện viên, chuyển hóa nỗi

đau của mình thành sức mạnh để giúp tha nhân.

Một trong những thiện nguyện viên đó là một người đàn ông tên Abdullah. Khi người hàng xóm đưa ông đến trạm xá, ông đã không ăn hay ngủ trong 6 ngày liền và chẳng thốt ra một lời nào. Mỗi khi ông nhắm mắt, ông thấy hình ảnh của vợ và con ông. Ông đã đi tìm xác họ trong suốt ba ngày liền. Xác hai mẹ con được tìm thấy ở tư thế ôm chặt lấy nhau. Các thiện nguyện viên Từ Tế hết sức quan tâm đến sức khỏe của ông và nhanh chóng mời ông ngồi. Một thiện nguyện viên đem cho ông một ly nước ấm và chuẩn bị một tô mì gói cho ông. Nắm lấy tay ông, một thiện nguyện viên ngồi đó với ông an ủi vỗ về bày tỏ cảm thương và khuyến khích. Sau một khoảng khắc dài, Abdullaha cuối cùng đã cất tiếng và bắt đầu kể lại câu chuyện đau thương cho các thiện nguyện viên.

Sau đó, các thiện nguyện viên của Từ Tế tiếp tục thường xuyên thăm viếng

Abdullah. Vào một buổi thăm hỏi, vị thiện nguyện viên nói với ông, “tôi có thể hiểu nỗi đau sâu thẳm của ông và nỗi niềm khi mất mát những người thương yêu. Nhưng khi người thương của chúng ta mất đi và chẳng có gì có thể làm được nữa, điều tốt nhất chúng ta có thể làm là chuyển tình thương chúng ta có cho họ đến những người khác. Ông có sẵn lòng dâng hiến tình thương và sự chăm sóc ông đã dành cho người thương của mình đến người khác không, như là sự tưởng nhớ đến người thân của mình?”



Abdullah nghe những lời nói ân cần mà sâu sắc này từ từ mở rộng cõi lòng. Ông bắt đầu mỉm cười trở lại và nói chuyện với mọi người như ông đã từng như vậy, và ngay cả đi làm trở lại với công việc giữ trật tự tại một

nhà máy. Giám đốc của ông hết sức ngạc nhiên vì ông này tưởng rằng ông không bao giờ sẽ bình phục và trở lại. Từ đó, Abdullah tình nguyện đến trạm xá để hiến tặng sự chăm sóc cho những người khác.

Thật ra, đây là điều chúng ta hy vọng xảy ra. Ngoài việc giúp đỡ tha nhân với những nhu cầu cấp thiết và làm việc để giúp họ xây dựng nhà ở hầu an cư lập nghiệp tái xây dựng cuộc sống mới, chúng ta cũng hy vọng rằng những nạn nhân sống sót này, vì đã trải qua những giây phút hãi hùng của thiên tai, có thể chuyển kinh nghiệm đau thương thành động lực cho một viễn cảnh mới. Vì vậy, chúng ta hy vọng rằng qua sự chăm sóc và hỗ trợ của các thiện nguyện viên Từ Tế, họ chẳng những có thể vươn lên trở lại mà còn có thể mở rộng con tim giúp đỡ những người cần giúp. Ngày trước họ chỉ dành hết cho gia đình và người thân của mình nay nhận thức được cuộc sống, họ sẽ mở

rộng vòng tay cho những người cùng khổ khác. Theo cách này, nguyện xin thời gian mà họ cống hiến gieo được những hạt giống nghiệp tích cực, và nhân rộng ra từ nhiều hành động tốt của nhiều người, tạo nên cộng nghiệp tích cực dựng xây một thế giới vững mạnh hơn.

Nỗ lực cứu tế thiên tai Nam Á này có rất nhiều thử thách. Ví dụ như việc các thiện nguyện viên phải đi vòng xa hơn trong điều kiện đường xá hiểm trở và khó khăn để vận chuyển hàng cứu trợ đến các vùng thiên tai. Để đến được thị trấn Meulaboh của tỉnh Aceh ở Nam Dương để đưa 11 xe hàng với các hàng cứu trợ, các thiện nguyện viên phải lái suốt chặng đường 40 tiếng đồng hồ. Dù vậy, không có lời than thở nào. Thay vào đó, họ còn cảm thấy miễn là mình giúp người voi đi nổi khổ, tất cả các nỗ lực dù khó khăn vất vả bao nhiêu đều xứng đáng.

Trong tổ chức Từ Tế, chúng ta có một câu nói đặc

biệt khi làm việc kiệt sức, thay vì nói như vậy (tiếng Quan Thoại là "xin ku"), chúng ta nói chúng ta được phước (tiếng Quan Thoại là "xing fu"). Mặc dù các thiện nguyện viên có thể bị ướm sưng mồm hôi, họ vẫn đầy niềm vui vì họ đã dành được cơ hội để đóng góp. Tình cảm này được bày tỏ trong tất cả các nhóm thiện nguyện viên khi trở về từ những vùng thiên tai ở Nam Á.

Các thiện nguyện viên Từ Tế ở Hoa Kỳ cũng như vậy. Họ dùng cảm vượt qua hành trình 53 tiếng đồng hồ bay từ Mỹ tới Tích Lan qua ngã Đức Quốc và Singapore. Ai cũng háo hức với cơ hội được đóng góp. Các thiện nguyện viên tới các vùng thiên tai phải chịu đựng những thời khoá biểu hết sức mệt nhọc và kéo dài, tuy nhiên họ vẫn cống hiến mình một cách vui vẻ mà không đòi hỏi đáp đền gì. Không những thế, họ còn cảm thấy biết ơn. Vì sao? Bởi vì họ nhận thức ra rằng chỉ vì họ được may mắn, khoẻ mạnh,

và an lành nên họ mới có cơ hội giúp người. Biết ơn sự may mắn, họ muốn cho lại hay đóng góp một cách tận tụy và sẵn lòng cũng như vui vẻ chấp nhận mọi khó khăn gian khổ.

Đây chỉ là một vài trong vô số những câu chuyện cảm động. Sự khổ đau của người khác đã tạo ra những hành động bất nguồn từ tình thương yêu chân thật này. Cũng như những hạt giống chúng ta trồng có thể là hạt giống khổ đau, hạt giống của nghiệp tiêu cực, chúng ta cũng có thể trồng các hạt giống của chân lý, của cái tốt, và cái thiện. Trong một thế giới khổ đau như vậy, chúng ta cần những người noi gương các vị bồ tát, bậc tiếp nhận tất cả mọi người với tình thương giác ngộ và bền vững – Những người mở rộng lòng thương tới mọi người, những người không chọn an hưởng sự dễ dàng và thoả mái mà đi ra ngoài khỏi

tháp ngà để có mặt với những người đang đau khổ.

Với thế giới như hiện tại, với thiên tai và nhân họa xảy ra hằng ngày ở các nước trên khắp quả địa cầu, với những làn sóng ô nhiễm mạnh mẽ như các đợt sóng thần, chúng ta thật sự cần những con người biết phụng sự như những vị bồ tát. Những vị này, bằng tình thương giác ngộ và chân thật, sẽ tiếp cận, gây nguồn cảm hứng và trong sạch hoá trái tim tha nhân. Để chữa lành cho thế giới, chúng ta phải bắt đầu bằng trong sạch hoá con tim của nhân loại. Hãy cùng nhau làm việc thật chăm chỉ cho điều này. Chỉ khi những con tim của nhân loại được tinh khiết, khi đó hòa bình và hoà hợp mới có thể có trong xã hội, và khi đó thế giới mới hết những họa tai.

*( Trích từ Nguyệt san Hoa sen số 508-*

*Thư viện Hoa sen 07/05 )*



## NGAI NÒA TÁING

*Tích trượng vừa rung lên  
Ba ngàn thế giới động  
Hạt bồ đề hé nở  
Hằng sa cõi Phật thiên*

Ngày tháng năm 2004

# TRÔNG CA NHỮNG CƠN GIÔNG BÃO

*Cư sĩ Liên Hoa*

Nhìn trên màn ảnh TV thấy toàn diện thảm cảnh hỗn loạn do số lượng người di tản lánh cơn bão Katrina đang tới trong ngày 29.08.05 và rồi sau đó, gặp lại những người bạn, những người đồng hương đến từ những vùng duyên hải của các tiểu bang Louisiana, Mississippi, Alabama...để nghe lại, để chia sẻ, để choáng ngợp trong nỗi đau xót đồng loại, để nhìn thấy thật rõ những gì đã xảy ra do hậu quả của cơn bão, nhà sập, người chết, phố phường hư hỏng, ngập lụt, một sự hủy diệt đã man v.v...và để rồi, vài tuần sau, ngày 22.09.05- chính mình lại là một trong những nạn nhân lánh bão, đã rời khỏi Houston, Texas để đi đến San Antonio, vì theo dự báo cơn bão Rita này sẽ đi thẳng vào Houston vào sáng ngày thứ bảy 24.09.05 và là một cơn bão được dự đoán là sẽ rất tàn hại, khủng khiếp cho nhân mạng và toàn diện môi trường sinh sống của con người. Tôi cảm thấy thấm thía với câu nói của một Thiền sư Việt Nam: “ *Một thưở ra đi thân cát bụi. Ngàn năm mất dấu lối về quê= Vĩnh vi lăng dãng phong trần khách. Nhật cố gia hương, vạn lý tâm*”. Cái cảnh hoạt náo, sống chết, sanh tử này làm nổi bật lên tính chất của một cuộc ra đi và cũng làm hiện rõ cảnh đời vô thường, sự tương duyên tương sinh của của vạn hữu. Bởi vì trong vũ trụ này không có một sự vật nào hiện hữu đơn độc, như tinh thần của Kinh Hoa Nghiêm nói- có nghĩa là một sự vật có mặt, hiện hữu bao gồm tất cả những nhân duyên, mọi nguyên tố cấu tạo nên nó. Là một con người- nhất là một người có nghiệp với Đức Phật, những cảnh đời đau thương này làm tôi vô cùng xúc động và bài thơ sau được

viết trong tâm trạng, xúc cảm tận cùng, tuôn tràn tương quan với cảnh ngộ.

*Katrina, Rita-* Dù là em đã đi qua hay là sau này có những cơn giông bão đến nữa (*Điều mà không bao giờ ai muốn*) có gieo rắc sự thê lương, thù hận, cuồng nộ, tang tóc, đổ nát trút lên thân phận con người, thì cũng không bao giờ và sẽ không bao giờ em có thể xoá tan hay hũy bỏ đi được tình cảm thương yêu, sự chia sẻ, đùm bọc lẫn nhau giữa con người trong lúc khốn cùng nguy hiểm. Bài học khổ đau, vô thường này khi thân phận con người được phơi bày ra, chịu đau đớn dưới sức tàn phá vô tình của thiên nhiên, tình yêu thương đồng loại đã có từ ngàn xưa bỗng bừng trở dậy và tiếp nối. *Lửa yêu thương đã có mặt và sẽ không bao giờ lịm tắt.* Đây em, đó chính là món quà vô giá, vô cùng tuyệt đẹp mà con người hãnh diện đã và đang đóng góp cho hành tinh này cũng như đối mặt với sự cuồng bạo của thiên nhiên.  
Ngày 26.09.2005

*Bão đang đến nơi này*

*Lời báo động khẩn cấp đưa ra*

*Mọi người cần di tản, tránh xa vùng nguy hiểm*

*Từng đoàn người lũ lượt nói đuổi nhau*

*Từng chiếc xe như sợi chỉ kéo dài vô tận*

*Xăng hết, xe cháy, xe chết máy*

*Lo âu, sợ sệt, đói lã, luynes quynh, bên những gì mang theo gọn nhẹ*

*Nổi u sầu, căng thẳng chồng chất trên gương mặt, vắng bóng nụ cười*

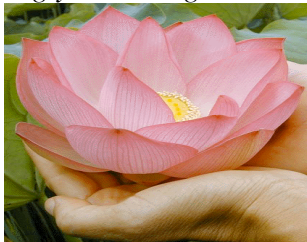
*Trên đoạn đường dài, đến những thành phố lân cận được gọi là an toàn,*

*dù không ai muốn rời xa nơi đã trưởng thành, phồn vinh*

*Nhà cửa, tiệm tùng, cơ ngơi, phố xá  
Do bàn tay, trí óc con người tạo dựng nên trên những vô thường  
mõng manh của cuộc đời,  
không phải cho riêng mình, nhưng cho trái đất này mãi mãi,  
muôn hình  
Cho bao thế hệ sau này tiếp nối học những bài học công sức của  
người đi trước  
để bảo vệ và phát triển hơn  
Ai cũng thầm hy vọng sớm trở về  
Khi cơn bão đi qua  
Mong nhà cửa yên ổn, không bị tàn phá  
để đường phố mỉm cười, tiệm tùng sầm uất, những ngôi trường  
được mở cửa lại,  
tiếng trẻ thơ, tiếng học trò vang rộn làm ấm tình người  
Nhưng...  
Em vô tình đi qua đây, mang những đọa dày  
Em đã qua đây, mang những hận thù  
Trút lên thân phận con người  
Trên những thành phố địa đàng  
Do con người xây dựng đã bao năm  
Katrina, Rita- tên em là huyền thoại  
Là mộng mơ mang dấu u sầu  
Là những bài thơ thao thức lòng người  
Hay em là- những cơn đau rướm máu  
Đôi mắt kia- sao không là ánh sao lấp lánh?  
Mà là những trũng sâu, tâm điểm của bão tố  
Mái tóc em – sao không là những làn mây?  
để tuôn rơi muôn vạn lời thơ?  
em lại là vầng mây đen phủ kín, xoáy nát  
trên con người, trên những trẻ thơ,*

trên những người già, trên những thiếu phụ, trên những người  
bệnh hoạn, tật nguyền,  
trên những người khoẻ mạnh mong đóng góp sức lực cho đời, trên  
những con người-  
có những đôi tay yếu đuối, chới với bàn tay nắm bóng không hy  
vọng  
đó không phải là cơn hồng thủy, nhưng là sự dã man, tàn bạo,  
giận dữ...  
mong xoá bóng con người  
nếu không có nhân loại, hành tinh này sẽ ra sao?  
Nếu không có con người, trái tim nào rào rạt, nóng bỏng yêu  
thương?  
những vùng đất hoang sơ này, đã có con người làm nên kỳ tích,  
xây dựng lên những thành phố  
có những con người với trái tim, với tấm lòng, trí tuệ tạo dựng  
cuộc đời  
em đã đi qua, để lại những gì  
em đã đi qua, xây đắp những gì  
em đã vô tình qua đây, còn lại những gì  
Người còn có tình, nhìn lại quanh đây nào thấy bóng người  
Người còn có tình, nhìn khắp xung quanh, thấy lòng quặn đau  
có những con người đã chết, có thịt da sinh thúì, có thành phố  
hoang tàn,  
có nước ngập đến nóc nhà, có bóng mây mờ bao phủ,  
có nước mắt tận cùng đau khổ buông rơi  
Ta hét lên vì loài người  
Bởi vì em đã tàn phá thân thể con người  
Ta hét lên vì loài người, đôi tay chấp lại  
Có gì vui không em  
Khi có người gục xuống

Có gì vui không em  
Khi trẻ thơ tắt nụ cười  
Gia tài nào còn để lại  
Có còn gì để lại, có bóng xanh nào làm mát cuộc đời,  
để nụ cười có nở trên môi, rạng ngời lên ánh mắt  
Mọi người đã đến với nhau, khi thân phận được phơi bày mỏng  
manh  
Tình thương đã nở với nhau, khi đau khổ vùa tròn đầy  
Bàn tay đã đến với nhau, khi thương tích đầy người  
Ta yêu con người  
Như đất yêu cánh đồng lúa chín  
Bồi đắp nên da thịt  
Ta yêu con người  
Như từng cánh hoa hương nhụy  
Nuôi sống loài ong viển xứ  
Đem chất mật cho đời  
Em đã đến,  
Rồi em sẽ trôi qua như mộng, giấc mộng hãi hùng  
Để lại vết thương trên thân thể con người  
Nhưng con người vẫn còn mãi giấc mơ  
Trong cuộc viễn du làm người- đó là tình người, là tình thương  
yêu đồng loại,  
chia sẻ cho nhau mà bóng dáng nhân loại, vóc dáng con người-  
thành hình bởi tấm lòng yêu thương.



*Kinh Từ bi ( Metta Sutta ) nguyên tác bằng tiếng Pali, trong kinh Tập ( Sutta Nipàta) thuộc Tiểu Bộ Kinh ( Khuddhaka Nikakàya ). Bản Kinh này có nhiều vị đã dịch, nhưng vì thấy bản dịch này trên website. Lotusmedia.net rất hay, giản dị và rõ nghĩa, nên xin được phép lấy xuống để phổ biến. Mong những ai đọc Bộ Kinh này, dù là ngắn gọn nhưng bao hàm tinh thần của hạnh Bồ tát, nên lấy giá trị này để thiết lập sự dẫn thân làm lợi ích cho mọi người.*

## **KINH TỪ BI** **( Metta Sutta )[\[1\]](#)**

1. Người khôn khéo mưu tìm lợi ích cho mình và có ước nguyện thành đạt trạng thái Vô Ngã Lặng [\[2\]](#) nên có hành động (như thế này): Người ấy phải có khả năng, phải chánh trực, hoàn toàn chánh trực [\[3\]](#).

2. Tri túc, dễ nuôi (sống giản dị, để cho người thiện tín dễ dàng hộ trì), có ít nhiệm vụ (ít bị ràng buộc), sống dễ dàng (không nhiều nhu cầu), thu thúc lục căn, kín đáo, tế nhị, không luyến ái gia đình.

3. Người ấy khác nên vi phạm lỗi lầm nhỏ bé nào mà bậc thiện trí có thể khiển trách. Ước mong tất cả chúng sanh được an vui và châu toàn! Ước mong tất cả đều có tâm hoàn toàn trong sạch.

4. Bất luận chúng sanh ấy như thế nào: - yếu đuối hay khỏe mạnh, cao lớn mập mạp hay tầm vóc bình thường, lùn thấp bé nhỏ, hữu hình hay vô hình, những chúng sanh ở gần hay những chúng sanh ở xa, những chúng sanh đã ra đời hoặc những chúng sanh chưa sanh - Ước mong tất cả chúng sanh, không loại trừ bất luận ai, đều có tâm an lành hạnh phúc.

5. Không ai làm cho ai thất vọng, không ai khinh bỉ ai, dù người như thế nào hoặc ở nơi đâu. Trong cơn giận dữ hay lúc oán hờn, không nên mong điều bất hạnh đến với người khác.

6. Cũng như bà từ mẫu hết lòng bảo bọc đứa con duy nhất của bà dù có hiểm nguy đến tính mạng, cùng thế ấy người kia trau dồi tâm Từ vô lượng vô biên, rải khắp mọi chúng sanh.

7. Hãy để những tư tưởng từ ái vô biên bao trùm toàn thể thế gian: - bên trên, phía dưới, bốn phương tám hướng, không để cho điều gì làm trở ngại, không mây may nóng giận, không chút hiềm thù.

8. Dù người ấy đứng, đi, ngồi hay nằm, giây phút nào còn thức (không ngủ) thì nên phát triển tâm niệm. Đó là Phúc Lành Cao Thượng Nhất. [4]

9. Không để rơi vào những Lầm Lạc [5], đức hạnh trong sạch và viên mãn Giác Ngộ [6], người ấy lánh xa mọi hình thức ái dục. Đúng như vậy, người ấy không còn trở lại vào bào thai [7].

### **Chú Giải Từ Bi Kinh:**

[1] Vào lúc ấy mùa mưa sắp đến, sau khi được Đức Phật ban dạy những đề mục hành thiền, một nhóm tỳ khưu ra đi, tìm nơi thích hợp để thực hành. Trong cuộc đi bất định ấy các Ngài đến một địa điểm vắng vẻ yên tĩnh và quyết định ở lại đó hành thiền nhằm mục tiêu giải thoát.

Các vị thọ thần sống trên cây cảm thấy bất tiện nên tìm cách làm cho chư tỳ khưu không còn ở được và phải ra đi. Đêm đêm các vị thọ thần làm đủ cách để phá khuấy không cho chư tăng ở yên hành thiền.

Chư vị tỳ khưu thấy khó mà an trụ tâm trong tình trạng như vậy nên trở về chùa bạch lại tự sự với Đức Thế Tôn. Đức Phật dạy chư Tăng bài Kinh Metta Sutta (kinh về tâm Từ) và khuyên các vị này trở lại ngay địa điểm trước rồi cùng đọc lên bài Kinh này khi vào rừng. Chư Tăng làm theo lời dạy. Những tư tưởng Từ ái an lành được ban rải ra, thấm nhuần bầu không khí trong toàn khu rừng. Các vị thọ thần ở khắp nơi trong rừng nghe Kinh cảm thấy thanh bình an lạc, phát tâm kính mộ chư

Tăng, và kể từ đó thay vì khuấy nhiễu làm trở ngại, tận tình hộ trì và nâng đỡ chư Tăng.

Trong thời đại ba tháng an cư kiết hạ, Vassana, tất cả chư vị tỳ khưu trong nhóm đều chứng đắc Đạo Quả A La Hán. Bài Kinh Metta Sutta này vừa có tánh cách bảo hộ, vừa là một đề mục hành thiền. Phần đầu bài Kinh mô tả những phẩm hạnh mà người mong tìm tình trạng an lành cho mình cần nên trau giồi, và phần sau là phương pháp thực hành tâm Từ, được giải thích cặn kẽ.

[2] Tức Niết Bàn.

[3] Uju và Suju. Chữ Uju hàm ý đặc tánh chánh trực trong lời nói và hành động - tức thân khẩu chánh trực. Chữ Suju là tâm chánh trực (Bản Chú Giải).

[4] Đó là thực hành Tứ Vô Lượng Tâm (Brahma Vihara).

[5] "Làm lạc" ở đây có nghĩa Sakkayaditthi (thân kiến).

[6] Tức naoáng thấy Niết Bàn lần đầu tiên.

[7] Khi đã chứng đắc tầng Anagami (A Na Hàm) thì tái sanh vào cảnh giới Suddhavasa (Cảnh Giới Trong Sạch) và không cần tái sanh vào cảnh người.



## RỮ TAY TÌM HỮU KHÔNG

Một ngày quá mong manh  
Theo nhau qua tháng ngày  
Cho ta được những gì?  
Cuộc đời những mong manh  
Qua bao sóng ân tình  
Ta cho được những gì?  
Để hao mòn, xoá vết năm xưa  
Ta đi tìm đầu đời  
Đã ươm môi lòng người  
Vết hằn lên màu tóc  
Để thoáng gọi hồn xưa  
Ta vẫn đi, xoá dấu chân mềm  
Ta vẫn đi, dấu mắt bao lần  
Trong cõi vô cùng, từng trang kinh xao lãng  
Nhìn lại mình, khác dấu năm xưa  
Chỉ là dấu chân non  
In hồng lên màu đất  
Trong ta là những gì?  
Mất màu xưa còn đó  
Căn nhà xưa ủ dấu rêu phong  
Để ta trở về  
Nhìn thấy mình, lòng đầy hơi ấm  
Nhìn lại quanh đây,  
những lời kinh còn mãi âm vang  
25.09.05

# Giáo dục trong gia đình

*Pháp Hỷ - Dhammanandā*

( Trích từ website. Thuvienhoasen.org )

Nhiều bậc cha mẹ có quan niệm sai lầm rằng con cái là sở hữu của họ, và họ là những người có toàn quyền quyết định về số phận con cái mình trong thời gian chúng lệ thuộc vào cha mẹ. Trên một phương diện nào đó quan niệm, lối suy nghĩ và cách cư xử này đúng một phần, con cái là sản phẩm của cha mẹ. Về mặt vật chất, con cái thừa hưởng ở cha mẹ gen di truyền như là dòng dõi huyết thống. Cơ thể của con cái là được sanh ra từ cha mẹ; chín tháng mười ngày trong bụng mẹ cũng có những ảnh hưởng rất quyết định về mặt thể chất cũng như tinh thần của thai nhi. Nếu người mẹ không được ăn uống đầy đủ, khi đau ốm bệnh hoạn không được săn sóc thuốc men đúng lúc thì đứa bé sinh ra sẽ bị suy dinh dưỡng bẩm sinh và suốt cuộc đời nó sẽ phải chịu đựng những khổ sở do một cơ thể yếu đuối mang lại.

Nếu đời sống tinh thần của người mẹ thường bị khủng bố và bức bách, lo âu phiền muộn thì đứa trẻ sinh ra cũng yếu đuối, kém tự tin hay tinh thần bất định. Suốt quãng đời ấu thơ khi đứa trẻ sống gần như hoàn toàn tùy thuộc vào cha mẹ cũng là thời kỳ rất quan trọng trong sự hình thành và phát triển thể chất cũng như nhân cách của đứa trẻ. Nếu hiểu được tầm quan trọng này, các bậc làm cha làm mẹ sẽ phải có trách nhiệm hơn về sản phẩm mà họ đã sáng tạo, đó là con cái họ.

Có những bậc làm cha làm mẹ vì ít được học hỏi và thiếu kinh nghiệm nên rất bất cẩn. Họ thường chỉ phản ứng theo bản năng, nghĩa là chỉ tuân theo tiếng gọi của tự nhiên mà không suy nghĩ hay có sự chuẩn bị nào. Khi đứa trẻ được sinh ra thì cha mẹ chúng chỉ cố lo cho con đủ ăn, đủ mặc (với ý nghĩ rằng như vậy cũng đã tốt lắm rồi!), gửi chúng đến trường rồi phó mặc toàn bộ việc giáo dục cho nhà trường. Đây là một sai lầm rất căn bản vì



thời gian ở trường của bé thường ít hơn thời gian ở nhà. Nếu các bậc cha mẹ biết rằng mọi lời ăn tiếng nói, cử chỉ và cách cư xử của mình đều để lại những ấn tượng đầu tiên và sâu đậm nhất trong cuộc đời con họ thì có lẽ họ đã không dám bất cẩn đến như vậy.

Đức Phật nói cha mẹ là những thầy cô đầu tiên của trẻ. Họ dạy con những tiếng bập bẹ đầu tiên, những bước đi đầu tiên; cũng chính trong

Nhưng đứa bé cũng có một thế giới riêng của nó, những đòi hỏi leo thang mà chúng ta gọi là thói hư tật xấu do được cưng chiều quá đáng hay bị bỏ bê quá. Nếu các bậc làm cha làm mẹ không hiểu được thế giới riêng của bé, chỉ đòi hỏi bé phải tuân theo những mực thước mà họ đặt ra thì chỉ làm cho bé hoặc là mất đi sự tự tin, trở nên yếu đuối, thụ động và lệ thuộc, hoặc trẻ sẽ có những biểu hiện giận dữ chống đối dưới nhiều hình thức khác nhau. Cả hai hướng phản ứng này đều có thể dẫn đến sự phát triển không lành mạnh cả về thể chất lẫn tinh thần của bé. Nếu bé mất đi sự tự tin, trở nên thụ động và lệ thuộc thì kết quả học tập của bé

giai đoạn này họ cho con những ý niệm sơ khởi về những mối quan hệ của trẻ với những thành viên khác trong gia đình: ai là cha, ai là mẹ, rồi ông bà, nội, ngoại, anh chị, cô dì, thím bác,... Những ý niệm sơ khởi này của bé về các mối quan hệ của bé với các thành viên khác trong gia đình đi kèm với ngôn ngữ và cử chỉ mà bé nên biểu hiện với từng người; những gì thì được khuyến khích và những gì thì bị ngăn chặn, đây là những ý niệm đầu tiên của trẻ về cách cư xử. Trẻ cũng được dạy rằng ông bà cha mẹ luôn yêu thương và bảo vệ bé, rằng bé ngoan ngoãn và vâng lời.

thường thua kém, sa sút làm bé cảm thấy không hứng thú trong việc học cũng như đến trường. Nếu trẻ giận dữ chống đối thì trẻ dễ bỏ học đi hoang và nói dối, hay gây gổ với bạn bè, chống đối với thầy cô giáo hay với người lớn nói chung.

Để tránh những biểu hiện tiêu cực này thứ nhất cha mẹ phải quan tâm hơn đến con cái của họ, phải có trách nhiệm với "những sản phẩm" của họ:

- Đừng bao giờ dạy con chửi thề, nói dối hay giễu cợt người khác;
- Đừng bao giờ chửi thề, nói dối hay giễu cợt người khác trước mặt trẻ;
- Đừng bao giờ tỏ thái độ bất kính hay coi thường cha mẹ mình (là ông bà của bé).

Tâm hồn trẻ thơ như tờ giấy trắng mà cha mẹ trẻ là những người viết những dòng đầu tiên lên đó. Đó là những dòng chữ nắn nót, trân trọng hay những vết bôi bẩn, nghịch ngoạc, đầy bất cẩn và lỗi chính tả làm hoen ố tờ giấy trắng là trách nhiệm của cha mẹ. Tâm hồn trẻ như một tấm gương trong sạch và phản ánh những hành động, cử chỉ và lời ăn tiếng nói của cha mẹ và người lớn một cách tự nhiên. Nếu cha mẹ chửi thề, nói tục hay cãi lộn thì trẻ cũng học theo và chứng tỏ là mình không thua kém gì! Nếu cha mẹ giận dữ bạt tai hay phạt đòn trẻ vì những hành vi sai trái này thì trẻ cũng học cách biểu hiện sự bất đồng của mình bằng thái độ giận dữ và bạo lực đối với đồ chơi của bé, với đồ vật, với vật nuôi, hay với các trẻ khác ở trường.

Nếu trẻ được quan tâm săn sóc, được nghe những lời hiền hoà tử tế thì như một tiếng vang, trẻ cũng biểu hiện thái độ quan tâm giúp đỡ và dịu dàng tử tế với những người khác hay với đồ chơi của bé. Đôi khi môi trường xung quanh cũng có những ảnh hưởng đến sự phát triển nhân cách của trẻ con. Nhiều khi cha mẹ trẻ không có những hành vi cử chỉ thiếu văn hoá và thiếu giáo dục nhưng những người hàng xóm xấu hay bất cẩn cũng có thể để lại những ấn tượng xấu trên trẻ con. Trẻ có thể học biểu hiện sự phẫn nộ, chửi tục và nói dối từ bên ngoài gia đình.

Từ những phân tích trên, nếu thấy trẻ có những biểu hiện tiêu cực như hay giận hờn, trả đũa, nói dối, nói tục, cứng đầu, ương ngạnh,.. thì việc đầu tiên các bậc cha mẹ nên nghiêm khắc nhìn lại cách cư xử của mình, do sự bất cẩn trong cách ăn nói, cư xử của họ mà bé học theo hay do ảnh hưởng xấu từ bên ngoài tác động lên trẻ?

Có một điều đáng quan tâm nữa là có những bậc cha mẹ lại quá sở hữu và ích kỷ hẹp hòi. Họ cho rằng họ là những người có toàn quyền duy nhất đối với con cái họ. Xu hướng tâm lý này dẫn đến việc là họ cấm đoán con cái mình không được tiếp xúc với những người xung quanh, bảo con rằng họ là người xấu, nói dối, kẻ trộm, vv. Điều này gieo vào lòng trẻ con sự sợ sệt, nghi kỵ không cần thiết. Những đứa trẻ con của những bậc cha mẹ như vậy thường cách biệt, lạnh nhạt hoặc sợ sệt nghi kỵ; ở những đứa trẻ này không có sự cởi mở hồn nhiên như những trẻ con khác. Đây cũng là một xu hướng phát triển tâm sinh lý thiếu lành mạnh khác.

Nhiều bậc cha mẹ mong đợi ở con cái quá nhiều. Họ mong con mình phải luôn thông minh, nhanh nhẩu và học giỏi; mong con mình phải luôn xuất sắc trong mọi lĩnh vực. Điều này thật tham lam! Có một sự thật mà ai cũng biết là không phải tất cả trẻ con được sinh ra đều thông minh, khoẻ mạnh và linh lợi. Mặc dù các bậc cha mẹ có xu hướng lý tưởng thường làm hết cách để con họ có những điều kiện tốt nhất để học tập, vui chơi và sinh hoạt nhưng nhiều trẻ em đã không thoả mãn được những tham vọng của cha mẹ. Khi trẻ tỏ ra không được thông minh, linh lợi như cha mẹ trẻ hàng mong muốn thì họ tỏ ra rất thất vọng và tìm cách này hay cách khác gây sức ép lên trẻ. Những đứa trẻ tội nghiệp này thường cảm thấy thiếu tự tin, không xứng đáng với sự quan tâm và mong mỏi của cha mẹ các em. Cảm giác bị đè nặng bởi sự mong đợi của cha mẹ làm em thiếu tự nhiên và càng kém tự tin hơn. Có những em đã đi đến chỗ lo lắng thái quá thành ra dao động và mệt mỏi thường xuyên, hoặc trở nên trầm cảm vì cảm giác không xứng đáng. Cả hai tình trạng này đều có thể dẫn đến thân bệnh và tâm

bệnh nơi trẻ em. Đây là một mặt tiêu cực khác của việc giáo dục con cái.

Chúng ta cần phải biết rằng ở một mức độ nào đó chúng ta không thể khiến mọi việc phải như ý mình, ngay cả với những người thông minh và khôn ngoan nhất đi nữa thì cũng có nhiều điều trong cuộc sống xảy ra bất như ý, ngay cả với con cái của chúng ta cũng vậy. Trong thời đại khoa học và kỹ thuật phát triển như hiện nay nhiều người có thể sinh con như ý muốn nhưng điều này không xảy ra cho tất cả mọi người. Khi trẻ không như ý ta, chúng ta phải nhìn nhận một sự thật là trẻ có những duyên nghiệp và một thế giới riêng với những điều kiện và hạn chế của nó. Chúng ta không thể áp đặt mọi quan kiến, giá trị và chuẩn mực của chúng ta cho trẻ, và rồi gò ép các em phải tuân theo một khuôn mẫu định sẵn của thể hệ chúng ta. Khi bị gò ép thái quá có thể dẫn đến hai loại phản ứng tiêu cực mà tôi đã nêu ra ở trên. Trong cả hai trường hợp đều dẫn đến sự mất mát nơi trẻ, đó là cơ hội được phát triển một cách tự nhiên lành mạnh, và nó ảnh hưởng xấu đến tính sáng tạo, tự tin nơi trẻ em.

