

TÂM LÝ NGÀY TẾT

Thượng Chi Phạm Quỳnh

Những dịp để cho cả một dân tộc cùng nhau hướng về một tình cảm, một tư tưởng, để cùng nhau rung động...thật là hiếm có. Thường phải có những sự xảy ra khá quan trọng, có ảnh hưởng đến tính mạng cả một đoàn thể, để ai nấy đều phải để hết tâm trí vào.

Dân Việt Nam ta có cái may mắn, cái đặc ân là có một dịp vui chung cho tất cả, dịp ấy cứ đều đặn mỗi năm một lần vào ngày đầu xuân năm mới. Về dịp này tất cả đàn con đất Việt, từ người giàu cho đến kẻ nghèo, từ người tiên tiến cho đến kẻ thủ cựu đều một lòng một dạ, cùng nhau hớn hở đón chúa xuân, trong mấy ngày lễ long trọng, trang nghiêm mà cũng rộn ràng náo nhiệt biết bao! Ngày ấy là ngày TẾT.

“TẾT”, chữ màu nhiệm thay! Như đã chứa chất biết bao niềm vui mừng của cả một dân tộc vô tư vui vẻ, cứ mỗi năm, đến kỳ xuân tới là quên cả hết thảy những nỗi lo lắng khó khăn của năm cũ để sẵn sàng hoan hỷ bước vào năm mới với chứa chan hy vọng.

Vậy thời ý nghĩa của ngày TẾT, của cái thực thể huyền bí ấy mà người ta sùng bái như một vị thần thánh có sức mạnh đến nỗi có thể khiến cho cả một dân tộc, trong khoảng mấy ngày tròn, đã cùng một tâm hồn, cùng một tình cảm, mà nhất là cùng một hy vọng tin tưởng ở ngày mai, hy vọng và tin tưởng mà nhiều khi họ rất cần phải có, để đương đầu với một cuộc đời vất vả bấp bênh...

TẾT không phải chỉ là ngày đầu năm mà thôi, vì nếu kể cả những ngày sửa soạn linh đình trước và những cuộc vui đùa giải trí sau, thì TẾT ít ra cũng phải kể tất cả là ba tuần. Nhưng dù sao tâm trạng của người ta mà ngày TẾT đã gây nên chưa dễ đã xóa nhòa trong chốc lát, và ta cũng nên thử nghiên cứu xem, để tìm hiểu giá trị đặc biệt của ngày lễ long trọng ấy.

TẾT không phải hoàn toàn không có nghĩa lý, mà lại còn bao trùm cả một “triết lý”. Trong một năm bốn mùa liên tiếp nối nhau và đó

là một hiện tượng tự nhiên rất quan trọng cho một dân tộc nông nghiệp. Theo như thuyết “Vũ trụ khai tịch” xưa, khoảng thời gian đông qua xuân tới là đánh dấu một thời kỳ hoàn toàn đổi mới, người và vạn vật thiên nhiên như sống lại và cùng nhau thông cảm trước sự đổi mới vui tươi để hăng hái đón mừng xuân mới.

Trong mấy ngày cổ truyền ấy, con người ta phải hoàn toàn đổi mới, lột hết những gì cổ hủ của con người cũ đi mà tự tạo nên một tâm hồn mới



mẽ; phải đuổi hết những tư tưởng yếm thế, phải tạo ra những ý vui, chỉ nói những lời ngọt ngào dễ thương, quên hết những hận thù, để đối với ai, – dù là kẻ thù chẳng nữa- cũng một lòng khoan hồng bác ái. Như thế là ta đã góp phần vào sự gây dựng vũ trụ điều hòa, và do đó gây dựng hạnh phúc của xã hội và đồng thời hạnh phúc của chính mình. Những lời nặng nề, những cử chỉ không hợp phép, những sự buồn bực, bất bình thổ lộ ra trong những ngày TẾT không những trái với lễ độ cổ truyền và rất kỵ trong những ngày tốt lành nhất của một năm ấy mà lại là một sự phản bội đối với vạn vật thiên nhiên, và như thế kẻ đã phạm tội ấy sẽ bị tai họa.

Dị đoan lại khiến cho người ta tin rằng tất cả những gì xảy ra trong mấy ngày đầu năm đều có ảnh hưởng huyền bí, hay, dở đến cả một năm. Vì vậy sáng sớm ngày đầu năm, người khách đầu tiên đến nhà có thể coi như đã đem đến cho gia đình ấy hạnh phúc hay tai họa, tùy theo nếu người ấy là một người sướng hay khổ, có chức phận trong xã hội hay không, giàu hay nghèo, con cháu đông đủ hay hiếm hoi, tính nết tốt hay xấu, nhiều may mắn hay không...Một người có tang vừa đau khổ, một người rủi ro vừa bị thất bại trong công việc làm ăn...chớ nên đến thăm ai trong buổi sáng đầu năm vì sợ có thể sẽ đem lại rủi ro đến cho người ta. Để khỏi phải có những sự bất ngờ chẳng hay, người khách đầu tiên đến “xông đất” mỗi nhà, nghĩa là người khách có thể coi như sẽ đem lại may mắn hay rủi ro đến cho gia đình, đều được chủ nhà sắp đặt trước. Người ấy sẽ được lựa trong những bà con bè bạn thân thiết và là người được coi như có hạnh phúc đầy đủ, vừa giàu sang phú quý lại con cháu đầy đàn, để sáng sớm đầu năm làm “sứ giả” đem Hạnh phúc đến cho cả gia đình.

HẠNH PHÚC! Hạnh phúc là cái mộng đẹp mà hết thầy chúng ta ai cũng mong ước. Ở nước Nam này, mỗi năm xuân tới, người ta kêu gọi, cầu khẩn, tìm kiếm Hạnh phúc bằng đủ mọi cách. Họ ca ngợi Hạnh phúc trên những câu đối đỏ chói treo trên tường bên những cánh cửa nhà. Màu đỏ là màu tượng trưng điểm lành, điểm tốt, vì vậy từ sân nhà cho đến trên bàn thờ, mỗi gia đình, chỗ nào cũng rải rác đầy xác pháo đỏ cùng những cánh hoa đào. Người ta cũng thế, ai cũng có vẽ tạo ra một vẻ mặt sung sướng, vui tươi, niềm nở như để dễ quyến rũ cái Hạnh phúc nó như cái bóng phảng phất khó lòng mà nắm được, tựa hồ như con chim hoàng oanh của nhà thi sĩ nọ, riu rít hót ca trên cành liễu này rồi phút chốc đã lại bay qua cành liễu khác. Thật không cái gì cảm động bằng cái lòng nguyện vọng thiết tha của cả một dân tộc, nguyện vọng đến được một đời sống thanh nhàn hạnh phúc, mà tất cả đều mơ ước, nhưng dễ mấy ai đã tới được!

Vậy thì TẾT là gì? Là lời kêu thiết tha của cả dân dân Việt trong dịp vạn vật đổi mới, nói lên lòng tin tưởng ở năm mới sẽ đến, và sự khát khao một đời sống thanh thoi sung sướng.

Ngày TẾT lại còn có một ý nghĩa khác nữa. Ngày TẾT còn là sự thánh hóa, sự ca tụng, tán dương chủ nghĩa gia tộc và sự thờ phượng tổ tiên. Với tư cách này TẾT có thể coi như một thiết lập có liên hệ mật thiết với sự thành lập gia tộc ở nước Việt Nam ta. Mỗi ngày TẾT chính là những ngày mà cả đại gia đình đông đủ sống quây quần tụ họp làm một. Gia đình Việt Nam thường có cha mẹ, anh chị em, hay là cả ông bà cô chú, có khi lại có cả cụ nội ngoại ở cùng cả một nhà. Những gia đình có con cháu đi làm xa trong cả năm, đến kỳ TẾT đều trở về đông đủ dưới mái nhà của tổ tiên. Những hôm đó trên bàn thờ trang hoàng rực rỡ, những bài vị ghi tên tuổi các vị tổ tiên đã mất, đều được mở ra chung bày, những đèn hương sắp lên nghi ngút, những đồ mã tượng trưng nén vàng nén bạc để cung hiến tổ tiên được chất thành từng đống. Vì TẾT không phải chỉ là ngày vui cho người sống mà còn cả cho người chết nữa. Chính trong những ngày TẾT các vị tổ tiên ông bà đều về sống chung với gia đình con cháu. Hôm ba mươi Tết, mỗi gia đình đều có một lễ

thành mời tổ tiên về. Rồi cứ mỗi ngày hai lần, dâng lễ cúng cơm cùng nước trà bánh trái. Đến ngày thứ ba là ngày cúng tiễn biệt, để rồi hồn của tổ tiên lại trở về nơi chín suối, mang theo lời chúc tụng cùng tâm sự của con cháu mà các ngài vừa được chung sống trong mấy ngày Tết vừa qua, và tuy từ biệt ra về, tổ tiên vẫn không quên phù hộ và che chở cho con cháu bằng một cách huyền bí.