Giáo dục trong gia đình cần nhất là tình thương yêu, sự quan tâm đúng mức, và cả sự hiểu biết và tế nhị nữa. Thứ nhất các bậc cha mẹ phải có tinh thần trách nhiệm với những ‘sản phẩm của họ’; thứ hai là tình thương yêu quan tâm và sự uốn nắn đúng mức và kịp thời. Trong Phật Giáo những phẩm chất này được gọi là *Từ* và *Nghiêm*. *Từ* là tình thương yêu vô bờ, vô điều kiện và vô giới hạn, luôn mong mỏi cho con trẻ được an toàn, hạnh phúc. *Từ* thường được nhận thấy trong tình mẹ, một sự gần gũi yêu thương và săn sóc vô điều kiện. Có những người mẹ sẵn sàng hy sinh cả mạng sống của mình cho con, suốt đời tận tụy nuôi con. *Nghiêm* là phẩm chất thường được nhận thấy nơi người cha, thương nhưng không thái quá, không nuông chiều những đòi hỏi thiếu lành mạnh của trẻ. *Từ* là tình cảm, *nghiêm* là lý trí biết đâu là giới hạn, những gì cần và không cần, nên và không nên. Chỉ có *từ* mà không *nghiêm* thì dễ làm cho trẻ hư, vùi vĩnh cả những điều không lành

mạnh; trong một số trường hợp cũng có thể làm cho trẻ trở nên yếu đuối, thiếu ý chí tự lập và chỉ muốn dựa dẫm vào người khác. Nghiêm mà không từ thì xa cách khó gần, nhiều khi dẫn đến tình trạng khô khan, không dám biểu hiện tình cảm và sự quan tâm nơi trẻ. Có những người có tình cảm rất mãnh liệt nhưng không thể biểu hiện ra ngoài được và rất khổ sở phải nhờ đến sự giúp đỡ của tâm lý học trị liệu. Những người này thường có một tuổi thơ ít được quan tâm âu yếm, và chịu ảnh hưởng của tâm lý rằng bày tỏ và thể hiện tình cảm là sự yếu đuối hay khuyến khích sự yếu đuối. Kết quả là những đứa trẻ lớn lên theo cách giáo dục này, hay bị ảnh hưởng của những quan niệm rằng tình cảm là yếu đuối, không xứng đáng, tội lỗi, vv thì thường có vẻ lãnh cảm; mực thước qui củ nhưng khô khan cứng cỏi. không phải những người đó không có tình cảm, nhưng tình cảm của họ thường bị dồn nén, hay bị bóp méo thành khắc kỷ; một số người rất muốn được bộc lộ tình cảm nhưng lại cảm thấy mất tự nhiên, cực kỳ bối rối và vụng về khi phải thể hiện tình cảm.

Do đó, bên cạnh việc giáo dục tri thức, khoa học và kỹ thuật, thì sự giáo dục nhân cách và giáo dục tình cảm cũng là những mặt rất quan trọng. Để có được một đời sống hạnh phúc và lành mạnh con người cần tất cả những yếu tố: kiến thức, kỹ năng, nhân cách tốt đẹp và tình cảm thăng bằng. Trong bốn câu đầu tiên của bài Kinh Tâm Từ có liệt kê những phẩm chất cần thiết để người ta có thể sống an lạc, đó là: (1) có khả năng (thuộc về kiến thức và kỹ năng), (2) ngay thẳng và chân thật (thuộc về nhân cách), (3) nói lời hoà ái, (4) mềm mỏng và không kiêu mạn (Metta sutta, KN) (3 và 4 thuộc về về đạo đức cư xử). Ngoài ra có sự hiểu biết đúng đắn về nhân duyên và vô ngã cũng là một điều kiện thiết yếu trong việc giáo dục nhân cách và tình cảm.

Như trên chúng ta đã phân tích, sự ảnh hưởng qua lại giữa cha mẹ và con cái là một sự ảnh hưởng vừa có tính nhân quả, vừa



có tính hỗ tương. Chúng ta phải thấy được mối quan hệ nhân quả và hỗ tương này không chỉ trong gia đình, mà cả trong xã hội và trong tự nhiên cũng vậy. Chính mối quan hệ tương quan và duyên sinh này nói lên tính vô ngã của vạn vật và mọi tồn tại. Chỉ khi thấy được tính vô ngã này thì chúng ta mới thôi phản ứng một cách chủ quan và cảm tính theo ý chí của một bản ngã vị kỷ. Nhân cách và cá tính của một con người là một tiến trình hình thành,

Con cái của chúng ta cũng như vậy, chúng không phải là ‘của ta’ và phải theo ý ta hay thỏa mãn những mong ước của chúng ta. Thấy như vậy chúng ta sẽ cho con những gì tốt đẹp nhất nhưng không thủ chấp, bám níu và đòi hỏi chúng phải như ý mình, không được như vậy thì sanh ra buồn khổ, thất vọng. Chính những đòi hỏi mong đợi thiếu thực tế của chúng ta làm chúng ta đau khổ. Đức Phật nói tham ái là nguyên nhân của mọi khổ đau. Chính những ngã chấp, ngã ái và ngã mạn của chúng ta làm chúng ta khổ sở, lo sợ, và tranh đấu để giữ thể diện cho một cái tôi không thật có hay cố công nhọc lòng giữ quyền kiểm soát sở hữu trên những cái ‘của

phát triển và đổi thay tùy theo điều kiện sống. Chẳng có một cái ta tự sinh một cách độc lập, cứng nhắc và trường cửu nào cả; không có một cái ta tự hình thành và không chịu sự chi phối, tương tác với môi trường xung quanh, nhất là gia đình và xã hội. Hiểu như vậy chúng ta sẽ thấy thủ chấp vào một cái ‘tôi’ tương tượng và những cái ‘của tôi’ vốn chưa bao giờ có là một sự điên rồ ngốc nghếch. Chúng ta là sản phẩm của những tiến trình và chịu sự chi phối của những tiến trình đó, đồng thời phản ứng và cách cư xử của chúng ta cũng có ảnh hưởng lên tiến trình của đời sống.

tôi' vốn không tồn tại. Ý chỉ này được Đức Phật thể hiện trong một câu kệ súc tích được gọi là Pháp Cú như sau:

*"Con tôi, tài sản của tôi! Sinh ra ru não cho người cuồng si.  
Ngay "ta" chẳng phải ta là, Sản nghiệp, con cái chỉ là nợ  
duyên."(Pháp cú 62)*

Công năng của giáo dục vô ngã là để giảm thiểu thủ chấp, ngã mạn, ích kỷ và sở hữu; vô ngã không có nghĩa là vô trách nhiệm và buông xuôi cho hoàn cảnh đẩy đưa. Đạo giác ngộ dạy chúng ta không nên tin tưởng và thực hành mù quáng theo tín ngưỡng giáo điều. Chúng ta cần phải đặt câu hỏi ngay cả với đức tin, tập tục, cảm tình, quan điểm dễ chấp nhận, và ngay cả với những luận cứ có vẻ logic (Canki sutta, MN.). Nhưng sự tìm tòi thực nghiệm và tính sáng tạo không có nghĩa là tính bông bột nổi loạn, phủ nhận, đả phá và tung hê mọi giá trị truyền thống có tính nhân bản. Do đó giáo dục nhân cách và giáo dục tình cảm phải làm cho con em thấy rõ trách nhiệm và bổn phận của mình trong gia đình cũng như ngoài xã hội. Nếu không ý thức được điều này những đứa trẻ lớn lên rất dễ trở thành nạn nhân của văn hoá "hippie" và mất định hướng trong cuộc sống.

Hơn hai ngàn năm trăm năm trước Đức Phật dạy về năm bổn phận căn bản của cha mẹ đối với con cái như sau:

- Ngăn ngừa con khỏi những điều bất thiện;
- Khuyến khích, động viên con làm những điều lành;
- Cho con học nghề nghiệp
- Hướng con đến một hôn nhân thích hợp;
- Trao truyền sản nghiệp (vật chất và những giá trị văn hoá truyền thống) cho con một cách đúng lúc (Sigāla sutta DN).

Những lời dạy này vẫn có giá trị thiết thực ngay trong thời đại của chúng ta. Nếu tất cả các bậc cha mẹ ghi nhớ và thực hành những lời dạy này chắc chắn rằng gia đình sẽ bớt xung đột, xã hội sẽ bớt được rất nhiều tệ nạn, và cuộc sống nói chung sẽ bớt được nhiều rủi ro và khổ đau không cần thiết.

- Con cái cần phải biết ơn cha mẹ, tự có trách nhiệm với chính mình và với cha mẹ dưới năm điểm căn bản (suy nghĩ như sau):
- Cha mẹ đã nuôi dưỡng ta, ta phải nâng đỡ cha mẹ;
- Ta phải thay cha mẹ chu toàn bổn phận;
- Ta phải giữ truyền thống gia đình;
- Ta phải xứng đáng là người thừa kế;
- Ta phải làm phước để hồi hướng công đức đến cha mẹ.

Trong bài Kinh Hạnh Phúc, việc thực hành bổn phận của một người con (trai) chân chính được nói đến như là phúc lạc. "Hỗ trợ cha mẹ (trong tuổi già hay khi đau ốm); là trụ cột của vợ và con; hành nghề nghiệp lương thiện; đó là hạnh phúc cao thượng" (Mangala sutta, KN.).

Tóm lại giáo dục trong gia đình chính là bước đầu tiên và rất quan trọng trong việc hình thành và phát triển nhân cách của mỗi con người. Cách giáo dục và nuôi dưỡng sai lạc có thể để họa lại cho cả đời người, và ngược lại, cách giáo dục và nuôi dưỡng đúng đắn chính là nền tảng của hạnh phúc an vui lâu dài. Con người làm nên gia đình và xã hội, do đó con người có hạnh phúc thì gia đình mới hạnh phúc yên vui, xã hội mới hoà bình thịnh vượng.



## DẤU CHÂN TRÊN BỜ BIỂN

*Có những lúc bước chân đi  
Đi về đâu, trong những vùng hoang vắng  
Chợt hỏi lại mình  
Đi về đâu trong cõi trăm năm?*

*Bàn tay nào êm dịu  
Chấp tay trần muôn ấn  
Tạo thành những đoá sen  
Ba ngàn cõi nhiệm mầu  
Lung linh từng cánh nở  
Chớm mỉm cười vô ngã,  
Bỗng thấy mình bao la*

29.09.05



Trong ngày tham dự buổi gây quỹ để giúp cho những đồng bào tị nạn Việt Nam còn kẹt sót lại bên Philippines trên 10 năm qua, do Hội LAVAS VIET NAM REFUGEES tổ chức.. Trong những lớp người tị nạn này, đã có những đứa trẻ theo cha mẹ khi còn bé nhỏ hoặc những đứa bé chào đời trong trại tị nạn, tất cả nay đã lớn dần theo thời gian và theo số mệnh của gia đình. May mắn thay vì còn có những người mang tấm lòng thương yêu đồng bào ruột thịt, đã bỏ cả công sức, tiền tài, sự nghiệp để đến Trại và làm việc nơi đó, cũng như vận động để cho các nước thứ ba chấp nhận cho đồng bào mình sớm được định, khép lại trang sử tị nạn của người Việt vào cuối thế kỷ 20 bước sang đầu thế kỷ 21.

## ÁNH MẮT EM LÀ BIỂN RỘNG

*Biển đầy đưa em  
Trôi lăn theo vận nước  
Hoà theo từng cơn sóng  
Em đã ra đi, đi tìm lại mình  
Khi chiến tranh vừa chấm dứt,  
nhưng con người vẫn còn gờm, cách xa nhau  
trên khoang thuyền nhỏ  
em nhìn bầu trời  
nước mắt chảy dài  
mẹ Việt Nam ơi!  
Máu này là của mẹ, xương da thịt này là của mẹ  
Đất nước này là của mẹ,  
Tiếng con nói là tiếng Việt Nam  
Sao con lại phải ra đi  
Em nhìn lên bầu trời  
Tiếng biển gầm vang, biển ngàn triệu vì sao*

*Thắm đầy môi em,  
lời nói hy vọng, tiếng nói bình an  
hai chữ Tự do,  
Ôi hai tiếng Tự Do đầy nước mắt  
mờ bao ánh mắt, máu chảy thềm hy vọng  
nỗi dài bao chờ mong  
em đã lớn lên, trên vùng đất xứ người  
trên bước đường lưu vong  
để chờ bến bờ Tự do, một nơi nào chưa biết  
trong bao nỗi tuyệt vọng  
chôn theo bao tháng năm chờ mong  
em là người Việt Nam  
mọi người như vô tình  
bỏ quên em trong một góc chân trời quá khứ  
dù là ngàn thu chôn xác nơi này  
những nắm mồ đắp vội vã  
nơi đây rồi sẽ hoang vu  
nhưng cỏ vẫn xanh tươi màu ước mơ  
như cuộc đời bao con người thảo nhiên chờ đợi  
có ai biết được  
em mãi là người Việt Nam,  
ngày 21.08.05*

# Nói Chuyện Với Thanh Niên

*Thích Giải Hiền*

## *A - Hoàn Cảnh Sống Và Sự An Định Thân Tâm Của Thanh Niên*

Thanh niên ngày nay nếu phải tiếp xúc với bất kỳ ai, gặp phải bất cứ sự việc gì, hay mặt cho tình huống nào phát sinh đi nữa vẫn giữ được than tâm an định. Làm được điều đó nghĩa là bạn đã toại nguyện để có được năng lực chỗ nào, lúc nào cũng an tâm, dù có “vật đối sao dời” vẫn đạt được vạn sự như ý.

Danh từ “Hiện Đại” có nghĩa rộng, nghĩa hẹp. Rộng là chỉ từ sau cách mạng công nghiệp thế kỷ 18 đến nay. Hẹp là chỉ thời “đương đại” trước mắt.

Chỗ khác biệt giữa cổ đại và hiện đại là cuộc sống khoa học kỹ thuật văn minh hiện đại đã làm cho hoàn cảnh cuộc sống của con người thay đổi mau chóng. Không gian cảm thấy nhỏ bé hơn, thời gian như đi mau hơn, ngay cả phương cách sống, giá trị và tiêu chuẩn đánh giá cuộc sống cũng thay đổi theo. Biết bao sự vật mới, tri thức mới, tin tức mới đã tạo nên bao hấp lực mới, áp lực mới làm cho nội tâm con người bị đè nén đến mức gần như ngạt thở.

Khi gặp phải hoàn cảnh đó người trung niên và người lớn tuổi dễ biết cách đối mặt và thích ứng hơn. Ngược lại đối với thanh niên, tuy họ có tính uyển chuyển mạnh nhưng bởi tâm hướng chưa rõ ràng nên mức độ dao động và ô nhiễm sẽ rất cao.

Do vậy, trong hoàn cảnh sống của xã hội hiện đại, thân tâm của người thanh niên rất khó an định. Họ rất dễ hoang mang rời lạc mất hướng đi, khiến họ ở trong tình trạng thiếu mục tiêu sống. Tuy trong lòng họ chất chứa nhiều ước mơ nhưng không biết thức tỉnh với tương lai nên chỉ một lòng theo đuổi mơ ước, tìm kiếm sự thành công, mưu toan cho tiền đồ của bản thân, sáng tạo kỳ tích cho tương lai. Cộng với sự thay đổi không ngừng của hoàn cảnh sống khiến cho thân tâm của người thanh niên dễ bị lôi cuốn vào trong hiện thực biến chuyển không ngừng. Ngoại trừ một số ít ra,

đa phần thanh niên trẻ bị tác động của hoàn cảnh u uất đó đã làm cho thân tâm của họ càng không yên ổn hơn.

*B - Bản chất của tâm linh* : vĩnh viễn tương đồng tuy rằng thời đại có xưa nay sai biệt, hoàn cảnh có mới cũ sai khác, văn hóa sản xuất có đặc thù khác nhau giữa lau động chân tay và máy móc nhưng bản chất tâm linh của con người thì mãi mãi không thay đổi dù ở thời gian hay không gian nào.

Nhìn từ góc độ phân tích nhân tánh thì tâm linh của con người có tối có sáng, có thiện có ác. Nhưng đã gọi là nhân tính thì phải có sự khác biệt với vật tính. Cho nên bỏ nơi đen tối tìm ánh sáng, dẹp bỏ cái ác phát huy cái thiện vốn là thiên chức của con người. Người ta do vì tri cầu lợi ích và an toàn cho bản thân nên thường dễ dàng ngã theo xu hướng tự tư, tự lợi.

Mặt dầu tự tư không phải là điều ác nhưng đa phần vì lợi trước mắt nên không thể nhìn xa hơn được, rồi vì để bảo vệ lợi ích của cá nhân mình mà làm hại người khác. Đặc biệt với người thanh niên vì tuổi con trẻ, sự va chạm và kinh nghiệm sống thấp nên suy nghĩ chưa chín chắn lắm, tâm ý dễ bị kích động và sa ngã bởi hoàn cảnh chung quanh. Nên họ thường chỉ nhìn thấy cái lợi trước mắt và chỉ biết nghĩ cho lợi ích của bản thân mà thôi. Hơn thế nữa họ lại bị cuốn hút theo dòng chảy của hoàn cảnh, của thời đại. Xoay mãi trong vòng xoay đó từ việc học, việc làm, kết bạn, yêu đương, lập gia đình... đều không có một chuẩn tắc nhứt định khiến cho bản thân rơi vào trong khổ não đã đành, còn làm cho những người thân xung quanh mình cùng cuộn sống của họ cũng bị ảnh hưởng lây.

Con người từ khi hiện hữu đến nay, tâm hồn vốn luôn có phiền não. Nguyên nhân bởi vì muốn tìm kiếm sự an toàn cho bản thân nên đã xâm hại đến sự an toàn của kẻ khác. Thậm chí đã tạo thành hiện tượng người người đều mất an toàn, ai ai cũng bị nguy hại nên không thể nào an tâm được.

Thật ra, cuộc sống trong thế gian nầy không thể được bảo vệ an toàn tuyệt đối, cũng không thể tìm thấy được một nơi tuyệt

đổi an toàn. Nếu mọi người biết thả nhiên đổi mặt với sự thật này, biết tiếp nhận nó, xử lý nó thì thân tâm sẽ được an lạc. Tuy nhiên người thanh niên trẻ thường không nghĩ kỹ về việc bảo vệ an toàn ma hay chú trọng đến việc bộc lộ bản thân cũng sẽ làm cho thân tâm mình bất an.

*C - Xây dựng chí hướng đứng đắn :*

Người thanh muốn bộc lộ tài năng của mình, tìm cầu tương lai tốt đẹp. Đây là ý chí tiến thủ cần được khích lệ. Lập trường của Phật Giáo khuyến khích người thanh niên cần có chí hướng lớn, cần có trách nhiệm mới, cần có lòng nhiệt thành cầu tiến và cần có tinh thần sáng tạo trong sự nghiệp. Như Thiện Tài Đồng Tử trong kinh Hoa Nghiêm là người thanh niên Phật Giáo tiêu biểu vì muốn tìm cầu lý tưởng của mình nên đã không ngại muôn ngàn gian khổ, vượt qua biết bao chặng đường gian khó để tham học với 53 vị gồm các nhà học giả, tôn giáo, chính trị, các vị thành công trong lãnh vực sự nghiệp, cùng các chuyên gia khắp mọi lãnh vực.

Trọng quan niệm của một số người, chí hướng lớn vốn không tách rời với danh vọng, giàu sang, quyền thế, địa vị nhưng nếu ai cũng vậy cả thì sẽ tạo nên nổi bất an lớn trong việc “tranh danh đoạt lợi”. Người đạt được thì một mặt sợ nó mất đi mặt khác lại muốn đạt được nhiều hơn nữa. Người không đạt được thì mang mặt cảm thất bại, rồi đi đến không vừa ý trở thành người bất đắc chí đứng bên rìa xã hội. Hoặc vì bằng con đường đảng hoàng họ đạt không được thành công, không được khẳng định trong xã hội nên họ chọn đi đường cong nhằm tìm phương cách bộc lộ mình trong xã hội.

Thanh niên ở các nước phương tây khi bị khó khăn hay gặp nút thắt trong việc học, việc làm, cuộc sống gia đình... lúc đó họ tạm thời bỏ hết mọi việc, mang vác lên đường đi du lịch ba lô một thời gian để tìm kiếm sự thanh thản. Sau đó họ lại quay trở về tiếp tục việc học, việc làm và cuộc sống của mình.

Ở Tây phương, nhiều gia đình bác sĩ, luật sư nhưng con cái của họ không vào đại học mà chọn học nghề hay làm việc lao động

chân tay. Mặc dầu vậy, bản thân họ không có cảm giác cho rằng điều đó không đáng, mà ngay chính cha mẹ hay gia đình họ cũng không nghĩ rằng điều đó làm mất danh giá hay sỉ diện của cha mẹ và gia đình. Bởi vì họ tôn trọng tâm hướng và cá tính của con cái. Họ không bao giờ ép buộc con cái mình trở thành

ông này, bà nọ. Người làm cha mẹ ở phương tây không giống với người Á đông, họ không đem kỳ vọng của mình đặt lên con cái họ. Do vậy, người thanh niên có không gian khá lớn để phát triển chính mình. Thật ra, trong bất kỳ công việc gì dù là lao tâm hay lao lực miễn sao thân tâm an định thì đều tốt cả.

*D - Lời kiến nghị với thanh niên :*

1. Cần nhận biết rõ năng lực và sở thích của mình để tìm ra được con đường mà mình cần phải đi và có thể đi tới đích được.

2. An định thân tâm mình vào hoàn cảnh hiện thực để đối mặt với nó, tiếp nhận nó, cải thiện nó rồi sau đó buông bỏ nó.

3. Xác định được phương hướng của đời mình, rồi bước từng bước vững chắc theo phương hướng và nhân thức của mình. Luôn luôn tiến về phía trước dù cho phải thường thay đổi điểm đứng của mình vào những thời điểm khác nhau nhưng nhất thiết không được lạc mất phương hướng. Nghề nghiệp và chức vụ có thể đổi thay nhưng phương hướng của đời mình không bao giờ được thay đổi.

4. Đối với danh, lợi, quyền, thế, vị không nên gạt bỏ nhưng không thể chỉ vì truy cầu danh, lợi, quyền, thế, vị mà sống. Mục đích sống phải là bình an vui vẻ. Giá trị của cuộc sống là yên ổn cho mình và cho người khác.

*E - Lời kiến nghị với chính phủ và xã hội :*

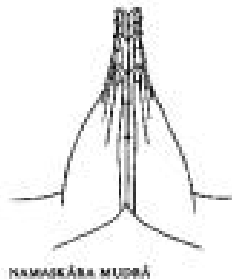
1. Phải tạo ra được môi trường giáo dục và hoàn cảnh làm việc để tất cả mọi người thanh niên với tâm hướng và khả năng thiên phú khác nhau đều được bồi dưỡng và phát triển sở trường của mình.

2. Phải tôn trọng những người thanh niên bị mất lòng tin. Dùng những phương pháp giáo dục và nguồn vốn xã hội để giúp họ xây dựng lại niềm tin vào bản thân.

3. Khuyết khích đoàn thể quần chúng và cơ quan chính phủ thành lập nhiều chương trình hoạt động cho thanh niên nhằm giúp đưa sức mạnh của thể sát cùng tâm hướng hiếu thắng, thích đấu tranh của người thanh niên đi vào quy luật, thể hiện đúng và được khẳng định kịp thời.

4. Giá trị về nhân phẩm, gia đình cùng xã hội không phải là tiêu chuẩn điểm số thành tích nhiều ít trong nhà trường, danh tiếng lớn nhỏ, tài sản ít nhiều, quyền thế mạnh yếu, hay chức vị cao thấp. Mà phải được đo đạc bằng điều kiện thiên phú cùng sự nỗ lực của tự thân về sau. Người thành công chính là người biết tận tâm, tận lực để trưởng thành bản thân, lại biết làm lợi ích cho tha nhân.

Mọi người phải có trách nhiệm đối với sự trưởng thành trong an định của lớp thanh niên trẻ. Vì lòng người giao động, xã hội bất an nên người thanh niên mới hoang mang. Chúng ta cần nỗ lực vận động xây dựng “Tứ an” là an tâm, an thân, an nhà, an nghiệp trong xã hội hiện nay. (Trích từ ĐạoPhậtNgàyNay.com tháng 8/05 )



Giữa những đổ nát, hoang tàn của đời sống, trong những xáo trộn bởi cuộc đời chung quanh, của niềm tin vào bước đi tương lai. Lời kinh chân ngôn bỗng trở nên mầu nhiệm, không phải vì ngôn ngữ kỳ bí ẩn chứa một huyền năng nào đó, vì tất cả đã bị giải thoát khỏi sự bám víu nặng nhọc của ký ức, của bản năng, của tiềm thức. Mọi hành động trở thành thơ đại như những tấm lòng hiến dâng cho con người. Sự giác ngộ tối thượng đến từ những vùng đất hoang tàn của tâm linh vừa sụp đổ, những trí năng vọng ngôn, vọng tưởng v.v..chỉ còn là những cơn gió và rồi trôi đi. Vì sao chợt xuất hiện trên bầu trời, là đôi mắt sáng soi thủng màn đêm u tối và để còn người nhìn-nhận ra nhau...trong ta sao lại có người và người có mặt ở mọi nơi trong lăng kính Hoa Nghiêm và chợt thốt lên . . .Ồ người chính là đoá sen hồng sẽ rụng nở trên những vũng bùn vô minh.....

## TẤM LÒNG NHỮNG VÌ SAO

*Ta yêu những vì sao  
Lững lơ trên bầu trời  
Khi màn đêm buông xuống  
Từng đôi mắt lấp lánh  
Cho đời những ước mơ*

*Từng bài thơ buông rơi  
Từng lời ca chơi vơi  
Ru ru từng bước nhỏ  
êm dịu mùi sắc hương*

*Bài kinh dâng cho ai  
Lời chân tình nào phai  
Om om những mộng đẹp từng lá thỏ vào mây*

*Từng mây chợt vui đùa*

*Ta yêu những con người*

*Tấm lòng đang rộng mở*

*Từng nhịp đập trái tim*

*Cuộc đời rộn niềm vui*

02.10.05



# Giáo dục trong gia đình

*Pháp Hỷ - Dhammanandā*

Nhiều bậc cha mẹ có quan niệm sai lầm rằng con cái là sở hữu của họ, và họ là những người có toàn quyền quyết định về số phận con cái mình trong thời gian chúng lệ thuộc vào cha mẹ. Trên một phương diện nào đó quan niệm, lối suy nghĩ và cách cư xử này đúng một phần, con cái là sản phẩm của cha mẹ. Về mặt vật chất, con cái thừa hưởng ở cha mẹ gen di truyền như là dòng dõi huyết thống. Cơ thể của con cái là được sanh ra từ cha mẹ; chín tháng mười ngày trong bụng mẹ cũng có những ảnh hưởng rất quyết định về mặt thể chất cũng như tinh thần của thai nhi. Nếu người mẹ không được ăn uống đầy đủ, khi đau ốm bệnh hoạn không được săn sóc thuốc men đúng lúc thì đứa bé sinh ra sẽ bị suy dinh dưỡng bẩm sinh và suốt cuộc đời nó sẽ phải chịu đựng những khổ sở do một cơ thể yếu đuối mang lại.

Nếu đời sống tinh thần của người mẹ thường bị khủng bố và bức bách, lo âu phiền muộn thì đứa trẻ sinh ra cũng yếu đuối, kém tự tin hay tinh thần bất định. Suốt quãng đời ấu thơ khi đứa trẻ sống gần như hoàn toàn tùy thuộc vào cha mẹ cũng là thời kỳ rất quan trọng trong sự hình thành và phát triển thể chất cũng như nhân cách của đứa trẻ. Nếu hiểu được tầm quan trọng này, các bậc làm cha làm mẹ sẽ phải có trách nhiệm hơn về sản phẩm mà họ đã sáng tạo, đó là con cái họ.

Có những bậc làm cha làm mẹ vì ít được học hỏi và thiếu kinh nghiệm nên rất bất cẩn. Họ thường chỉ phản ứng theo bản năng, nghĩa là chỉ tuân theo tiếng gọi của tự nhiên mà không suy nghĩ hay có sự chuẩn bị nào. Khi đứa trẻ được sinh ra thì cha mẹ chúng chỉ cố lo cho con đủ ăn, đủ mặc (với ý nghĩ rằng như vậy cũng đã tốt lắm rồi!), gửi chúng đến trường rồi phó mặc toàn bộ việc giáo dục cho nhà trường. Đây là một sai lầm rất căn bản vì thời gian ở trường của bé thường ít hơn thời gian ở nhà. Nếu các bậc cha mẹ biết rằng mọi lời ăn tiếng nói, cử chỉ và cách cư xử của

mình đều để lại những ấn tượng đầu tiên và sâu đậm nhất trong cuộc đời con họ thì có lẽ họ đã không dám bắt cần đến như vậy. Đức Phật nói cha mẹ là những thầy cô đầu tiên của trẻ. Họ dạy con những tiếng bập bẹ đầu tiên, những bước đi đầu tiên; cũng chính trong giai đoạn này họ cho con những ý niệm sơ khởi về những mối quan hệ của trẻ với những thành viên khác trong gia đình: ai là cha, ai là mẹ, rồi ông bà, nội, ngoại, anh chị, cô dì, thím bác,... Những ý niệm sơ khởi này của bé về các mối quan hệ của bé với các thành viên khác trong gia đình đi kèm với ngôn ngữ và cử chỉ mà bé nên biểu hiện với từng người; những gì thì được khuyến khích và những gì thì bị ngăn chặn, đây là những ý niệm đầu tiên của trẻ về cách cư xử. Trẻ cũng được dạy rằng ông bà cha mẹ luôn yêu thương và bảo vệ bé, rằng bé ngoan và vâng lời.

Nhưng đứa bé cũng có một thế giới riêng của nó, những đòi hỏi leo thang mà chúng ta gọi là thói hư tật xấu do được cưng chiều quá đáng hay bị bỏ bê quá. Nếu các bậc làm cha làm mẹ không hiểu được thế giới riêng của bé, chỉ đòi hỏi bé phải tuân theo những mục thước mà họ đặt ra thì chỉ làm cho bé hoặc là mất đi sự tự tin, trở nên yếu đuối, thụ động và lệ thuộc, hoặc trẻ sẽ có những biểu hiện giận dữ chống đối dưới nhiều hình thức khác nhau. Cả hai hướng phản ứng này đều có thể dẫn đến sự phát triển không lành mạnh cả về thể chất lẫn tinh thần của bé. Nếu bé mất đi sự tự tin, trở nên thụ động và lệ thuộc thì kết quả học tập của bé thường thua kém, sa sút làm bé cảm thấy không hứng thú trong việc học cũng như đến trường. Nếu trẻ giận dữ chống đối thì trẻ dễ bỏ học đi hoang và nói dối, hay gây gổ với bạn bè, chống đối với thầy cô giáo hay với người lớn nói chung.

Để tránh những biểu hiện tiêu cực này thứ nhất cha mẹ phải quan tâm hơn đến con cái của họ, phải có trách nhiệm với "những sản phẩm" của họ:

- Đừng bao giờ dạy con chửi thề, nói dối hay giễu cợt người khác;
- Đừng bao giờ chửi thề, nói dối hay giễu cợt người khác trước mặt trẻ;

- Đừng bao giờ tỏ thái độ bất kính hay coi thường cha mẹ mình (là ông bà của bé).

Tâm hồn trẻ thơ như tờ giấy trắng mà cha mẹ trẻ là những người viết những dòng đầu tiên lên đó. Đó là những dòng chữ nắn nót, trân trọng hay những vết bôi bẩn, nghịch ngoạc, đầy bất cẩn và lỗi chính tả làm hoen ố tờ giấy trắng là trách nhiệm của cha mẹ. Tâm hồn trẻ như một tấm gương trong sạch và phản ánh những hành động, cử chỉ và lời ăn tiếng nói của cha mẹ và người lớn một cách tự nhiên. Nếu cha mẹ chửi thề, nói tục hay cãi lộn thì trẻ cũng học theo và chúng tỏ là mình không thua kém gì! Nếu cha mẹ giận dữ bạt tai hay phạt đòn trẻ vì những hành vi sai trái này thì trẻ cũng học cách biểu hiện sự bất đồng của mình bằng thái độ giận dữ và bạo lực đối với đồ chơi của bé, với đồ vật, với vật nuôi, hay với các trẻ khác ở trường.

Nếu trẻ được quan tâm săn sóc, được nghe những lời hiền hoà tử tế thì như một tiếng vang, trẻ cũng biểu hiện thái độ quan tâm giúp đỡ và dịu dàng tử tế với những người khác hay với đồ chơi của bé. Đôi khi môi trường xung quanh cũng có những ảnh hưởng đến sự phát triển nhân cách của trẻ con. Nhiều khi cha mẹ trẻ không có những hành vi cử chỉ thiếu văn hoá và thiếu giáo dục nhưng những người hàng xóm xấu hay bất cẩn cũng có thể để lại những ấn tượng xấu trên trẻ con. Trẻ có thể học biểu hiện sự phản nộ, chửi tục và nói dối từ bên ngoài gia đình.

Từ những phân tích trên, nếu thấy trẻ có những biểu hiện tiêu cực như hay giận hờn, trả đũa, nói dối, nói tục, cứng đầu, ương ngạnh,.. thì việc đầu tiên các bậc cha mẹ nên nghiêm khắc nhìn lại cách cư xử của mình, do sự bất cẩn trong cách ăn nói, cư xử của họ mà bé học theo hay do ảnh hưởng xấu từ bên ngoài tác động lên trẻ?

Có một điều đáng quan tâm nữa là có những bậc cha mẹ lại quá sở hữu và ích kỷ hẹp hòi. Họ cho rằng họ là những người có toàn quyền duy nhất đối với con cái họ. Xu hướng tâm lý này dẫn đến việc là họ cấm đoán con cái mình không được tiếp xúc với



những người xung quanh, bảo con rằng họ là người xấu, nói dối, kẻ trộm, vv. Điều này gieo vào lòng trẻ con sự sợ sệt, nghi kỵ không cần thiết. Những đứa trẻ con của những bậc cha mẹ như vậy thường cách biệt, lạnh nhạt hoặc sợ sệt nghi kỵ; ở những đứa trẻ này không có sự cởi mở hồn nhiên như những trẻ con khác. Đây cũng là một xu

hướng phát triển tâm sinh lý thiếu lành mạnh khác. Nhiều bậc cha mẹ mong đợi ở con cái quá nhiều. Họ mong con mình phải luôn thông minh, nhanh nhẩu và học giỏi; mong con mình phải luôn xuất sắc trong mọi lĩnh vực. Điều này thật tham lam! Có một sự thật mà ai cũng biết là không phải tất cả trẻ con được sinh ra đều thông minh, khoẻ mạnh và linh lợi. Mặc dù các bậc cha mẹ có xu hướng lý tưởng thường làm hết cách để con họ có những điều kiện tốt nhất để học tập, vui chơi và sinh hoạt nhưng nhiều trẻ em đã không thoả mãn được những tham vọng của cha mẹ. Khi trẻ tỏ ra không được thông minh, linh lợi như cha mẹ trẻ hằng mong muốn thì họ tỏ ra rất thất vọng và tìm cách này hay cách khác gây sức ép lên trẻ. Những đứa trẻ tội nghiệp này thường cảm thấy thiếu tự tin, không xứng đáng với sự quan tâm và mong mỏi của cha mẹ các em. Cảm giác bị đè nặng bởi sự mong đợi của cha mẹ làm em thiếu tự nhiên và càng kém tự tin hơn. Có những em đã đi đến chỗ lo lắng thái quá thành ra dao động và mệt mỏi thường xuyên, hoặc trở nên trầm cảm vì cảm giác không xứng đáng. Cả hai tình trạng này đều có thể dẫn đến thân bệnh và tâm bệnh nơi trẻ em. Đây là một mặt tiêu cực khác của việc giáo dục con cái.

Chúng ta cần phải biết rằng ở một mức độ nào đó chúng ta không thể khiến mọi việc phải như ý mình, ngay cả với những người thông minh và khôn ngoan nhất đi nữa thì cũng có nhiều

điều trong cuộc sống xảy ra bất như ý, ngay cả với con cái của chúng ta cũng vậy. Trong thời đại khoa học và kỹ thuật phát triển như hiện nay nhiều người có thể sinh con như ý muốn nhưng điều này không xảy ra cho tất cả mọi người. Khi trẻ không như ý ta, chúng ta phải nhìn nhận một sự thật là trẻ có những duyên nghiệp và một thế giới riêng với những điều kiện và hạn chế của nó. Chúng ta không thể áp đặt mọi quan kiến, giá trị và chuẩn mực của chúng ta cho trẻ, và rồi gò ép các em phải tuân theo một khuôn mẫu định sẵn của thể hệ chúng ta. Khi bị gò ép thái quá có thể dẫn đến hai loại phản ứng tiêu cực mà tôi đã nêu ra ở trên. Trong cả hai trường hợp đều dẫn đến sự mất mát nơi trẻ, đó là cơ hội được phát triển một cách tự nhiên lành mạnh, và nó ảnh hưởng xấu đến tính sáng tạo, tự tin nơi trẻ em.