Trong mấy ngày Tết, người sống và người chết lẫn lộn chung sống dưới mái gia đình. Bà con bạn bè đến thăm viếng nhau ngày Tết, trước hết không quên đến kính cẩn lễ trước bàn thờ tổ tiên rồi mới cùng nhau chúc tụng năm mới.

Tết với những tượng trưng và nghi lễ của ngày ấy đã ghi vào đời sống của chúng ta một giai đoạn vui sướng, mà giai đoạn ấy chúng ta có cái may mắn là cứ mỗi năm ta lại được sống lại một lần. Sống mấy ngày hoan hỷ vui chung cả quốc dân, tự thấy mình đã cũng chia sẻ sự vui sướng ấy và cùng thông cảm với tất những người đồng chung về một ý thức, một tư tưởng, đó là niềm vui không phải nhỏ; niềm vui ấy, chính ngày Tết đã đem lại cho ta, và ta sẽ không bao giờ quên ơn.

Riêng về phần tôi, mỗi lần ngó về dĩ vãng, nhớ lại những ngày thơ ấu, những năm của tuổi trẻ đã qua, ngày Tết đã để lại cho tôi toàn những kỷ niệm êm đềm.

Lời dẫn của Phạm Tôn: Bài này Phạm Quỳnh viết bằng tiếng Pháp nhan đề *Psychologie du Tet*, đăng trên phần Pháp văn của Tạp chí Nam Phong số 149-1924, sau này có in trong Tiểu luận 1922-1932 (*Essais 1922-1932*) và đã được nhà văn Nguyễn Ngọc dịch rất đạt ra tiếng ta, xuất bản năm 2007. Nhưng ở đây, chúng tôi giới thiệu với bạn đọc bản dịch của Tiến sĩ Phạm Thị Ngoạn, con gái Phạm Quỳnh, và là tác giả luận văn *Tìm hiểu tạp chí Nam Phong* để tạo thêm một nét hứng thú trong ngày Tết này.

Một ngày kia nếu phải bỏ phiếu để bãi bỏ cái ngày lễ ấy đi, thì dù ai biện lẽ phải gì hay ho tốt đẹp đến đâu, tôi cũng bỏ phiếu chống sự bãi bỏ ấy, mặc dầu họ có thể cho tôi là một anh thủ cựu bướng bỉnh hay liều lĩnh.



TÌNH THƯƠNG VÀ HẠNH PHÚC

Thị Giới

Đức Phật cho chúng ta biết rằng tất cả mọi chúng sanh đều có tính Phật và bình đẳng trong nhu cầu hạnh phúc cũng như khả năng tìm cầu hạnh phúc. Tất cả chúng sanh đều có tiềm năng thành Phật, đều có khả năng phát triển lòng thương.

Theo kinh Pháp hoa, con đường tiến bộ chân thật của người Phật tử nói riêng và của mọi chúng sanh nói chung là con đường Bồ tát, con đường tình thương và gieo giống tình thương. Ngoài con đường đó không có một con đường nào khác. Con đường Bồ tát đó tuy là một con đường khó khăn, nhưng cũng là con đường chan chứa niềm vui. Đó là con đường từ bỏ sự nghỉ ngơi an dưỡng của hóa thành để dấn bước trên một con đường thênh thang hơn, con đường tìm thấy lại và sử dụng thiện xảo gia tài trân quý vốn có nơi mình.

Trong đời sống hàng ngày, tình thương cũng chứng tỏ là suối nguồn hạnh phúc của con người cũng như mọi loài, là đôi cánh cho sự thăng hoa của đời sống.

Nhân loại đã không sống còn và tiến hóa nếu không có tình thương, nếu không có sự quây quần đùm bọc để vượt qua sự tàn bạo của thiên tai, bệnh tật, thú dữ. Các loại sinh vật trên trái đất đã không sống còn nếu không có tình thương để kết thành bầy đàn bảo vệ lẫn nhau. Chúng ta sẽ không thể lớn lên an toàn và nên người nếu không có sự yêu thương đùm bọc của cha mẹ và cộng đồng...

Nói về mối tương quan giữa hạnh phúc và tình thương, trong Kinh Pháp Cú, đức Phật dạy:

*"Vui thay, chúng ta sống,
Không hận, giữa hận thù!
Giữa những người thù hận,
Ta sống, không hận thù!" (197)*

Khi có tình thương và nhận thức về tình thương, chúng ta cũng sẽ nhìn rõ hơn chúng ta và người khác. Chúng ta sẽ thấy rằng những người dường như không có tình thương, luôn luôn muốn gây đau khổ cho người khác, là những người thật sự đang đau khổ, đang không được hưởng được

hạnh phúc của tâm bình an và nhu cầu kết nối vốn có của mọi người. Khi nhận ra điều đó, chúng ta sẽ mở rộng lòng hơn, chân sẽ bước nhẹ nhàng hơn trong cuộc sống có quá nhiều tranh chấp này. Chúng ta sẽ có thể chuyển hóa những mũi tên độc của tham sân si thành những đóa hoa thơm đẹp, như đức Phật đã làm trước khi ngài thành Đạo.

Khả năng hạnh phúc của đạo Phật, đạo của tình thương, cũng đã được khoa học chứng minh. Theo một nhóm nghiên cứu ở Hoa kỳ khi rà soát não bộ của một số người tu tập theo đạo Phật, họ thấy rằng những tín hiệu nơi “trung tâm hạnh phúc” trong não của những người này luôn luôn sinh động, chứng minh cho sự hiện hữu của tâm bình an và sự hài lòng trong cuộc sống của những người đó. Đại học Wisconsin-Madison cũng theo dõi những khu vực quan trọng về cảm xúc, thấy rằng phía trái của não – “trung tâm hạnh phúc” – liên tục sinh động nơi những người tu tập theo đạo Phật lâu năm. Nghiên cứu khác ở Hoa kỳ cũng cho thấy rằng mức độ hoạt động của phần não tạo ra sợ hãi và lo lắng nơi người Phật tử thấp hơn ở những người khác

Như chúng ta biết, đạo Phật là đạo của tình thương đồng thời cũng là con đường xây dựng hạnh phúc. Mục đích của đức Phật khi đi tìm con đường bình an và giải thoát là để đem đến sự bình an và giải thoát cho mọi người, mọi loài. Nguyên nhân của đạo Phật là tình thương và mục đích của đạo Phật là hạnh phúc.

Với đạo Phật cũng như tâm lý học hiện đại, tình thương và hạnh phúc là hai thứ đi song đôi. Không có tình thương, con người sẽ dễ tạo ra những khổ đau cho mình cũng như cho người. Không có hạnh phúc, con người có khuynh hướng đem sự bất hạnh đến cho người khác. Không có tình thương và hạnh phúc, con người sẽ thường xuyên sống trong ích kỷ và sân giận, và từ đó khép kín cánh cửa bước vào con đường hạnh phúc của chính mình, đồng thời tạo ra khổ đau cho người. Và một trong những sự mâu nhiệm của tình thương là hóa giải được lòng nóng giận, nguyên nhân chính gây ra mọi bất hạnh, khổ đau. Ngày nay, người Tây phương hiểu rất rõ những tai hại của sự nóng giận và những chương trình đối trị nóng giận (anger management) được họ đặc biệt quan tâm.

Theo các nhà nghiên cứu Tây phương, nóng giận là một thứ tàn phá thể xác và tinh thần mà không có sự bồi dưỡng, tập luyện nào có thể bù đắp lại. Khi nóng giận thì cơ bắp căng thẳng, mặt đỏ, tai ửng ... Nóng giận lâu có thể đưa đến tình trạng đau đầu trầm trọng, đau nửa đầu, ung nhọt trong bộ phận tiêu hóa, ăn không tiêu, táo bón, hại thận, ép tim. Về mặt tâm lý, nóng giận gây ra chứng tinh thần trì trệ, mất ngủ, ác mộng...

Nóng giận là một trạng thái tâm lý gây hại về cả thể xác lẫn tinh thần, cho mình, cho người, cho cộng đồng, xã hội. Nóng giận chỉ xảy ra khi chúng ta không làm chủ được tâm ý và thiếu vắng tình thương chân thật. Chỉ có tình thương không chân thật, tình thương ích kỷ, mới tạo ra sự nóng giận, ghen tuông, khổ đau, ân hận.