Giáo dục trong gia đình cần nhất là tình thương yêu, sự quan tâm đúng mức, và cả sự hiểu biết và tế nhị nữa. Thứ nhất các bậc cha mẹ phải có tinh thần trách nhiệm với những ‘sản phẩm của họ’; thứ hai là tình thương yêu quan tâm và sự uốn nắn đúng mức và kịp thời. Trong Phật Giáo những phẩm chất này được gọi là **Từ** và **Nghiêm**. Từ là tình thương yêu vô bờ, vô điều kiện và vô giới hạn, luôn mong mỏi cho con trẻ được an toàn, hạnh phúc. Từ thường được nhận thấy trong tình mẹ, một sự gần gũi yêu thương và săn sóc vô điều kiện. Có những người mẹ sẵn sàng hy sinh cả mạng sống của mình cho con, suốt đời tận tụy nuôi con. Nghiêm là phẩm chất thường được nhận thấy nơi người cha, thương nhưng không thái quá, không nuông chiều những đòi hỏi thiếu lành mạnh của trẻ. Từ là tình cảm, nghiêm là lý trí biết đâu là giới hạn, những gì cần và không cần, nên và không nên. Chỉ có từ mà không nghiêm thì dễ làm cho trẻ hư, vùi vĩnh cả những điều không lành mạnh; trong một số trường hợp cũng có thể làm cho trẻ trở nên yếu đuối, thiếu ý chí tự lập và chỉ muốn dựa dẫm vào người khác. Nghiêm mà không từ thì xa cách khó gần, nhiều khi dẫn đến tình trạng khô khan, không dám biểu hiện tình cảm và sự quan tâm nơi trẻ. Có những người có tình cảm rất mãnh liệt nhưng không thể

biểu hiện ra ngoài được và rất khổ sở phải nhờ đến sự giúp đỡ của tâm lý học trị liệu. Những người này thường có một tuổi thơ ít được quan tâm âu yếm, và chịu ảnh hưởng của tâm lý rằng bày tỏ và thể hiện tình cảm là sự yếu đuối hay khuyến khích sự yếu đuối. Kết quả là những đứa trẻ lớn lên theo cách giáo dục này, hay bị ảnh hưởng của những quan niệm rằng tình cảm là yếu đuối, không xứng đáng, tội lỗi, vv thì thường có vẻ lãnh cảm; mực thước qui củ nhưng khô khan cứng cỏi. không phải những người đó không có tình cảm, nhưng tình cảm của họ thường bị dồn nén, hay bị bóp méo thành khắc kỷ; một số người rất muốn được bộc lộ tình cảm nhưng lại cảm thấy mất tự nhiên, cực kỳ bối rối và vụng về khi phải thể hiện tình cảm.

Do đó, bên cạnh việc giáo dục tri thức, khoa học và kỹ thuật, thì sự giáo dục nhân cách và giáo dục tình cảm cũng là những mặt rất quan trọng. Để có được một đời sống hạnh phúc và lành mạnh con người cần tất cả những yếu tố: kiến thức, kỹ năng, nhân cách tốt đẹp và tình cảm thăng bằng. Trong bốn câu đầu tiên của bài Kinh Tâm Từ có liệt kê những phẩm chất cần thiết để người ta có thể sống an lạc, đó là: (1) có khả năng (thuộc về kiến thức và kỹ năng), (2) ngay thẳng và chân thật (thuộc về nhân cách), (3) nói lời hoà ái, (4) mềm mỏng và không kiêu mạn (Metta sutta, KN) (3 và 4 thuộc về về đạo đức cư xử). Ngoài ra có sự hiểu biết đúng đắn về nhân duyên và vô ngã cũng là một điều kiện thiết yếu trong việc giáo dục nhân cách và tình cảm.

Như trên chúng ta đã phân tích, sự ảnh hưởng qua lại giữa cha mẹ và con cái là một sự ảnh hưởng vừa có tính nhân quả, vừa có tính hỗ tương. Chúng ta phải thấy được mối quan hệ nhân quả và hỗ tương này không chỉ trong gia đình, mà cả trong xã hội và trong tự nhiên cũng vậy. Chính mối quan hệ tương quan và duyên sinh này nói lên tính vô ngã của vạn vật và mọi tồn tại. chỉ khi thấy được tính vô ngã này thì chúng ta mới thôi phản ứng một cách chủ quan và cảm tính theo ý chí của một bản ngã vị kỷ. Nhân cách và cá tính của một con người là một tiến trình hình thành, phát triển

và đổi thay tùy theo điều kiện sống. Chẳng có một cái ta tự sinh một cách độc lập, cứng nhắc và trường cửu nào cả; không có một cái ta tự hình thành và không chịu sự chi phối, tương tác với môi trường xung quanh, nhất là gia đình và xã hội. Hiểu như vậy chúng ta sẽ thấy thủ chấp vào một cái ‘tôi’ tưởng tượng và những cái ‘của tôi’ vốn chưa bao giờ có là một sự điên rồ ngốc nghếch. Chúng ta là sản phẩm của những tiến trình và chịu sự chi phối của những tiến trình đó, đồng thời phản ứng và cách cư xử của chúng ta cũng có ảnh hưởng lên tiến trình của đời sống.

Con cái của chúng ta cũng như vậy, chúng không phải là ‘của ta’ và phải theo ý ta hay thoả mãn những mong ước của chúng ta. Thấy như vậy chúng ta sẽ cho con những gì tốt đẹp nhất nhưng không thủ chấp, bám níu và đòi hỏi chúng phải như ý mình, không được như vậy thì sanh ra buồn khổ, thất vọng. Chính những đòi hỏi mong đợi thiếu thực tế của chúng ta làm chúng ta đau khổ. Đức Phật nói tham ái là nguyên nhân của mọi khổ đau. Chính những ngã chấp, ngã ái và ngã mạn của chúng ta làm chúng ta khổ sở, lo sợ, và tranh đấu để giữ thể diện cho một cái tôi không thật có hay cố công nhọc lòng giữ quyền kiểm soát sở hữu trên những cái ‘của tôi’ vốn không tồn tại. Ý chỉ này được Đức Phật thể hiện trong một câu kệ súc tích được gọi là Pháp Cú như sau:

*"Con tôi, tài sản của tôi! Sanh ra ưu não cho người cuồng si.  
Ngay "ta" chẳng phải ta là, Sản nghiệp, con cái chỉ là nợ  
duyên." (Pháp cú 62)*

Công năng của giáo dục vô ngã là để giảm thiểu thủ chấp, ngã mạn, ích kỷ và sở hữu; vô ngã không có nghĩa là vô trách nhiệm và buông xuôi cho hoàn cảnh đẩy đưa. Đạo giác ngộ dạy chúng ta không nên tin tưởng và thực hành mù quáng theo tín ngưỡng giáo điều. Chúng ta cần phải đặt câu hỏi ngay cả với đức tin, tập tục, cảm tình, quan điểm để chấp nhận, và ngay cả với những luận cứ có vẻ logic (Canki sutta, MN.). Nhưng sự tìm tòi thực nghiệm và tính sáng tạo không có nghĩa là tính bông bột nổi loạn, phủ nhận, đả phá và tung hê mọi giá trị truyền thống có tính

nhân bản. Do đó giáo dục nhân cách và giáo dục tình cảm phải làm cho con em thấy rõ trách nhiệm và bổn phận của mình trong gia đình cũng như ngoài xã hội. Nếu không ý thức được điều này những đứa trẻ lớn lên rất dễ trở thành nạn nhân của văn hoá "hippie" và mất định hướng trong cuộc sống.

Hơn hai ngàn năm trăm năm trước Đức Phật dạy về năm bổn phận căn bản của cha mẹ đối với con cái như sau:

- Ngăn ngừa con khỏi những điều bất thiện;
- Khuyến khích, động viên con làm những điều lành;
- Cho con học nghề nghiệp
- Hướng con đến một cuộc hôn nhân thích hợp;
- Trao truyền sản nghiệp (vật chất và những giá trị văn hoá truyền thống) cho con một cách đúng lúc (Sigāla sutta DN).

Những lời dạy này vẫn có giá trị thiết thực ngay trong thời đại của chúng ta. Nếu tất cả các bậc cha mẹ ghi nhớ và thực hành những lời dạy này chắc chắn rằng gia đình sẽ bớt xung đột, xã hội sẽ bớt được rất nhiều tệ nạn, và cuộc sống nói chung sẽ bớt được nhiều rủi ro và khổ đau không cần thiết.

- Con cái cần phải biết ơn cha mẹ, tự có trách nhiệm với chính mình và với cha mẹ dưới năm điểm căn bản (suy nghĩ như sau):
- Cha mẹ đã nuôi dưỡng ta, ta phải nâng đỡ cha mẹ;
- Ta phải thay cha mẹ chu toàn bổn phận;
- Ta phải giữ truyền thống gia đình;
- Ta phải xứng đáng là người thừa kế;
- Ta phải làm phước để hồi hướng công đức đến cha mẹ.

Trong bài Kinh Hạnh Phúc, việc thực hành bổn phận của một người con (traí) chân chính được nói đến như là phúc lạc. "Hỗ trợ cha mẹ (trong tuổi già hay khi đau ốm); là trụ cột của vợ và con; hành nghề nghiệp lương thiện; đó là hạnh phúc cao thượng" (Mangala sutta, KN.).

Tóm lại giáo dục trong gia đình chính là bước đầu tiên và rất quan trọng trong việc hình thành và phát triển nhân cách của mỗi con người. Cách giáo dục và nuôi dưỡng sai lạc có thể để hoạ

lại cho cả đời người, và ngược lại, cách giáo dục và nuôi dưỡng đúng đắn chính là nền tảng của hạnh phúc an vui lâu dài. Con người làm nên gia đình và xã hội, do đó con người có hạnh phúc thì gia đình mới hạnh phúc yên vui, xã hội mới hoà bình thịnh vượng.....



## BÀI THƠ CHO MẸ

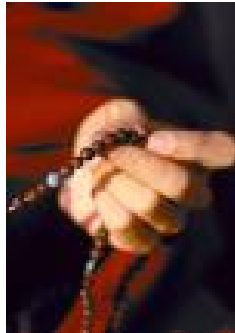
*Em hát cho tôi nghe bài ca Lòng Mẹ  
Bản nhạc nói về Mẹ mà nhiều lần tôi đã nghe  
nhưng hôm nay  
tôi thật xúc động  
nước mắt rơi xuống  
khi ngoài trời còn đổ mưa  
lòng tôi trống vắng  
vì không có mẹ bên cạnh tôi*

*Em hát cho tôi nghe bài Lòng Mẹ  
bản nhạc mà tôi đã nghe  
theo chiều dài cuộc sống  
nhưng sao hôm nay  
trong căn phòng này  
bản nhạc vừa được cất lên  
lòng tôi đau thắt  
nhớ mẹ  
vì mẹ không có bên cạnh tôi*

*Em hát cho tôi nghe bài Lòng Mẹ  
dù đã nhiều lần tôi được nghe và tôi đã hát theo  
nhưng vào lúc này  
bản nhạc như đây mới lạ  
dù lời ca vẫn cũ xưa  
lòng mẹ rạt rào như biển rộng  
lòng mẹ ngọt ngào, cao cả, bao la không cùng tận  
vì lời ru trước không còn  
chiếc võng ngày xưa cũng đã hao mòn*

*và quanh đây  
giữa sự ồn vui, lòng tôi thấu hiểu  
bởi mẹ tôi không có bên cạnh.....*

28. 10. 02



# Gia Đình & Con Cái

Thubten Chodron  
Diệu Liên- dịch

Thubten Chodron, là một nữ tu sĩ Phật giáo Mỹ. Bà đã tu học ở Aán Độ, Nepal và đã đến nhiều nơi trên thế giới để thuyết giảng Phật Pháp cũng như dạy tu Thiền. Bà từng dạy ở Trung tâm Phật giáo Amitabha ở Singapore, trước khi trở về Seattle, Mỹ, để trông coi Hội Pháp Hữu (Dharma Friendship Foundation). Sau đây là trích dịch những câu hỏi thường được đặt ra của Phật tử về gia đình và con cái.

***Phật giáo có thể giúp được gì cho đời sống gia đình của chúng ta?***

Sự hòa thuận trong gia đình rất quan trọng. Gia đình xào xáo, tan vỡ gây khổ đau cho cha mẹ cũng như con cái. Nếu những cặp uyên ương tiến tới hôn nhân với ý nghĩ là hôn nhân sẽ mang đến cho họ lạc thú hay niềm vui thì họ sẽ thất vọng, rồi đi đến tan vỡ. Vì khi họ không tìm được niềm vui, lạc thú như họ mong đợi, họ sẽ thất vọng, khổ đau đưa đến bất hòa, mằm móng đổ vỡ. Có nhiều người lại tiếp tục đi tìm đối tượng mới, để rồi cũng lại thất vọng. Đây là một thí dụ điển hình về việc bám víu, theo đuổi hạnh phúc cá nhân chỉ mang lại khổ đau cho chính cá nhân đó và những người chung quanh.

Tốt hơn là trong mối quan hệ giữa hai người khác phái, nên đặt trọng tâm vào Phật Pháp. Có nghĩa là cả hai người đều quyết tâm sống đạo đức và phát triển lòng từ bi đối với mọi chúng sinh. Nếu hai người đã trao đổi, cam kết với nhau rõ ràng như thế, họ sẽ có thể giúp đỡ nhau trên nhiều phương diện: Khi một thành viên trở nên chán lười, bê trễ trong việc tu tập, họ có thể ngồi lại với nhau bàn phương cách sửa đổi. Nếu có con cái, họ sẽ giúp nhau có thì giờ để tĩnh tâm hay thì giờ dành cho con cái. Nên nhớ con cái không phải là một chướng ngại trên đường tu của chúng ta. Cha mẹ có thể học được rất nhiều từ con cái và cha

mẹ có thể giúp đỡ nhau vượt qua những khó khăn trong vai trò làm cha mẹ dựa trên các giá trị của Phật giáo.

Bị ảnh hưởng của các nhà tâm lý học hiện đại, nhiều người có thói quen nghĩ rằng tất cả những vấn đề trong đời sống của họ đều bắt nguồn từ thời thơ ấu của họ. Tuy nhiên nếu việc đó được thực hiện với thái độ trách móc: “Tôi có vấn đề này nọ, vì cha mẹ tôi đã làm điều này, điều nọ hay không làm điều nọ, điều kia” -thì chính ngay những người đó lại thường mặc cảm tội lỗi, lo sợ rằng họ sẽ làm hại cho con cái họ khi họ có gia đình riêng. Thái độ hoang mang, lo lắng này khó thể dẫn đến các cách dạy dỗ con cái tốt, hoặc khiến họ có lòng thương cảm đối với chính bản thân họ. Nếu ta coi thời thơ ấu của mình như một thứ ám ảnh cần xa lánh, thì thái độ này tạo ảnh hưởng xấu cho chính ta và cả con cái ta.

Dù chúng ta không chối bỏ rằng tuổi thơ ấu có thể đã để lại những ảnh hưởng không tốt cho ta, nhưng ta cũng cần phải nghĩ đến những sự tử tế, những ích lợi mà gia đình đã mang đến cho ta. Không kể chúng ta đã lớn lên trong bất cứ hoàn cảnh sống nào, chắc chắn là ta đã mang ơn của bao người để được sống đến ngày hôm nay. Cách suy nghĩ đó giúp ta có lòng biết ơn đối với mọi người. Qua đó ta có thể truyền cho con ta lòng tử tế, bao dung mà ta đã nhận được.

### ***Phật Pháp có ích lợi gì cho trẻ con? Làm sao giáo dục chúng về những điều Phật dạy?***

Căn bản những điều Phật dạy là không làm hại đến người khác, và cố gắng giúp đỡ mọi người càng nhiều càng tốt. Đây là những giá trị đạo đức mà cha mẹ nào, dù là Phật tử hay không, cũng muốn truyền dạy cho con mình, để giúp chúng sống hòa thuận với mọi người. Trẻ con thường học qua gương của người lớn, vì thế cách hữu hiệu nhất để dạy dỗ con cái về những giá trị đạo đức của Phật giáo là chính cha mẹ phải sống đúng theo đó. Dĩ nhiên không phải dễ thực hành những điều ta nói. Nhưng nếu cha mẹ có cố gắng thực hiện, thì cũng ảnh hưởng tốt đến con cái. Nếu trong gia đình có thờ hình tượng Đức Phật, điều này cũng giúp ích cho con cái của ta. Ta có thể giao cho chúng việc lau chùi bàn thờ, dâng cúng phẩm vật. Bạn tôi và đưa con ba tuổi

của cô ấy đều lay Phật mỗi sáng. Sau đó đưa trẻ dâng cúng Phật bánh trái.

Trẻ con rất thích âm nhạc, và những âm thanh từ lời kinh tiếng kệ, cũng như các bài ca Phật giáo có thể dùng để thay thế cho các điệu nhạc thế gian. Tôi biết một số gia đình dùng các bài tụng để ru con ngủ hay để dỗ khi chúng quấy rất có kết quả. Gia đình khác thì đọc kinh trước bữa ăn, và để con cái họ làm nhiệm vụ xướng lễ. Đây chỉ là một số cách đơn giản giúp cha mẹ và con cái chia sẻ, nuôi dưỡng đời sống tâm linh với nhau.

Các gia đình Phật tử cũng có thể họp lại hằng tuần hay hằng tháng để tu tập chung với nhau. Thay vì chỉ dắt con đến chùa để chúng sinh hoạt với các trẻ con khác, cha mẹ và con cái ở bên cạnh nhau, thực tập chung với nhau, đó sẽ là khoảng thời gian hiếm hoi, quý báu khi cả gia đình có thể cùng nhau chia sẻ những giờ phút thiêng liêng trong cuộc sống vốn luôn bận rộn này. Sinh hoạt này cũng gắn bó các gia đình Phật tử với nhau, giúp đỡ nhau khi hoạn nạn.

Ngoài ra đọc các sách Phật dành cho tuổi thiếu nhi hay xem các video Phật giáo cũng là những sinh hoạt mà cha mẹ có thể chia sẻ với con cái. Giảng giải cho con cái về những khái niệm như luân hồi, nghiệp, tử bi với súc vật, vân vân cũng là những việc làm hữu ích.

***Nếu con cái không thiết tha tìm hiểu về Phật giáo, chúng ta phải làm sao?***

Không nên ép buộc ai trong vấn đề chọn lựa tôn giáo. Nếu con cái chúng ta không cảm thấy thiết tha với Phật giáo, hãy để chúng tự do. Tuy nhiên, nhìn vào tâm gương, cách sống của cha mẹ, chúng vẫn có thể học sống tử tế với mọi người.

Ngay như nếu chúng muốn tham gia các sinh hoạt tôn giáo khác như đi nhà thờ, cũng đừng ngăn cấm. Nhưng phải dạy cho chúng biết rằng mỗi người có thể chọn lựa tôn giáo riêng cho mình, đồng thời cũng phải tôn trọng, chấp nhận tôn giáo của người khác.

***Bằng cách nào chúng ta có thể giúp con cái làm quen với Thiên?***

Khi cha mẹ hành Thiền mỗi ngày ở nhà, chắc chắn sẽ khiến con cái tò mò, muốn tìm hiểu. Ta có thể nhân đó dạy cho các con phương pháp Thiền đơn giản bằng cách theo dõi hơi thở. Trẻ con thích được ngồi cạnh cha mẹ trong sự im lặng trong khoảng thời gian ngắn chừng năm hay mười phút. Sau đó, chúng có thể sang chơi chỗ khác để cha mẹ tiếp tục tham Thiền.

Trẻ con cũng có thể học Thiền bằng cách tưởng tượng. Bản chất trẻ con là thích tưởng tượng ra nhiều việc. Cha mẹ có thể dạy con cái tưởng tượng ra Đức Phật bằng những luồng ánh sáng. Tưởng tượng ánh sáng từ Đức Phật tỏa đến chúng, đến mọi người chung quanh. Nếu người thân, bạn bè hay thú vật trong nhà bị đau ốm, bệnh tật, đưa trẻ có thể nghĩ đến người đó, và tưởng tượng ánh sáng của Đức Phật cũng tỏa sáng đến họ, thể hiện lòng từ bi.

***Làm sao để sự liên hệ giữa cha mẹ và con cái được tốt, nhất là ở độ tuổi thiếu niên?***

Có được sự liên hệ tốt với con cái khi chúng đang độ tuổi thiếu niên là điều quan trọng, và phần nào tùy thuộc vào sự liên hệ của ta với chúng khi chúng còn bé. Nhưng việc đó lại tùy thuộc vào thời gian ta đã dành cho con cái, cũng như thái độ thương yêu, hiểu biết của ta đối với chúng. Những bậc cha mẹ luôn bận rộn, thường coi con cái là gánh nặng cho họ. Con cái họ sẽ cảm nhận được điều đó, khiến cho liên hệ giữa mẹ cha và con cái không được tốt. Muốn tạo được mối liên hệ tốt với con cái, cha mẹ cần phải đặt lại ưu tiên của mình. Có thể là họ phải chấp nhận một công việc ít lương nhưng bù lại có được nhiều thì giờ dành cho gia đình, con cái; hay phải từ chối một cơ hội nghề nghiệp dầu nó đem lại nhiều tiền hơn, nhiều quyền hạn hơn, nhưng cũng mang đến nhiều stress hơn, và ít thì giờ ở nhà hơn. Đối với con trẻ, tình thương quan trọng hơn là của cải vật chất. Nếu cha mẹ chọn kiếm ra nhiều tiền, bất chấp hạnh phúc gia đình bị đe dọa, thì có thể sau này họ phải dùng chính những đồng tiền ấy vào việc chữa trị hay tư vấn tâm lý cho cả cha mẹ và con cái!

***Trẻ con có cần kỷ luật không? Ta phải kỷ luật chúng như thế nào mà không có thái độ nóng giận?***

Con cái thường là cơ hội tốt nhất -và khó nhất- để các bậc cha mẹ thực tập tính kiên nhẫn. Tuy nhiên, kiên nhẫn không có nghĩa là để con cái muốn làm gì thì làm. Kiểu tự do đó thật tai hại cho con cái sau này. Chúng sẽ có những thói quen xấu, khiến người khác không thể gần gũi chúng. Con cái cần phải được hướng dẫn để biết đâu là giới hạn; chúng cần được giáo dục về hậu quả của các hành động của chúng, cũng như phân biệt tốt xấu để biết điều gì cần tránh, điều gì cần tiếp thu, học hỏi.

**Một trong những giáo lý cơ bản của Phật giáo là sự bằng lòng, biết đủ. Làm thế nào ta dạy cho con cái những điều đó?**

Tôi nghĩ một trong những nguyên nhân dẫn đến sự khó khăn là chúng ta cho con cái quá nhiều lựa chọn để thỏa mãn các ham muốn của chúng. Ngay từ tuổi nhỏ, chúng đã được hỏi: “Con uống nước dứa hay nước cam? Con muốn xem chương trình TV nào? Con thích xe đạp loại này hay loại kia? Con muốn đồ chơi màu đỏ hay màu xanh?”. Do đó thay vì được rèn luyện để bằng lòng với cái mình có, con cái gần như luôn bị ép buộc phải chọn lựa, để rồi khi lớn lên, chúng sẽ tự hỏi: “Cái gì sẽ đem lại cho tôi hạnh phúc nhất? Tôi còn cần có thêm gì nữa để được hạnh phúc?” Điều đó làm cho con cái khó xử cũng như tập cho chúng tách tham. Ngược lại cha mẹ cũng không nên quá độc tài, không cho con cái được có ý kiến hay đòi hỏi gì khác. Tốt hơn là cha mẹ không nên đặt nặng vấn đề phải thỏa mãn những đòi hỏi của dục vọng. Tất cả sẽ tùy thuộc vào thái độ của cha mẹ đối với việc thỏa mãn các ham muốn vật chất của riêng mình. Nếu cha mẹ luôn tỏ ra bằng lòng với cái mình có, thì con cái cũng dễ dàng noi theo gương đó.

**Diệu Liên-L.T.Linh**

*(Theo Family and Children, NXB Snow Lion)*



Đó không phải là một chặng đường đi qua, vì nói như vậy là có thời gian tính, có một chỗ này và một chỗ khác. Vì thế, Lục tổ Huệ Năng nói rằng: "*Chấp trước cảnh thì sanh diệt khởi, như nước thường dậy sóng thì nói là bờ này, là cảnh thì không sanh diệt như nước thường trôi chảy, gọi là bờ kia*". Ghi lại những chấp trước vì lặn lội đi tìm tâm, tìm lại mình để thấy rõ cái mặt thật muôn thuở của mình, cứ đi tìm và đi tìm, nhưng rồi chỉ là những niệm niệm sanh diệt tiếp nối trong tâm mà mình đuổi bắt, đi tìm. Mỗi một niệm khởi lên, lại cho là thật, nhưng rồi chỉ là giả tưởng. Những giả tưởng này đôi khi lại là hố thẳm, làm chùng chân lại, ngại ngại và ôm niềm săn đuổi đến thiên thu.

Hãy để cho mặt trời kia ló dạng, mặt trăng kia lên cao trên bầu trời trong, êm dịu và em mới là *bộ mặt thật của ta*- tạm gọi vậy.

## **NỬA ĐỜI ĐI TÌM EM**

*Ta đi tìm ta hơn nửa đời người  
ta đi tìm ta, khi mộng ước vừa lên ngời  
ta đi tìm ta  
tìm nửa mảnh linh hồn còn lại  
nhưng đâu rồi, cơn mộng mị đi qua  
ta là ai, trên cõi đời này  
ta là ai, mà năm tháng đổi xác thay da  
hay ta là em- trong nhung nhớ vô ngần  
trong đôi tay, bao năm tháng muôn màng  
trên đôi môi, bao tiếng nói rộn ràng  
ta đi tìm ta  
lúc thật gần, mà tình nhớ lại phôi pha  
Trong cô đơn, ta tuyệt vọng  
trong ưu tư, ta không còn là gì*

*trong tim ta, bao hình hài tiếp đổi ngòi  
để ta ngòi hiu quạnh một mình  
mà lòng còn ngóng trông, chờ  
ta chờ ai, mà mãi mãi đi tìm*

*Ta là ai hay là kẻ đi tìm  
đi tìm mộng mơ  
tìm dòng sông xanh xưa  
tìm qua đôi môi em  
qua ánh mắt, nụ cười  
qua giọng nói thướt tha  
đi tìm bao ảo ảnh cuộc đời  
một mình đi, một mình lặng lẽ  
trên con đường dài vô tận  
dù hương xưa ngào ngọt  
chợt thấy lòng, rơi vào đáy vô biên*

*Ta đi tìm, đi tìm ai  
tìm em ư ? hay tìm ta  
đã trôi qua, bao kiếp con người  
đã đi qua bao những đọa dày  
đôi tay ta không còn lại gì  
khi trái tim không chứa tình sâu  
đôi mắt nâu khô những giọt buồn  
nụ cười xưa in dấu muôn đời  
tất cả tan mất rồi  
tất cả không còn gì  
con mộng nào bùng vỡ  
để ta còn mãi mãi trái tim xanh....*

18.12.03

## CÂU CHUYỆN VỀ MỘT KỶ NIỆM CUỘC GIẢI PHẪU BÀN TAY

Chẳng biết phải bắt đầu câu chuyện như thế nào, tuy nhiên, tôi muốn chia sẻ cùng các bạn về cuộc du hành vài ngày của tôi, qua những ngày trước và sau khi cuộc giải phẫu xảy đến. Đọc cho vui vui những ngày đầu Xuân.

Có người tưởng rằng tôi muốn nói đến việc sửa sắc đẹp như sửa mắt, sửa mũi hay sửa cằm v.v...không phải như vậy đâu, vì tôi là đàn ông mà, hơn nữa, tôi không chú ý về bề ngoài mấy, vì dầu gì thì cũng đã xí trai rồi. Đành chịu vậy, ai biểu trời sanh tôi ra trong một ngôi sao không đẹp, mà quên nữa, mẹ tôi sanh ra tôi, chứ không phải ông trời?

Chả là khi khổng khi không, ngón giữa bàn tay trái của tôi bỗng nhiên bị sưng lên. Nó sưng gấp đôi bình thường, khi co ngón tay lại, thật là đau nhức không chịu được. Nếu co được, lại có tiếng "cụp" và nằm im đó, phải lấy các ngón của bàn tay phải mở và kéo lên, nó mới chịu, nhưng đau không tưởng tượng được. Ai bị mới biết, chứ không thì không thể hiểu được nó đau như thế nào! Đúng là nó không còn ngoan ngoãn nghe lời tôi nữa, dù rằng đã la lối hay giận dữ nó đã bao nhiêu lần, nó vẫn làm lơ như chuyện nó, nó làm và chuyện nói hay giận là quyền của tôi. Thế có tức không chứ!

Tôi cũng đã năn nỉ nó rất nhiều lần, dù giận lắm, nhưng cũng giả bộ dịu giọng xuống để phân tích cho nó nghe, nào là nên hòa thuận, nên nhẫn nhục, "*máu chảy ruột mềm*" vì dù gì cũng là bàn tay của mình mà, để còn làm việc và để lo sanh kế nữa chứ, nó vẫn không e dè hay sợ sệt gì cả. Đâu rồi bàn tay tài hoa, bàn tay năm ngón kiêu sa, bàn tay khéo léo v.v..nay chỉ còn

là bàn tay đau nhức, sưng phù. Thế là phải đi Bác sĩ để chẩn bệnh. Bị chụp hình (*mình đâu có muốn đâu*), í quên bị chụp X-ray bàn tay. Tay tôi không đẹp, mà sao họ lại ngắm nghía, xem xét kỹ quá chừng và sau đó, được phán là sụn xương nối liền bàn tay và lóng ngón tay giữa bị mòn và kể đó, được chích cho mũi thuốc Steriod vào chỗ ngón tay bị sưng đau. Lạ lùng thay! Vài ngày sau, tất cả đều bình thường, cơn đau và sự sưng tấy không còn phá phách tôi nữa.

Nhưng...chữ nhưng vô cùng bi thảm, xa hoa nên hay bị xài phung phí. Cơn đau lại nháy qua bàn tay mặt và cũng ngón giữa, lại đe dọa tôi trong ban ngày và cả trong ban đêm, đau !..đau!. đau ! Đọc như niệm câu thần chú. Hình như bàn tay cũng biết ganh tị nữa, thấy bàn tay trái đau và được chăm sóc quá ân cần, không phải làm việc, nên nó đòi hỏi sự công bằng. Trong Kinh của Phật giáo thường nói, để cho con người ý thức được sự vô thường của cuộc đời và phải biết lo liệu làm sao để có đủ tư lương cho cuộc hành trình trở về Chân tâm, trước khi thân chết đến. Cho nên, Diêm vương thường hay cho Sứ giả đến để báo trước, ví dụ như bệnh hoạn chẳng hạn, nhưng con người thường hay làm lơ và lao vào cuộc sống để chụp giựt, cấu xé nhau và làm mọi cách để bảo vệ cho sự hiện hữu của mình qua mọi vật. Chúng ta thường quên rằng, mình chỉ sống qua một hơi thở ra vào, khi hơi thở ra mà không trở vào, thì sự sống kể như đi bên lề cuộc đời.

Lại một lần nữa đi Bác sĩ khám bệnh. Cái bệnh của một ngón tay sưng vù, không bị đánh đòn mà cũng mập. Bác sĩ khuyên nên mổ, chỉ có mổ mới hết hẳn được. Tiêm thuốc hoài, nhất là thuốc Steriod, sẽ rất nguy hiểm và không phải là giải pháp tốt.. Nhưng tôi xin, chỉ tiêm lần này thôi, nếu còn bị lại, sẽ sẵn sàng mổ và do đó, lại được chích thêm một mũi thuốc

Steroid. Về nhà, vợ và con gái tôi cũng nói nên theo lời Bác sĩ để mổ cho mau hết bệnh. Tôi chỉ âm ừ cho qua. Mổ đâu có gì vui đâu, sao ai cũng đề nghị mổ hết vậy. Cũng như phép lạ của lần trước, vài ngày sau, lại khỏi hẳn. Bản nhạc "Tạ từ" được tôi luôn hát nho nhỏ để chia xẻ nỗi vui này.

Thế rồi, ngày tháng trôi qua. Được hơn một tháng, một ngày đẹp trời, tôi lại khám phá ra ngón giữa của bàn tay trái bị sưng trở lại và mọi triệu chứng y như cũ. Sao nó không sợ tôi chứ? Đã hai lần bị chích rồi mà, tưởng muôn đời nó không dám quay trở lại. Thiệt là đùa dai dễ sợ. Cơn đau kéo dài, bắt đầu từ tháng 4. 2003. Nó nhảy múa trên bàn tay tôi như chỗ không người, phá phách, đau nhức âm ỉ, nóng sốt, đôi khi đau quá phải cười. Ô thì ra có người nói: Cười là tiếng khóc không ..không ...không giọt nước mắt (không lệ). Đúng thiệt. Tiếc rằng, đây là bàn tay phàm phu của tôi chứ không phải bàn tay của Đức Phật để đề anh chàng Tề Thiên quậy phá này.

Mỗi ngày, khi nhập Đàn để trì chú. Tôi tu theo Thiên Mật song tu, mỗi ngày đều có khóa trì tụng. Cầm chung nước, bắt Ấn để làm Quán đảnh. Chung nước để trên Ấn không được như lúc trước, khi chưa bệnh. Hãy quán sống hiện tại. Đau quá! Nghiêm chỉnh lại, quán hiện tại. Quá khứ qua rồi, không trở lại. Tương lai thì chưa đến, hiện tại thì tuyệt vời. Thở vào...Om-Mani Padme Hùm. Thở ra...Om-Mani Padme Hùm. Đau quá! Chung nước để Quán đảnh bưng bình đổ xuống, ướt thảm, ướt y, áo. Không sao mà ! Tôi mạng Mộc, có nước đổ xuống tưới cây (Mộc), cây càng tốt chớ sao. Nhưng mà một lần thì được, chứ nhiều lần thì không yên. Thân bị lụt, thì tâm cũng bị lũ theo. Quán đảnh thì lấy nước rải trên đảnh đầu, chứ không phải đổ nước toàn thân. Như vậy, nó quấy phá cả lúc ngồi thiền, quán tưởng v.v...đưa đến tâm sinh ra làm biếng, giải đãi, vì lấy lý do bị đau tay mà. Tôi tâm niệm:

Phải tinh tiến lên. Duy tuệ thị nghiệp. Đây, đúng là cái nghiệp chướng.

Thường ngày, tôi uống thuốc để giảm đau, giảm sưng. Thuốc Glucosamine, Chondroitin để bồi bổ cho sụn xương, khớp Joint. Thuốc bổ vitamin nào E, nào D...để lo cho thân. Rồi tập Thái Cực Quyền, Võ Dưỡng sinh, Yoga v.v..., dùng Ý trị bệnh và thề rằng: "*Nếu nhà người không sợ ta, thì ta...sẽ sợ nhà người*". Tất cả những gì có thể làm như hãm dọa hay uống thuốc, để trị con bệnh này, tôi đều y theo để làm và kết quả, sau vài tháng, tôi giơ hai tay lên đầu hàng. Cơn đau vẫn còn kéo dài lê thê, nay sưng, mai nhức. Cuối cùng, thì tôi phải đi đến Bác sĩ lần nữa vào ngày thứ Năm 08.01.04. Bác sĩ khác, vì đã dọn nhà từ Tiểu bang Louisiana qua Tiểu bang Texas. Cũng chụp X-ray, cũng ngắm nghía, xem xét và Bác sĩ lại đề nghị phải mổ (*lại nói mổ*), vì tiêm thuốc nữa, nguy hiểm quá. Tôi suy nghĩ vài phút và đồng ý lời đề nghị lần này. Thử xem cuộc mổ, xin lỗi, tôi lảm cẩm nên quên, thử xem con tạo xoay vần đến đâu. Và ngày được hẹn là Thứ Năm 15.01.04. Phải mổ trước Tết Việt Nam, chứ ai lại mổ sau Tết, kỳ lảm và không vui nữa.

Đâu phải đơn giản chỉ có vậy. Phải lui tới bệnh viện để đóng tiền xin mổ bàn tay. Ôi bàn tay "Tài thủ đắc vật". Nay vì thiếu tu, thiếu phước, nghiệp chướng nặng nề, nên phải đi đóng tiền để mổ nhà người. Đáng đời! Ai biểu không nghe lời khuyên bảo của ta, nên ta phải dứt tình, quyết định. Đừng hòng bịn rịn ta. Phải chi nhà người chỉ có đau chút chút, ta cũng chịu mang nhà người theo cho vui, để lúc nào cũng chiêm nghiệm được sự vô thường đang có mặt, quanh đây và ở trong ta nữa.

Sau 12 giờ khuya hôm trước, không được ăn hoặc uống gì cả. Bác sĩ dặn như vậy. Tức cười thiệt, khuya thì đi ngủ rồi, còn ăn uống nổi gì chứ. Sáng, 6 giờ 15 đã có mặt tại bệnh viện. Tôi

được vợ và đưa con gái đi hộ tống, cũng có lúc mình cũng oai thật, có những hai bodyguard yếu đuối đi kèm. Làm giấy tờ, vài thủ tục cần thiết trước khi mổ như cân, đong, đo, đếm v.v...Đưa vào trong một phòng chờ, phải trả tiền mới được như vậy. Đo áp huyết, hơi cao, có lẽ vì hơi sợ sợ, Y tá nói thế. Thay áo ra, để mặc áo long bào của bệnh viện, trần trụi. Vợ tôi nói đừng sợ, không sao đâu và nắm tay tôi thật chắc. Tôi mỉm cười, mặc cỡ, vì nghĩ mình là đàn ông mà lạ. Làm như đàn ông là oai lắm vậy.

Họ đẩy tôi qua một phòng khác, nằm trên giường chờ đợi. Một bà Y tá đến, coi giấy tờ Bệnh lý, hỏi thăm tôi về bàn tay sẽ mổ, rồi săm soi bàn tay mặt để tìm vein và nói: "Vein của ông tốt, dễ vô nước biển lắm". Tưởng gì, chứ dè đâu chỉ để vô nước biển mà thôi. Tiêm mũi kim vào vein, hụt. Tiêm lại lần nữa, lần này được. Hú vía! "Ông thấy không, tôi nói dễ vô kim lắm". Cám ơn bà. Một bà khác đến hỏi: "Ông có lạnh không?". Tôi chưa kịp trả lời, bà vội đến cái tủ đang hấp nóng mấy cái mền, lấy ra 2 cái. Một cái phủ từ bụng xuống chân, cái kia từ bụng đến cổ. Vừa đắp xong, người ngứa quá, nên gãi. Bà ta nói: "Ông ngứa phải không? Tôi biết mà, tại cái mền nóng quá. Ai mà tôi đắp cho, cũng nói bị như thế". Cám ơn bà. Một bà khác đến, cầm bàn tay trái của tôi lên ngắm. Ô bà này, không biết muốn gì nữa. Bà nói quá nhỏ, tôi không nghe: "Excuse me!" Bà lập lại: "Tôi sẽ tiêm cho ông tê cánh tay này để mổ và chỉ cho ông hơi mê mê một chút thôi. Đừng lo nha!". Và một cây kim đã được ghim vào sẵn vào cái vein trên bàn tay, chờ đợi mũi thuốc mê đi vào. Nghe bà nói, dễ không cảm tình. Don't worry! Mổ mà không worry, đâu có vui gì đâu. Thôi thì *bình thường tâm là đạo*. Ngó ra cửa, nhiều Y tá, Bác sĩ đi vào, vội vàng. Người nào cũng cười vui, có lẽ để an ủi bệnh nhân. Tôi biết là họ đang chuẩn bị để ra chiến trường của một ca giải phẫu. Bác sĩ phụ trách ca mổ của

tôi vào, cười. "Đừng lo nhé. Ca mổ này nhẹ và mau lành". Họ kéo cái áo long bào của tôi qua một bên, để lộ nguyên cánh tay trái để dễ dàng cho cuộc mổ và kéo cái mền mỏng qua khỏi đầu tôi, định phủ trùm cả mặt. Tôi vội vàng lên tiếng: "Excuse me! Tôi biết đang Fashion show, nhưng vui lòng chừa cái đầu tôi ra, chứ ngộp thở lắm". Tất cả mọi người đều cười vang lên, làm loãng cái không khí căng thẳng, ngọt ngào chung quanh và giờ phút nghiêm trọng đến.

Họ đẩy tôi qua phòng mổ. Mũi thuốc tê đâm qua ống kim đang ghim chờ sẵn trên lưng bàn tay trái, cả cánh tay trái bị mất cảm giác tức thời. Vừa khi vào trước cửa, chợt nghĩ thấy ether và tôi rơi vào giấc ngủ trong lúc tôi đang niệm Phật. Vầng hào quang thật đẹp và ....Khi mở mắt ra, không còn thấy ánh hào quang, mà là những ngọn đèn trong phòng mổ chiếu sáng vào mặt., mơ mơ, màng màng...Cánh tay trái của tôi như hòn đá nặng, không cảm giác. Biết rằng có người đang khám phá địa đạo trong lòng bàn tay tôi, có tiếng nói xô xào v.v...Nó ngoan ngoãn nghe người ta, nằm im, chứ không chịu nghe lời tôi, có lẽ vì sợ dao mổ! Xong rồi. Ca mổ chấm dứt. Thời gian có thể là 15 hay 20 phút. Họ lại đẩy tôi qua phòng bên. Lúc tỉnh, lúc mơ màng, mở mắt, rồi rơi vào cơn mê. Họ gọi tôi dậy, phải hít thở sâu vô, thở ra. Thì bắt buộc phải làm như vậy rồi, chứ không thở thì nguy to. Tôi mỉm cười khi nghĩ như vậy.

Họ lại đẩy tôi vào phòng mà lúc sáng đến. Vợ và con gái tôi đang ngồi chờ sẵn. "Anh có sao không?". Anh khỏe, có điều bàn tay phải trở thành "Độc thủ đại hiệp" cả tuần lễ. Bác sĩ băng cả bàn tay lại, sau khi mổ và dặn không cho bị thấm nước, vì sợ nhiễm trùng. Đành vậy! Một bà đẩy xe lăn tới, nói tôi ngồi lên để đẩy ra trước cửa, để lên xe chở về nhà. "Bà thấy tôi có nặng không? Tôi ái ngại hỏi. Bà nói: "Ông đừng lo! Có lúc tôi phải đẩy

người có trọng lượng hơn 300 lbs nữa”. Vậy là yên chí, vì mình chỉ có phân nữa của ai kia mà thôi.

Con gái chở về nhà. Bên cạnh là vợ tôi. Xe chạy, cảm giác như trên biển, nước sóng sánh. Thế là Độc thủ đại hiệp hạ san, vào giang hồ hành hiệp với một bàn tay phải cô đơn. Về đến nhà, thay đồ, lao lên giường và đi vào giấc ngủ. Nếu không có tâm niệm mỗi ngày, lúc này mà ra đi, thì đi về đâu??? Tôi thức giấc khi đã vào chiều. Không được ngủ nữa, ráng lên. Ngồi dậy, lên lầu, vào phòng thờ Phật. Nhìn Ngài, lặng yên...*Ái hà thiên xích lãng, khổ hải vạn trùng ba, dục thoát luân hồi khổ, cấp cấp niệm Di Đà.* Sự yên lặng lúc này là cả một cơn sóng thần, một cơn vũ bão của nội tâm, xuyên qua sự sanh tử đại sự của con người. Cuộc đời mỏng manh quá, làm sao kiểm soát được.

Tôi có thói quen, trước khi lên lạy Phật là phải tắm. Bây giờ tắm, thật là đặc biệt. Tay trái đang băng, không được trúng nước. Lấy bao nylon lớn, phủ lên hết bàn tay. Lấy thun cột ngang lại, để không cho bất cứ giọt nước vô tình chảy vào làm ướt bàn tay bị thương. Rồi giơ tay lên, đầu hàng, dù không ai kêu phải đầu hàng. Đầu hàng một tay cũng oai hơn là bằng hai tay, vì còn một tay thủ thế. Cầm dây bông sen nước, tắm, gội đầu. Tay trái giơ lên. Kì nách bằng xà bông cho sạch, chỉ kì được nách trái, còn nách phải rất khó khăn. Không được, nách phải biểu tình, đòi xử lý công bằng vì không muốn bị hôi n.á.c...h... À có cách rồi. Cho xà bông gấn nách, xoa đều, nhưng không với tới, không sao. Một sáng kiến mới lóe lên trong đầu. Cho cục xà bông nằm trên mặt bông sen nước, tắt nước, cầm cho vào nách phải, xoa đều, kì cọ, rồi vặn bông sen nước rửa sạch. Vậy là giải quyết xong, không có chiến tranh vì ganh ghét, gốc của tham sân si, gây ra phiền não. Khi bàn tay bị thương như vậy, lại học thêm bài học lịch sử. Bưng cái gì cũng nhẹ nhàng, bằng một bàn tay

phải, từ từ....Ai mà nhìn thấy lúc này, tưởng tôi là con người từ  
tốn, siêu thoát. Chứ đâu biết rằng là bàn tay trái kia đang nghỉ  
phép một tuần lễ, có lý do chính đáng..

Tôi chỉ là Độc thủ đại hiệp của 1 tuần lễ thôi, nhưng những  
kinh nghiệm này đã đem lại cho sự tín tâm, tin chắc mình có  
Phật tánh và là Phật sẽ thành, qua những đổi thay vô thường của  
vạn vật và thân tâm sanh diệt. Chúng ta có thể an lạc trong mọi  
hoàn cảnh, trong mọi đổi thay, bức bách và sự đau khổ khi đó,  
vắng mặt. Nhìn rõ thực tướng của nó, qua cái thân tâm sanh diệt  
này, có một dòng suối mát, diệu hiền nào đó, đầy sáng suốt, đầy  
chất liệu Bi Trí Dũng vẫn còn tiềm ẩn và đưa chúng ta vượt qua  
những khổ nạn của kiếp sống. Cái Phật Tánh này không bị điều  
kiện hóa hay bị chi phối bởi không gian và thời gian. Mong rằng  
mọi người đều có được sự tín tâm như vậy, vì không tin mình có  
Tánh Giác, là vị Phật tương lai, chúng ta đã tự xem thường mình  
và đời chúng ta sẽ ra sao khi nhắm mắt ra đi, như khi mũi thuốc  
mê lúc mổ vừa thấm qua da thịt, tôi không còn biết gì nữa.....

*Ta ở nơi đây với tháng ngày  
Khi mai, đào nở đón Xuân sang  
Trong tâm sương ẩm tình non nước  
Trời ửng như đào, đất nở mai*

Một ngày cuối năm Quý Mùi



## **BÓNG MẸ QUA LÁ THU RƠI**

*Gió thu hiu hắt,  
từng lá vàng rơi  
Chiếc lá chơi vơi,  
như từng tóc mẹ  
héo hơ vì đau.*

*Con nhìn sợi thu  
Dáng xưa hiu quạnh  
Phủ khắp màu vàng  
Đau tằm lòng mẹ  
Đôi mắt hần sâu*

*Mẹ ơi! Nhớ mẹ  
Nỗi nhớ vô cùng  
Nhớ không cùng tận  
Như cây nhớ lá  
Khi lá buông rơi  
Còn xót xa nào  
Cho vơi ngày tháng*

Vu Lan 2005

## **NHỮNG LỢI ÍCH CỦA VIỆC TRÌ TỤNG THẦN CHÚ OM MANI PADME HUM**

**Lạt ma Zopa Rinpoche - Việt dịch: Thanh Liên**

Những lợi ích của việc trì tụng thần chú của Đức Phật Bi Mẫn thì thật vô biên, giống như bầu trời bao la vô hạn.

Cho dù bạn không hiểu biết nhiều về Pháp, cho dù điều duy nhất bạn biết là Om Mani Padme Hum thì cuộc đời hạnh phúc nhất vẫn là cuộc đời được sống với một thái độ giải thoát khỏi tám mối bận tâm thế tục. Nếu bạn sống cuộc đời mình với thái độ trong sạch thoát khỏi sự tham luyến với cuộc đời này và chỉ đơn thuần trải đời mình trong việc trì tụng Om Mani Padme Hum – thần chú sáu-âm này là tinh túy của toàn bộ Giáo Pháp – thì đó là Pháp thanh tịnh nhất. Việc trì tụng có vẻ rất đơn giản, rất dễ dàng. Nhưng nếu bạn nghĩ tưởng về những lợi lạc của nó, thì điều đó không hoàn toàn đơn giản. Ở đây tôi sẽ chỉ đề cập tới cốt lõi của những lợi lạc vô biên của nó.

Trì tụng thần chú của Đức Phật Bi Mẫn chỉ một lần sẽ hoàn toàn tịnh hoá sự gầy bẽ bốn giới nguyên gốc của Biệt Giải thoát và năm nghiệp tiêu cực không bị đứt đoạn. (\*)

Trong các tantra cũng đề cập rằng nhờ trì tụng thần chú này bạn sẽ thành tựu bốn phẩm tính để được sinh vào cõi Tịnh độ của Đức Phật A Di Đà và những cõi Tịnh độ khác; vào lúc chết được thấy Đức Phật và ánh sáng xuất hiện trên bầu trời; chư thiên cúng dường bạn; và không bao giờ bị tái sinh trong các cõi địa ngục, ngạ quỷ hay súc sinh. Bạn sẽ được tái sinh trong cõi Tịnh độ của Đức Phật hay như một hiện thể tái sanh tốt lành.

Khi một người trì tụng mười chuỗi thần chú một ngày bơi lội, dù trong sông, biển hay một vại sinh loài sống trong nước nào khác, nước chạm vào thân người đó cũng sẽ được ban phước. Ta cũng được biết rằng bảy đời tổ tiên (cửu huyền thất tổ) của người đó cũng không bị tái sinh trong các cõi thấp. Đó là nhờ năng lực của thần chú, thân được ban phước bởi những người trì tụng thần chú và quán tưởng thân họ trong sắc tướng của thân linh thánh như Đức Chenrezig (Quán Thế Âm).

Vi thế, thân thể trở nên rất mạnh mẽ, tràn đầy ân phước đến nỗi nó tác động tới tâm thức cho tới bảy đời và kết quả là nếu người ấy chết với một niệm tưởng bất thiện, người ấy sẽ không bị tái sinh trong một cõi thấp.

Vi thế, khi một người mà mỗi ngày tụng trì tụng mười chuỗi *Om Mani Padme Hum* đi xuống sông hay biển, nước chạm vào thân người ấy được ban phước, và sau đó chất nước được ban phước đó sẽ tịnh hoá hàng tỉ tỉ chúng sinh trong nước. Người này cứu giúp những sinh vật trong nước đó thoát khỏi nỗi khổ không thể tưởng tượng nổi nơi các cõi thấp. Việc ấy thật lợi lạc đến mức khó tin.

Khi một người như thế đi xuống một con đường, gió chạm vào thân người ấy và sau đó tiếp tục chạm vào những côn trùng, nghiệp tiêu cực của chúng được tịnh hoá và nhờ đó chúng có một tái sinh tốt đẹp. Tương tự như vậy, khi một người như thế xúc chạm vào thân người khác, nghiệp tiêu cực của những người đó cũng được tịnh hoá.

Việc một người như thế nhìn ngắm thì thật đầy ý nghĩa; việc được nhìn và xúc chạm trở thành một phương tiện để giải thoát chúng sinh. Điều này có nghĩa là thậm chí hơi thở của người đó chạm vào thân của chúng sinh khác cũng tịnh hoá nghiệp tiêu cực của họ. Bất kỳ sinh loài nào uống nước trong đó một người như thế từng bơi lội cũng được tịnh hoá.

Chúng ta có may mắn lạ lùng là đã gặp được Pháp và có cơ hội để trì tụng và thiền định về Đức Phật Bi Mẫn. Đó là một phương pháp dễ dàng để tịnh hoá bất kỳ nghiệp tiêu cực nào mà ta từng tích tập, không chỉ trong đời này mà còn trong nhiều đời trước nữa.

Bởi chúng ta từng gặp được Phật Pháp và đặc biệt là phương pháp này – sự thực hành Đức Phật Bi Mẫn và trì tụng thần chú của Ngài – nó thật dễ dàng để tịnh hoá nghiệp tiêu cực và tích tập công đức rộng lớn và do đó thành tựu sự Giác ngộ. Chúng ta thật may mắn không ngờ.

Như thế, chẳng còn gì ngu dại hơn việc không chịu sử dụng sự thuận lợi của cơ hội vĩ đại này. Nói chung, chúng ta liên tục xao lãng và phí phạm cuộc đời mình. Không chỉ có thế, moi

hành vi được làm với bản ngã và tâm thức nhiễm ô ba độc tham, sân và si tạo nên nghiệp tiêu cực, là nguyên nhân của đau khổ. Trong cả cuộc đời, không còn gì ngu xuẩn hơn việc sử dụng thân người toàn hảo này chỉ để tạo nên đau khổ.

Ở những nơi như Tây Tạng, Nepal, Ấn Độ, và Ladakh đã có một truyền thống tốt đẹp lâu đời là thực hiện khoá nhập thất Đức Phật Bi Mẫn và trì tụng 100 triệu thần chú *Om Mani Padme Hum*. Khoá nhập thất được tổ chức ở Viện Chenrezig là kỳ nhập thất như thế lần đầu tiên được tiến hành ở Tây phương và khoá nhập thất đầu tiên trong tổ chức FPMT (Hội Bảo vệ Truyền thống Đại thừa). Việc này xảy ra ở đó mỗi năm một lần – mỗi năm chỉ một lần!

Nếu bạn bị dày vò bởi tội lỗi trong đời mình, bạn có thể khắc phục cảm xúc đó bằng sự tịnh hoá khi tham dự khoá nhập thất này. Khoá nhập thất không chỉ trì tụng các thần chú với các sadhana, mà cũng bao gồm cả việc trì giữ Tám Giới luật Đại Thừa, nếu không mỗi ngày thì ít nhất cũng thường xuyên. Bất kỳ công đức nào mà bạn tích tập trong ngày đó sẽ tăng trưởng gấp 100.000 lần. Việc này trở nên một phương pháp dễ dàng và nhanh chóng để tịnh hoá, tích tập công đức bao la, thành tựu sự Giác ngộ và giải thoát chúng sinh khỏi nỗi khổ không thể tưởng tượng nổi và mau chóng đưa họ tới sự Giác ngộ.

Được tham dự một kỳ nhập thất mani (Thần chú Sáu-Âm) là một điều may mắn khó tin. Cho dù bạn không thể hiện diện trong toàn bộ khoá nhập thất, bạn cũng có thể tham dự hai tháng, một tháng hay ít nhất một vài tuần. Thậm chí bạn có thể chỉ nhập thất một tuần. Tôi đặc biệt hy vọng rằng khoá nhập thất này sẽ được tổ chức tại Mông Cổ, bởi thực phẩm chính của họ là thịt và quá nhiều thú vật bị giết mỗi ngày ở đó. Thực hành này trợ giúp để tịnh hoá điều đó. Sau khi các ngôi chùa của chúng tôi ở Mông Cổ được xây dựng xong, tôi hy vọng rằng hàng ngàn người sẽ tham dự các kỳ nhập thất mani tại đó. Dần dần, tôi mong muốn khoá nhập thất này cũng được tổ chức ở nhiều nơi khác tại phương Tây.

Khoá nhập thất này cũng ban phước cho quốc gia ở đó nó được tổ chức và đem lại rất nhiều sự an lạc, hạnh phúc và thịnh vượng.

Cho dù bạn hiểu biết giáo lý về cách thiền định về Bồ Đề Tâm, bạn vẫn cần thọ nhận những ân phước đặc biệt của vị Bổn Tôn, Đức Phật Bi mẫn. Bạn nhận những ban phước này bằng cách thực hiện việc thiền định và trì tụng mà chúng tôi thực hành trong khoá nhập thất mani. Như thế, việc trì tụng Om Mani Padme Hum là một phương pháp thể nhập Bồ Đề Tâm – để chuyển hoá tâm bạn thành Bồ Đề Tâm và làm cho việc bạn thiền định về Bồ Đề Tâm được hiệu quả.

Nói chung, theo kinh nghiệm của tôi, ở trụ xứ của tôi tại Solu Khumbu trong rặng Hymalayas tại Nepal, có những người sống cuộc đời họ trong việc trì tụng Om Mani Padme Hum nhưng không có chút ý niệm nào về tánh Không – ngay cả trên chữ nghĩa. Mặc dù họ không thể đọc và thậm chí không biết vằn abc, họ có một lòng sùng mộ vĩ đại đối với lòng bi mẫn và Bồ Đề Tâm và sống cuộc đời họ trong việc trì tụng Om Mani Padme Hum. Những người như thế có một trái tim nồng nhiệt, hết sức thiện tâm, vô cùng bi mẫn. Đây là một bằng chứng từ kinh nghiệm của tôi rằng nó hữu hiệu trong việc chuyển hoá tâm thức thành một trái tim tốt lành và bi mẫn.

Không có Bồ Đề Tâm, bạn không thể đem lại hạnh phúc cho tất cả chúng sinh. Bạn không thể thực hiện những công việc toàn hảo cho tất cả chúng sinh; và bạn không thể thành tựu những phẩm tính toàn thiện về những sự chứng ngộ và ngừng dứt, thậm chí cho chính bạn.

Như thế, mọi người sẽ rất được hoan nghênh khi tham dự khoá nhập thất 100 triệu thần chú *Om Mani Padme Hum*.

*Lạt ma Thubten Zopa Rinpoche*                      *Người dịch: Thanh Liên*

*Nguyên tác: “The Benefits of Chanting Om Mani Padme Hum”*

*<http://www.lamayeshe.com/lamazopa/ommanipadmehum.shtml>*

*(\*) Đây là những nghiệp nặng tới nỗi chúng lập tức chín mùi thành một tái sinh trong cõi địa ngục khi nghiệp đời này cạn kiệt.*

*Năm nghiệp là: giết mẹ, giết cha, làm thân Phật chảy máu, giết A La Hán và gây chia rẽ trong Tăng Đoàn.*



## DÌU BƯỚC CHÂN VÔ THƯỜNG

*Đã bao lần, em đã rong chơi trong cuộc đời này  
đã bao lần, ta đã say mê trên cõi đời này  
và đôi ta, thành hai kẻ lang thang  
lang thang để tìm nhau  
lang thang để nhớ nhau  
theo từng bước chân qua, luân hồi  
để thấy bao điều nuối tiếc  
để thấy bao lần luyến nhớ  
để thấy khi ta gặp lại  
mình chưa đủ cho nhau  
mình chưa sống cho nhau  
nên ngày tháng vội qua mau.*

*Tóc em bay bồng bênh  
bàn tay năm ngón mềm  
đan lại thành mùa xuân  
mùa xuân hôn tóc em  
để tuôn làn tóc xòa  
đưa đời vào vực sâu  
lóng bời hồi tưởng nhớ  
cuộc đời đã bạc đầu.*

*Dáng em hiền gầy gầy  
trên vai ngàn hạt nhỏ*

*ngủ vùi bao mùa hạ  
thieu đời trong cơn mơ  
quên vẫy cánh tung bay  
hình hài vào mây nước  
làm sáng cõi hư vô.*

*Nghe tiếng gió thổi, mà tưởng là em  
nghe lá rơi xào xạc, mà ngỡ là em  
nhìn ánh trăng rằm, chợt thấy bóng em  
nhìn ngàn vì sao, đơm sáng mắt em  
như bao lời thì thầm, mình đã cho nhau  
cho nhau, để tình còn mãi mãi  
cho nhau, để mình dịu nhau đi  
dù rằng trong cõi tạm, vô thường  
đôi tay này, vẫn còn mãi thương yêu*

*Này em ơi ! em ơi ! em ơi !  
không phải bàn tay này, đã dịu em đi  
không phải tấm lòng này, đã vớt em dậy  
không phải lời thơ này, đưa em tuyệt đẹp  
không phải nụ hôn này, đã thành thần thoại  
không phải vòng tay này, ôm ấp đời em*

*Nhưng nếu,  
không có bàn tay này, lòng em sợ hãi  
không có tấm lòng này, em vùi trong mộng  
không có lời chân tình này, mây phủ thân em  
không có nụ hôn này, ngàn lời câm lặng  
không có vòng tay này, đời sẽ đi về đâu !!!!  
29.04.03*

Ta đã đi quá xa trong cuộc đời này, tưởng chỉ là những cơn gió bơ vơ theo từng ngày, xuôi ngược, bập bềnh, vui chơi, nhưng rồi thoáng chốc đã mấy mươi năm qua. Không phải chỉ một trái tim rơi, rời khỏi lồng ngực, đập nhịp theo bước chân của mộng mơ, nhưng là hàng vạn trái tim đã ra khỏi tâm tư để cuốn theo ảo ảnh. Ta mãi mãi đi tìm và tìm thấy được gì trên đôi tay vô thường...

## **CÓ PHẢI TA LÀ DÒNG SÔNG**

*Em đi về đâu, khi dòng sông cạn  
Người bước về đâu, phố xưa im lìm  
Mỗi chân ngắm nhìn, một trái tim rơi  
Gió từng cơn qua, bóng người đâu xa*

*Em đi về đâu, đường dài mãi đi  
Đã bao năm rồi, là kẻ cuồng si  
Say mê đi tìm, thành kẻ bơ vơ  
Trên thế gian này, mãi tìm hư vô*

*Lìa bỏ quê hương, tuôn rơi nước mắt  
Rời sông nắng hạ, khô héo bờ môi  
Bỏ con đò nhỏ, tình sóng cuộn trôi  
Bỗng không còn gì, một cõi phù du*

*Một cõi phù du, hóa thành mây lạ  
Ta mơ cuộc đời, biến đổi dòng sông  
Từng cơn mưa nhỏ, từng cõi sóng đưa  
Nửa giọt nước tan, vẫn là hư vô...*

Ngày tháng năm 2004

## MỘT NGÀY LẠI QUA

*Nơi đây nhìn thấy luân hồi  
Rủ ta bỏ lại hình hài trăm năm  
Bên nào là tử là sanh  
Bên nào là mộng, bên nào hoan ca*

*Nhìn trời, mây vẫn còn xanh  
Nhìn trăng, trăng tỏa muôn vàn sắc quang  
Dang tay ôm gió vui đùa  
Ngày qua tháng lại, cuộc đời rong chơi*

*Đi cho hết cõi nhân sinh  
Để nghe lại tiếng, nụ cười tuổi xanh  
Để nghe thoang thoảng hương nồng  
Trong cơn tỉnh giấc, thấy mình nơi đâu !!!*

*Làm răng thì cũng con người  
Làm chi thì cũng vì tâm yêu đời  
Làm người trôi nổi với đời  
Để trong muôn cảnh, ta người khác chi. . .*  
20.08.2004



## **CÓ PHẢI EM LÀ ÂM THANH**

*Khi tắt cả ngọn đèn chung quanh chợt tắt  
Trong vùng tối mờ mịt,  
Anh sáng nhỏ nhoi chiếu rọi chỗ em ngồi  
Chỉ bấy nhiêu ánh sáng  
Bao bọc lấy em  
Tỏa ngời hơi sức  
Ôi người con gái Việt Nam  
Bên chiếc đàn piano  
Đôi cánh cò trắng vươn mình trên phím đàn  
Cho những giọt mưa rơi xuống  
Cho gió thổi qua đây  
Cho hồn nhạc chấp cánh bay cao  
Cho trời xanh có những đám mây mong manh to  
Cho tiếng nói của âm thanh bồng bồng lên  
Tạo thành muôn màu sắc  
Em đang nói gì  
Cánh hạc kia nói gì  
Cả bầu trời đang nói gì  
Ta bay theo, bay theo  
Vờn đưa mình trong dải lụa trắng ngà  
Ta thấy thân ta là cát bụi  
Ta thấy từng dòng nhạc tuôn rơi  
Đùa vui trên đôi môi em mộng  
Óng ánh những giọt nước rơi  
Chứa từng hơi nhạc*

*Vỡ tan trong mắt em*

*Anh đèn bóng bật sáng*

*Một mẫu hư vô còn tồn đọng lại. . .*

Cảm xúc lúc nghe tiếng đàn dương cầm

trong buổi tổ chức Nhạc Thánh Phòng 2004



**PHẬT GIÁO VỚI BỆNH TÂM THẦN**  
*Trích trong*  
**HÃY MỞ TÂM BAO LA NHƯ ĐÀI DƯƠNG**  
Nguyên tác: **Make Your Mind an Ocean**  
của Lama Yeshe  
do Trung Tâm Yeshe Wisdom Archive xuất bản  
Vô Huệ Nguyên dịch

Tôi sinh gần Lhasa, thủ đô của Tây Tạng, theo học tại tu viện Sera, một trong ba đại tu viện trong thủ đô này. Ở đây người ta dạy chúng tôi làm thế nào để chấm dứt những vấn đề rắc rối của con người - phần nhiều là những vấn đề thuộc nội tâm, bệnh của tâm; họ rất ít đề cập đến những vấn đề ở bên ngoài. Đó là những gì tôi đã được học - tâm lý học Phật giáo; làm thế nào để chữa tâm bệnh?

Tôi đã làm việc với những người Tây phương khoảng 10 năm, tôi cố gắng tìm hiểu xem tâm lý học Phật giáo có thích hợp với tâm người Tây phương, có thể thực hành được với tâm của người Tây phương hay không. Theo kinh nghiệm của riêng tôi, nó thực sự có kết quả tốt. Vì thế, một số học trò đã mời tôi qua Tây phương để giảng dạy và mở những lớp thiền; đó là lý do tôi có mặt ở đây.

Theo quan điểm của Lạt ma thì những nguyên nhân chính của những vấn đề của con người khởi phát ra từ tâm chứ không phải từ những hoàn cảnh ở bên ngoài. Nhưng thay vì tôi nói ra những vấn đề mà quý vị có thể nghĩ rằng không thích hợp với quý vị, tốt hơn, quý vị hãy đặt những câu hỏi, tôi sẽ theo đó để nói chuyện, như vậy sẽ đem lại nhiều sự thích thú và có kết quả hơn.

Bác sĩ Stan Gold: *Thưa Lạt ma, cảm ơn ngài đã đến đây. Tôi có thể bắt đầu bằng câu hỏi, ngài đề cập đến tất cả những rắc rối của con người đều do “bệnh của tâm”, theo ngài, nó có ý nghĩa gì?*

Lạt ma: Tất cả đều do bệnh của tâm, theo tôi, đó là tâm không nhận ra được sự thật; một cái tâm có khuynh hướng nhận thức giá trị của một người hay một đối tượng có tính cách sai lầm, phóng đại hoặc nhận chìm; nhận thức này là nguyên nhân phát khởi mọi vấn đề. Trong thế giới Tây phương, quý vị không coi sự kiện này là tâm bệnh, tâm lý học Tây phương diễn dịch vấn đề một cách quá nông cạn, chật hẹp. Nếu một người rõ ràng bị quấy nhiễu tình cảm, quý vị coi đó là một vấn đề, nhưng nếu một người không có khả năng nhìn ra được sự thật, không có khả năng hiểu được tính bản nhiên của chính họ thì quý vị lại không nghĩ rằng đó là một vấn đề. Không thấu hiểu bản tính tự nhiên của những thái độ tinh thần là một vấn đề vô cùng quan trọng.

Vấn đề của nhân loại là những cái gì khác chứ không phải là những uất ức, những đè nén tình cảm hay là những sự đổ vỡ tương quan thân hữu. Thực ra, đây chỉ là những vấn đề nhỏ mọn. Vấn đề thực sự là căn bản và quan trọng thì bao la như lòng đại dương mà tất cả chúng ta chỉ nhìn thấy những làn sóng lăn tăn nhấp nhô ở trên mặt. Chúng ta chỉ mới chú ý đến những cái nhỏ đó mà đã hô hoán lên, “Ồ, đây rồi, vấn đề thật là vĩ đại”, trong khi quên đi, bỏ qua đi những nguyên nhân chính, đó là những bản tính bất mãn tự nhiên của con người, của nhân loại. Rất khó mà nhận xét ra được điều này, chúng tôi cho rằng những người không biết đến bản tính bất mãn tự nhiên của tâm họ là những người có tâm bệnh; tâm của họ không được lành mạnh.

Hỏi: *Thưa Lạt ma Yeshe, làm thế nào để chữa trị căn bệnh này? Làm thế nào ngài giúp những người bị tâm bệnh?*

Lạt ma: Tốt, thật là tuyệt diệu. Phương pháp của tôi là cố gắng giúp họ phân tích được bản tính rất tự nhiên của vấn đề. Tôi cố gắng chỉ cho họ biết bản tính chân thật của tâm họ, từ đó họ có thể hiểu được những vấn đề của chính họ. Nếu họ thực hiện được điều này, họ có thể giải quyết được tất cả những vấn đề đến với họ. Tôi không tin rằng tôi có thể giải quyết được vấn đề của họ trong khi chỉ nói chuyện một chút. Có thể vì sự nói chuyện đã giúp họ cảm

thấy một chút gì tốt hơn chẳng, nhưng nó chỉ giúp thay đổi được một chút mà thôi. Cội rễ của vấn đề nằm sâu trong tâm của chúng ta, cho tới khi nào nó còn ở đó thì sự thay đổi hoàn cảnh ở bên ngoài sẽ là nguyên nhân cho nó nổi lên.

Phương pháp của tôi là họ phải tự tìm hiểu, phải tự kiểm soát chính tâm của họ để từ từ nhìn ra được bản tính chân thật của nó. Tôi có kinh nghiệm, mỗi khi cho họ một lời khuyên nhỏ, họ tự nghĩ: “Ồ, thật tốt, vấn đề của tôi đã tan biến; Lạt ma chỉ khuyên một chút mà đã giải quyết được vấn đề,” nhưng đó chỉ là sự bịa đặt. Họ đặt điều như vậy. Không thể có một con đường nào mà chúng ta có thể hiểu được vấn đề tâm linh mà chúng ta không tự trở nên một nhà tâm lý cho chính mình. Chuyện này hoàn toàn không thể có được.

Hỏi: *Làm thế nào ngài có thể giúp họ hiểu được vấn đề của chính họ? Làm thế nào ngài thực hiện được?*

Lạt ma: Tôi cố gắng chỉ cho họ những trạng thái tâm lý rất tự nhiên của chính họ, làm thế nào họ tự nhận ra được và tự kiểm soát được tâm của chính họ. Một khi họ đã biết được điều này, họ có thể nhận diện và tự giải quyết được tất cả những vấn đề của chính họ. Tôi cố gắng dạy họ cách tiếp cận, cách đối diện với vấn đề.