Viết đến đây, tôi nghĩ đến những người không tìm thấy niềm vui từ lòng thương đã tạo ra những hậu quả gây ân hận suốt đời.

Tôi nghĩ đến những người mẹ, người cha, những bảo mẫu đối xử tàn nhẫn với những người con, những cháu bé; những người chủ bóc lột dã man người làm; những thầy cô xỉ nhục, mặt sát, bạo động đối với học trò và ngược lại. Tôi nghĩ đến những người bạn cùng lớp, cùng trường, cùng trang lứa ... đánh nhau, đâm nhau. Và nhiều thứ như vậy đang xảy ra trên đất nước chúng ta, một đất nước vốn đã có một nền văn hóa thuần hòa lâu đời.

Đọc những bản tin đó, chẳng những chúng ta cảm thấy lo ngại cho một xã hội, cảm thương cho những em bé bị hành hạ, bỏ rơi, những người bị hại một cách oan uổng, mà cũng cảm thương cho những người gây ra sự cố. Những người mẹ, người cha, người cô, người thầy không được hưởng hạnh phúc của tình thương, của cảm giác kết nối với những đứa con vật chất hay tinh thần của mình. Những người mẹ, người cha, người cô, người thầy phải giày xéo lên thiên chức làm mẹ, làm cha, làm cô, làm thầy, chà đạp lên nhu cầu thương yêu, chăm sóc “những đứa con” và hãnh diện với “những đứa con.” Những học sinh, những người tuổi trẻ không được hưởng hạnh phúc của đời sống thanh bình với những ước mơ hồn nhiên trong sáng ...

Và rõ ràng một người nhận chìm tình thương là một người không có hạnh phúc. Người đó chưa

thật sự thỏa mãn với chính mình, chưa nhận biết về chính mình, chưa có dịp lắng nghe con tim của mình. Con tim của người đó chưa có dịp cảm nhận sự kết nối, giữa mình với người, với vạn vật, đất trời.

Nhận chìm tình thương cũng có nghĩa là bỏ quên chính mình, bỏ quên hơi thở của chính mình, vì tình thương gắn bó với từng hơi thở ra vào.

Và những đứa bé, những người tuổi trẻ bị ngược đãi kia, với vết thương trong lòng, sẽ trở thành những người lớn như thế nào?

Chúng ta không tin rằng có một người hay một chúng sanh nào không có một chút tình thương, vì tình thương là một cái gì căn bản nhất của mọi loài để sống còn và phát triển.

Nếu nhìn sâu, chúng ta sẽ thấy rằng những hình thái tiêu cực của tâm chẳng qua chỉ là những chứng bệnh. Những người tạo nên những sự việc tiêu cực đó là những người hành động không theo ý chí tự do của họ, mà bị thúc đẩy bởi những cơn bộc phát của những căn bệnh bên trong. Đó là những con người đáng thương. Và càng đáng thương hơn khi chúng ta biết rằng những chứng bệnh này phần lớn đến từ những hoàn cảnh bên ngoài. Những khủng hoảng gia đình, cộng đồng, xã hội, những khủng hoảng văn hóa, kinh tế, chính trị ... của thế giới nói chung và đất nước nói riêng ảnh hưởng lên mỗi cá nhân.

Dù mọi người đều có lòng thương nên tảng, những áp lực nặng nề của cuộc sống đã làm cho con người nhận chìm lòng thương và lạc lõng với chính mình cũng như với xã hội. Bên cạnh những áp lực của cuộc mưu sinh, con người còn bị những áp lực do sự cố chấp u mê, niềm tin tín điều, sự ganh ghét, tính chất bầy đoàn... tạo ảnh hưởng lên cá nhân, gia đình, xã hội.

Sự cố chấp u mê của niềm tin tín điều, tính chất bầy đoàn ... đã tạo ra những bất công, khốn khổ ở những nước Tây phương cho đến thế kỷ thứ 19, nay họ đang ra khỏi thì dường như chúng ta lại có phần buông thả để bị kéo vào. Tình trạng này nói lên sự xuống dốc của chất lượng sống, sự giảm sút hạnh phúc và thỏa mãn trong đời sống của chúng ta. Và có lẽ chúng ta cũng nên đặt lại vấn đề đã cũ là sự cân bằng giữa sản lượng và hạnh phúc trong đường hướng phát triển quốc gia.

Trước tình trạng tiêu cực đó, chúng ta cần một nền đạo đức, một thái độ sống sinh động và tự tại. Sinh động để có thể tiếp xúc với thực tại khổ trong mọi hoàn cảnh khác nhau và với những đổi thay không ngừng; tự tại để có thể không bị đánh bật ra khỏi trung tâm của sự sống.

Từ và Bi của đạo Phật có thể đáp ứng được hai yêu cầu đó. Từ Bi là tình thương được đặt trên nền tảng tương kính. Tương kính ở đây lại được đặt trên một nền tảng sâu hơn, đó là sự bình đẳng căn bản về giá trị và khả năng tiến đến chân thiện mỹ, về sự kết nối và dung chứa lẫn nhau giữa mọi người, mọi loài.

Môi trường sống lý tưởng của đạo Phật là một môi trường tình thương và hiểu biết, môi trường hài hòa của tình và lý, trong đó cá nhân và tập thể hỗ tương xây dựng cho nhau.

Từ Bi trong đạo Phật có tính cách đa chiều. Từ Bi không phải chỉ hướng đến tha nhân. Nó còn kêu gọi và tạo điều kiện để mọi người sống từ bi, tìm lại ý nghĩa chân thật đời sống của mình và của người, khám phá và phát huy giá trị đích thực của mình và của người.

Làm sáng đạo Phật là làm sáng con người, là phục hồi giá trị làm người, giá trị vốn có của mỗi người. Đó cũng là phục hồi lòng tự tin của mỗi người nơi chính mình. Khi có lòng tự tin chân chính và đích thực, lòng tin không dựa trên những điều kiện tạm bợ bên ngoài mà từ những giá trị vốn có bên trong, khi xác định được ý nghĩa hiện hữu của mình trên thế gian này, con người sẽ không bị chi phối bởi những áp lực phi lý đến từ bên ngoài. Đó là con đường hạnh phúc chân thật, con đường đem đến hạnh phúc chân thật, không đem đến ân hận, khổ đau.

Và đó cũng là lý tưởng kinh Pháp Hoa.

Với Pháp Hoa, mỗi cá nhân là một nền tảng, cùng có tiềm năng và trách nhiệm ngang nhau.

Thế giới của kinh Pháp Hoa là thế giới được thiết lập ngay trong thế gian này và đức Phật cũng đã ân cần kêu gọi mỗi người chúng ta, những người sống ngay trong thế giới này, tiếp tay với ngài xây dựng thế giới đó. Đó là thế giới của những người tin rằng mình và mỗi người đều là những vị Phật đang thành và có trách nhiệm làm cho người khác tin rằng họ cũng là những vị Phật

đang thành. Tin rằng mọi người, mọi loài đều có sẵn viên ngọc quý nơi mình, viên ngọc Tình thương và Trí tuệ.

Với kinh Pháp hoa, tự trọng và tương kính là những đức hạnh đặc biệt cao cả. Các vị Bồ tát sẽ chứng quả Phật sau khi cúng dường vô số chư Phật. Cúng dường vô số chư Phật cũng có nghĩa là cúng dường Tánh Phật vốn có nơi tất cả chúng sanh, cung kính đối với tất cả chúng sanh.

Mỗi người đều liên hệ nhưng mỗi người là một cá thể. Chẳng những con cái kính trọng cha mẹ, học trò kính trọng thầy cô, mà cha mẹ, thầy cô cũng cần có lòng tôn trọng sự hiện hữu, tôn trọng nhân cách của con cái, của học sinh. Khi có sự tương kính thì mối liên hệ sẽ trở nên đẹp đẽ, thăng hoa.

Ngoài ra, người Phật tử cũng cần nhận rõ tính chất vô thường và tương đối của mọi sự. Con cái rồi sẽ trở thành cha mẹ, học sinh rồi cũng sẽ thành những bậc phụ huynh, những thầy cô. Hiểu tính chất vô thường và tương đối của đời sống sẽ làm cho con người bớt căng thẳng, chấp trước. Khi nhìn thấy được tính chất vô thường và tương đối của những biểu hiện, con người sẽ thấy đúng hơn giá trị chân thật của mình, của người.