Hỏi: *Xin ngài cho biết một cách chắc chắn rõ rệt, phương pháp nào ngài đã chỉ cho mọi người biết để nhận ra được tâm bản nhiên của họ?*

Lạt ma: Có những bước căn bản để theo hay để phân tích, đây là sự hiểu biết của trí tuệ.

Hỏi: *Phải chăng đó là một cách thiền?*

Lạt ma: Phải, đó là phân tích, tìm hiểu, theo dõi, thiền định.

Hỏi: *Ngài làm thế nào? Ngài dạy người ta tìm hiểu cách nào?*

Lạt ma: Hãy lấy một thí dụ, tôi có thiện cảm với một người. Tôi tự hỏi tôi, “Tại sao tôi có thiện cảm với người này? Cái gì làm tôi có thiện cảm với họ?”

Bằng cách trải nghiệm này, có thể tôi sẽ tìm ra chỉ vì người đó đối xử tốt với tôi, hay vì một lý do tương tự như vậy, có khi chỉ vì

một lý do rất tầm thường, “Tôi yêu anh ta vì anh ta làm điều này, việc kia cho tôi.” Cùng một kiểu phân tích này, nếu tôi không thích một người nào đó; tôi không thích hẳn vì hẳn thế này thế kia. Nhưng nếu chúng ta cố gắng tìm hiểu sâu xa thêm nữa để biết rõ sự thật về những sự kiện tốt hoặc xấu mà chúng ta gán cho những người khác thì lúc đó chúng ta sẽ khám phá ra rằng sự phân biệt của chúng ta về những người bạn hay những kẻ thù đều đặt trên những lý do rất nông cạn, hẹp hòi và tầm thường. Chúng ta đã đặt căn bản phán xét sự kiện trên những giá trị không quan trọng, đã không đặt trên toàn thể nhân tính của một con người. Chúng ta đã gán nhãn hiệu cho cái này tốt hay xấu, chúng ta đã phóng đại chúng ra cho toàn thể. Rồi chúng ta trở nên gay gắt bực bội với những điều chúng ta đã cảm nhận. Bằng phương pháp tìm hiểu, theo dõi, chúng ta có thể nhìn thấy rất rõ ràng rằng không có một lý do nào để chúng ta chia cách, phân biệt, kỳ thị như chúng ta đã làm; những hành động này chỉ cột chặt, trói chặt chúng ta vào khổ đau. Công việc tìm hiểu và phân tích này không phải để cho người khác mà cho chính tâm của chúng ta, để chúng ta nhìn ra được chúng ta đã cảm nhận sự kiện như thế nào và tự mình xác được chính cái tâm kỳ thị, cái tâm phân biệt đang điều động, đang dẫn đưa chúng ta đến sự cảm nhận đó.

Đây là nền tảng khác biệt về cách đối diện với sự kiện để phân tích chúng của người Tây phương, họ chỉ chú ý đến những sự kiện ở bên ngoài, như vậy không đủ yếu tố để nhìn thấu phần cốt tủy là tâm đang điều khiển, đang đạo diễn ở phía bên trong của một người.

Hỏi: *Như vậy ngài cho rằng vấn đề thực sự nằm sâu ở bên trong của mỗi người chúng ta và không đồng ý với quan điểm cho rằng ảnh hưởng xã hội đã làm cho con người trở nên bệnh hoạn?*

Lạt ma: Đúng. Thí dụ, tôi đã gặp rất nhiều người Tây phương, họ đã có những vấn đề với xã hội. Họ nổi giận với xã hội, với cha mẹ, với tất cả mọi thứ. Khi họ hiểu phương pháp tâm lý tôi chỉ cho họ, họ suy nghĩ, “Thật là ngớ ngẩn! Tôi đã luôn luôn đổ lỗi cho xã

hội, nhưng thực ra vấn đề hiện đang ở trong tôi.” Rồi họ thay đổi, họ trở nên một người dễ thương, lịch sự, tôn trọng xã hội, lễ phép với cha mẹ, với thầy cô và hòa nhã với mọi người. Chúng ta không thể đổ lỗi cho người khác hay cho xã hội về những vấn đề của chúng ta.

Hỏi: *Tại sao con người lại đảo lộn sự kiện như vậy?*

Lạt ma: Bởi vì họ không hiểu tâm bản nhiên của chính họ. Hoàn cảnh sống, tư tưởng và triết học có thể trợ giúp một phần nào cho những nguyên nhân, nhưng lý do chính yếu, mọi trở ngại, mọi vấn đề đều do chính tâm của chúng ta khởi phát ra. Dĩ nhiên, những tổ chức xã hội có thể làm xáo trộn đời sống của một số người, nhưng rất ít. Đáng buồn thay, con người có khuynh hướng thổi phồng chúng lên rồi nổi giận với chúng. Đó là thái độ của chúng ta với xã hội, nhưng có ai nghĩ được rằng, hiểu được rằng thế giới này xuất hiện, thành hình không ngoài những giấc mơ, những vọng tưởng của con người.

Hỏi: *Thưa Lạt ma, ngài kiếm được gì trong một biển bản tính của con người?*

Lạt ma: Tôi thường dùng lối diễn tả này để nói vấn đề của con người bao la như biển cả, nhưng chúng ta chỉ nhìn thấy một chút lặn tẩn trên mặt biển. Chúng ta không nhìn thấy cái gì thực sự đang nằm ở bên dưới, mà chỉ cho rằng: “Ồ, tôi đang có vấn đề với nó. Nếu tôi xa nó, vấn đề sẽ hết.” Giống như nhìn một cái bếp điện mà không hiểu rằng chính điện lực ở bên trong làm cho bếp nóng lên.

Hỏi: *Vấn đề gì đang nằm ở bên dưới làn sóng?*

Lạt ma: Bất mãn. Không thỏa mãn. Một cái tâm bất mãn, một cái tâm luôn luôn không thỏa mãn, một cái tâm luôn luôn không hài lòng với những gì mình có, đây là yếu tố căn bản tự nhiên của con người. Chúng ta không bằng lòng với chính chúng ta, chúng ta không thỏa mãn với thế giới ở bên ngoài. Sự bất mãn này giống như là một đại dương.

Hỏi: *Ngài hỏi người khác về họ hay làm thế nào để họ tự cảm thấy họ hiểu chính họ?*

Lạt ma: Có khi chúng tôi hỏi, nhưng thường thường chúng tôi không hỏi. Có những người có những vấn đề đặc biệt. Trong những trường hợp đó, chúng tôi tìm hiểu chính xác vấn đề là gì để từ đó chúng tôi có thể khuyên giải bằng những phương pháp đặc biệt hơn. Nhưng thường thường không cần thiết vì tự căn bản những vấn đề của con người đều giống như nhau.

Hỏi: *Để giúp một người tìm ra được vấn đề của họ và rồi giải quyết nó, ngài phải tốn hết bao nhiêu thời gian? Như ngài biết, một bác sĩ tâm thần Tây phương, chúng tôi đã tốn rất nhiều thời gian với bệnh nhân để giúp họ khám phá ra đặc tính tự nhiên của vấn đề của họ. Ngài cũng làm như vậy hay một cách nào khác?*

Lạt ma: Phương pháp của chúng tôi không đòi hỏi chúng tôi phải dùng nhiều thời giờ với một cá nhân. Chúng tôi giải thích đặc tính căn bản của vấn đề và khả năng có thể chuyển hóa nó; rồi chúng tôi dạy những phương pháp căn bản để giải quyết nó. Họ thực tập những phương pháp này; sau một thời gian, chúng tôi kiểm điểm lại xem họ đã đạt được những kinh nghiệm gì.

Hỏi: *Thưa Lạt ma, ngài đã nói rằng tất cả mọi người đều có những vấn đề căn bản như nhau?*

Lạt ma: Đúng, đúng như vậy. Phương Đông cũng như Phương Tây, tự căn đề đều giống như nhau. Nhưng bên Phương Tây, người ta có bệnh viện trước khi người ta bảo anh bị bệnh. Điều đó quá nông cạn đối với chúng tôi. Theo tâm lý học của Đức Phật và kinh nghiệm của Lạt ma, căn bệnh nằm rất sâu chứ không tỏ lộ rõ ràng như những triệu chứng của bệnh viện. Cho tới khi nào tâm bất mãn bao la như đại dương còn tồn tại ở bên trong chúng ta, thì chỉ một chút thay đổi rất nhẹ nhàng của hoàn cảnh cũng đủ gây ra vấn đề. Nhìn xa hơn, ngay cả những vấn đề có thể nói là thuộc về tương lai cũng cho chúng ta biết đó là hậu quả của một cái tâm không lành mạnh. Tất cả chúng ta ở đây, tự căn bản chúng ta giống như nhau, đó là một cái tâm không được thỏa mãn. Kết quả là chỉ một chút thay đổi ở chung quanh đã khiến chúng ta bệnh. Tại sao? bởi vì nguyên nhân của vấn đề đang nằm trong tâm của chúng ta. Điều

này thật là quan trọng để nhỏ tận gốc rễ của vấn đề hơn là tốn phí thời giờ cố gắng trực diện với những ý tưởng nông cạn, hời hợt hay những cảm xúc của con người. Thái độ này không bao giờ có thể chấm dứt được những dấu vết liên tục của vấn đề; nó chỉ được thay thế bằng một vấn đề mới mà chúng ta tưởng rằng chúng ta vừa giải quyết xong.

Hỏi: *Có phải vấn đề căn bản của tôi cũng giống như của anh ta?*

Lạt ma: Đúng vậy, vấn đề căn bản của tất cả mọi người là cái mà chúng ta thường gọi là vô minh - vô minh là không thấu hiểu được bản tính tự nhiên của một cái tâm bất mãn. Cho tới khi nào anh còn cái tâm này là anh còn ngồi chung thuyền với những người khác. Không nhìn ra được sự thật này chẳng phải riêng gì người Tây phương, cũng chẳng phải riêng gì người Đông phương. Đây là vấn đề của con người, của tất cả chúng ta.

Hỏi: *Vấn đề căn bản là chúng ta không biết được bản tính tự nhiên của tâm chúng ta?*

Lạt ma: Đúng, rất đúng.

Hỏi: *Và tâm của tất cả chúng ta đều có bản tính giống như nhau?*

Lạt ma: Đúng, bản tính giống nhau.

Hỏi: *Mỗi người chúng ta đều có cùng một vấn đề căn bản?*

Lạt ma: Đúng, nhưng cũng có những cái khác biệt. Thí dụ, một trăm năm về trước, người Tây phương có một số vấn đề, do sự phát triển rộng lớn của kỹ thuật, họ đã giải quyết được rất nhiều, nhưng bây giờ lại có một số vấn đề khác sinh ra. Đó là điều tôi muốn đề cập đến. Vấn đề mới thay thế vấn đề cũ, nhưng cũng vẫn là vấn đề, bởi vì cái vấn đề căn bản vẫn còn đó. Vấn đề căn bản này bao la như đại dương; cái mà chúng ta đã cố gắng giải quyết chỉ là những làn sóng lăn tăn trên mặt. Bên trời Đông cũng vậy. Ở Ấn độ, vấn đề mà người ta kinh nghiệm được ở trong làng xã thì khác với kinh nghiệm của những người sống ở thủ đô Tân Đề Li,

nhưng chúng cũng vẫn là vấn đề. Đông hay Tây, căn bản đều như nhau.

Hỏi: *Thưa Lạt ma, theo tôi hiểu, ngài nói rằng vấn đề căn bản là mỗi cá nhân đã đánh mất bản tính tự nhiên chân thật của họ. Chúng ta đánh mất như thế nào? Tại sao nó xảy ra như vậy?*

Lạt ma: Lý do là chúng ta đã quá bận bịu với những gì ở bên ngoài chúng ta. Chúng ta quá chú trọng đến những gì xảy ra ở thế giới cảm quan để không còn thời giờ khám xét xem những gì đang xảy ra ở trong tâm của chúng ta. Chúng ta đã không bao giờ tự thắc mắc tại sao thế giới cảm quan quá quyến rũ như vậy, tại sao sự vật xuất hiện như vậy, tại sao chúng ta lại phản ứng trước một sự kiện như vậy. Tôi không nói rằng chúng ta nên bỏ qua thế giới bên ngoài, nhưng chúng ta nên xử dụng số năng lực, ít ra cũng bằng, để phân tích sự liên hệ của chúng ta với nó. Nếu chúng ta có thể lý giải được bản tính của cả chủ thể lẫn đối tượng thì chúng ta có thể chấm dứt được những vấn đề của chúng ta. Chúng ta chấp nhận rằng có một đời sống vật chất thì tốt, nhưng chúng ta vẫn có thể tự hỏi: “Phải chăng cái này thực sự thỏa mãn tôi? Tất cả chỉ là như vậy sao?” Chúng ta có thể tìm hiểu tâm của chúng ta, “Sự thỏa mãn thực sự đến từ đâu?” Nếu chúng ta hiểu rằng sự thỏa mãn không chỉ tùy thuộc vào những sự vật ở bên ngoài thì chúng ta có thể vừa hưởng thụ đời sống vật chất vừa có một tâm bình an.

Hỏi: *Nói một cách chung, sự thỏa mãn tự nhiên của mỗi người thì khác nhau hay giống nhau?*

Lạt ma: Nói một cách tương đối, mỗi cá nhân có lối suy nghĩ riêng, cảm xúc riêng và phân biệt riêng; do đó mỗi người có một lối hưởng thụ riêng. Rất tương đối. Nhưng nếu chúng ta tìm hiểu sâu xa hơn, nếu chúng ta nhìn sâu vào căn bản của vấn đề, cái không bao giờ thay đổi, trong một cấp độ sâu xa của cảm giác, phúc lạc tồn tại lâu bền hơn, chúng ta sẽ thấy rằng tất cả mọi người đều có thể xác định được những lãnh vực hưởng thụ của chính mình. Trong một môi trường tương đối như thế giới trần tục này, chúng ta thường nghĩ, “hạnh phúc của tôi như thế này, như thế

kia, do đó tôi phải có cái này, cái này, cái này. Nếu tôi biết rằng tôi đang ở trong những hoàn cảnh như vậy, trong những trạng huống như vậy, tôi sẽ bị khổ sở.” Nói một cách tương đối, kinh nghiệm của chúng ta hoàn toàn có tính cách cá nhân; mỗi người chúng ta có những sự phân biệt riêng. Nhưng một cách tuyệt đối, chúng ta có thể xác định được cấp độ của hạnh phúc.

Hỏi: *Thưa Lạt ma, ngài giúp người ta giải quyết vấn đề bằng sự thiền định hay bằng cách từ bỏ thế giới bên ngoài? Đây là phương pháp ngài hướng dẫn mọi người?*

Lạt ma: Không cần thiết phải như vậy. Chúng ta nên thực sự tỉnh thức trên cả hai lãnh vực, cái gì xảy ra ở trong tâm của chúng ta và tâm của chúng ta liên hệ với thế giới ở bên ngoài như thế nào, hoàn cảnh sống ở chung quanh chúng ta có ảnh hưởng gì đến tâm của chúng ta. Chúng ta không thể tách rời cuộc sống của chúng ta, chúng ta phải đối diện với nó, chúng ta phải thật sự cởi mở với tất cả mọi vấn đề.

Hỏi: *Sự hướng dẫn của ngài luôn luôn thành công?*

Lạt ma: Không. Không phải luôn luôn như vậy.

Hỏi: *Cái gì làm nó không thành công?*

Lạt ma: Có khi là ngôn ngữ, sự truyền thông; người ta hiểu lầm những gì tôi trình bày. Có lẽ người ta không có đủ kiên nhẫn để thực hành phương pháp mà tôi đề nghị. Chúng ta phải cần thời gian để chuyển hóa cái tâm bất mãn của chúng ta. Chuyển hóa tâm không phải như sơn một cái nhà. Chúng ta có thể thay đổi màu sắc của căn nhà trong một giờ nhưng chúng ta cần một thời gian rất lâu để chuyển hóa những thái độ của tinh thần.

Hỏi: *Thời gian ngắn nhất là bao lâu? một tháng? một năm?*

Lạt ma: Nó tùy theo từng cá nhân cũng như tùy mỗi loại vấn đề mà chúng ta đối diện với. Nếu chúng ta có vấn đề với cha mẹ, có thể chúng ta sẽ giải quyết được trong vòng một tháng. Nhưng để thay đổi toàn diện những vấn đề căn bản ở trong tâm, như một cái tâm bất mãn, chúng ta cần phải trải qua hàng năm, hàng năm...

Những làn sóng ở trên mặt thì dễ, nhưng lòng đại dương thì khó vô cùng. Xin cảm ơn, đây là một câu hỏi rất hay.

Hỏi: *Với những người được tuyển chọn để được giúp đỡ, ngài có một chương trình làm việc không?*

Lạt ma: Không, chúng tôi không có một tiến trình tuyển chọn nào.

Hỏi: *Như vậy là người ta đến với ngài một cách tự nhiên?*

Lạt ma: Phải. Tất cả mọi người đều có thể đến. Không phân biệt màu sắc, chủng tộc, giai cấp, tất cả mọi chúng sinh đều có những cơ hội để giải quyết những vấn đề của chính họ. Không có một vấn đề nào mà không có thể giải quyết được bằng trí tuệ của con người. Nếu chúng ta khôn ngoan chúng ta có thể giải quyết được tất cả mọi vấn đề.

Hỏi: *Vậy những người không khôn ngoan thì sao?*

Lạt ma: Như vậy anh cần phải dạy người ta làm thế nào để khôn ngoan. Trí tuệ không phải là một trực giác, chúng ta cần phải thực hành, phải mở cánh cửa tâm để đón nó.

Hỏi: *Ngài có thể chỉ cho trẻ con phương pháp này để giải quyết những vấn đề của chúng không?*

Lạt ma: Nhất định là được. Nhưng với trẻ con, chúng ta không thể luôn luôn thông minh hóa vấn đề. Đôi khi chúng ta phải dùng những cách khác như nghệ thuật, vẽ, cử chỉ tay chân; chúng ta không cần phải thông minh hóa để chỉ cho chúng điều này, cách kia.

Hỏi: *Thưa Lạt ma, phương pháp dễ nhất, ngắn nhất nào ngài có thể giúp những bậc cha mẹ dạy con của họ hiểu được tâm bản nhiên của chúng?*

Lạt ma: Điều trước nhất tôi có thể nói là các bậc cha mẹ không nên thông minh hóa lời khuyên bảo. Hành động đúng và tạo dựng những hoàn cảnh sống an lành thì có hiệu quả hơn. Nếu chúng ta làm được như vậy, con trẻ sẽ học hỏi một cách tự nhiên. Ngay cả những đứa trẻ sơ sinh chúng cũng có thể bắt được những làn sóng, những rung cảm, những âm hưởng. Tôi còn nhớ lúc còn nhỏ, khi

cha mẹ tôi cãi nhau, tôi cảm thấy sợ hãi, buồn đau. Chúng ta không cần dạy con cái nhiều quá, thay vì thế, hãy hành xử đúng đắn, nhẹ nhàng, ôn hòa và tạo dựng những hoàn cảnh tốt. Tất cả là như vậy; đặc biệt khi chúng còn quá nhỏ để hiểu biết ngôn ngữ.

Hỏi: *Chúng ta cần điều kiện gì cho thân xác để con người sống hạnh phúc và vui vẻ, thừa ngài?*

Lạt ma: Điều vô cùng quan trọng để có một thân xác khỏe mạnh là sống hạnh phúc và vui vẻ, bởi vì đó là sự hòa hợp giữa hệ thần kinh của thể xác và tâm của chúng ta. Sự xáo trộn trong hệ thần kinh là nguyên nhân gây xáo trộn cho tâm hồn. Sự thay đổi thân xác là nguyên nhân cho sự thay đổi của tâm hồn. Có một sự liên kết rất quan trọng giữa thân và tâm.

Hỏi: *Ngài có ý kiến gì về vấn đề kiêng cử ăn uống và sinh hoạt tình dục để giữ cho thân thể được khỏe mạnh?*

Lạt ma: Cả hai vấn đề đều quan trọng. Dĩ nhiên là chúng ta mỗi người đều khác nhau, do đó chúng ta không thể có một phương pháp kiêng cử cho tất cả mọi người. Mỗi người, mỗi thân thể cần một phương pháp thích hợp riêng, vì sự thay đổi của cơ thể sẽ ảnh hưởng đến toàn diện con người. Cũng vậy, tình dục quá độ sẽ làm yếu kém thân xác, thân xác yếu tâm sẽ yếu, sự tập trung năng lượng hay sự phát huy trí tuệ sẽ bị giảm sút.

Hỏi: *Thể nào là quá độ?*

Lạt ma: Tùy theo từng cá nhân. Không có một công thức chung cho tất cả mọi người. Sức mạnh của mỗi người khác nhau, hãy tự tìm hiểu qua những kinh nghiệm của riêng anh.

Hỏi: *Tại sao chúng ta lại ở đây? Chúng ta sống vì lý do gì?*

Lạt ma: Cho tới khi nào chúng ta còn bám víu vào thế giới cảm giác, thì chúng ta còn bám víu vào thân xác của chúng ta, như vậy chúng ta còn phải sống trong nó.

Hỏi: *Nhưng chúng ta sẽ đi về đâu? Tôi có phải đi về đâu không?*

Lạt ma: Có chứ, dĩ nhiên là có, chúng ta không có sự chọn lựa. Chúng ta không tự tại, thường hằng, không mãi mãi như vậy, nên

chúng ta phải đi. Thân xác của chúng ta được cấu tạo bởi tứ đại, bởi 4 yếu tố luôn luôn thay đổi là đất, nước, lửa (sức ấm) và gió (khí). Khi chúng cân bằng, chúng ta phát triển đều đặn và khỏe mạnh. Nhưng một khi chúng đi vào tình trạng không cân bằng với nhau, thân xác của chúng ta liền bị xáo trộn và có thể chết.

Hỏi: *Rồi chuyện gì sẽ xảy ra? Chúng ta sẽ tái sinh?*

Lạt ma: Phải rồi, chúng ta sẽ tái sinh. Tâm của chúng ta, hay tâm thức, khác với thể xác bằng xương thịt của chúng ta. Khi chết, chúng ta sẽ rời bỏ cái thân xác này và sẽ đi vào một cái thân mới. Do đó từ vô thủy chúng ta đã chết và tái sinh không biết bao nhiêu lần rồi. Chúng ta hiểu điều đó. Đức Phật dạy rằng ở mức độ tương đối, đặc tính tự nhiên của tâm thì hoàn toàn khác với thân xác.

Hỏi: *Có phải chúng ta sống để liên tục tự phát triển không? Khi về già, chúng ta sẽ khá hơn bây giờ?*

Lạt ma: Chúng ta không bao giờ biết chắc được điều đó. Có khi về già chúng ta còn tệ hơn bây giờ. Nó tùy theo sự phát triển trí tuệ của chúng ta. Có những đứa trẻ thông minh hơn người lớn. Chúng ta cần phải có trí tuệ để phát triển trong đời sống của chúng ta.

Hỏi: *Nếu chúng ta hiểu biết khá trong kiếp này, kiếp sau chúng ta có tinh tấn khá hơn không?*

Lạt ma: Chắc chắn là khá hơn. Càng thấu hiểu tâm bản nhiên ở kiếp này, càng tiến bộ hơn ở kiếp sau. Ngay khi ở kiếp này, nếu chúng ta hiểu được tâm bản nhiên ngày hôm nay, ngày mai kinh nghiệm của chúng ta sẽ khác hơn, sẽ khá hơn nhiều.

Hỏi: *Thưa Lạt ma, niết bàn là gì?*

Lạt ma: Niết bàn (nirvana) là danh từ tiếng Phạn, có nghĩa là tự do hay sự giải thoát. Giải thoát nội tâm. Có nghĩa là con tim của chúng ta không còn bị hạn chế bởi một cái tâm không tinh thức, một cái tâm bất mãn, một cái tâm bị ức chế và chúng ta không còn bị cột chặt bởi những sự bám víu, thèm khát. Khi chúng ta nhận ra được bản tính tự nhiên của tâm, chúng ta sẽ tự giải thoát khỏi những ràng buộc và có khả năng tìm được phúc lạc mà không còn

bị lệ thuộc vào những đối tượng của cảm giác. Tâm của chúng ta bị hạn chế bởi vì chúng ta có ý niệm về bản ngã, về một cái tôi tự tại và hiện hữu; để cởi bỏ những hạn chế này, chúng ta phải buông bỏ bản ngã của chính chúng ta, chứ không phải những điều mà chúng ta thường nghe nói bên phương Tây. Ở đây người ta dạy chúng ta cách xây dựng bản ngã, họ nói nếu chúng ta không có bản ngã mạnh, chúng ta sẽ thua, chúng ta không còn là con người, chúng ta sẽ yếu hèn. Đó là những quan điểm của xã hội.

Ngược lại, theo quan điểm của tâm lý học Phật giáo, ý niệm có một bản ngã là vấn đề lớn nhất của chúng ta, nó là một trở ngại vĩ đại, là một ông vua của vấn đề, những cảm giác khác chỉ là thần dân, bản ngã chính là một ông vua. Một khi chúng ta thoát khỏi ông vua bản ngã thì triều đại ảo giác sai lầm kia liền sụp đổ, biến mất, những xáo trộn, những ràng buộc tâm sẽ tan biến và lúc đó chúng ta sẽ đi vào một trạng thái tâm an lạc vô bờ bến. Đó là niết bàn, sự tự do của nội tâm. Tâm của chúng ta không còn bị trói chặt vào những điều kiện này, sự việc kia như hiện tại. Giờ đây, vì tâm của chúng ta còn bị lệ thuộc vào những hiện tượng khác, khi những hiện tượng này di chuyển, nó lôi kéo tâm chúng ta đi theo. Chúng ta không có sự kiểm soát, chúng ta bị xô mũi và bị dẫn đi như con thú. Chúng ta không có tự do, chúng ta không có tự chủ. Chúng ta nghĩ rằng chúng ta đang tự do, chúng ta đang độc lập, nhưng thực ra không phải vậy, nội tâm của chúng ta không thực sự tự do. Mỗi khi cái tâm không tỉnh thức nổi lên là ngay lập tức chúng ta đau khổ.

Do đó, giải thoát có nghĩa là thoát ra khỏi những ràng buộc, không còn bị lệ thuộc vào những điều kiện, lúc đó chúng ta kinh nghiệm được sự bền vững, an lạc, thay vì sự lên xuống đổi thay như đời sống hiện tại. Đó là niết bàn. Dĩ nhiên đây chỉ là sự giải thích vắn tắt; chúng ta có thể nói về đề tài này hàng giờ, nhưng không phải lúc này. Tuy nhiên, nếu chúng ta hiểu được sự tự do của nội tâm, chúng ta sẽ nhận thức được những niềm vui tạm bợ đang ở quanh đây, nhưng chúng chẳng quan trọng lắm

Chúng ta cũng nhận thức được rằng là một chúng sinh chúng ta có khả năng và có những phương pháp để đạt tới trạng thái thường hằng của niềm an lạc vô biên và vô điều kiện. Điều này mang đến cho chúng ta một ý thức mới, một niềm tin trong cuộc đời.

Hỏi: *Tại sao ngài cho rằng phương pháp của Phật giáo lại mang đến cho từng cá nhân cơ hội tốt để tinh tấn trong việc tìm hạnh phúc trường cửu hơn là những phương pháp khác khó thực hành và đôi khi còn vô ích?*

Łạt ma: Tôi không nói rằng vì phương pháp của Phật giáo thành công mà chúng ta không cần đến những phương pháp khác. Mỗi người đều khác nhau; mỗi cá nhân có những vấn đề riêng nên cần những phương thức giải quyết riêng. Một phương pháp không thể áp dụng cho tất cả mọi người. Ngay bên phương Tây, quý vị không thể nói rằng Thiên Chúa giáo có thể giải quyết được tất cả mọi vấn đề của con người, nên chúng ta không cần đến tâm lý học hay bất cứ loại triết học nào nữa. Điều này hoàn toàn sai lầm. Chúng ta cần rất nhiều phương pháp, bởi vì mỗi người có một cá tính riêng biệt, có những cảm xúc riêng biệt nên họ cần một phương pháp thích hợp riêng. Nhưng câu hỏi quan trọng mà chúng ta cần phải đặt ra cho bất kỳ phương pháp nào là nó có thể giúp chúng ta thật sự chấm dứt được những vấn đề một cách mãi mãi hay không?

Thực ra, Đức Phật đã dạy chúng ta một phương pháp vô cùng tuyệt diệu để đối trị hầu như tất cả mọi vấn đề. Có người nghĩ rằng Phật giáo chỉ là một đề tài nhỏ. Thực ra, Đức Phật đã để lại hàng tỷ tỷ cách giải quyết khác nhau cho muôn vàn vấn đề mà con người thường đối diện. Nó hầu như thích hợp cho từng cá nhân một. Phật giáo không bao giờ tuyên bố chỉ có một phương pháp giải quyết duy nhất cho tất cả mọi vấn đề, như kiểu tuyên bố “Đây là con đường duy nhất.” Đức Phật đã cống hiến cho chúng ta rất nhiều cách giải quyết tuyệt vời để phá tan tất cả mọi vấn đề mà con người có thể tưởng tượng ra. Cũng không có vấn đề nào cần

phải giải quyết ngay lập tức. Có những sự kiện chúng ta phải đi từ từ, từng giai đoạn một. Phương pháp của Phật giáo cũng đã đề cập đến những trường hợp này. Đó là lý do tại sao chúng ta cần rất nhiều phương pháp khác nhau.

Hỏi: *Thưa ngài, đôi khi chúng tôi nhận thấy có những bệnh nhân quá nghiêm trọng, họ cần phải dùng nhiều lượng thuốc lớn khác nhau hay cần phải tốn rất nhiều thời giờ trước khi chúng tôi có thể tiếp xúc được với họ. Làm sao ngài có thể tiếp được những người mà ngài không thể lý luận với, ngay cả không thể nói chuyện được với họ?*

Lạt ma: Trước hết chúng tôi thử từng chút một, rất từ từ, hãy làm bạn với họ, hãy tạo niềm tin nơi họ. Rồi, khi họ tỏ ra có tiến bộ, chúng tôi mới bắt đầu đi vào vấn đề. Dĩ nhiên, không phải lúc nào cũng thành công. Khung cảnh chung quanh cũng vô cùng quan trọng, như một căn nhà yên tĩnh ở thôn quê; một nơi thanh thản an lành, một hình ảnh thích hợp, một màu sắc hữu ích...vân vân... Khó chứ không phải dễ.

Hỏi: *Một số tâm lý gia Tây phương cho rằng tính hăng hái, tính năng động thì quan trọng và rất cần thiết cho đời sống tự nhiên của con người, rằng sự giận dữ là một sức mạnh hướng dẫn, mặc dầu đôi khi nó mang lại rất nhiều rắc rối cho chúng ta. Quan niệm của ngài thế nào về sự nổi giận và tính năng động đó?*

Lạt ma: Tôi xin thẳng thắn, bạo dạn mà nhấn mạnh rằng chúng ta không nên tức giận, đừng bao giờ để nó xuất hiện ra. Thay vì như vậy, chúng ta hãy tìm hiểu tại sao chúng ta lại nổi giận, lý do ở đâu và nó xuất hiện như thế nào. Khi chúng ta nhận diện được sự kiện này, thay vì để nó phát xuất ra ngoài, cơn nóng giận của chúng ta sẽ tự tiêu tan đi. Bên trời Tây, có người quan niệm rằng muốn chấm dứt cơn tức giận thì hãy để nó phát xuất ra, rằng hãy nổi giận đi, cơn giận sẽ hết ngay. Thật ra, trong trường hợp này, chúng ta đã in vào tâm của chúng ta một dấu ấn giận dữ mà nó sẽ trở lại sau này. Hậu quả sẽ xảy ra ngược lại với điều họ tin tưởng. Tưởng rằng cơn tức giận sẽ chạy trốn nhưng thực ra chúng ta đã

tích tụ thêm nóng giận ở trong tâm. Dấu ấn giận dữ ở lại trong tâm thức của chúng ta để rồi sẽ phản ứng lại mãnh liệt hơn khi có cơ hội. Không cho nó phát xuất ra không có nghĩa là chúng ta đàn áp nó, đè nén nó, đóng nút chai lại. Điều đó cũng rất nguy hiểm.

Chúng ta phải học cách khám nghiệm thật sâu xa bản tính tự nhiên của sự giận dữ, của tính năng động, của sự sợ hãi lo âu hay của bất cứ cái gì mà chúng mang lại trở ngại khó khăn cho chúng ta. Mỗi khi chúng ta nhìn sâu vào bản tính tự nhiên của những nguồn năng lượng tiêu cực này, chúng ta sẽ thấy rằng chúng hoàn toàn là tưởng tượng, không có thật, đó chỉ là sản phẩm của tâm chúng ta. Mỗi khi cảm tính của chúng ta thay đổi, nguồn năng lượng tiêu cực này liền biến mất, hiểu thấu bản tính tự nhiên của ghen ghét, giận dữ, năng động...vân vân... chính là tiêu hóa chúng bằng trí tuệ.

Hỏi: *Sự giận dữ khởi đầu từ đâu? Sự giận dữ để lại dấu ấn, để lại dấu ấn, để lại dấu ấn.... cứ như vậy mà tiếp diễn, thưa ngài?*

Lạt ma: Sự giận dữ khởi đầu bằng sự bám víu vào những cảm giác khoan khoái dễ chịu. Hãy suy nghĩ xem, chúng ta hãy tự nghiên cứu xem. Đây chính là sự huyền diệu của tâm lý, nó rất khó hiểu. Khi người nào đụng đến cái mà chúng ta rất yêu thích, chúng ta liền phản ứng ngay. Sự quyến luyến, sự bám víu, sự ái mộ, sự gắn bó, sự ham muốn... chính là nguồn gốc của những cơn nóng giận.

Bác sĩ Gold: *Thưa Lạt ma, xin cảm ơn ngài rất nhiều về chuyên viếng thăm này. Thật là thích thú, những lời thuyết giảng của ngài rất hữu ích.*

Lạt ma: Đa tạ, tôi rất vui vì đã được gặp tất cả quý vị.  
(Lama Yeshe thuyết giảng tại Prince Henry's Hospital, Melbourne, Úc châu, ngày 25/03/1975)

## KHI THU QUA, ĐÔNG ĐẾN, VẪN CÒN THẤY EM

*Ai có hay chăng, mùa Thu mới qua đây  
Hương Thu còn lảng vãng  
Trên đôi môi em cười  
Sáng trên đôi mắt hồn nhiên tuổi thơ  
Mảnh tình xưa còn đó  
Đi nhau trên con đường  
Con đường ngày xưa có lá vàng rơi  
Có bóng chiều rơi,  
Có nắng lùa theo  
In hình từng dấu chân non  
Bước nhẹ trên lá vàng rơi  
Nay còn lại gì không  
Khi mưa đã rơi  
Khi tuyết đã rơi  
Mùa đông buồn vấn vương  
Ai có hay chăng, Thu đã qua  
Tuyết đã rơi  
Phủ lấp muôn đời  
Chôn kín tình hoang dại  
Khi gió bay qua  
Khi nắng vương lên  
Long lanh màu thủy tinh  
Trong vùi sâu của màu nắng  
Chiếc lá vàng còn in sương  
Vẫn còn mầm sống  
Lung linh màu mắt em...*

Ngày cuối năm 2004

## HÃY NÓI CÙNG GIỌT MƯA



*Có những hạt mưa  
Thấm ướt cuộc đời  
Có những cơn mưa  
Rơi xuống cuộc đời  
Vui tình lãng du  
Lóng lánh mặt hồ  
Trờ thành tình cầu  
Cho đời băng khuâng  
Có những hạt mưa  
Đi qua đời người  
Như vô tình, hững hờ  
Để người thành gió  
Để lòng thành mưa  
Đùa theo cơn gió  
Nú kéo tình ai  
Bao cơn mù lòa*

*Thấy mình là người  
Thấy người là mình  
Vi trong trái tim  
Còn chút cơn đau  
Còn chút xót xa  
Còn bóng con người  
Nên tình cười vui  
Khúc hát nhân tình  
Nên tình nở non  
Tiếng nói con người  
Tắm lòng thành gió  
Hòa tan trong mưa  
Tươi mát đời người  
Xót vui tình người . .  
16.10.04*

Tiền kiếp đưa bước chân con người hiện hữu trên cõi đời này, từ bé thơ vừa mới chào đời, đến khi trưởng thành, dấn thân vào đời và đi dần trở về quê cũ. Đó là những chuỗi ngày dài, nhưng trăm năm cũng chỉ là hạn hữu so với tấm lòng vũ trụ vô tận. Làm sao ta có thể nhìn lại mình để thấy sự có mặt trên cõi nhân gian này là gì, đi đâu, như bao lần đã đi qua, quên lãng. Bước chân này để tìm nhau, để cho nhau những nhận thức vào đời, để biết mình đang là kẻ lang thang. Chỉ có vòng tay này, dù vô nghĩa, dù huyền thoại, dù trống không, nhưng đã đưa em vào đời, đưa em rời khỏi vực sâu, để thấy bao điều ấm áp, và hư ảo của cuộc đời soi rõ để...

## MẮT VƯƠNG MÀU HY VỌNG

*Có những hạt mưa  
Thấm ướt cuộc đời  
Có những cơn mưa  
Rơi xuống cuộc đời  
Vui tình lãng du  
Lóng lánh mặt hồ  
Trờ thành tinh cầu  
Cho đời băng khuâng*

*Có những hạt mưa  
Đi qua đời người  
Để người thành gió  
Để người thành mưa  
Đùa theo cơn gió  
Núi kéo tình người  
Bao cơn mù lòa*

*Thấy mình là người  
Thấy mình là người  
Vì trong trái tim  
Còn chút cơn đau  
Còn chút xót xa  
Còn bóng con người  
Nên tình cười vui*

*16.10.05*



## BIỂN CUỐN TRÔI ĐỜI EM

( **Trận động đất – sóng thần Tsunami**  
ngày 26.12.2004 )

*Cả bầu trời im lặng  
Biển mở rộng hơn bao giờ  
Từng cơn sóng nhỏ vào bờ  
Rồi những cơn sóng giận dữ tràn vào  
Từng đợt sóng dâng cao, vươn mình trên bầu trời biển mênh mông  
Sự man dại hiện hình  
Biển cuốn trôi từng ngôi làng  
Cuốn trôi từng cây cối  
Chiếm lĩnh, gặm nhấm mọi nơi  
Biển cuốn trôi con người vùi sâu trong nước  
Biển cuốn trôi em  
Tất cả đều bình đẳng trước cơn sóng thần  
Bình đẳng trước cái chết  
Biển không tha em  
Dù em yếu đuối, nhỏ nhoi của tuổi thơ  
Dù em trưởng thành, sắc đẹp, oai hùng  
Biển vẫn không tha em  
Để lại toàn cảnh bi thương, đổ nát, hoang tàn  
Mảnh đất gồ ghề, từng ô hợp xà bần,  
Xác người sinh trương, hôi thúi  
Để không còn là gì?  
Biển bỏ đời em ra đó  
Để em là hư vô  
Từng người đàn bà ốm yếu, nước mắt máu chảy dài.  
Từng người đàn ông, tìm kiếm vợ con  
Từng đứa bé cất lên tiếng khóc  
Còn đâu cha mẹ, người thân yêu  
Trái tim bịt kín, vô hồn  
Tiếng nói câm lặng*

Sự im lặng còn lại chỉ là rạt rào sóng biển  
Cảnh chết chóc bao trùm, oằn oại  
Đau thương tận cùng..  
Nhưng, rồi một người bước đến  
Rồi nhiều người xông tới  
Rồi hàng triệu triệu người đã đến,  
triệu triệu cánh tay mở rộng,  
triệu triệu trái tim nóng hổi tình đồng loại  
Trên từng con đường, trên từng căn lều tị nạn, trên từng tấc đất  
đang trống vắng, vô cảm  
Sóng Thần đưa con người lại gần nhau  
Động đất xóa tan ranh giới chia cách con người  
Cái chết thì bình đẳng  
Tấm lòng thì mở rộng  
Nước mắt cùng mặn  
Trái tim thì tràn đầy máu đỏ  
Sao mọi người không biến giây phút chia xẻ này thành miên viễn  
Sao mọi người không mở rộng vòng tay, tấm lòng này đến mọi  
người  
Em hãy tự gỡ gút dây này  
Để những gút dây còn lại tự động mở  
Để chiến tranh không còn, tôn giáo chia rẽ con người không còn,  
chủ kiến độc tôn không còn  
Để trái tim em và anh, còn lại mãi mãi tình người....

Ngày 8.1.2005





# BẢO BỘ

HAY

## SỰ KHAI TRIỂN PHẬT CHẤT ĐỂ ĐÓNG GÓP CHO NỀN VĂN HÓA TÂM LINH CỦA NHÂN LOẠI

- Kính dâng lên chư Tổ, Ân sư Thích Viên Đức, Thích Quảng Trí và những hành giả Du già, đã và đang âm thầm nuôi dưỡng, duy trì và phổ biến Mật giáo tại Việt Nam.
- Kính tri ân những tác giả các quyển sách mà tôi đã trích đăng hay tham khảo khi viết bài tiểu luận này.
- Thương tặng Thanh- người vợ và là người bạn đạo đồng hành.

"Trong tất cả các pháp, tâm dẫn đầu, tâm là chủ, tâm tạo tác tất cả. Nếu đem tâm ô nhiễm tạo nghiệp nói năng hoặc hành động, sự khổ sẽ theo nghiệp kéo đến như bánh xe lăn theo chân con vật kéo xe. Nếu đem tâm thanh tịnh tạo nghiệp nói năng hoặc hành động, sự vui vẻ theo nghiệp kéo đến như bóng theo hình"  
( Kinh Pháp cú, phẩm Song yếu).

*Tùy duyên sự sự liễu  
nhật dụng hà khiếm thiếu?  
nhất thiết dẫn tâm thường*

*tự nhiên bất diên đảo*

Nghĩa:

Tùy duyên mọi việc xong

hàng ngày đâu sợ thiếu

tất cả là tâm thương

tự nhiên hết diên đảo

*Thiền sư Chân Tịnh*

Một buổi chiều, sau một ngày đi làm về mệt mỏi, tôi nằm trên bộ salon ở phòng khách, thư giãn. Cố để đầu óc trống rỗng để xua đuổi đi những va chạm, phức tạp của đời sống thường nhật còn vẩn vương. Mỗi ngày, tôi vẫn thường làm như vậy, như một cái bình ắc-quy đã bị hao kiệt sau một ngày sử dụng, giờ cần bù đắp lại năng lực. Cuộc đời như là cái biển bao la, có những đợt sóng- sóng lớn, sóng nhỏ. Sóng sau xô đẩy sóng trước, rồi sóng sau lại trở thành sóng trước kế tiếp, nhưng thật ra lòng biển vẫn yên lặng, dù có những lăn xả xao động vấy vùng nổi trên mặt.

Nhìn qua cửa sổ, sau tấm màn. Bên ngoài, nắng dịu bớt, không khắc khe như vào lúc giữa trưa. Không khí chung quanh thật trong lành, êm dịu. Những dây cây vẫn im lìm, vươn lên cao theo cùn năm tháng; lá đong đưa, biết rằng đã có những cơn gió thổi nhẹ. Vài con bướm lượn nhón nhơ trên những đóa hoa hồng, đậu, bay, đùa giỡn, tạo thành bức tranh thật đẹp. Thiên nhiên đã cho con người nhiều cái đẹp, cái đẹp ẩn sau những lớp bụi bặm của khổ đau, phiền toái và chúng ta có thể nhận được cái đẹp ở mọi nơi nơi. Có người nói rằng: “*Khi tâm an tịnh, không mấy may dẫu vết, thì cảnh vật chung quanh sẽ trở mình sống động, có hồn*”. Có phải như vậy chăng?

Ngay tại cửa sổ phòng khách, đặt một cây đàn dương cầm bằng gỗ “Hồng tâm”. Cây đàn đã được mua khi đứa con gái lớn của tôi- Bảo Vương, còn học lớp 8. Mỗi tuần có bà Giáo sư Dương cầm đến nhà dạy kèm cả lý thuyết, nhạc lý và thực hành. Con gái tôi đã có 5 năm học hay thời gian dài vọc phá trên phím đàn dương cầm, nhưng vẫn còn đàn chưa khá. Bản nhạc Soranate của Schubert chọt vang lên, do nó vừa trở tài, vì biết tôi rất thích bản nhạc này. Tiếng nhạc thánh thót, từng nhịp nối nhau, trườn mình, dẫn dắt đi sâu vào tâm hồn người lắng nghe như từng giọt mật thấm ướt. Ngọt lịm, thoải mái, không tư lự ...như là gom cả giang sơn, cả vũ trụ lắng đọng trước mắt, trong người, trong tim non. Ngồi bên cạnh nó, trên cái ghế dài, là đứa con trai tôi- Bảo Lân, đang được chị nó vừa đàn vừa dạy. Hai chị em rất khác tánh nhau. Đứa chị thì ham đọc sách, đàn, năng động, điệu hiền v.v..Đứa thì hãy còn ham chơi, im lặng, thích thể thao, games, mặc dù học rất giỏi. Hai cá tánh đó, cần phải có bù qua xốt lại, để quân bình. Nhiều lần giải thích cho đứa con trai tôi rằng: “Ngoài những thứ con thích, con cũng cần nên học thêm đàn. Giờ thì con không thấy ích lợi, nhưng lớn lên, khi con ra làm việc, gặp những tình huống bức xúc, căng thẳng, một bản nhạc mà con đàn, có thể chuyên chở đi những ưu sầu đang có mặt...”. Nhưng nói gì thì nói, cũng khó ép được nó, trừ những lúc nó bỗng yêu thích đàn, như ngày hôm nay.

Nhìn hai đứa nó, tôi chọt nghĩ đến con người mình được chia ra làm hai cho hai đứa con. Mỗi đứa giống một phân nửa của tôi, chỉ có khác là ba nó thì chậm chạp, còn hai đứa lại quá lanh lợi, thông minh. Tôi rất thích âm nhạc, dù không biết nhạc lý hay ca hát gì, nhưng vẫn thường hay nghe ngao ca hát, dù chẳng có gì hay ho. Nhớ lúc còn học Trung học Đệ Nhị cấp tại Trường Tân Thạnh ở Saigon trước kia, vào thập niên 60. Niên

học đó, tôi được bầu là Trưởng lớp. Sau khi tổ chức Tất niên xong, lớp tôi rất được nổi tiếng. Thừa thắng xông lên, vào dịp gần cuối niên khóa, chúng tôi lên văn phòng Hiệu Trưởng xin tổ chức buổi văn nghệ Hè vừa để các bạn học chia tay nhau, vừa tiễn biệt một số bạn lên đường tòng quân nhập ngũ. Được Hiệu Trưởng của trường chấp thuận, Hè năm đó, chúng tôi tổ chức thật linh đình, có dàn nhạc, trống kèn v.v.. Đúng giờ khai mạc, sau khi tôi đọc diễn văn tuyên bố lý do xong và sau vài lời giới thiệu, cảm tưởng v.v..của các vị giáo sư của lớp; một chương trình văn nghệ đặc sắc bắt đầu. Tôi xin được lên ca đầu tiên (Có lẽ vì là Trưởng lớp kiêm Trưởng ban Tổ chức, nên không một ai phản đối mà còn vỗ tay ủng hộ). Tôi nhớ bản nhạc được trình bày lúc đó là *“Xin anh giữ trọn tình quê”*. Vì tình hình chiến sự lúc đó đang hồi khốc liệt, vì sắp chia tay một số bạn bè lên đường đi lính, hơn nữa, sự chết chóc, thương tích của nạn nhân chiến tranh trong thời cuộc mỗi ngày mỗi dày lên trên báo chí, truyền hình v.v. Sự sống chết không biết ra sao, lẫn quẩn trong tâm tư tất cả mọi người dân, làm cho mọi dự tính, mọi ước vọng như vượt khỏi đôi tay, thật sự làm tôi xúc động. Tôi để tất cả tâm hồn trong bản nhạc, hát như chưa bao giờ mình hát, nên nước mắt, nghẹn ngào. Vừa dứt bản nhạc, mọi người vỗ tay nồng nhiệt. Điệp- bạn cùng lớp học, cũng là người trong Ban Tổ chức và tay đàn guitar, ngoắt tôi lại nói nhỏ: *“Anh ca hay quá xá quà xa”*. Tôi khoan khoái trong bụng, và hãnh diện nữa, cảm thấy mình như một ca sĩ thứ thiệt. Nhưng, Điệp nói tiếp, nhỏ vừa đủ tôi nghe: *“Anh Minh! Nếu mà anh dừng ca thì hay hơn, vì anh ca không trùng nhịp nên tôi đờn chạy theo mệt quá, không biết chỗ nào anh lên, chỗ nào xuống. Ca nghe buồn nảo nuột, tiếc rằng không có chuông mõ nhịp theo anh cho đúng điệu”*. Tôi cười vang lên, chơi ác thiệt. Và từ đó, tôi biết nhiều hơn về chất nghệ sĩ và

tiếng hát muôn thuở của tôi. Tuy nhiên, xin nói nhỏ cho nghe là tôi rất có nhiều cảm xúc và biệt tài làm thơ nữa, như bài thơ tuyệt diệu sau (tự khen trước) được sáng tác trong dịp tổ chức tiệc tại nhà và Thanh- vợ tôi đang chiêm chả giò:

*Tóc em thoang thoang mùi giò chả  
ngửi tới ngửi lui, đúng chả giò*

“Chàng cùng tử lại cất bước ra đi. Một buổi sáng tinh mơ, khi những giọt sương còn đọng trên những nhánh lá. Chim bắt đầu hót ví von để báo hiệu một ngày mới. Một ngày mà đối với tất cả mọi người, là ngày mới; nhưng với chàng Cùng tử lại chẳng có một ý nghĩa nào. Cũng là một ngày như mọi ngày. Một lần nữa, chàng lại lê bước chân hoang dại, thất thủ bước đi. Đã bao ngày qua, không một hột cơm trong bụng. Đói lả, mắt so buồn, hoang vắng, thân hình tiêu tụy, một ý nghĩ không tha thiết sống trên cõi đời này nữa đang lớn vồn trong đầu óc chàng. Sao cuộc đời ta đau khổ như thế này? Biết bao nhiêu là bất hạnh đổ dồn đến...thất lạc cha mẹ, không bà con thân thích, không một ai muốn mượn làm để kiếm tiền độ nhật. Mọi người đều xua đuổi. Chàng khẻ than thầm, chưa biết cách nào mà giải quyết.

Một hôm, chàng dừng bước trước một căn nhà sang trọng, có nhiều tôi tớ- gái lẫn trai. Tần ngần trước cửa, bằng dáng điệu đói khổ, thiếu não cố ý cho có người thấy động lòng, để xin chút cơm cho qua bữa đói. Từ trong nhìn ra, ông Trưởng giả- gia chủ- nhìn thấy người thanh niên đang xin ăn, chột giật mình. Ông giật mình là phải, vì người thanh niên đó giống như là người con trai mà ông đã thất lạc qua bao nhiêu năm tháng. Lòng ông thật bồi hồi xúc động, lẫn nhiều lo lắng. Nếu nhận ra ngay là con mình, có lẽ sẽ làm chàng ta lo sợ. Thôi thì, trước nhất cứ mượn nó làm người gia công trong nhà trước đã, rồi từ từ tìm hiểu rõ thân thế và nhận nhau sau. Và ông nói ý định mượn chàng cùng tử đó.

Chàng thật là cảm động lẫn lo sợ, vì sự bất ngờ này. Và từ đó, chàng chính thức được ở trong căn nhà của người phú hộ này. Làm việc siêng năng, cực nhọc, không từ nan bất cứ việc gì để vừa lấy lòng gia chủ, vừa có chỗ nuôi sống, ổn định. Một ngày nọ, ông Trưởng giả gọi chàng ta lại và nói rằng: “Con làm việc ở đây đã lâu. Ta nhận thấy con siêng năng, cần mẫn và lại thông thạo hết mọi việc trong nhà này. Cho nên, ta quyết định cho con làm quản gia. Từ nay, con phải giúp ta quán xuyến mọi công chuyện trong nhà, và đừng để ta thất vọng”. Thật là vô cùng mừng rỡ, vì điều đó chàng ta chưa bao giờ dám nghĩ tới, huống nữa là mong đợi. Do đó, chàng càng cố gắng nhiều hơn nữa, lo toan hết tất cả mọi chuyện trong nhà từ trông coi nhân sự, sổ sách giấy tờ, mọi sự chi tiêu v.v...Cho đến một hôm, ông Trưởng giả lại gọi chàng và nói: “*Này con ạ! Con chính là đứa con trai thất lạc của ta. Ta đã nhận biết con ngay ngày đầu mới gặp, nhưng ta không thể nói cho con biết liền được, vì con sẽ bỏ ngỡ, sợ hãi, và hơn nữa; con không biết thành thạo hết tất cả những gì mà ta muốn giao lại cho con. Cho nên, ta đã dần tẩm lòng của người cha thương con, mà tập cho con mọi công chuyện trong những năm tháng dài qua. Nay, con đã thành thục tất cả mọi việc và cũng đến lúc, cha con ta nhận lại nhau. Con chính là đứa con ruột mà ta đã thất lạc từ lâu rồi và nay, ta giao lại cho con tất cả những gì mà cha có, để con trở là chủ nhân của ngôi nhà này”.*

Câu chuyện trên đã được Đức Phật nói trong Phẩm thứ tư : Tín giải của Kinh Pháp Hoa, để nói về giáo lý cao siêu mà Ngài đã tìm ra hay gia tài tâm linh vô giá mà Đức Phật muốn chỉ bày cho chúng sanh, đó là Tri Kiến Phật. Và bằng bạc trong toàn bộ kinh Pháp Hoa, cũng nói lên tư tưởng thâm áo này để làm hiển lộ Tánh Phật, đó là viên ngọc vô giá mà mọi người đều có mà lại bỏ quên hay đó là gia tài pháp lạc của mỗi chúng sanh.

Đại sư Thái Hư trong Kinh Diệu Pháp Liên Hoa Giảng Diễn lục của, trang 124, giải thích về ý nghĩa của Phật Tri Kiến như sau: "*Phật đã thân chứng Nhất Chân Thực tướng là sở chứng, Chánh trí năng chứng Pháp tánh là năng chứng. Cái Tri kiến Năng Sở đồng thời, gọi là Phật Tri kiến. Bởi vì Đức Phật nhận thấy chúng sanh vốn có sẵn đầy đủ thể tánh này, nhưng bị 2 món chướng phiền não và vô minh che khuất, như đất đê phủ trên hạt giống cỏ hay như quặng trong mỏ che khuất vàng ròng. Cho nên, Ngài khai hiển cho chúng sanh nhìn thấy Phật Tri kiến và chúng sanh tự khai phát và làm tăng trưởng Thể tánh này*".

Trong Tự điển Phật học của Đoàn trung Cồn, trang 634, nói về Phật Tri kiến như sau: "*Đó là sự biết và sự thấy của Phật, gồm đủ Tam trí: 1-Nhất thiết trí của hai hàng Thanh văn và Duyên giác. 2-Đạo chủng trí của hàng Bồ tát. 3-Nhất thiết chủng trí của hàng Như Lai và Phật lại có Ngũ nhãn như Nhục nhãn, Thiên nhãn, Huệ nhãn, Pháp nhãn và Phật. Cho nên, Ngài biết tất cả và do Phật tri kiến, Ngài hay khai thông và chỉ bảo cho chúng sanh để họ đắc nhập Phật Tri kiến*".

Cuộc sống chúng ta vì mê lầm nên đã bao lần thay đổi hình dạng qua các ngã luân hồi: Trời, người, a-tu-la, địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh... và nay, có duyên lớn được làm thân người. Do vọng tưởng, do kiến thủ, chấp trước từ bao đời và như chàng cùng tử, chúng ta chấp nhận làm thân hèn mọn, ôm những kiến chấp nhỏ nhoi đã cho là đầy đủ và theo duyên nghiệp, đưa cuộc đời lang thang vô định. Có thể có đời sống vật chất được sung túc, có địa vị, có danh vọng hay có tất cả những gì mà một con người bình thường ước muốn, nhưng rồi ra sao? Hay ta có những lý tưởng cao siêu, có đời sống nội tâm dồi dào, có trình độ tâm linh khả dĩ v.v..nhưng làm sao chúng ta có thể chấp nhận được, trong cái thân ngũ uẩn, cái thân sanh diệt này lại có cái Tánh

giác, tánh Phật thường hằng không sanh diệt, nhưng đây chính là gia tài mà ông Trưởng giả hay Đức Từ phụ muốn chỉ lại cho chúng ta. Muốn chấp nhận sức sống mãnh liệt đó, điều trước nhất, ta phải tin chắc rằng ta có đầy đủ tánh Phật tiềm ẩn qua bao lớp kiến thủ, nội kết của vọng tâm và phải qua những cửa "vô môn" để vọng trần rơi rụng và hiển lộ Tri Kiến đó. Chấp nhận được điều này rất là vô vàn khó khăn, bởi vì chúng ta đã quen với sự trói buộc trong ngôi nhà lửa, quen với những sở hữu, tham chấp, vọng kiến. Cho nên, Ông Trưởng giả của Kinh Pháp Hoa chỉ là người đánh thức cái khả năng kỳ diệu đó trong con người của chàng Cùng tử và chính chàng Cùng tử mới đích thực là người phải khai triển và giác ngộ Tánh Phật đó cho chính mình.

Ngộ được Phật Tri Kiến, tức giải được bài toán của cuộc lữ hành mà con người đã giẫm bước qua bao nhiêu kiếp, nương nơi sự ngộ này, lần đi tới nhập Phật Tri kiến, như khai Thủy giác đối với bất giác.

Khi sư tử con nhìn xuống hồ nước và thấy hình dạng của mình hiện ra rõ ràng và khám phá ra thực tướng mình là chúa tể của sơn lâm, nó rùng mình một cách oai dũng và rống một tiếng rền vang cả rừng thẳm, để biết rằng uy lực mâu nhiệm tiềm ẩn trong nó vừa chợt nhận ra.

Và nơi đây, chúng ta lại nghiên cứu đến Mật giáo nói chung, và riêng Bảo Bộ trong Mật giáo, làm thế nào khai triển Tánh giác hay Phật chất trong con người chúng sanh để thể nhập vào cảnh giới vi diệu của Đức Phật và thân chứng như Ngài.

Sự dày đặc của vô minh đã làm cho mọi loài luân chuyển mãi trong vòng luân hồi sanh tử, cho đến một lúc nào đó, khi nhân duyên chín mùi, và chợt hỏi lại chính thân phận mình? Khi có sự tự tra vấn cũng là bắt đầu chàng Cùng tử đã dọn đường để

bước đi trở về nhà. Cái cửa “vô môn” là lối thoát khi nhận chân được Phật Tánh trong con người bình thường của mình hay của mọi loài từ tình lẫn vô tình. Khi câu hỏi được đặt ra là: Cục đá có tánh Phật hay không ? Cũng là một sự tra vấn quyết liệt, mạnh bạo của nghi vấn cuối cùng về loài vô tình như một xác quyết lần nữa, tánh phổ quát của Chân tâm.

Bước chân của Đấng Cha Lành đã khởi đầu đi truyền bá cái Chân lý cao siêu hay sự Giác Ngộ này, nhằm giúp chúng sanh phá vỡ bản ngã đã giam cầm con người, để đạt Tri kiến Phật, cũng chỉ vì lòng đại bi, nhìn thấy mọi hàm linh đang lặn hụp trong bể khổ điên đảo, vọng tưởng.

Trải qua thời gian dài 49 năm, sau khi Phật nhập diệt, vì để tùy thuận chúng sanh, tất cả mọi Tông phái đều nở rộ ra, nhưng với mục đích duy nhất là nhận ra và thành tựu “*Con người Giác Ngộ*”. Mật giáo là một phần đóng góp thêm vào sự tự tra vấn này, điều đó có nghĩa là khi thực hành những Nghi quỹ Mật giáo, người hành giả đã xác quyết hay hoàn toàn có niềm tin vững chắc vào Tánh giác của mình và qua phương tiện này, cốt để làm hiển lộ ra và, Mật giáo đã xuất hiện như thế. Giữa Bồ tôn và hành giả, là sự ấn chứng lẫn nhau. Bồ tôn là Tất địa mà hành giả cần đạt tới, thể nhập, trong lý tưởng Tự giải thoát (Lý). Hành giả là sự thể hiện Bồ tôn trong sự sống phàm tục để hướng đến Giác tha, Giác hạnh viên mãn (Sự). “Các phương pháp Tam Mật gia trì của Mật tông cũng đều là pháp của Đức Như Lai Đại Nhật, nghĩa là phương pháp được xướng khởi trên mặt quả hay là trên sự chứng nghiệm rồi. Chuyên tâm tu tập phương pháp này tức được công dụng vi diệu trên một sự kinh nghiệm rồi. (*Nhất niệm gia trì nhất niệm Phật, niệm niệm gia trì niệm niệm Phật* ). Trong một khoảng thời gian nhỏ nhất như ý nghĩ dụng công thực hành theo Mật tông, ngay trong khoảng khắc đó đã thể hiện trọn

ven hình ảnh Đức Phật, liên tục gia công hành pháp, tức liên tục duy trì hình bóng Đức Phật- tức thân là Phật ngay khi hành”. (Huyền luận Kinh Diệu Pháp Liên Hoa của Đại sư Thái Hư, Minh Lễ dịch, tr. 89)

Về sự thành hình Mật giáo như thế nào, vì đã được trình bày trong các Tiểu luận trước, nên không lập lại. Nay, chỉ nói riêng về Bảo bộ, là một Bộ trong năm Bộ của Mật giáo.

Đến với Mật giáo là đi xuyên qua bao lớp hiểu lầm, nào là bùa chú, pháp thuật, kỳ quái v.v..có lẽ do sự diễn dịch của những nhà nghiên cứu hoặc các hành giả-*theo như ý mình*- về sự bí mật của Tông phái này để tạo thêm huyền hoặc và do đó, dán lên nhiều nhãn hiệu sai khác, mà quên đi cái bến bờ Giác ngộ hay Tất địa của Tông phái này. Khi nói đến Bảo bộ, sự hiểu lầm càng đậm nét hơn. Nhiều người nói rằng: “*Tu theo Bảo bộ là để cầu tài bảo, giàu sang, phong nhiều v.v...*”. Trong cuộc đời vô thường này, mọi vật đều luân chuyển và giả danh tạm đặt. Nếu đời sống giàu sang, quyền quý v.v...là cứu cánh, là mơ ước cao nhất của con người, thì Thái Tử Siddharta đã không rời khỏi Hoàng cung, từ bỏ vợ con, từ bỏ ngôi vị cao nhất nước- đó là trở nên một vị Quốc Vương sau này, để giữa đêm khuya, vào rừng sâu, cạo bỏ râu tóc, trở thành một đạo-sĩ, đi tìm chân lý và chúng ta đã có một vị Đại Giác. Cái tấm lòng này, cái đại chí đại nguyện này, chỉ với mục đích duy là tìm con đường giải thoát trầm luân cho chính Ngài và cho tất cả chúng sanh. Phải hiểu rõ tâm trạng của Ngài sau khi đã đi qua bốn cửa thành, chứng kiến sự sanh, sự già, bệnh tật, sự chết và sự quyết định tối ư quan trọng này hẳn phải *cho một cái gì cao quý* hơn là vàng bạc, châu báu hay giàu sang phú quý hoặc dục lạc thường tình của thế gian. Hiểu rõ như vậy, chúng ta mới nhận thức được rằng: “*Bảo*

*bộ chính là kho tàng Tâm vô giá, hay chính là Tri Kiến Phật, mà chính Ngài đã tìm ra và trao lại cho chúng ta”.*

Tuy nhiên, cũng không phủ nhận rằng: Có sự linh ứng mầu nhiệm của Mật giáo hay có sự chiêu cảm những phước báo v.v...nhưng, đó chỉ là do sự miên mật hành trì của hành giả, nên “tội diệt thì phước sanh” và chỉ là những y báo tùy thuộc vào sự tịnh hóa nghiệp lực hay chỉ là vi trần của *chánh báo* trong mỗi người.

Cái Chánh báo hay Bảo bộ mà người hành giả muốn đạt được là Tất địa hay thể nhập vào Phật Tánh và đắc thành quả Phật. Vậy Bảo bộ được khai triển như thế nào để đạt được đến bờ giác đó? và để phá bỏ quan niệm sai lầm này, cần nghiên cứu sâu vào Bộ này để biết từ yếu tố hay nhân duyên nào hình thành Bảo bộ và Bảo bộ là biểu tượng cho cái gì ?

*“ Suốt thời gian của 7 ngày đầu khi thành đạo, Đức Phật ngồi không lay động dưới tàng cây Bồ-đề để chứng Hạnh Phúc Giải Thoát (Vinuuti Sukha). Trong đêm cuối tuần, Ngài xuất thiền và suy niệm về Mười hai Nhân duyên (Paticca Samuppāda): Khi cái này (Nguyên nhân) có, thì cái kia (Kết quả) có. Với sự phát sanh của cái này (Nhân), cái kia (Quả) phát sanh.*

*Tùy thuộc vào Vô minh (Avijjā), Hành (Sankhārā), thiện hoặc bất thiện phát sanh. Tùy thuộc nơi Hành, Thức (Vīnnāna) phát sanh. Tùy thuộc nơi Thức, Danh Sắc (Nāma Rūpa) phát sanh. Tùy thuộc nơi Danh Sắc, Lục căn (Slāyatana) phát sanh. Tùy thuộc nơi Lục căn, Xúc (Phassa) phát sanh. Tùy thuộc nơi Xúc, Thọ (Vedanā) phát sanh. Tùy thuộc nơi Thọ, Ái Dục (Tanhā) phát sanh. Tùy thuộc nơi Ái Dục, Thủ (Upādāna) phát sanh. Tùy thuộc nơi Thủ, Hữu (Bhava) phát sanh. Tùy thuộc nơi Hữu, Sanh (Jati) phát sanh. Tùy thuộc nơi Sanh, Bệnh (Jara) Tử (Marana)*

*Phiền não (Soka) Ta thân (Pariveda) Đau khổ (Dukkha) Âu sâu (Domanassa) và Thất vọng (Upayāsa) phát sanh.*

*Khoảng giữa đêm, Đức Phật lại suy niệm Mười Hai Nhân Duyên theo chiều ngược lại: Khi nguyên nhân này không còn thì quả này không còn. Với sự chấm dứt của nhân này, quả này cũng chấm dứt. Với sự chấm dứt của Vô minh, Hành chấm dứt. Với sự chấm dứt của Hành, Thức chấm dứt. Với sự chấm dứt của Thức, Danh Sắc chấm dứt. Với sự chấm dứt của Danh Sắc, Lục căn chấm dứt. Với sự chấm dứt của Lục căn, Xúc chấm dứt. Với sự chấm dứt của Xúc, Thọ chấm dứt. Với sự chấm dứt của Thọ, Ái chấm dứt. Với sự chấm dứt của Ái, Thủ chấm dứt. Với sự chấm dứt của Thủ, Hữu chấm dứt. Với sự chấm dứt của Hữu, Sanh chấm dứt. Với sự chấm dứt của Sanh, Bệnh, Tử, Phiền não, ta thân, Đau khổ, Âu sâu và Thất vọng chấm dứt. Như thế, toàn khối đau khổ chấm dứt.*

*Và vào tuần lễ thứ bảy, vào lúc bình minh sau đêm Ngài đắc quả Vô Thượng, Đức Phật đã nói:*

*“Xuyên qua nhiều kiếp sống trong vòng luân hồi, Như Lai thành thang đi, đi mãi. Như Lai đi tìm mãi mà không gặp, Như Lai đi tìm người thợ cất cái nhà này. Lập đi lập lại đời sống quả thật là phiền muộn. Nay hỡi người thợ làm nhà, Như Lai đã tìm được người. Từ đây, người không còn cất nhà cho Như Lai nữa. Tất cả sườn nhà đều gãy, cây đòn dông của người dựng lên cũng bị phá tan. Như Lai đã chứng quả Vô Sanh Bất diệt và Như Lai đã tận diệt mọi Ái dục.” (Đức Phật và Phật Pháp của Ngài Nārada Thera, Phạm kinh Khách dịch, trang 61- 66).*

*Trong Kinh Nhất Thiết Như Lai Bí Mật Toàn Thân Xá-Lợi Bảo Khiếp Ấn Đà-la-ni ghi rằng: “Một thời Đức Phật ngự tại Maghada (Ma-già-đà ), có một vị Bà-la-môn tên Vô Cấu Diệu Quang, đa văn thông tuệ, mọi người ưa mến, thường tu pháp*

*Thập Thiện, quy tín Tam Bảo, tâm lành ân trọng, trí tuệ vi tế, thường hằng muốn chúng sanh được viên mãn chúng sanh được viên mãn lợi lành, giàu có, phong nhiêu. Ông đã đến thỉnh Phật và đại chúng đến nhà để thọ sự cúng dường. Đức Phật im lặng, hứa khả. Ngày hôm sau, Đức Thế Tôn cùng chúng Tạng đi đến nhà của Bà-la-môn. Dọc đường, Ngài ghé vào khu vườn cách đường không xa, tên là Phong Tài. Trong vườn có một cái tháp, gai góc mọc đầy, cỏ cây che lấp, gạch ngóc đổ nát. Từ trên tháp phóng đại hào quang, chiếu sáng rực rỡ và phát tiếng khen ngợi rằng: “Lành thay! Thích Ca Mâu Ni ngày nay đã làm cực thiện cảnh giới “.*

*Khi ấy, Đức Phật lễ tháp mục kia, nhiều quang ba vòng và cõi y trên thân để che Tháp, mắt rơi đầy lệ. Đương lúc bấy giờ, mười phương chư Phật đều đồng xem thấy và cũng đều rơi lệ và đồng phóng hào quang đến chiếu nơi tháp đó. Tất cả đại chúng đều kinh ngạc, Ngài Bồ Tát Kim Cang Thủ đại diện thưa thỉnh Đức Phật về những nhân duyên vừa xảy ra.*

*Bấy giờ Đức Thế Tôn dạy: “Trong tháp kia tích chứa đại toàn thân Xá-lợi của Như Lai. Tất cả vô lượng câu chi Như Lai Tâm Đà-la-ni Mật Ấn Pháp Yếu nay ở tại trong đó. Trăm ngàn câu chi Như Lai toàn thân Xá-lợi nhóm tụ trong đó, cho đến 84.000 ngàn pháp uẩn cũng ở tại trong đó, 99 trăm ngàn vạn câu chi Như Lai Đảnh Tướng cũng ở tại trong đó. Do việc mầu nhiệm này, cho nên chỗ tháp này có đại thần nghiệm thù thắng oai đức, hay mãn tất cả kiết khánh trong thế gian. Đây không phải là đồng đất mà là thù diệu Đại Bảo Tháp, do nghiệp quả của chúng sanh kém thiếu, cho nên ẩn che mà không hiện. Do tháp ẩn chứa toàn thân Như Lai không thể hủy hoại. Chẳng lẽ Kim Cang Tạng Thân của Như Lai mà có thể hoại diệt chăng? (tr.55- 62 )*

Trong Kinh Bảo Tát Địa Đà-la-ni, tr. 45: “*Này Thiện nam tử ! Các ông phải biết Như lai Xá Lợi tức là vô thượng trong thế gian khó có, các hàng Bồ tát cũng còn khó gặp gỡ, huống nữa thế gian các loại phàm phu. Đó là Vô Tướng Ma ni, là Chơn Tánh Như Ý Bảo Châu, là Bí Mật Đại Tinh Tấn, là chỗ có báu trang nghiêm của mười phương cõi Phật. Vậy nên trong Kinh này nói dụng vật đoàn viên ( tròn trịa ) có thể an trí Xá Lợi. Như tâm hình ông, tâm hình Phật, tâm ông tâm Phật xen nhau an trí, thể ông thể Phật hỗ tương dung thông, tánh tướng chen nhau dung thông, tức chẳng phải Nhị Phật thân...*”

Những lời trong Kinh này biểu lộ tấm lòng yêu thương rộng lớn, bao la của Đức Thế Tôn đối với muôn loài chúng sanh, với những hình ảnh trong Kinh biểu hiện bình dị, nhưng vô cùng trang nghiêm, rực rỡ, đầy xúc động, Phải chăng, chỉ có Ánh sáng Thanh Tịnh hay cái Tâm không uế nhiễm (Vô Cấu Diệu Quang) mới là sự khởi đầu và chấp nhận dẫn thân trong cuộc hành trình trở về cõi Tâm. Cho nên, từ ngôi tháp cổ đã mục nát, sụp đổ, Đức Phật dẫn dắt chúng ta đi vào cõi tâm bao la, vô tận (Ngôi Tháp trong vườn Phong Tài) với nhân với quả, với những hành động hay công đức nào để có thể tạo nên được ngôi Tháp. Dù cho ngôi Tháp (Tâm) có bị thời gian tàn phá, dù phiền não có dậy lên như sóng cồn, dù cuồng phong của vọng tưởng, điên đảo có làm cho sụp đổ mọi thành trì tâm thức, thì ngôi Tháp vẫn còn đó và toàn thân Xá lợi của Như Lai vẫn còn đó. Ngôi Tháp có thể cũ kỹ, đổ nát, biểu tượng như là vô minh, là cấu uế, triền phược, nhưng cũng là ngôi Bảo tháp là Tâm, là Phật tánh. Sự thanh tịnh, siêu việt đến từ những gì bình thường, giản dị và xú uế, như hoa sen vươn lên từ bùn nhơ để tỏa hương thơm ngào ngạt. Cái gì đã làm nên toàn thân Xá Lợi của Đức Phật? Đó không phải là những thứ vật liệu, vật chất tầm thường để cấu tạo

nên ngôi Tháp, vì mọi hiện tượng hữu vi đều vô thường- mà là những công đức tu hành của Ngài qua vô lượng kiếp và thân chứng đắc Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác. Đây chính là thân Kim Cương bất hoại hay bất sanh bất diệt, do đó, khi Đức Phật lay ngôi tháp mục kia, cũng như là một biểu tượng để nhắc nhở chúng ta trở về với cái tâm bất sanh bất diệt, hiển nhiên, đó cũng là cái Tánh giác tiềm ẩn trong mọi chúng sanh, trong mỗi con người.