Do đó, người Phật tử không thể không có một thời gian ngắn quán niệm về tình thương mỗi ngày. Trong các buổi lễ Phật giáo cũng cần có thời gian quán niệm về tình thương. Và tôi nghĩ các trường học, các đoàn thể thanh thiếu niên cũng nên tạo điều kiện cho các em có những sinh hoạt, những phút giây hướng tâm về sự kết nối trong gia đình, xã hội, về những khó khăn của người khác và bày tỏ tình thương. Chỉ cần mỗi tuần một vài lần 5 đến 10 phút, tôi nghĩ xã hội sẽ đổi thay nhiều trong tương lai gần.

Và cản trở chính trong việc làm sống dậy tình thương là không biết lắng nghe chính mình. Không biết lắng nghe chính mình, con người sẽ không có nhãn đề nhìn thấy và lắng nghe người khác. Nhẫn trong đạo Phật không có ý nghĩa “chịu khó” mà là “dừng lại và mở lòng” để thấy và nghe. Khi đó, chúng ta sẽ thấy rằng tất cả mọi người đều như nhau, đều có tiềm năng tiến đến chân thiện mỹ như nhau và đều có nhu cầu hạnh phúc như nhau.

Nhưng tình thương còn nằm trong suy nghĩ thì vẫn chưa đủ. Tất cả mọi tôn giáo trên thế giới đều đề cập đến tình thương, đều kêu gọi tình thương, lấy tình thương làm nền tảng. Nhưng rồi những biến cố được gọi là thánh chiến đã xảy ra lấy đi sinh mạng và hạnh phúc của hàng triệu người, những quốc gia nhân danh công lý đã tạo ra những cuộc chiến tranh đẫm máu trên những đất nước của những dân tộc khác, những nền văn hóa khác. Do đó, tình thương dù là chân lý, là thứ có sẵn nơi mọi người, nó cũng cần được khơi dậy và trau dồi bằng sự xúc chạm với đời sống, được vuốt ve nuôi dưỡng bởi đời sống.

Cuộc đời đầy bất trắc, và mọi người đều cùng ở chung trên một con tàu bất trắc đó. Chúng ta thấy xảy ra nhan nhản những sự việc không ngờ, vô số những phút giây không tự chủ. Hãy giúp nhau xây dựng một xã hội tình táo và hạnh phúc bằng cách giúp nhau quán niệm về vô thường và thực hành tình thương.

* * *

LẮNG NGHE

Thị Giới Bằng Trần

Khi yên lặng lắng nghe hơi thở, yên lặng lắng nghe bước chân đang bước, lắng nghe thời gian đang trôi, không gian đang mở..., chúng ta nghe được sự sống, nghe được nguồn sống đang hiện diện bên trong cũng như bên ngoài chúng ta.

Khi mở lòng để tiếp đãi đời sống, tiếp đãi đất trời, tiếp đãi mọi người mọi vật, chúng ta có cơ hội nghe được đời sống, nghe được nguồn sống nơi chúng ta và chung quanh chúng ta.

Lắng nghe cũng là bước thẳng vào thành trì những gì chúng ta quý mến, ôm ấp, đồng thời bước thẳng vào những thứ chúng ta ghét bỏ, tránh né, để đi vào trung tâm của những thứ đó, để có được một thứ kết nối thuần túy, để cho tâm chúng ta nhịp theo âm hưởng của đời sống đang là.

Lắng nghe thế giới, lắng nghe con người cũng đồng thời là lắng nghe chính mình. Và sự phát hiện ra chính mình là bước ngoặt lớn trong đời sống của mỗi chúng ta. Đó là lúc chúng ta nhận ra được mình thật sự là gì trong cái toàn thể để có thể sống có ý nghĩa hơn.

Lắng nghe những khó khăn, lo toan của đời sống cũng là lúc nghe được sự bao dung của đời sống. Trong nỗi khó khăn, lo toan có sự bao dung, và trong sự bao dung chứa đựng những khó khăn, lo toan. Đó là sự giải thoát ngay trong đời sống này, là sự ra khỏi khung thành khép kín để nhìn thấy thực tại của đời sống, để vượt thoát sự khổ đau của đời sống.

Có lắng nghe tiếng khóc âm thầm của chính mình cũng như tiếng khóc âm thầm của người khác và của những loài chúng sanh khác, chiếc gậy từ bi của ngài Địa Tạng mới có thể phá tan cánh cửa địa ngục trong tâm của chúng ta, phá tan những ngục tù của đời sống, để cho đời sống trở thành thanh thản.

Chúng ta hãy lắng nghe như John Daido Looi lắng nghe thế giới:

“Chúng ta hãy thấy và nghe tiếng của núi và sông, của những loài đang bị nguy hiểm và có nguy cơ tuyệt chủng. Chúng ta hãy thấy và nghe tiếng của nguyên tử, của những kẻ không nhà, của trẻ con; tiếng của những lời dạy của vô số thế hệ trong quá khứ, hiện tại và tương lai. Nếu chúng ta cố gắng thấy với mắt và nghe với tai, chúng ta sẽ không khi nào thấy được. Chỉ khi nào chúng ta thấy với tai và nghe với mắt chúng ta sẽ thật sự thấy “cái đó” một cách rõ ràng.”

(Vô Tình Thuyết Pháp).

Không tâm là đạo

Thiền sư Minh Chí hỏi:

- Nếu nói không tâm là đạo, ngồi gạch không tâm cũng ưng là đạo? Thân tâm xưa nay là đạo, tứ sanh thập loại đều có thân tâm cũng ưng là đạo?

Sư Bốn Tịnh đáp:

- Đại đức nếu hiểu bằng vào thấy nghe hiểu biết thì cùng đạo khác xa, tức là người cầu thấy nghe hiểu biết, không phải là người cầu đạo. Kinh nói: “không mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý...”. Sáu căn còn không, thấy nghe hiểu biết nương đâu mà lập. Cùng tột gốc nguồn chẳng có thì chỗ nào còn tâm? Đâu không đồng với cỏ cây ngói gạch.

Minh Chí lặng thinh thối lui.

Một chút lan man Ngày Tết

BS Đỗ Hồng Ngọc

Ngẫm lại sự đời, tôi thấy hình như hầu hết chúng ta chẳng bao giờ thực sống. Lúc còn trẻ, ta mơ ước tương lai, sống cho tương lai. Nghĩ rằng phải đạt cái này cái nọ, có được cái kia cái khác mới là sống. Khi có tuổi, khi đã có được cái này cái nọ, cái kia cái khác thì ta lại sống cho quá khứ! Hừm! Nhỏ mong cho mau lớn, lớn mong cho nhỏ lại. Quả là lý thú! Tóm lại, ta chẳng biết quý những giây phút hiện tại.

Một người 60, tiếc mãi tuổi 45 của mình, thì khi 75, họ sẽ tiếc mãi tuổi 60, rồi khi 80, họ sẽ càng tiếc 75! Vậy tại sao ta không nghĩ ta đang ở cái tuổi tuyệt vời nhất của mình lại không yêu thích nó đi, sao cứ phải... nguyên rủa, bất mãn với nó. Có phải tội nghiệp nó không? Ta đang ở cái tuổi nào thì nhất định tuổi đó phải là tuổi đẹp nhất rồi, không thể có tuổi nào đẹp hơn nữa!

Còn đối với các vị phụ nữ cũng có khi gặt gẫm mình chút đỉnh như đi giải phẫu thẩm mỹ chẳng hạn. Xóa chỗ này, bơm chỗ nọ, lóc chỗ kia. Nhưng nhúc mỗi vẫn cứ nhúc mỗi, loãng xương vẫn cứ loãng xương, tim mạch vẫn cứ tim mạch... Thân thể ta cứ tiến triển theo một “lộ trình” đã được vạch sẵn của nó, không cần hỏi han ta, không cần biết ta có “chịu” không! Mà hình như, càng nguyên rủa, càng bất mãn với nó, nó càng làm dữ.

Trái lại, nếu biết thương yêu nó, chiều chuộng nó một chút, biết cách cho nó ăn, cho nó nghỉ, biết cách làm cho xương nó cứng cáp, làm cho mạch máu nó thông thoáng, làm cho các khớp nó trơn tru thì nó cũng sẽ tử tế với ta hơn. Từ ngày “thế giới phẳng” thông qua internet, ta còn sống với đời sống ảo. Ta ngồi đây với người nhà nhưng chuyện trò với một người nào khác, cười đùa, nhăn nhó, giận dữ, âu yếm với một người nào khác ở nơi xa. Khi bắt lại câu chuyện với mọi người bên cạnh thì nhiều khi đã lỡ nhịp!