Tôi nhớ có đọc bài kệ tán thán công đức của Ngài Bồ tát Địa Tạng trong phần đầu của Kinh Địa Tạng mà mỗi lần đọc đến, tôi đều xúc động.

*Chư Phật ba đời đồng tán ngưỡng  
mười phương Bồ tát thấy quy y  
nhân xưa bồi đắp chút duyên lành  
nay con tán dương chân công đức  
Địa Tạng Bồ tát đại từ bi  
kết tập duyên lành độ chúng sanh  
rung tích trượng mở toang cửa ngục  
nâng mình châu soi khắp đại thiên....*

( Kinh Địa Tạng, bản dịch của Thầy Tuệ Hải )

Tán thán công đức của Bồ tát Địa Tạng hay tán thán Tâm và chỉ có Tâm trở về với Tâm mới có đầy đủ đại nguyện mở toang cửa ngục đã bao đời che lấp Chân Tánh, giam cầm con người trong ngục tối của vô minh, mê lầm và từ đó, nở rộ tấm lòng từ ái đến muôn loài qua biểu tượng Bồ tát Địa Tạng.

Bảo hộ của Mật giáo xuất hiện từ quan niệm về Tánh giác này và cố khai thác từ trong đám gạch vụn của trần cấu, mê lầm tìm dấu vết và làm hiển lộ Chân tâm. Vì trong chiều sâu của Tâm, còn gọi là Tầng thức hay thức A lại gia chứa đầy đủ chủng tử của vạn pháp hay hạt giống của thiện ác, của sanh tử, Niết

bàn v.v.. Có nhận thức rõ được Tánh Phật nơi mình và sống với Tánh giác đó, mới không bị đui theo những vọng tưởng sanh tử, nhận giặc làm con và trôi giạt theo dòng luân hồi như chúng ta đã lang thang mãi trên con đường bất định và nếu không có tấm lòng từ bi này, ta sẽ mãi mãi đi về đâu? Cho nên, chẳng lạ khi các vị Phật, các vị Thượng sư, các Bồ tát, các Tổ ...đã không ngần ngại đi vào chốn ngũ trược ác thế, dùng nhiều phương tiện thiện xảo để đưa chúng sanh qua bờ Giác, chấm dứt cuộc hành trình trầm luân.

Mật giáo chia ra 2 phần, gọi là: Thai tạng giới và Kim cang giới. Căn cứ theo Kinh Đại Nhật và Kinh Kim Cang Đảnh, thì Bảo bộ thuộc Thai tạng giới vì lẽ Thai tạng giới gồm đủ:

- 1- Ẩn phủ : Lý thể ẩn tàng trong phiền não
- 2- Hàm tàng : Lý thể chứa đầy đủ công đức, ví như thai mẹ hàm tàng thân con.

Sở dĩ chúng tôi cần nhấn mạnh đến phần này, vì như Kinh Bảo Tát Địa Đà la ni được trích dẫn ở trên, đã nói: “*Vật dụng đoàn viên có thể an trí Xá-lợi, như tâm hình ông tâm hình Phật, tâm ông tâm Phật xen nhau an trí, thể ông thể Phật hỗ tương dung thông, tánh tướng dung thông, tức chẳng phải Nhị Phật thân*”. Thai tạng là Thai bào, tiêu biểu cho Chân Tâm chứa đầy đủ Tánh Bi Trí, và Thai nhi chính là hành giả. Thai bào hình tròn, an trú hay ẩn tàng Tánh giác vì Tánh giác ví như mặt trăng tròn sáng. Người hành giả thể nhập vào Chân tâm và từ đó hiển lộ Tánh Phật. Thể nhập có nghĩa là hỗ tương dung thông, tánh Bi Trí từ đó được sanh ra, trong Chân tâm.

Để diễn đạt Phật Tri Kiến, Mật giáo thường dùng *ngôn ngữ của biểu tượng*, chứ không dùng ngôn ngữ thường dùng hàng ngày vì ngôn ngữ này kẹt vào *nhị nguyên* ( phân hai như: có không, trái phải v.v..) lại từ tâm hạn hẹp do tham ái, thủ chấp,

hữu tướng, không thể nói trọn vẹn Trí Phật. "*Tâm hành xứ diệt, ngôn ngữ đoạn đạo*". Chỉ rõ lý Bình đẳng chân như không thể trình bày bằng ngôn ngữ cũng như không thể dùng trí phân biệt có thể hiểu nổi. Đến với chân lý rốt ráo đó, thì con đường ngôn ngữ bình thường bị cắt đoạn và cái chỗ của tâm hành hay tâm niệm, tức cái tâm lưu chuyển đã bị diệt. Đây là cảnh giới không thể nghĩ bàn.

Cho nên, ngôn ngữ biểu tượng là ngôn ngữ của Giới Định Huệ, vắng bật gốc rễ của khổ đau nên *có thể* diễn đạt Tánh giác. Cũng như, Thần chú hay chơn ngôn là biểu tượng đơn giản nhưng tột cùng, là máu thịt của ngôn ngữ, nơi không còn ngôn ngữ. Từ luận giải căn bản này mới dẫn đi sâu vào Bảo bộ.

\* Bảo bộ ở phương Nam, thuộc Bình đẳng Tánh trí, do Đức Phật Bảo Sanh làm chủ Bộ.

Mẫu tự là chữ LÂM (            ), Hỏa đại, mùa Hạ, sắc đỏ, thuộc tâm (tim). Đàn hình Tam giác.

Mùa Đông tưởng như chôn vùi tất cả mọi vật dưới sức lạnh tê cóng hay dưới lớp tuyết dày đặc, phủ khắp nơi. Mọi vật như ẩn hình, co cụm lại, chịu đựng cái lạnh thấu xương, để rồi một lúc nào đó, lại bừng bừng sống dậy theo bước chân của nàng Xuân. Mọi vật như tỉnh giấc, sống dậy, những cành cây ưỡn mình, mỉm cười hé nụ lá, nụ bông, chim chóc hót ca. Cái sức sống mãnh liệt nhất của mùa Xuân lại là Hạ.

Mùa Hạ đem sinh khí sung mãn cho khắp vũ trụ. Tiếng nhạc ve cất lên inh ỏi, đệm thêm cho cái không gian oi bức càng bức xúc hơn. Màu đỏ rực của ánh mặt trời vừa ló dạng, như một sức sống từ từ bừng dậy và hoàn mãn ở cao độ vào giữa trưa của một ngày. Đó cũng là sự trưởng thành của tuổi thanh niên, chín mùi, đầy sinh động, đầy sức sống. Cũng là cái Thần tinh anh của con người, biểu lộ trên gương mặt. Người Thần đủ, gương mặt

tươi sáng, Sự hoạt động, náo nhiệt, ồn ào, sức nóng, mưa dầm dề, như hòa lẫn nhau, tạo thành nét đặc thù của hè.

*Ai kêu con quốc gọi vào hè*

*cái nóng nung người nóng nóng ghê ( Tản Đà)*

Mùa hè được tô đậm bằng màu sắc đỏ rực rỡ, do cái nóng oi bức hay do con tim nóng bỏng, cuồng nhiệt, được bơm bởi dòng máu đỏ. Khi con tim ngừng đập, thì máu huyết ngưng lưu thông, tất cả mọi cử động đều dừng lại và đôi mắt không còn chớp chớp vì e lệ hay xúc động.

Con tim có những lý lẽ của nó. Đúng vậy! Về phương diện sinh lý của cơ thể, chúng ta ăn nhiều thức ăn có nhiều dầu mỡ, nhất là mỡ của động vật v.v...lại ít vận động, dè chừng, lý lẽ của con tim lúc đó là cao máu, nhồi máu cơ tim...Về tâm lý, nếu thường xuyên bị căng thẳng (*stress*) lo âu, con tim sẽ trả lời bằng đứt gân máu, bại liệt, đau thần kinh, mất ngủ vì lưu lượng máu đưa về não bị giảm, bế tắc. Cơn vui nhiều quá cũng làm tim mệt mỏi (*Hỷ thương tâm* ). Tiếng sét ái tình, những tình cảm lãng mạn ...có làm cho chúng ta trở thành thi sĩ, nhạc sĩ hay văn sĩ bất dất dĩ, và con tim lúc này có thể khiến ta rên rĩ là trái tim mình trở thành *một trái tim khô, trái tim mùa đông, mùa hạ hay thu, rướm máu, ghẻ lở, bên lê v.v...* hay là gì đi nữa cho đầy đủ hình ảnh thê lương, ảm đạm nhưng chỉ biết rằng những triệu chứng đó dễ dàng đưa chúng ta đến nơi an nghỉ ngàn thu.

Trong màu sắc của Năm căn, sắc đỏ là Tinh tấn căn hoặc Niệm căn, mang ý nghĩa đại dũng, tinh tấn, nhẫn nhục, chánh niệm, nên tâm thường thanh tịnh, quang minh hiển chiếu.

Bảo bộ có Đàn hình tam giác thuộc pháp Hàng phục, như cái khuôn chụp hay ấn chứa mọi vật, làm hàng phục các ma oán cản ngăn con đường đến bờ giải thoát, do đó, cũng là nơi chứa những tốt đẹp, phước huệ vô biên. Đàn tam giác cũng là

biểu tượng của hỏa, đó là ngọn lửa của tam muội, của chánh định và 3 góc cạnh của Đàn tam giác đều nhau, gồm Giới-Định-Huệ như ngọn lửa có khả năng thiêu đốt hay nghiền nát những vọng tưởng vô minh. Do đó, không lạ gì khi vị Hành giả vào Đàn, thường quán tưởng chữ Lãm (ở trên) biến hình thành ngọn lửa từ đỉnh đầu đốt cháy xuống toàn thân hành giả, tan ra thành vi trần.

Bảo bộ chủ của Hỏa đại, sức nóng có trong vạn vật hay trong con người cũng chủ cho Tâm hay Chân như.

Trong Kinh Kim Cang nói rằng: "*Như lai giả, vô sở tùng lai diệc vô sở khứ, cố danh Như Lai* : Gọi là Như Lai, có nghĩa là không từ đâu đến và cũng không đi về đâu".

Năm vị Phật trong Mật giáo tượng trưng cho lục đại hay năm uẩn trong một sinh vật, như con người, đã chuyển hóa từ Thức thành Trí. Một trong năm vị Phật của Mật giáo, Đức Phật Bảo Sanh là đứng vào hàng thứ ba. Ngài ở phương Nam, thuộc Bình đẳng Tánh trí. Trong Kinh Tâm địa quán nói: "*Pháp thân không hình, là sắc tướng. Năng tướng, sở tướng thầy đều không. Như thế, chư Phật pháp thân màu sắc, hí luận, ngôn từ tướng vắng lặng*". Tuy nhiên, theo Mật giáo: "*Pháp thân cũng là sắc thể, nên có thể hiện ra hình sắc, bởi sắc tâm vốn không hai, sắc tánh tức là trí tánh*" (Đông Mật của Đại sư Hoàng Pháp, tr. 12). Trong Tự điển Phật học Hán Việt, trang 94: "*Đức Phật Bảo Sanh, sắc vàng. Tay trái nắm lại, tay phải mở ra hướng ngoài. Gấp ngón tay vô danh và ngón út lại, ngón giữa và ngón cái dựng đứng như lưỡi kiếm. Có sách ghi rằng: Tay trái giữ 2 góc áo, tay phải ngửa lên, bàn tay thành Ấn Mãn Nguyên. Mật hiệu là Bình Đẳng Kim Cương*".

Trong Mật giáo, tay trái thuộc Đại bi và tay phải thuộc Trí tuệ. Tay trái, gấp ngón út (*Thí*) và vô danh (*Giới*) lại, tức biểu

tượng cho ẩn mình trong sự thanh tịnh của giới đức và bố thí, còn gọi là Mật hạnh. Ngón giữa (*Nhấn*) và Cái (*Thiền*) dựng đứng, biểu tượng cho sự nhấn nhục, tinh tấn trong thiền định. Từ đó, mới có để mà cho, như phương tiện thiện xảo của Ấn Mật Nguyên. Tay trái trong biểu tượng này là Tự thọ dụng tức là đạt được pháp lạc cho mình, tự độ, tự lợi và tay phải biểu tượng cho Tha thọ dụng, tức đem pháp lạc, pháp giải thoát làm lợi ích chúng sanh. Do đó, biểu tượng của Đức Phật Bảo Sanh Thân là Thọ uẩn. Đây là tập hợp sáu giác năng là lục căn, lục nhập hay lục xứ tức nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý tiếp xúc với sáu đối tượng hay đối cảnh của chúng gọi là lục cảnh hay lục trần, tức sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp, gây nên cảm giác hay thọ cảm buồn, vui v.v... Nay, được chuyển hóa thành Trí, tức trí chuyển từ thức mật-na, tạo thành các pháp có tác dụng bình đẳng, nên gọi là Bình đẳng tánh trí. Ngài chủ về tu hành, tâm Bồ đề.

Trong Ngũ trí sở sanh tam thân: *Phật Bảo Sanh là Thân nghiệp, Bồ tát Hư Không Tạng là Khẩu nghiệp, Kim Cang Quân Đồ lệ là Ý nghiệp*. Hiểu được Biểu tượng này là hiểu được Tam mật (thân, khẩu, ý) tương ứng. Thân thể nhập vào Bốn tôn, tức Phật Bảo Sanh hay Chân Tánh Bình Đẳng, thì Khẩu cũng qui thuận, không còn tạo nghiệp nên tất cả biến thành hư không, và Ý như thanh kiếm Kim Cương chặt đứt mọi phiền não, tịnh được ý nghiệp.

Bây giờ, chúng ta nghiên cứu tiếp bộ Kinh thường được coi là biểu tượng của Bảo bộ, đó là Kinh Phật thuyết Đại Kết Tường Thiên nữ Thập nhị danh hiệu (Trích trong Mật Tạng VN số 34, trang 383, dịch Hán ra Việt: Huyền Thanh):

*"Một thời Đức Bạc-già Phạm ngự ở thế giới An lạc ('Sukhavati). Bấy giờ Bồ tát Ma-ha-tát Quán tự Tại đi đến nơi Phật ngự, cúi lạy sát dưới chân Đức Phật rồi ngồi một bên.*

Lúc đó, Bồ tát Ma-ha-tát Đại Kiết Tường Thiên nữ cũng đến nơi Phật ngự, cúi đầu lễ dưới chân Đức Phật rồi ngồi sang một bên.

Khi ấy, Đức Thế Tôn muốn đem sự lợi ích cho các hữu tình có phước mỏng, nghèo túng nhìn thấy Thiên nữ Kiết Tường, liền nói với Bồ tát Ma ha tát Quán Tự Tại rằng: "Nếu có Bất sô, Bất sô ni, Cận sự nam, Cận sự nữ cùng với các loài hữu tình biết được 12 danh hiệu của Thiên nữ Đại Kiết Tường này mà hay thọ trì, đọc tụng, tu tập, cúng dường, diễn nói cho người khác nghe thì hay từ bỏ tất cả nghiệp chướng nghèo túng, hưởng được sự phú quý, tài sản dư thừa".

Bấy giờ, tất cả Tám Bộ Trời Rồng trong hội đều khác miệng cùng lời, nói rằng: "Như lời chân thật không hư dối của Đức Thế Tôn, chúng con nguyện nghe 12 Danh hiệu. Nguyện xin Đức Thế Tôn từ bi diễn nói".

Đức Phật bảo: "Các người hãy lắng nghe! Nay ta sẽ vì các người mà nói, đó là: 1-Kiết Khánh (Laksmi) 2-Kiết Tường ('Sri) 3-Liên Hoa(Padme) 4-Nghiêm Súc(Vasini) 5-Cụ Tài(Dhànàdhipati) 6- Bạch Sắc(Gauri) 7-Dại Danh Xưng (Mahà Yasa) 8-Đại Quang Diệu(Mahà Jyoti) 9-Thí Thực Giả 10-Thí Ẩm Giả 11-Bảo Quang(Ratna Prabha) 12-Đại Kiết(Mahà 'Sri). Và, Ngài liền nói Đà-la-ni Đại Kiết Tường là:

Tadyathà: 'Srini 'srini sarva kàrya sàdhani sini sini alaksmi nà'saya svàha).

Khi Đức Thế Tôn nói Đà-la-ni này xong, liền bảo Bồ tát Quán tự tại rằng: "Đà-la-ni Đại Kiết Tường với 12 Danh hiệu này hay trừ sự nghèo túng cùng tất cả mọi việc chẳng lành, bao nhiêu điều nguyện cầu đều được đầy đủ, sẽ mau được tất cả tài bảo, sự giàu có, tốt lành, an vui v.v..."

Không biết trước kia, khi Kinh này được truyền ra, thì sự tin tưởng, đọc tụng, thọ trì cũng như sự linh nghiệm như thế nào. Nhưng, hoàn cảnh khoảng hai thập niên cuối thế kỷ 20 rất là bức bách. Do đó, khi bộ Kinh được Thầy Thích Viên Đức dịch từ Hán ra Việt văn vào năm 1980, thì cả một làn sóng người người trì tụng, cầu xin sự gia hộ để thoát được hoàn cảnh khốn cùng v.v...

Vẫn biết khi tâm cầu chí thành tất có ứng, vì đó cũng là hạnh nguyện của chư Phật, chư Bồ tát v.v... Nhưng, qua sự dồn dập của rất nhiều người thọ trì, đọc tụng ... chỉ vì sự hạn hẹp, chật vật cũng như mưu cầu tư sinh cho đời sống, mà không hiểu ý nghĩa của Kinh, của phương tiện thiện xảo trong Mật giáo, thực sự, làm cho những hành giả của Tông Mật rất lo ngại, vì sẽ dẫn đi thật xa, vượt ra khỏi tư tưởng chính yếu và cứu cánh của Mật giáo. Điều này, nhiều lần tôi có trình bày cùng Thầy Dịch giả Thích Quảng Trí, sau khi Thầy Viên Đức viên tịch.

Trong phần nói về Thiên nữ Kiết Tường trong MT PGVN số 2, trang 369. Chúng ta biết Ngài có tên Phạn là 'Sri Mahàdevi, được gọi là vị Thần hay ban bố phước đức. Là Ái phi của Trời Na-la-diên (Nàrayana Deva), mẹ của Thần Ái dục (Kàma). Cha tên là Long vương Đức-xoa-ca (Taksaka Nàga Ràja), mẹ tên là Ha-lị Đế mẫu (Hrtye Màtr), anh là Trời Tỳ-sa-môn (Vai'sravana). Thiên nữ này trong tư tưởng của Ấn độ, được chuyển hóa vào trong Phật giáo, và rất quan trọng trong Mật giáo.

Cho nên, trong Sao ghi rằng: *Vào thời Phật Tỳ-bà-thi, Bồ tát này là cô gái tên Nguyễn Sa làm 3 cái bánh phước điền phụng cúng Đức Phật và phát thệ rằng: "Đời sau, con làm Bồ tát Mãn Nguyễn, lúc thành Đẳng Chánh Giác sẽ mang hình thể nữ, diện mạo đoan chánh, đu tướng trắng tròn, ban phước cho tất cả*

*chúng sanh, nguyện chẳng bỏ thân nữ, chẳng bỏ cội Diêm phù đề, nguyện cứu chúng sanh".*

Trong Kinh Đại Kiết Tường ghi rằng: "*Này Thiên nữ Kiết Tường! Ngươi sẽ ở thế giới Kiết Tường Bảo Trang nghiêm thành Đẳng Chánh Giác, hiệu là Như Lai Ứng cúng Chánh Đẳng Giác Kiết Tường Ma-ni Bảo Sanh". Còn trong Thiên Vương Niệm tụng pháp ghi: Bồ tát Quán Thế Âm thị hiện hình Thiên nữ tên là Kiết Tường Thiên, nên cư ngụ tại Thế giới Cực Lạc. Bộ Quyết Nghi sao thì cho rằng: "Thiên nữ Kiết Tường đồng thể với Đức Như Lai Bảo Sanh, nên có trú xứ ở phương Nam".*

Chúng tôi cố ý dẫn chứng 3 Bộ Kinh căn bản để nói về Bảo Bộ, đó là Kinh Nhất Thiết Như Lai Tâm Bí Mật Toàn thân Xá-lợi Bảo Khiếp Ấn Đà-la-ni, Kinh Bảo Tất Địa Đà-la-ni và Kinh Đại Kiết Tường Thiên nữ Thập nhị Danh Hiệu và qua các bộ Kinh này, chúng ta biết được gì về Bảo Bộ và từ đó, đưa ra thông điệp quan trọng nào để khai phát Tánh Phật trong mỗi chúng sanh để đóng góp cho nền văn minh con người.

*"Vào lúc bình minh, sau đêm Ngài đắc quả Vô Thượng. Đức Phật nhìn nhận cuộc đi lang thang bất định trong trong nhiều kiếp sống quá khứ đầy khổ đau phiền não. Ngài phải đi bất định và do đó, phải chịu khổ đau, bởi vì chưa tìm ra người đã xây dựng cái nhà- tức thể xác này. Trong kiếp sống cuối cùng, giữa khung cảnh cô đơn tịch mịch của rừng thiêng, lúc đi sâu vào công trình thiền định mà Ngài đã dày công trau dồi từ xa xôi trong quá khứ. Ngài khám phá ra anh thợ cất nhà hằng mong mỗi muốn biết. Anh thợ này không phải ở ngoài, mà ở sâu kín bên trong Ngài. Đó là ái dục, sự tự tạo, một thành phần tinh thần luôn luôn ngủ ngầm bên trong tất cả mọi người. Ái dục xuất phát bằng cách nào thì không thể biết. Cái gì ta tạo ra, ta có thể tiêu diệt.*

*Cái sườn của căn nhà tự tạo ấy là những ô nhiễm (kilesas) như tham (lobha) sân (dosa) si (moha) ngã mạn ((māna) tà kiến (ditthi) hoài nghi (vickicchā) đã dục (thīna) phóng dật (uddhacca) không biết hổ thẹn (ahirika) không biết sợ (anottappa). Cây đòn dông chịu đựng cái sườn là vô minh, căn nguyên xuất phát của mọi dục vọng. Phá vỡ được cây đòn dông vô minh bằng trí tuệ tức là đã làm sập được căn nhà. Sườn và đòn dông là những vật liệu mà anh thợ dùng để xây cất cái nhà không đáng cho ta ham muốn. Nếu hết vật liệu tức nhiên anh thợ không còn cất nhà được nữa. Khi cái nhà đã bị phá tan tành thì cái tâm đã đạt đến trạng thái vô lậu, vô sanh bất diệt, là Niết bàn". (Trích trong Đức Phật và Phật Pháp của Đại Đức Nārada Thera, Phạm kim Khánh dịch, tr.66 ).*

Giáo lý tối thượng mà Đức Phật khám phá, cốt lõi đó là đạo lý duyên khởi, nói rõ sự tương duyên tương sanh của tất cả mọi hiện tượng trong vũ trụ, cho đến người:

*Cái này có thì cái kia có  
cái này sanh thì cái kia sanh  
cái này không thì cái kia không  
cái này diệt thì cái kia diệt*

Từ giáo lý Duyên khởi này đưa đến sự tháo gỡ những khúc mắc đã đưa chúng ta làm người lữ khách trong bao nhiêu kiếp qua, đắm chìm trong vô minh và đau khổ, do sự chấp ngã vì vô minh. Không có một cái gì hoàn toàn độc lập, mà chúng luôn luôn nương dựa vào nhau để hiện hữu. Do đó, chúng vô thường và luôn sanh diệt, biến dạng, điều kiện hóa theo những nhân duyên phối hợp. " *Biết được thực tướng là vô tướng, thoát ly niệm, thoát ly hết thấy ngã tướng, hiển bày thực tướng vô tướng. Vì thời gian thực tính là vô ngã nên quá khứ, hiện tại là một, thời gian vô lượng và khoảnh khắc là một. Vì không gian thực tướng*

*là vô ngã, nên xa gần là một, rộng hẹp là một. Vì không gian và thời gian là vô ngã, nên đều dung nhiếp nhau, nên vô ngại.* (Tư tưởng Kinh Pháp Hoa, Thích Chơn Thiện, tr.29).

Trong bài Chuyển Pháp Luân đầu tiên khi đắc quả Vô Thượng Bồ Đề, Đức Phật nhấn mạnh đến Thánh đế đầu tiên- đó là Khổ (dukkha), một trong Tứ Diệu Đế.

Đời sống hiện tại của chúng ta quả có đau khổ và sự khổ đau này đã theo đuổi con người qua bao nhiêu kiếp sống và dù có khoác qua bất kỳ hình thức nào dù buồn vui, hạnh phúc, giàu sang, phú quý mạnh khỏe, sắc đẹp v.v...nhưng hiện hữu của chúng là vô thường. Mọi sự vật luôn luôn biến đổi và càng nhìn ra được sự biến chuyển đó, ta càng sợ hãi. Do chấp vào thân, ta sợ sanh, già, bệnh, chết, sợ mong cầu không được, lầm tưởng cuộc đời này thường còn và đi tìm nơi chốn để bám víu. Tất cả mọi hành động, mọi suy nghĩ v.v...đều như để tự lừa dối chính mình về muôn vật đều thường còn, nhất là những gì mình sở hữu, càng cố bám giữ, nên đều được suy diễn như một thái độ chấp hữu, thủ chấp. Chúng ta tin bất cứ điều gì để chỉ có mục đích duy nhất cho sự chấp thủ đó, vô tình lại đem tất cả đất cát, rác rưởi, phiền não, lo âu v.v..phủ đầy lên viên ngọc Chân Tánh. Dù vậy, Chân Tánh này không vì thế bị dơ bẩn, vẫn không sinh không diệt, không bị điều kiện hóa hay bị chi phối bởi không-thời gian. Đó là viên ngọc Ma ni Như Ý hay bản lai diện mục của chúng ta.

Đức Phật đã trải qua vô lượng kiếp tu hành và thành Đạo. Tuy nhiên, có những kiếp sống, là một chúng sanh thường tình, Ngài đã từng đau khổ như chúng ta. Nhưng, sau khi kinh qua những thống khổ này, Ngài nhìn rõ được thực tướng của nó và từ đó, Ngài dần thân vào cuộc hành trình từ bỏ....

Trong Kinh Pháp Hoa, phẩm Phương tiện ghi nhận quả Phật từ Duyên khởi:

*Chư Phật lưỡng túc tôn  
tri pháp thường vô tánh  
Phật chủng tòng duyên khởi  
thị cố thuyết nhất thừa*

Dịch :

*Chư Phật viên mãn đức và tri  
hiểu biết các pháp rộng không tự ngã  
quả Phật đến từ duyên khởi  
nên chỉ nói pháp nhất thừa*

Chính cái thân cấu tạo bởi năm uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành và thức) này là nguyên nhân của sự khổ. Có 3 nguyên nhân chủ yếu làm nhân cho sự khổ, thúc đẩy bởi ái dục hay vô minh:

- 1- Ái dục thỏa mãn cho dục lạc.
- 2- Ái dục vào đời sống, mở rộng cái ngã.
- 3- Ái dục phá hủy những điều không vừa ý

Những hành động thể hiện bởi Ái dục tạo ra nghiệp, chi phối toàn diện con người qua qua thân, miệng, ý và gây ra những hành động thiện hoặc ác, tạo cho đời sống an lạc hay phiền não. *Tác ý tức nghiệp*. Có Ái dục tức có Vô minh, có Vô minh nên tạo thành Ái dục, tham đắm, đây là 2 sợi dây chằng chịt nối kết nhau làm thành 12 nhân duyên.

Trong lý mê ngộ nhân quả nói rằng: Trong pháp Tứ đế, cái nhân của mê vọng là Tập đế, cái quả của mê vọng là Khổ đế, cái nhân của chứng ngộ là Đạo đế và cái quả của chứng ngộ là Diệt đế. Thánh đế thứ hai (Tập đế) và thứ ba (Diệt đế) là hai giai đoạn quan trọng bậc nhất, sau khi nhận thức được sự Khổ, tìm ra mối nối của của nó, và Đạo đế là hậu quả tất nhiên của hai Thánh đế trên.

Cái gì để chúng ta hiểu được hay thọ nhận ra Khổ đế và từ đó, bước đi những bước trên lộ trình giải thoát. Đó chính là ý

thức. “*Ý thức chỉ cho toàn bộ tâm thức, tiềm thức, hiện thức. Ý thức như một mũi giáo chọc thủng, đi sâu vào tâm thức như một sự soi ngược lại. Cho nên, ý thức bản ngã là trực nhận về nó.*” (Triết học Tánh Không của Tuệ Sỹ, tr. 75). Ý thức là con ngựa bất kham "*tâm viên ý mã*", nhưng khi đã chuyển thành Trí, nó nhìn ra được gương mặt xưa nay của mình và Ý thức đã chu toàn trách nhiệm trong Bình đẳng Tánh trí.

Trực nhận ra nó, ta mới nhìn ra đâu là gốc rễ của sanh tử, của Niết bàn và Phiền não - Hạnh phúc qua một sự chuyển y.

Qua Bộ Kinh Nhất thiết Như Lai Bí mật Toàn thân Xá lợi Bảo Khiếp Ấn Đà-la-ni, chúng ta nhận thấy, Ngài đã đưa tay chỉ rõ mặt trăng, đó Chân Tâm. Đức Phật đã đánh lễ ngôi tháp củ được coi là chứa toàn thân Xá-lợi của Đức Phật. Ngài đã mở cửa cho thấy được trong cái thân vô thường của mọi chúng sanh, dù luân chuyển, trầm luân qua bao nhiêu kiếp sống, nhưng tận cùng trong cái thân này có cái bất sanh bất diệt-Đó là Tánh Phật. Đánh lễ tháp như biểu tượng cho cái không gian và thời gian vô cùng vô tận, Tánh Phật này vẫn còn nguyên vẹn như viên ngọc Vô Tướng Ma ni, Chơn Tánh Bảo châu v.v..mà chỉ vì chúng sanh bị nghiệp chướng, báo chướng nặng nề nên không nhìn ra được. Và ở đây, như một lần nữa nhắc nhở cho chúng ta đừng quên Tánh Phật của mình, vì khi quên, chúng ta lại thêm một lần bước lang thang trên con đường vô định.

Nhận thức được như vậy, chúng ta mới hiểu rõ của ý nghĩa của Bảo bộ trong Mật giáo, và mới can đảm thể nhập vào con đường "*vô môn*" tìm lại con người muôn thuở của mình.

Trong kinh Pháp cú số 276, Đức Phật dạy rằng: "*Các người hãy tự mình cố gắng, Như lai chỉ là người chỉ đường*". Qua hình ảnh của Đấng Từ phụ đặc quả thành Chánh Giác dưới cội cây Bồ-đề và qua những Giáo pháp còn lưu truyền lại đến nay, và đã

biết bao con người đã vượt ra khỏi cái không gian hạn hẹp của thân xác, nhận ra và hằng sống trong Tánh Phật của mình, chúng ta thật là có đại nhân duyên lớn, thừa hưởng pháp nhũ đó. Thật là hạnh phúc biết bao, khi biết hạt giống Tánh Phật có nơi mình. Nhận lấy chủng tử hay hạt giống Phật có nghĩa là gom tất cả điều thiện do thân khẩu ý, các sở hành để đưa đến quả Phật và nối tiếp sự nghiệp của Phật là Giác tha.

Hình ảnh của Thiên nữ Đại Kiết Tường nơi đây lại soi sáng thêm ý nghĩa của Bảo bộ. Nơi nào có Ngài là nơi đó có Ngài Hắc Ám nữ. Tại sao vậy? Bởi vì chúng ta đang sống trong sự đối đãi, nhị nguyên: có không, vinh nhục, thăng trầm, phiền não -Bồ đề v.v...Cho nên, *không có Hắc ám nữ thì không có Thiên nữ Kiết Tường*. Giải thoát từ nơi phiền não, ly trần cấu từ nơi uest nhiệm, lìa vọng tức chân, đó không phải là lấy cái này bỏ cái kia, mà chỉ là sự chuyển y của tâm thức. Cho nên, tất cả trần cấu đều trở thành báu vật như Như Ý Bảo Châu hay Như Lai Kiết Tường Ma Ni Bảo Sanh.

*"Thiên nữ Kiết Tường cũng là Như Lai Ứng cúng Chánh Đẳng Giác Kiết Tường Ma-ni Bảo Sanh, Ngài cũng là hiện thân của Bồ tát Quán Thế Âm. Ngài còn được coi là phân thân của Như Lai Bảo sanh. Ngài không chỉ có 12 Danh hiệu, 108 Danh hiệu, mà là có đầy đủ muôn đức, vì đó là Tâm Phật, hay Tánh Giác nơi mọi chúng sanh.*

Chúng tử là 'SRĪ (            ), tam-ma-da hình là viên ngọc Như ý. Chúng tử này gồm có:

- SA tự môn là Pháp Thân, Bốn Tánh Tịch bất khả đắc, trừ tâm sai biệt của các pháp, nhiếp tất cả diệu lý bình đẳng của Pháp.
- RA tự môn là Báo Thân, Ly trần bất khả đắc, tức trừ sự nhơ bẩn của trần nhiễm, nhiếp tất cả phước đức trí tuệ.

- Ì tự môn là Hóa Thân, Tự tại bất khả đắc, tức trừ tất cả tai họa, nhiếp quả viên mãn cứu cánh.

Đây là Tam Thân Nhất Thể. Thường cùng với 3 loại tương ứng này mà nhiếp tất cả pháp. Đó đây, ngang dọc nhiếp trì, trùng trùng vô lượng bình đẳng, không cao thấp. Rốt ráo lia tướng, do lia tất cả tướng, cho nên chúng Tự Chứng Tam Bồ Đề của chư Phật, các Pháp Chân Tục thấy đều được hiện tiền.

Chủng tử này cũng gồm thâu cả Ba Bộ là Phật bộ, Liên Hoa bộ và Kim Cang bộ." (trích MT PGVN tr. 374 - 375).

Theo thiển kiến của chúng tôi, như qua những trích dẫn từ Kinh điển Mật giáo liên hệ đến Bảo bộ, chúng ta đã nhận thức rõ ý nghĩa của Bảo bộ. Đó là biểu tượng cho Chân Tâm Thường Hằng, Bất sanh Bất diệt. Phật bộ là Thể Tánh hay Phật Tri Kiến, Liên hoa bộ biểu hiện cho Từ Bi, Kim cang bộ biểu trưng cho Trí Tuệ và cả 3 đều nhập chung trong Bảo bộ. Bảo Bộ cũng bắt nguồn và sanh khởi từ sự chuyển hóa tam độc tham, sân, si, để trở thành Viên ngọc báu. Phân tách ra để có thể tạm nhận ra phần nào của biểu tượng, nhưng tất cả chỉ là Một và có sẵn đủ trong tâm con người. Ví dụ như viên ngọc Ma Ni Như Ý, chiếu sáng khắp mọi nơi, mọi phương chốn và tùy tâm ứng nguyện của chúng sanh để bố thí, nhưng tựu trung chỉ là đồng trong thể của viên ngọc. " *Biết được Chủng tử, Tam hình, Bốn tôn là đều chỉ cho Như Ý Bảo Châu, Thiên nữ Kiết Tường là thực thể của Bảo Châu. tức là Bốn Tâm của Đức Phật Tỳ-lô-giá-na*" ( như trên, MT PGVN, tr. 375). Và cần nhấn mạnh rằng, Bảo bộ tức là lộ trình đã trở về căn nhà của Bốn tâm, được thọ hưởng được cái Gia tài Vô giá mà Đức Phật đã chỉ dạy. Cho nên, Bảo bộ thâu nhiếp cả Đại thừa, Tiểu thừa, Kim cang thừa v.v.v

Vì lẽ đó, trong Kinh Pháp Bảo Đàn, khi nghe được Tổ Huệ Năng trong thốt lên rằng:

*“Nào dè tự tánh vốn sẵn thanh tịnh  
Nào dè tự tánh vốn không sanh diệt  
nào dè tự tánh vốn sẵn đầy đủ  
nào dè tự tánh vốn không lay động  
nào dè tự tánh có công năng sanh ra muôn pháp chúng”*

Chúng ta mới hiểu được là trong Tâm có tất cả những yếu tố làm nên một vị Giác ngộ. Tâm phàm phu ví như hoa sen chưa nở, Tâm Phật là hoa sen đã hé nở và đây là sen tâm của Phật tánh.

Trong Khế Kinh ghi :*“Vô bất tùng thử pháp giới lưu, mạc bất hoàn qui thử pháp giới : Không một pháp nào chẳng từ tâm này lưu xuất và không một pháp nào chẳng trở về tâm này”*. hoặc :*“Thị pháp trụ pháp vị, thế gian tướng thường trụ : Pháp nào vẫn an trụ địa vị của pháp ấy, tướng thế gian là tướng thường trụ”*.(Đại thừa Khởi tín luận của Tổ Mã Minh, tr, 23- 25).

Trong Kinh Đại Nhật nói:*“ Ai muốn tu thành Phật đều phải có đủ: Bồ đề tâm, làm nhân. Đại bi làm căn, tức hạnh và Phương tiện làm cứu cánh, tức quả”*.

Tâm Bồ đề tức là trực tâm hay là nguyên ủy của Bảo bộ. Trực tâm: Ví như pháp thân, thân tâm ví như pháp đại thừa, pháp giải thoát. Bồ đề tâm ví như Trí tuệ Bát nhã. Trực tâm (Giới) thân tâm (Định) Bồ đề tâm (Huệ).

Khi hiểu được thân người là vô thường, biến đổi vì do nhân duyên hòa hợp nên thành. Hiểu rõ được khổ đau, phiền não là do chấp ngã và nhận thức được ra lý duyên khởi của vạn pháp. Người hành giả nhìn ra Phật tánh nơi chính mình và của chúng sanh, nhưng tấm lòng vì những chúng sanh vẫn còn đang vầy vùng trong biển nghiệp, lưu lạc trong ba cõi, sáu đường, nên họ

phát Bồ đề tâm nguyện độ sanh, để cùng nhau vượt bể khổ, đứng theo tinh thần Đại thừa hay Bồ tát đạo.

Trong phần Tiểu dẫn khi dịch Văn phát Bồ đề tâm của Ngài Thật Hiền, Thầy Thích Trí Quang có nói: " Trong Tam tạng, Bồ đề tâm được nói một cách trang trọng, không hơn thì bằng mà thôi, chứ không kém một pháp nào. Phát Bồ đề tâm, nói đơn giản là trước hết lập cái chí nguyện mong cầu Tuệ giác Vô thượng Bồ đề, kể đó phát triển Tuệ giác ấy, cuối cùng, phát hiện bản thể của Tuệ giác ấy là Chân như. Giai đoạn trước hết, chí nguyện mong cầu Tuệ giác Vô thượng Bồ đề hàm có 2 tính chất: Thượng cầu Phật đạo, hạ hóa chúng sanh. Như vậy, đối với người học Phật, phát Bồ đề tâm không những là bước đầu, mà còn là căn bản, không những là căn bản mà còn là cứu cánh.

Về lý do phát Bồ đề tâm, ngoài nỗi thống khổ sanh tử mà mình mục kích và ý thức, có 2 việc mà kinh luận đề cập nhiều nhất, đó là tự biết mình có thể làm Phật, và, tha thiết hơn cả, nghĩ đến sự suy tàn của Phật pháp" (trang 8 ).

Đây là những bậc xả ly, những người muốn ra khỏi tam giới, dù mang bất cứ hình thức nào, nhưng tâm hạnh của họ là sự từ bỏ. Vì sự chứng đắc Tuệ giác, vì phát nguyện độ sanh, vì sợ suy tàn của Phật pháp- có nghĩa là hạt giống Phật sẽ không còn. Đòi hỏi sự xả ly, vì không có sự từ bỏ thì không có sự chứng đắc, vì vẫn còn sự chấp trước dù dưới mang danh nghĩa cao đẹp như hạnh phúc hay phiền não. Cho nên, sự từ bỏ hay xả ly là căn bản của lộ trình giải thoát, đưa tâm mình đến cõi giới rộng bao la.

Càng xả ly, từ bỏ bao nhiêu thì sự phì nhiêu của tâm linh tràn đầy bấy nhiêu. Không gian của tâm sẽ rộng hơn, không còn sự nhỏ hẹp của tâm địa hạn hẹp, vướng chấp. Cho đến khi sự từ bỏ tuyệt đối, không còn một vướng mắc nào, thì chính đó là sự tròn đầy của Bảo bộ. Bởi vì trong vùng trời cao rộng của Chân

Tâm, đó là một tài nguyên hay kho tàng vô giá, xài bất tận, vì nó không hình tướng, không một dung chứa nào, nên nó vô cùng vô tận. Tâm vô cùng thì kho tàng cũng vô cùng tận. Người chứng đắc là người bơi lội và hành sử kho tàng này một cách vô ngại.

Qua đó, họ có lòng hướng dẫn cho mọi người được mở rộng tâm giới hay nhãn giới để nhìn thấy Chân tánh, thấy rõ “Bản lai diện mục” của mình. Tuy nhiên, điều này cũng thật là vô cùng khó khăn, như đối với người nghèo cùng tận lại nói kho báu trong nhà có thể xài vô tận, trong khi người này chưa ý thức thế nào là kho báu và việc trước mắt là cần nắm ngay những cái hiện hữu, sở hữu trước mắt. Sự xả bỏ là một điều cay đắng, mất mát với họ. Sự đối nghịch này là do nghiệp thức người đó còn đong đưa giữa hai bờ: Giải thoát hay luân hồi.

Trong Tư tưởng Kinh Pháp Hoa của Thầy Chơn Thiện, trang 26: "*Giáo nghĩa trọng tâm của Kinh là Lục độ Ba la mật của Bồ tát hay gọi là giáo nghĩa duyên khởi và Tứ đế được hành ở cấp độ rốt ráo với đại nguyện độ sanh. Tại đây, ý nghĩa khai-thị-ngộ-nhập hiển lộ:*

- *Phật tri kiến là tri kiến giải thoát ở cuối đường Lục độ ba la mật (khai thị)*
- *tự mình thấy rõ điều đó là ngộ Phật tri kiến*
- *hành viên mãn lục độ để thành tựu trí tuệ vô ngã,*
- *viên mãn với tâm đại từ đại bi là nhập Phật tri kiến"*

Khi đã ngộ Nhập Phật Tri kiến, như đã nói ở trên: Lý tưởng độ sanh của Bồ tát là những cuộc dẫn thân vào các cõi bất toàn, khổ đau như là một chặng đường sau cùng của giải thoát. Người hành giả giải trừ được Ngũ ác kiến, gồm có: *Thân kiến*: tin chắc là thường có cái thân. *Biên kiến*: thường chấp một bên như tin chắc sau khi chết, ngã thể đoạn diệt hoặc thường tồn tại. *Tà kiến*: không tin có lý nhân quả, dứt đường thiện căn. *Kiến thủ kiến*: cho

những ý kiến trên là chân lý cứu cánh, rồi chấp trước. *Giới cấm thủ kiến*: lấy những điều giới cấm phi lý làm nhân để sanh thiên, hưởng lạc. Đó là 5 lợi sử trong thập sử. Cho nên, khu dứt được ngũ kiến liền đắc Đệ nhất nghĩa không, gọi là vô sở đắc và đi sâu vào Phật trí với 6 hạnh: Bố thí, trì giới, nhẫn nhục, tinh tấn, thiền định, trí tuệ. Trong sáu hạnh này, lấy Trí tuệ làm đầu. Như Kinh Lăng Nghiêm nói: "*Tam vô lậu học là: Nhiếp tâm là giới, nhân giới sanh định, nhân định phát huệ*". Vì trí tuệ soi sáng được mọi hạnh nguyện, thoát ra khỏi 4 tướng: nhân, ngã, chúng sanh, thọ giả.

Trong Bộ Mật tông của Đại sư Hoàng Pháp, Phần Lập Đàn, tr. 45 nói rằng: "*Những vị tu hạnh Du già, muốn thành tựu Pháp Thế gian và Xuất thế gian, trước nhất cần phải phát tâm Bồ-đề, vào Hải hội Mạn-đà-la của chư Phật, giữ giới thanh tịnh, xa lìa vọng duyên, nghiệp thân-khẩu-ý thường như thật, hiểu rõ lý tánh tướng. Những vị như thế, mới có thể kiến lập Mạn-đà-la để làm lợi ích cho mình và người*"

Điều này cũng đồng với tư tưởng trong Kinh Pháp Hoa: "*Vào Như Lai, mặc áo Như Lai v.v...*". Pháp xuất thế gian hay thế gian là hạnh nguyện của Bồ tát, từ tâm phát Bồ-đề và nhập vào Thế Tánh của chư Phật và hiểu rõ tướng tận thực tướng, thực tánh của các Pháp, xa lìa vọng duyên v.v...mới kiến lập được Mạn-đà-la hay cõi Tâm, cõi Phật. Cõi Tịnh độ này được tạo thành do và bởi chúng sanh. Trong Kinh Duy Ma Cát, tr. 16 – 18 , Liên hoa Tịnh huệ dịch) : "*Do tâm thanh tịnh nên quốc độ thanh tịnh, do tâm bình đẳng, không cấu uế nên các cõi báu trang nghiêm*"

Nghi quỹ Thọ Bồ đề Tâm giới cũng đồng nghĩa như trên, phát tâm Vô Thượng Bồ Đề:

*Chúng sanh vô biên thế nguyện độ*

*Phiền não vô tận thể nguyện đoạn  
Pháp môn vô lượng thể nguyện học  
Phước trí vô cùng thể nguyện tu  
Như Lai vô số thể phụng sự  
Phật đạo vô thượng thể nguyện thành*

*Do phát tâm, nên xa lìa ngã tướng và pháp tướng, hiển rõ Bản giác Chân như, khiến Chánh trí Bình đẳng hiện tiền, được phương tiện hay khéo cùng tròn đủ Hạnh Phổ Hiền".( Mật Tông, tr.62).*

Do dẫn thân theo lý tướng Tự giác, Giác tha này, hành giả sử dụng biết bao phương tiện để độ sanh, và Giác hạnh viên mãn. Cho nên, trong Mật Tạng ký nói rằng:” *Mỗi vị Bồ tát đều có 3 thân, tức Tự tánh luân thân, là Pháp thân của Phật trụ ở tự tánh. Chánh pháp luân thân là Chân thực thân để dùng tráp pháp độ người. Giáo lệnh luân thân là thân nhận giáo lệnh của Phật hóa hiện thành Phần nộ hình để hàng phục chúng sanh ương ngạnh*”. Tất cả đều là phương tiện thiện xảo để đưa đến cứu cánh duy nhất là: *Đồng thành Phật đạo*.

Đem đạo để chuyển hóa cuộc đời, bởi vì đời cũng chính là Đạo, trong cái đời sống thường tục. Nơi trong phiền não, ứ trước có sự hiển hiện của Bồ đề, Niết bàn, chỉ chuyển y, Chuyển những tham sân si, chấp thủ, tham ái do quán tưởng hay dùng câu chân ngôn đi sâu vào tận hang ổ của phiền não, sanh diệt để nhổ những gốc rễ của sanh tử, khổ đau này và nương theo giới định huệ và tâm Đại bi. Mật giáo qua thân khẩu ý tương ứng, đạt đến Giới-định-huệ, nhưng rất coi trọng tâm Đại Bi vì đó là nguyện và sở hành. Mật tâm này cũng rất là nguy hiểm, nếu không khéo sử dụng sẽ rơi vào pháp thuật thần thông, tạo thêm nhiều si mê, chấp thủ và tham ái, ôm phương tiện làm cứu cánh và tạo thành nổi khổ luân hồi. Trong khi, Mật giáo miên mật cốt để dùng Mật

nhũ rửa sạch, chuyển y cái gốc rễ này để thoát ra khỏi vọng chấp, chứng ngộ Chân Tánh.

Kinh Viên Giác, trang 10 : *"Nói về Nhân địa tu hành của các Đức Như Lai. Khi Bồ tát Văn Thù hỏi Phật: Các vị Bồ tát đối với đại thừa đã phát tâm Bồ đề rồi, làm sao xa lìa các bệnh (trừ vọng) khiến cho chúng khỏi đọa vào đường tà kiến"*

*Khi Đức Phật trả lời Ngài Văn Thù: Ta có đại đà la ni tên là Viên giác, từ tánh giác này mà sanh ra tất cả các Pháp thanh tịnh như Chân như, Bồ đề, Niết bàn, Ba la mật v.v..Do đây, mà vĩnh viễn đoạn trừ vô minh, được sáng suốt thanh tịnh viên mãn, nên mới được gọi là Phật".* Do đó, để thể nhập vào Bảo bộ hay Tánh Viên Giác, chúng ta phải hiểu gốc rễ khổ đau nào đã đưa đến trầm luân, đoạn cắt đường Bồ đề.

Cái khổ nạn nặng nề nhất, đó là cái chấp ngã, chấp pháp, vì không nhìn rõ được thực tướng của sự vật do duyên sanh. Do đó, sanh ra phiền não. Phiền não này gồm: *" Căn bản phiền não và tùy phiền não cả hai đều do tâm sanh, do vọng chấp và đó là cội guồng phát sanh tam giới, tạo nên vô số pháp giới thiên sai vạn biệt.*

- Tâm phiền não tạo nên cõi tâm địa địa ngục

- Tâm thanh tịnh tạo nên cảnh giới thanh tịnh, Niết bàn. (Kinh Duy Ma Cật, trang 29 ).

" Ý thức được ngũ uẩn là không, do nhiều duyên hợp thành. Cho nên, người hành giả không còn bị ràng buộc trong ngũ uẩn. Trong một bài thuyết pháp đầu tiên, Đức Phật nói: *"Này các Tỳ kheo, thế nào là khổ? Đó chính là ngũ uẩn. Mọi sự vật ràng buộc trong ngũ uẩn là khổ".* Đặc tính của ngũ uẩn luôn luôn biến đổi. Những gì vô thường đều là khổ".(Trích trong Tứ Diệu đế, Thầy Thích Mãn Giác, tr.12).

Lý duyên sanh chi phối mọi hiện tượng của vũ trụ cũng như giữa con người và vạn hữu. Mọi hiện tượng giới đều bị chi phối bởi sự duyên sanh duyên diệt này. Người hành giả khi thấu rõ Phật Tri kiến, nhận thức các pháp hữu vi đều vô thường nên xa lìa trần cấu, do đó phá vỡ được ngã và pháp chấp.

Chúng tôi cũng xin nói qua về sự tu bố thí: Trong đạo Phật, có nhiều nhà nghiên cứu hoặc học giả cho rằng: Càng bố thí nhiều thì càng có nhiều phước báu và những người giàu có, nhiều phước báu thì dễ tu. Đứng trên phương diện tục đế, có thể đúng một phần, nhưng trên phương diện chân đế, vấn đề mới lại xảy ra. Chúng ta đều biết, cứu cánh của đạo Phật giải thoát khỏi sanh tử luân hồi, bên cạnh đó là phước huệ song tu. Vì thế, Đức Cồ Đàm được gọi là Đấng Lương Túc Tôn, hàm ý đầy đủ Phước Trí Nhị nghiêm. Nếu cho rằng: cứ tu phước và hồi hướng tất cả về quả vị Phật thì chắc chắn sẽ thành Phật hoặc giả, người nhiều phước báu sẽ dễ tu thiền hơn. Theo thiển ý, đó là cái nhìn của biên kiến, nhị nguyên hay giới hạn theo một mặt nhìn hoặc nói để khuyến khích sự bố thí. Còn nói đến Bố thí ba-la-mật, thì đó là khía cạnh khác của vấn đề, vì nếu đã gọi là Bố thí ba-la-mật, thì người hành giả dù là hiện thân bình thường, nhưng không còn là con người bình thường như chúng ta, mà là những vị đã và đang hành hạnh của Bồ tát, vì giác ngộ cảnh giới bất nhị và biết cuộc đời là huyễn hóa. Có nghĩa là trên cầu thành Phật, dưới hóa độ chúng sanh.

Trong hỗn mang của biển nghiệp, phước báo chỉ làm nhẹ bớt dòng nghiệp, nhưng không có nghĩa là nghiệp lực không còn tác dụng. Chỉ có trí tuệ do sự tu tập thiền định, do miên mật trong sự quán tưởng thành thực, thể nhập vào Bản tôn và chứng ngộ được tánh không, thì nghiệp lực không còn giá trị tác dụng. Điều đó, có nghĩa là sức nghiệp vẫn còn đó, nhưng người hành giả đã

nhận biết thực tánh của nó, nên không còn bị nó chi phối. Do đó, nếu không thực tu và không khéo uyển chuyển giữa phước huệ song tu, thì đó, cũng sẽ là nguyên nhân của đời thứ ba và chúng ta không biết mình sẽ ra sao?

Cuộc sống càng ngày càng xáo trộn, đảo điên, lẫn lộn giữa phương tiện và cứu cánh. Mỗi ngày có biết bao nhiêu cảnh địa ngục xảy ra, trong tâm mọi người, trong môi trường xã hội chung quanh. Nếu gọi đó là nền văn minh hiện đại, xu hướng phải tiến triển như vậy, thì đó là sự sa đọa trầm trọng của tâm thức con người. Đời sống văn hóa của nhân loại cần phải có một nền văn hóa nhân bản với *chiều sâu*, có thể chuyển hóa những phiền não, tham sân si, vọng chấp, thủ kiến, tham ái ...đã, đang và sẽ dẫn con người đến chỗ diệt vong, để chúng trở thành những tinh hoa, tâm linh, giải thoát và về *chiều rộng*, đưa con người đến chỗ gần nhau trọng nhau, hiểu nhau, trong tinh thần tương duyên tương sanh, vì đã thoát ra khỏi những ràng buộc hẹp hòi của 3 độc này.

Nền văn hóa tâm linh đó không nhất thiết phải là tôn giáo vì nếu chỉ vì tôn giáo độc tôn, quá khích v.v...mà đưa con người đến sự hủy hoại lẫn nhau, để bảo vệ sự chấp thủ hay tôn giáo của mình, thì tôn giáo đó không cần thiết.

Trong suối nguồn tâm linh của nhân loại, có đạo Phật. Diệu pháp của Đức Phật có thể cứu giúp chúng sanh thoát khỏi khổ đau, vượt ra khỏi đời sống đen tối, hạn hẹp của vô minh. Đạo Phật có thể hòa mình theo từng văn hóa của mỗi quốc gia để đem tư tưởng Giác ngộ, từ bi, trí tuệ làm lành mạnh tâm linh con người. Chúng ta có thể không cần xem đạo Phật như là một tôn giáo, nhưng là con đường đưa đến giải thoát, và Đức Phật chỉ là một người chỉ đường.

Chúng ta có thể áp dụng giáo pháp của Đức Phật qua sự kinh nghiệm của mình và nếu giáo pháp đó đưa chúng ta ra khỏi

tâm cảnh mê lầm, rối ren, thì chúng hãy tin theo. Đó cũng là lời Phật dạy.

Qua những phân tích, trình bày ở trên. Với kiến thức hạn hẹp, với sự tu học còn yếu kém, chúng tôi chỉ xin nêu lên một số Kinh và với nhận xét riêng của mình về lý tưởng giải thoát của Bảo bộ trong Mật giáo. Với sự tiến triển của tin học, truyền thông v.v.. con người như gắn lại với nhau, nhưng vì còn bị đối kém tâm linh, chúng ta lang thang trong sự thù hằn, đố kỵ, ganh ghét, quá khích đã làm cho sự gắn nhau này trở thành nguy hiểm, đáng sợ. Do đó, nói đến Bảo bộ là nói đến sự hóa giải này bằng sự Giác ngộ Chân Tâm.

Những hành giả của Mật giáo, qua Bảo bộ, là những người có niềm tin chắc là mình có Phật tánh và tất cả mọi người đều là Phật sẽ thành. Do đó, họ được *khai thị, ngộ và nhập Tri Kiến Phật*, và đường đi của họ là sự đồng hành với mọi người trên tâm lộ rộng mênh mông, và những gì thái quá, cố chấp không còn đất đứng.

Vì nhận thức rõ mình có Tánh Phật, và vạn vật đều có mặt do duyên sanh, không tự tánh, vô thường. Cho nên, trong khi thọ Bồ đề Tâm giới, họ phát nguyện rằng:

- *Không lui sụt tâm Bồ, vì phòng ngại cho sự thành Phật.*
- *Không bỏ ngôi Tam bảo, quy y theo ngoại đạo, vì đó là tà pháp.*
- *Không hủy báng Tam bảo và giáo điển Đại thừa, vì làm như thế là trái với Phật tánh.*
- *Đối với những kinh điển Đại thừa rộng sâu, chỗ mình không thông hiểu cũng không sanh lòng phỉ báng, vì đó chẳng phải là cảnh giới của phàm phu.*
- *Đối với chúng sanh đã phát Bồ đề tâm, không nói những điều làm cho họ thoái tâm, trở về với Nhị thừa, vì làm như thế là đoạn hạt giống Tam bảo.*

- Đối với những kẻ chưa phát tâm Bồ đề, cũng không nói pháp khó tin hiểu của Đại thừa, khiến họ nghi ngại rồi thoái tâm trở lại Nhị thừa, vì làm như thế là trái với bốn thế.

- Trước hạng người Nhị thừa và kẻ tà kiến, không nên vội nói pháp Đại thừa sâu mâu, vì e họ sanh lòng nghi báng mà mang tội nặng.

- Không khởi các pháp tà kiến, vì như thế là đoạn căn lành.

- Trước kẻ ngoại đạo, không nên nói mình được giới mâu Vô thượng Bồ đề, khiến họ sanh lòng ganh giận, tìm cầu giới ấy không được rồi về sau không thể phát tâm Bồ đề, vì làm như thế cả hai đều tổn hại.

- Những điều gì có tổn hại hoặc không lợi ích cho chúng sanh đều chẳng nên tự làm, bảo người làm, thấy kẻ khác làm vui theo, bởi như thế là trái với pháp lợi tha và lòng từ mẫn.

Do thọ giới pháp nội chứng thanh tịnh vô lậu của chư Phật, nhập vào Nhất thế trí. Những hành giả này đem Tứ nhiếp pháp để tùy thuận chúng sanh mà làm lợi lạc cho họ, đó là Bố thí, Ái ngữ, Lợi hành, Đồng sự.

- Vì muốn điều phục nghiệp tham lam, bôn sẻn từ vô thí, để làm lợi ích chúng sanh, nên họ Bố thí.

- Vì muốn điều phục những phiền não, giận hờn, kiêu mạn từ vô thí, để làm lợi ích chúng sanh, nên phải thực hành Ái ngữ.

- Vì muốn làm lợi ích cho chúng sanh để tròn đủ bản nguyện, nên phải tu pháp Lợi hành.

- Vì muốn gần gũi Đại thiện tri thức, để làm cho tâm lành không bị gián đoạn, nên phải thực hành môn Đồng sự.

(Trích trong Phần Thọ Bồ đề Tâm giới, trong Đông Mật của Đại sư Hoàng Pháp, tr.64 - 65).

Do đó, Mật giáo- một phương tiện đưa đến giải thoát trong Đạo Phật, tồn tại như một bóng mát của cây Từ bi phủ lấp cả

bầu trời mê lầm, vọng tưởng, đảo điên. Và điều càng nghịch lý hơn nữa, khi xã hội càng văn minh, khoa học kỹ thuật càng tiến bộ vượt bậc, thì sự mâu thuẫn của Mật giáo càng hiển lộ đẹp đẽ, siêu thoát, dẫn đường cho nhân loại trong cuộc sống an lạc, hạnh phúc.

Với kiến thức hạn hẹp, lại dám nói đến vấn đề to lớn này, là Bảo bộ hay sự khai triển Phật chất để đóng góp cho nền văn hóa tâm linh nhân loại. Cho nên, không khỏi có những sai lầm do sự hiểu biết kém cỏi hoặc nghiên cứu chưa tới nơi tới chốn, hay suy diễn không đúng, kính mong các vị cao minh vui lòng chỉ giáo cho.

Xin một chút tấm lòng là: Cầu cho mọi người khi đọc qua Tiểu luận này, xin nhận ra Phật tánh nơi mình, đó là Bảo bộ hay gia tài vô giá mà Đấng Cha Lành trao lại, hãy khai triển, sống, thể nhập để làm lợi ích cho mình và cho mọi người.  
Mong lắm thay !

Viết xong ngày 14.01.2004 (ngày 23.12.Quý Mùi)  
tại Đất lành (Sugar Land), Texas. Hoa kỳ

## **NHỮNG SÁCH THAM KHẢO**

- *Mật Tông* của Đại sư Hoàng Pháp. Dịch giả: Thầy Thích Quảng Trí, 1980.
- *Thiền luận* của Thiền sư Daisetz Teitō Suzuki, Thầy Tuệ Sỹ dịch, 1970.
- *Khảo nghiệm Duy thức học*, Soạn giả: Thầy Thích Thắng Hoan, 1992.
- *Trung quán Luận* của Nagarjuna. Biên dịch & giải thích: Thầy Thích Quảng Liên, 1994.
- *Kinh Tô Tất Địa*. Dịch giả: Thầy Thích Viên Đức.
- *Triết học về Tánh không*. Khảo luận: Thầy Tuệ Sỹ, 1970.
- *Những câu hỏi thông thường về Đạo Phật*. Thầy Thích Thiện Châu

1997.

- *10 ngày thiền tập*. Thiền sư Kim Triệu, 1997.
- *Pháp ngữ*. H.T. Duy Nhân. Dịch giả: Nguyên Chon - Nhật Đạo, 1995.
- *Cách nhìn của Phật giáo đối với vấn đề Luân hồi* của Đại sư Tịnh Vân. D G: Thích hạnh Bình - Nguyên Khuê - Thích Thanh Hòa.
- *Mở con mắt Thiền*. Thích Thông Phương, PL.2546.
- *Phật học từ điển*. Cư sĩ Đoàn trung Cồn, 1963.
- *Tứ Diệu Đế*. Thầy Thích Mãn Giác, 1983.
- *Kinh Diệu Pháp Liên Hoa Giảng diễn lục*. Đại sư Thái Hư giảng. Dịch giả: H.T. Trí Nghiêm, 1970.
- *Từ điển Phật học Hán Việt*. Phân viện nghiên cứu Phật học, 1994.
- *Mật Tạng Phật giáo Việt Nam Tập 1 - 2*.
- *Kinh Chuẩn Đề Đà-la-ni*. Dịch giả: Thầy Thích Viên Đức, 1973.
- *Phật học phổ thông*. Soạn giả: Thầy Thích Thiện Hoa, 1964.
- *Trao cho thời đại một nội dung Phật chất của Thầy Thích Đức Nhuận*,
- *Nguyên nhân Luận*. H.T. Khánh Anh, 1952.
- *Tư tưởng Kinh Pháp Hoa*. Thầy Thích Chơn Thiện, 1999.
- *Phật giáo Việt Nam*. Gs. Nguyễn Đăng Thục, 1974.
- *Đức Phật và Phật pháp*. Đại Đức Narada Thera. Dịch giả: Phạm kim Khánh.
- *Kinh Nhất thiết Như Lai Bí mật Toàn thân Xá lợi Bảo khiếp Ấn Đà-la-ni*. Dịch giả: Thầy Thích Viên Đức.
- *Kinh Bảo tấ Địa Thành Phật Đà-la-ni*. Dịch giả: Thầy Thích Viên Đức.
- *An introduction to Buddhist Esotericism*. Tác giả: Benoytosh Bhattacharya. Delhi 1986.
- *Shingon-Japanese esoteric Buddhism*. Tác giả: Taiko Yamasaki. Shambala 1988.
- *Foundations of Tibetan Mysticism*. Lama Anagarika Govinda 1996.

Mấy hôm nay, bỗng nhiên hai đôi mắt tôi bị bệnh, rất khó chịu, nhất là khi có người nhìn vào mình. Tự nhiên, cảm thấy ái ngại, dè dặt. Tôi chợt nghĩ tới những đứa bé mù loà bẩm sinh hoặc thương tích khi đã lớn, lòng thật xúc động. Chỉ có đau mắt và vài hôm thì khỏi bệnh, nhưng có người bị mù suốt cuộc đời thì sao??? Cái bất hạnh này như những con người như chúng ta, như tôi- dù vẫn biết đời là vô thường, ba cõi không an, nhưng sao mình lại luôn luôn nhắm mắt bước chân vào như tìm kiếm hạnh phúc và hạnh phúc là gì? Khi hỏi, tức tia hy vọng của đôi mắt sáng suốt chợt loé lên và cũng làm cho mình băng khuâng....

### **ĐÔI MẮT EM**



### **THỎI LỬA CHO ĐỜI**

*Em thở từng lời thơ  
Thơ ru lên đời mềm  
Em buông rơi từng giọt tình nồng  
Để cho đời còn có nhau  
Đời còn có em  
Khi mắt cho đời hy vọng  
Đời còn có em  
Khi đôi tay còn buông bỏ cơn đau  
A ơi!...à ơi!  
Tiếng mẹ ru, đưa em vào đời  
Tiếng mẹ êm  
Ru em tiếng khóc oa oa*

Tiếng khóc reo vang  
Em khóc lên cho mẹ niềm vui  
Em khóc lên, tim mẹ rộn ràng  
Này bé bỏng của mẹ!  
Này con yêu của cha!  
Sao đôi mắt em không nhìn thấy gì?  
Bầu trời không có em?  
Một đôi hạt trắng  
Dẫm chân đậu vào mắt em  
Một đôi hạt trắng  
Lững lơ mắt em  
Mẹ cười hay tiếng mẹ đau  
Cha cười hay dấu niềm đau....

Em lớn lên, đi vào đời  
Mùa xuân còn mãi bên em  
Đôi mắt em không nhìn thấy gì  
Nhưng tâm hồn là cánh đồng xanh  
Cho con người được mở vùng thương  
Đôi mắt em là bầu trời bao la  
Từng đất non nỡn nà phù sa  
Để rừng sen vui mừng nở  
Ướt nồng màu áo năm xưa  
Trái tim còn hơi ấm hôn em  
Mùa xuân còn có bên em  
Những bàn tay ướp hương sen hồng  
Mùa xuân quấn quít bên em  
Bàn tay dịu mãi ân cần  
Hương trầm ẩn dấu tim em.....

12.10.05

## MỤC LỤC

- Lời nói đầu	4
- Ước nguyện	6
- Người có nghiệp với Phật	7
- Em tròn lời Bát Nhã 2	0
- Chữa lành thế giới khổ đau	21
- Ngài Địa Tạng	29
- Trường ca những cơn giông bão	30
- Kinh Từ Bi	35
- Rũ tay tìm hư không	38
- Giáo dục gia đình	39
- Dấu chân trên bờ biển	48
- Ánh mắt em là biển rộng	49
- Nói chuyện với thanh niên	51
- Tấm lòng những vì sao	56
- Giáo dục gia đình	58
- Bài thơ cho mẹ	67
- Gia đình và con cái	69
- Nửa đời đi tìm em	74
- Cuộc giải phẫu bàn tay	76
- Bóng mẹ qua lá thu rơi	84
- Những lợi ích của việc trì tụng Thần chú	85
- Diu bước chân vô thường	89
- Có phải ta là dòng sông	91
- Một ngày lại qua	92
- Có phải em là âm thanh	93
- Phật giáo với bệnh tâm thần	95
- Khi thu qua, đông đến, vẫn còn thấy em	111

- Hãy nói cùng giọt mưa	112
- Mắt vương màu hy vọng	113
- Biển cuốn trôi đời em	115
- Bảo Bộ	117
- Đôi mắt em thổi lửa cho đời	158
- Mục lục	160