Hiểu ra những điều tầm thường đó, tôi biết quý thời gian hơn, quý phút giây hiện tại, ở đây và bây giờ hơn. Nhờ vậy mà không có thì giờ cho già nữa! Hiện tại với tôi thì không có già, không có trẻ, không có quá khứ vị lai. Dĩ nhiên, không phải trốn chạy già mà hiểu nó, chấp nhận nó, thương th

ức nó. Khi biết “enjoy” nó thì quả có nhiều điều thú vị để phát hiện, để khám phá.

Từ ngày biết thương “thân thể” của mình hơn, tử tế với nó hơn, thì có tôi... cũng khác tôi xưa. Tôi biết cho thân thể của mình ăn khi đói, không ép nó ăn lúc đang no, không cần phải cười cười nói nói trong lúc ăn. Món gì khoái khẩu thì ăn, chay mặn gì cũng tốt. Cá khô, mắm ruốc gì cũng được, miễn là đừng nhiều muối quá!

Một người bạn tôi mắc bệnh “ăn không được”, “ăn không biết ngon” vậy mà vẫn béo phì, đi không nổi, là bởi vì các con thương ông quá, mua toàn sữa Mỹ mắc tiền cho uống! Sữa giàu năng lượng, nhiều chất béo bổ quá, làm sao còn có thể ăn ngon, làm sao không béo phì cho được?

Giá ông nghèo một chút còn hay hơn! Kho quẹt, rau muống mà tốt, miễn ông ăn thấy ngon, thấy sướng! Tôi cũng biết cho thân thể của mình ngủ hơn. Ngủ đầy giấc, đủ giấc. Ngủ đủ giấc là cơ hội tốt nhất cho các tế bào não phục hồi, như sạc pin vậy. Sạc không đủ mà đòi pin ngon lành sao được!

Bảy trăm năm trước, Trần Nhân Tông viết: Cơ tắc xan hề khốn tắc miên! (Đói đến thì ăn, mệt ngủ liền!) trong bài Cư trần lạc đạo, (ở đời mà vui đạo)! Ông là vị vua nhà Trần sớm nhường ngôi cho con, lên tu ở núi Yên Tử, Tổ sư thiền phái Trúc Lâm. Tu hành như vậy mà khi quân Nguyên xâm lấn nước ta, ông liền xuống núi, ra tay dẹp giặc, xong, phủi tay lên núi tu tiếp!

Mỗi người có đồng hồ sinh học của riêng mình, không ai giống ai, như vận tay vậy, cho nên không cần bắt chước, chỉ cần lắng nghe mình. Phương pháp này, phương pháp nọ của người này người kia bày vẽ chẳng qua cũng chỉ để tham khảo, nắm lấy nguyên tắc chung thôi, rồi áp dụng vào hoàn cảnh riêng cụ thể của mình, tính cách mình, sinh lý mình. Phương pháp nào có sự ép buộc cứng nhắc quá thì phải cảnh giác!

Nên nhớ rằng tới tuổi nào đó, tai ta sẽ bắt đầu kém nhạy, mắt bắt đầu kém tinh, đầu óc bắt đầu kém sắc sảo. Tai kém nhạy để bớt nghe những điều chướng tai. Mắt kém tinh để bớt thấy những điều gai mắt. Đầu óc cứ sắc sảo hoài ai chịu cho nổi! Tuy vậy, tai kém mà muốn nghe gì thì nghe được, không thì đóng lại; mắt kém mà muốn thấy gì thì thấy được, không thì khép lại. Thế là “căn” hết tiếp

xúc được với “trần”. Tự dung không tu hành gì cả mà cũng như tu, cũng thực tập ưng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm!

Rồi một hôm đẹp trời nào đó ta còn có thể phát hiện mắt mình chẳng những nhìn kém mà còn thấy những ngôi sao lấp lánh, những lốm đốm hoa trên bầu trời trong xanh vời vời kia. Nếu không phải do một thứ bệnh mắt nào đó thì đây hẳn là hiện tượng thoái hóa của tuổi già, nói nôm na là mắt xài lâu quá, hết thời hạn bảo hành.

Cái mà người xưa gọi là “hoa đốm hư không” chính là nó. Tường hoa đốm của trời, ai dè trong mắt mình! Chính cái “tường” của ta nhiều khi làm hại ta. Biết vậy ta bớt mắt thì giờ cho những cuộc tranh tụng, bớt tiêu hao năng lượng vào những chuyện hơn thua. Dĩ nhiên có những chuyện phải ra ngô ra khoai, nhưng cái cách cũng đã khác, cái nhìn đã khác, biết tôn trọng ý kiến người khác, biết chấp nhận và nhìn lại mình.

Khi 20 tuổi người ta băn khoăn lo lắng không biết người khác nghĩ gì về mình. Đến 40 thì ai nghĩ gì mặc họ. Đến 60 mới biết chả có ai nghĩ gì về mình cả! Tóm lại, chấp nhận mình là mình và từ bi với mình một chút. Có lẽ như vậy hay hơn!

Cái nhìn ngã kiến

Nhà thiền có câu chuyện: ngài Quế Sâm, ngài Trường Khánh, ngài Bảo Phước là ba vị Thiền sư ngộ đạo. Một hôm, ba vị cùng đi vào Châu Thành thấy một đóa hoa mẫu đơn.

Ngài Bảo Phước nói: “Một đóa hoa mẫu đơn đẹp”.

Ngài Trường Khánh bảo: “Chợt để con mắt sanh hoa”. Tức là đã thấy đẹp, thấy xấu.

Ngài Quế Sâm liền bảo: “Đáng tiếc một đóa hoa”.

Như vậy một đóa hoa, chỉ là một đóa hoa, không nói năng gì nhưng chỉ do người gán cho nó thế nào thì nó thế đó. Nó không còn đúng như thật là nó nữa mà nó đã theo mỗi cái thấy của từng người.

Nhà thiền có câu “*Đất bằng dậy sóng*” là vậy. Đóa hoa thì không có việc gì, nhưng ba vị đã làm dậy sóng khiến những người ngoài nghe vậy cũng dễ bị gạt.

Tri kiến của con người lâu nay luôn mang theo cái tôi, lồng cái tôi vào trong đó. Cho nên thấy biết luôn bóp méo sự thật theo cái tôi, nhìn sự vật không đúng như thật.

Thí dụ như khi nhìn một bình hoa, người thích thì nói bình hoa này đẹp, người không thích thì nói xấu. Cũng là một bình hoa nhưng hai người nhìn thì thấy khác nhau, đó là nhìn theo cái tôi. Vậy là cái bình hoa không còn đúng như thật của nó mà đã thành cái bình hoa của tôi, của anh hoặc của chị, là bóp méo nó theo cái ngã kiến riêng, trái với tính như thật của nó.

Cũng vậy, cùng là chiếc xe hay cùng là cô gái nhưng mỗi người nhìn thấy đẹp xấu khác nhau. Rõ ràng, cứ nhìn theo cái tôi thành ra sai biệt.

Hay núi, sông thì chúng ta cũng nhìn thấy cao-thấp, sâu-cạn nhưng sự thật núi có cao-thấp, sông có sâu-cạn hay không? Sở dĩ chúng ta thấy nó cao là bởi trước kia đã thấy những ngọn núi thấp hơn ngọn núi này. Còn những người khác thì thấy núi này thấp vì trước đó họ đã thấy những ngọn núi cao hơn. Như vậy, cao thấp là do tùy người nhìn, đặt ra chứ ngọn núi đâu có nói nó cao hay thấp; có khi người thấy cao, người thấy thấp, thành ra cãi nhau. Nhưng sự thật thì núi không cố định cao-thấp, mà tùy theo cái nhìn. Sông có cạn-sâu cũng theo cái nhìn.

Theo từng cái nhìn mà mỗi cái có khác nhau. Thành ra cãi nhau. Cãi nhau là do ngã kiến mang cái “tôi” trong đó, là bóp méo sự thật của ngọn núi, con sông v.v... chứ sự thật núi vẫn là núi, sông vẫn là sông, không có cao-thấp, cạn-sâu.

Từ đó suy ra, có ra chân lý của tôi, của anh, của chị v.v... nhiều thứ chân lý sai biệt khác nhau. Ai cũng nghĩ cái thấy của mình là chân lý rồi cãi nhau, vậy đâu còn là chân lý nữa.. Cái đó là theo ngã kiến riêng, nếu thật là chân lý thì ai cũng có thể thấy, còn chúng ta thấy chân lý ở nơi mình mà không có ở nơi người thì đó chưa phải thật là chân lý. Đó là cái lầm theo ngã kiến..

Thiền tông xưa nay truyền trao chỉ một chân tâm không gì khác

Chánh Hiệp

* Các tăng tranh cãi nhau về một con mèo, sư Phổ Nguyện đưa con mèo lên và nói:

- Nói được thì con mèo khỏi chết, nói chẳng được thì nó sẽ bị chém.

Không ai nói được gì. Sư liền chém con mèo.

Tùng Thâm ở ngoài đi vào, Sư kể lại, Tùng Thâm cời giày, đội trên đầu và đi ra. Sư nói:

- Giá khi nãy có người ở đây, đã cứu được con mèo.

Thiền Sư chỉ dùng vài chữ hay một hành động, thay cho sự diễn đạt bằng ngôn từ, để giúp Thiền Sinh *chặt đứt vọng tưởng, và trực nhận thể tánh chân thật* của các pháp.

Con mèo là cội nguồn phát sinh vọng niệm. Chém con mèo là chặt đứt vọng niệm. Cái đầu là cao quý, đối đãi với đôi giày mang dưới chân. Cởi giày đội trên đầu và bỏ đi là nói lên mình vẫn hằng biết, nhưng đã vượt ngoài vòng đối đãi.

Các Thiền sư không bao giờ dùng ngôn thuyết để hướng dẫn Thiền sinh.

“Chân tâm là chỗ bất suy nghĩ, càng suy nghĩ càng xa”.

Diễn đạt bằng lời là đã rời xa Chân Tâm ...

Để tránh vấp phải rơi vào ngôn từ, rơi vào nhị biên, nhà Thiền thường dùng vật gì có sẵn ngay lúc đó để diễn đạt bản tánh thật của muôn pháp: con mèo, ngón tay, đôi dép, hòn đá ...

Bất thần nói một lời, bất thần làm một hành động, không cho thiền sinh có thời gian suy nghĩ để tạo dịp cho thiền sinh trực nhận và tỉnh ngộ.

Vì đã suy nghĩ là đã rơi vào nhị biên, rơi vào phân biệt đối đãi: tôi (người đang suy nghĩ) và sự vật (đối tượng của sự suy nghĩ: người, vật, ý niệm); các khái niệm đối đãi đẹp - xấu, thiện- ác, phàm - thánh, chơn- vọng...

* Mỗi lần có người đến tham vấn học hỏi, Thiền Sư Câu Chi đều đưa ngón tay lên mà không

nói một lời. Khi sư đi vắng, cậu đồng tử cũng bắt chước đưa ngón tay lên khi gặp khách. Sư trở về, nghe đồng tử kể lại, sư lấy dao chặt đứt ngón tay của đồng tử. Đồng tử đau quá la lên bỏ chạy. Sư gọi, đồng tử quay đầu lại. Sư đưa ngón tay lên. Đồng tử hoạt nhiên lãnh ngộ.

“Thiền Tông không muốn người học mắc kẹt vào ngôn ngữ bên ngoài, cũng không rơi vào tâm suy từ bên trong...Thiền Sư chỉ thẳng người học phải trực giác trực nhận, vừa mắc kẹt đã cách xa bằng mấy năm ánh sáng”

“Chân tâm chỉ trực nhận mới thấy, không trực nhận thì tìm hoài chẳng gặp”

Đức Phật từng nói: “ Nay ông muốn thấu rõ quả vị vô thượng bồ-đề và phát minh chân tánh, ông *phải dùng trực tâm* đáp ngay lời Như Lai hỏi. Mười phương Như Lai ra khỏi sinh tử, đều nhờ trực tâm”. Đức Phật muốn nói: Đừng suy nghĩ, đừng dùng vọng tưởng mà cố gắng tìm ra lời giải đáp đúng đắn. Ngay trước khi khởi dậy một niệm tưởng, đó gọi là chân tâm, đó là trực tâm, là đạo tâm, tức đệ nhất nghĩa đế. Đó còn gọi là “đệ nhất niệm,” là sự thật tối sơ ngay trước khi lời nói phát ra. Ngay khi khởi niệm suy nghĩ mình nên nói điều gì thì ngay đó đã khơi dậy vọng tưởng, không còn bóng dáng của chân tâm nữa. Đó là tâm ý thức, đã hoàn toàn rơi vào “đệ nhị niệm” rồi. (H.T.Thanh Từ)

Nhân dịp đầu Xuân, xin giới thiệu với quý bạn một số công án Thiền.

Dù không đủ căn cơ để trực nhận thể tánh chân thật của các pháp, nhưng mình cũng có thể “cảm nhận” được phần nào cái diệu lý thâm sâu của công án Thiền và ý của các bậc Thiền Sư.

Thiền nhìn muôn pháp qua thể tánh chân thật...nên giải công án Thiền thì phải giải dưới cái nhìn của bản thể chân thật của muôn pháp.

Xin mời các bạn hãy thử “bất lập văn tự” mà trực giải một số công án Thiền sau

(dẫn giải ngắn gọn theo sau trong ngoặc)

* Vua Đường Túc Tông hỏi Thiền sư Huệ Trung: “Thầy được pháp gì?” Huệ Trung đáp: “Bệ hạ thấy một mảnh mây trong hư không chẳng?” - “Thấy” - “Nó do đóng đinh mắc hay cột dây mắc?” (Chỗ giải thoát cứu kính là tâm không còn dính mắc)

*Sur Sùng Tín theo hầu Thiền sư Đạo Ngộ mấy năm mà không nghe chỉ dạy. Nóng lòng, Sur hỏi: “Con theo hầu Thầy mấy năm mà chưa được Thầy chỉ dạy tâm yếu.” Đạo Ngộ bảo: “Ta đã từng chỉ dạy tâm yếu cho người rồi.” - “Thầy dạy con lúc nào?” - “Khi người bùng cơm lên thì ta nhận, người dâng trà thì ta tiếp, người xá lui ra thì ta gật đầu, đầu không dạy tâm yếu cho người?” Nhân câu nói này, Sur Sùng Tín tỉnh ngộ. (Dạy mà không dùng lời, vô ngôn thuyết & đi đứng nằm ngồi, tâm bình thường là đạo).

*Tổ Qui Sơn sắp tịch, bảo chúng: “Sau khi Lão tăng trăm tuổi sẽ đến dưới núi làm con trâu, hông bên trái đề năm chữ ‘Qui Sơn Tăng Linh Hựu’. Khi ấy, gọi là Qui Sơn tăng hay gọi là con trâu? Gọi là con trâu hay gọi là Qui Sơn tăng? Gọi thế nào mới đúng?” (không còn phân biện phàm thánh)

*Sur Lâm Tế Nghĩa Huyền vừa hỏi “thế nào là đại ý Phật pháp” liền bị Thiền sư Hoàng Bá đập cho một gậy, ba phen hỏi đều ăn ba gậy, mà không được một lời chỉ dạy. Thế mà, đi đến Thiền sư Đại Ngu, Lâm Tế thuật lại việc bị đánh, “mà không biết có lỗi gì”, Đại Ngu còn nói: “Hoàng Bá dạy người rất thông thiết, chỉ tại người còn tìm lỗi.” Ngay câu nói này, Lâm Tế tỉnh ngộ.

(Không dựa vào khái niệm lời nói, Chơn Tâm phải trực nhận)

*CON CHÓ CÓ PHẬT TÁNH KHÔNG

Tăng hỏi sư Tùng Thâm: - Con chó có Phật tánh không?

- Có
- Đã có vì sao chui vào trong dẫy da?
- Vì biết mà cố phạm.

Tăng khác hỏi: - Con chó có Phật tánh không?

- Không (Không...nhưng Phật tánh không thể đập tắt)

- Chúng sanh ai cũng có Phật tánh, vì sao con chó không có?

- Vì nó còn có nghiệp thức

Nếu bám vào ngôn từ: Có, hay Không thì đã rơi vào suy luận ... Dính mắc vào ngôn từ

có...không thì ta đã lạc đường. Thiền sư đã tùy thuận vào căn cơ của thiền sinh mà trả lời. Thiền sinh A dùng ngôn từ suy luận để lý giải (ai cũng có Phật tánh, sao con chó lại không có Phật tánh). Thiền sinh B cũng dùng ngôn từ suy luận (có Phật tánh sao lại chui vào dẫy da?). Gặp một thiền sinh căn cơ khá hơn, Thiền Sư có thể chỉ trả lời vồn vện một tiếng "không" (thật thể của muôn vật đều là không) hay dùng một hành động, như bẻ gãy một cái gì đó, nhổ một cây cột (biểu trưng cho dẹp bỏ vọng niệm ... vì sự thắc mắc con chó có Phật tánh hay không cũng chỉ là vọng tưởng)

Thiền Tông không muốn người học mắc kẹt vào ngôn ngữ bên ngoài, cũng không rơi vào tâm suy tư bên trong...phải trực giác trực nhận...

Trực chỉ chân tâm, kiến tánh thành Phật, là tôn chỉ của Thiền Tông.

Thiền Tông là con đường ngắn nhất, nhưng cũng khó nhất, đưa ta trở về với Chân Tâm.

Tham khảo: Yếu Chỉ Thiền Tông (HT. Thanh Từ, Thiền Sư Trung Hoa (HT Thanh Từ), ,300 tắc Thiền Ngữ (Chung Học Tử, Thông Thiền dịch), The Gateless Gate (Koun Yamada),The True Dharma Eye (J.Daido.Loori), Kinh Thủ Lăng Nghiêm giảng giải (HT Tuyên Hóa, HT Thanh Từ, HT Thiện Hoa)...

- Các tắc thiền ngữ và công an thiền đăng trong Hoa Sen 2019 được rút ra từ các sách trên. Phần dẫn giải đôi khi là do tôi suy ra.

Kho báu nhà mình chẳng đoái hoài

Khi Sư Huệ Hải đến tham vấn Mã Tổ, Mã Tổ hỏi:

- Đến đây tính cầu việc gì?

Sư thưa: - Đến cầu Phật pháp.

- Kho báu nhà mình chẳng đoái hoài, bỏ nhà chạy đi tìm cái gì? Ta trong ấy không có một vật, cầu Phật pháp cái gì? -

(Phật tánh có sẵn nơi mỗi người)

CÁC PHÁP DUYÊN SINH KHÔNG THẬT

HT. Thích Thanh Từ

Trong kinh A Hàm đức Phật có dạy, người nào thấy được lý nhân duyên thì người đó thấy được pháp. Thấy được pháp tức là thấy đạo hay thấy Phật. Qua đó chúng ta thấy tầm quan trọng của lý nhân duyên như thế nào. Cũng vậy, con người do nhân duyên sinh nên không chủ thể, không cố định.

Muôn vật trên thế gian này do nhân duyên sinh cũng không chủ thể, không cố định. Tuy không cố định, không chủ thể nhưng muôn sự muôn vật vẫn có, đủ duyên thì nó hiện tiền. Hiểu lý này rồi chúng ta mới hiểu chữ Không trong kinh Bát Nhã.

Chúng ta đừng lầm chữ Không trong kinh Bát Nhã là trống rỗng, không có gì hết. Không là đối với có. Nhưng chữ Không đây là ngay nơi sự vật hiện tiền mắt thấy, tay sờ mó được song chủ thể nó là không, không cố định. Như vậy dù mắt thấy, tay sờ mó được mà nói là Không, đó là không chủ thể, không cố định. Bát Nhã nói Không vì nó do nhân duyên sinh nên không chủ thể. Cho nên chữ Không trong kinh Bát Nhã còn gọi là tánh Không. Hệ thống Bát Nhã gọi đó là tự tánh Không. Tức là không có chủ thể, không tự tánh nhưng sự vật vẫn có giả tướng của nó khi đủ duyên tụ hội.

Con người chúng ta cũng do nhân duyên sinh, không có chủ thể, cố định. Vậy gọi ta được không ? Chỉ là cái ta tạm bợ, còn mất theo duyên, không có giá trị thật. Thế mà lâu nay chúng ta cứ lầm nhận ta là thật, sự vật là thật. Nhà Phật gọi lầm nhận đó là vô minh, là si mê. Người học Phật phải có trí tuệ sáng suốt, thấy đúng như thật. Những gì Phật dạy chúng ta quán sát, thấu suốt mới đem ra hướng dẫn chỉ dạy cho người khác, chớ không phải học hiểu suông mà thấy được lẽ thật.

Chúng ta thử nghiệm lại thân mình có phải là tạm bợ hay không ? Nếu thân chắc chắn chân thật thì không bao giờ hoại. Vì do duyên hợp nên thiếu duyên thì nó sanh ra bệnh tật rồi đi đến bại hoại. Đó là lẽ thật, không còn gì nghi ngờ nữa. Vì vậy đức Phật nói thân này vô ngã. Vì vô ngã nên không chủ thể, bởi không chủ thể nên tùy duyên mà

thành, tùy duyên mà hoại, không phải lúc nào cũng nguyên vẹn.

Chúng ta thấy rõ ý nghĩa của chữ Không rồi thì đối với sự vật hiện tiền mắt thấy, tay sờ mó được là thật có hay thật không ? Nói thật có hay thật không đều sai cả vì nó tạm bợ, chỉ có giả tướng hiện tiền. Như vậy phải nói sao ? Nói các pháp không thật có, do duyên sinh, chỉ tạm có nên nhà Phật gọi như huyễn, như hóa. Đến đây tôi nhớ Thiền sư Từ Đạo Hạnh ở đời Lý có bài kệ:

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

Tạm dịch:

*Có thì muôn sự có,
Không thì tất cả không.
Có không trăng đáy nước,
Đừng mắc có không không.*

Ngài Từ Đạo Hạnh diễn đạt hình ảnh cho chúng ta thấy rất linh động. Tất cả sự vật nếu nói có thì vật nào cũng có hết. Tại sao ? Vì trên giả tướng mắt thấy, tay sờ mó được. Còn nếu nói không thì tất cả đều không hết, vì chúng là duyên hợp không thật. Không thật nên nói là không. Như vậy nói có và không giống như mặt trăng dưới đáy nước. Đêm rằm ta nhìn xuống hồ nước, thấy mặt trăng hiện dưới đáy nước. Mặt trăng ở đáy nước là thực có hay thực không ? Nếu thực có sao đưa tay vớt lên không được. Nếu thực không sao mắt chúng ta thấy rõ ràng. Nên gọi là có mà chỉ là cái bóng, chớ không phải không ngờ. Nhưng là bóng thì nó không thật.

Muôn sự vật ở thế gian này cũng như bóng trăng đáy nước, nhìn thấy như có nhưng rốt cuộc không thực thể. Cho nên có cũng như không, chỉ vì duyên hợp tạm có. Người ta cứ ngỡ rằng những gì mắt thấy tai nghe là thực có, nhưng không ngờ chúng là duyên hợp. Đã là duyên hợp, chúng ta đừng lầm chấp nó thật thì sẽ không đau khổ. Đây là chỗ khó của người học Phật. Nếu thấy được lý này thì chúng ta sẽ thấy đạo Phật hay đạo đời.

Chúng ta tu khó khăn vì chúng ta thấy cái gì cũng thật nên dễ nhiễm, dễ kẹt. Nhiễm kẹt thì sự tu không tiến, còn thấy các pháp không thật thì chúng ta không có gì để chấp, mà không chấp thì đường

tu hết sức dễ dàng. Cho nên si mê là động cơ chủ yếu đưa chúng ta đến chỗ sai lầm. Từ sai lầm đó khiến chúng ta không thấy lẽ thật, rồi bị chìm đắm trong sinh tử kiếp này kiếp nọ không cùng. Các pháp là tướng duyên hợp không thật, nhưng không khéo tu chúng ta sẽ không ra khỏi nó, chỗ này rất là quan trọng.

Kinh Bát Nhã có câu : “Quán Tự Tại Bồ Tát hành thâm Bát nhã ba la mật đa thời, chiếu kiến ngũ uẩn giai Không, độ nhất thiết khổ ách”. Nghĩa là, Bồ Tát Quán Tự Tại khi thực hành sâu trí tuệ Bát Nhã, Ngài xem thấy tất cả sự vật, tất cả pháp đều không có thực thể, không cố định. Khi thấy như vậy Ngài liền qua hết thấy khổ nạn.

Ngày nay chúng ta tụng kinh Bát Nhã từ lúc mới vào chùa cho tới năm sáu mươi tuổi, biết bao nhiêu biến ? Trăm ngàn biến mà khổ ách vẫn là khổ ách. Bởi vì tụng Bát Nhã thì tụng mà nhìn thấy thân năm uẩn thật. Nếu thấy thân năm uẩn duyên hợp hư dối thì có ai chửi chúng ta thấy sao ? Thân năm uẩn đã không thật thì lời chửi có thật đâu. Chẳng qua cũng là tạm bợ hư giả thôi. Mình hư giả, người hư giả, lời nói hư giả, có gì mà khổ, có gì mà phiền. Cho tới tất cả những thiệt thòi, khổ sở khác, nếu xét kỹ chúng có thật không ? Cũng không thật. Như vậy có gì làm chúng ta khổ sở đâu ? Chỉ cần dùng trí tuệ Bát Nhã soi thấu muôn sự vật, soi thấu lại bản thân mình đều là duyên hợp hư giả. Thấy được như vậy thì khổ ách nào cũng qua hết.

Chúng ta đọc kinh đúng ra là đọc cho mình nhớ và thực hành theo lời Phật dạy. Nhưng thường Phật tử cứ nghĩ rằng đọc như vậy có phước. Đọc hai lần phước nhiều hơn một chút. Do không biết lời Phật dạy để ứng dụng quán chiếu lại bản thân và mọi vật chung quanh, thấu triệt được lẽ thật của nó nên chúng ta cứ đọc cho Phật nghe hoài, còn mình thì không dính dáng gì hết. Phật nói chiếu kiến ngũ uẩn giai không độ nhất thiết khổ ách, chúng ta tụng hoài sao không qua được khổ ách ? Bởi vì có chiếu kiến đâu ! Chiếu kiến là soi sáng, mà chúng ta không chịu soi sáng thì làm sao thấu tỏ được. Đó là lầm lẫn của chúng ta.

Tất cả sự vật đến với ta, ta không chấp thì dễ tu biết mấy. Mình có phải khổ sở để dẹp nóng giận, dẹp phiền não không ? Sở dĩ chúng ta phiền não, chúng ta nóng giận là vì chúng ta chấp nó thật. Nếu biết rõ nó không thật, chỉ tạm bợ do

duyên hợp thì có gì mà chấp. Do không chấp nên thành thoi tự tại đi giữa cuộc đời mà chúng ta không dính mắc gì cả.

Như vậy Phật độ chúng ta hết khổ, hay chúng ta dùng trí tuệ thấy muôn sự vật xảy đến với mình không thật, liền vượt qua các khổ. Nỗi khổ không ai cứu ta được mà do ta nhận ra chân tướng của nó không thật thì có gì làm ta phiền hà, khổ sở nữa ! Thấy tường tận đạo lý thì không còn chấp. Nên nhớ chấp là gốc từ si mê, là nhân của đau khổ. Nhờ trí tuệ sáng không chấp nên đau khổ cũng không còn. Tụng một bài kinh Bát Nhã mà thấu triệt rồi thì chúng ta tự tại đi trong cuộc đời. Đó là điều chắc chắn vậy.

Phải trả lời ra sao

Sư :”- Giả sử có một người đang treo lơ lửng trên cây, miệng ngậm cứng vào cành để khỏi rơi xuống vực, tay không thể bám vào cành, chân không thể tựa vào thân cây...Có một người đến hỏi: Bồ Đề Đạt Ma từ phương Tây qua, có ý nghĩa gì?”

Người ấy phải trả lời ra sao?

(Vô ngôn thuyết)

Ai trói buộc người?

Tăng hỏi thiền sư Thạch Đầu:

-Thế nào là giải thoát?

Sư Thạch Đầu đáp:

- Ai trói buộc người?

- Thế nào là Tịnh Độ?

- Ai làm nhơ người?

- Thế nào là Niết Bàn?

- Ai đem sinh tử cho người?

(Tự tánh vốn thanh tịnh, không sanh không diệt)

Đệ tử không thấy gì ngoài công cả

Văn Thù đứng ngoài cổng.

Đức Phật Thích Ca gọi:

-Văn Thù, Văn Thù, sao ông không vào?

Văn Thù đáp: "Đệ tử không thấy gì ngoài công cả"

(Không còn phân biện trong ngoài)

Lời Của Trái Tim

Van-Thien Dinh

Hồi còn trẻ, chúng ta thường nghĩ rằng cuộc sống sẽ tốt đẹp và có ý nghĩa hơn sau khi chúng ta lập gia đình, sinh con. v.v... Sau đó chúng ta vỡ mộng, vì con cái chúng ta còn quá nhỏ. Rồi tự nhủ rằng : Mọi việc sẽ tốt đẹp hơn một khi chúng lớn khôn. Và chúng ta lại thất vọng khi con cái của mình đến tuổi niên thiếu vì chúng ta lại phải chăm sóc và lo lắng cho chúng. Chắc chắn chúng ta sẽ hạnh phúc hơn khi các con trưởng thành...

Chúng ta lại tự nhủ rằng cuộc sống rồi sẽ tốt đẹp hơn một khi gia đình được ổn định, khi chúng ta tậu được một chiếc xe đẹp hơn, khi chúng ta đi nghỉ hè thoải mái, và cuối cùng là khi chúng ta được về hưu.

Sự thật là không có một thời điểm nào tốt đẹp và hạnh phúc bằng hiện tại cả! Nếu không đúng, vậy thì thời điểm nào là hạnh phúc nhất?

Cuộc sống của bạn luôn bị quay cuồng bởi các thách đố, các đòi hỏi và nhu cầu. Tốt nhất là bạn nên nhận thấy rằng hiện tại là thời gian hạnh phúc nhất của mình, mặc dù cuộc sống đầy đầy những khó khăn và muộn phiền.

Một thời gian rất lâu, tôi cứ ngỡ rằng cuộc đời của tôi sắp bắt đầu. Một cuộc đời, cuộc sống thật sự. Nhưng lúc nào cũng có nhiều việc xảy đến, một thử thách phải vượt qua, vài công việc còn phải hoàn tất, vài việc khác cần phải phân chia, còn vài hóa đơn phải thanh toán. Sau đó, thì cuộc sống của ta sẽ bắt đầu..

Cuối cùng tôi mới khám phá ra rằng, chính những sự việc này là một phần của đời sống chúng ta... Từ cái nhìn này tôi thấy được rằng không có con đường nào đi đến hạnh phúc cả.

Hạnh phúc chính là con đường chúng ta đang đi... Hãy trân quý và hưởng mọi phút giây mà chúng ta đang có!

Không nên chờ đợi nữa, chờ đợi tốt nghiệp ra trường, chờ đợi ngày trở lại trường, chờ đợi xuống thêm vài ký, lên thêm vài ký, chờ đợi việc làm mới, chờ đợi ngày kết hôn, mong đợi đến tối thứ sáu, sáng chủ nhật, một chiếc xe mới, đợi trả nợ xong, trông chờ xuân đến, hạ về, đợi đến đầu tháng, cuối tháng, đợi nghe bản nhạc hay trong

radio, chờ ngày từ giã cõi đời, ngày tái sinh..... trước khi quyết định sống thật hạnh phúc.

Hạnh phúc là hành trình, chứ không phải là điểm đến! Không có một giờ phút nào quý cho bằng... HIỆN TẠI! Hãy sống và tận hưởng từng giây phút !

Chúng ta hãy suy nghĩ và cố gắng trả lời các câu hỏi sau đây:

1. Bạn hãy nêu ra tên của 5 người giàu nhất thế giới hiện nay.
2. Tên của 5 Hoa Hậu thế giới gần đây nhất.
3. Tên của 10 người lãnh giải Nobel gần đây nhất.
4. Tên của 10 người lãnh giải Oscar gần đây nhất.

Bạn không trả lời được? Có thật sự khó không? Không sao cả, không ai có thể nhớ những điều này.

Các tràng pháo tay rồi cũng chấm dứt. Các giải thưởng cũng sẽ đóng bụi. Các quán quân hoặc kẻ thắng cuộc rồi cũng sẽ bị quên lãng.

Chúng ta lại thử trả lời các câu sau đây:

- 1 – Bạn hãy nêu tên 3 thầy, cô giáo trong cuộc đời bạn.
- 2 – Tên 3 người bạn đã từng giúp bạn trong những giây phút khó khăn nhất.
- 3 – Hãy nghĩ đến vài người đã từng cho bạn những cảm giác đặc biệt.
- 4 – Và tên 5 người mà bạn lúc nào cũng muốn gần gũi.

Các câu này có vẻ dễ trả lời hơn, phải không bạn? Những người có ý nghĩa đặc biệt trong cuộc sống của bạn, không phải là những người “giỏi nhất”, họ cũng không là người giàu nhất, và cũng không đoạt được một giải thưởng nào cả...

Họ là những người nghĩ đến bạn, lo lắng cho bạn và luôn ở bên cạnh bạn khi bạn cần đến.

Hãy suy nghĩ về điểm này. Cuộc sống rất là ngắn ngủi! Và bạn được đứng trong danh sách nào của tôi? Bạn có biết không?

Hãy cho tôi nắm lấy tay bạn. Bạn là một trong những người “nổi tiếng” nhất trong danh sách của tôi, mà tôi đã không quên để gửi đến bạn thông điệp này...

Cõi Vô Hình

Hamud là một pháp sư có kiến thức rất rộng về cõi vô hình. Khác với những đạo sĩ phái đoàn đã gặp, ông này không phải người Ấn mà là một người Ai cập. Ông ta sống một mình trong căn nhà nhỏ, xây dựa vào vách núi.

Hamud không hề tiếp khách, nhưng trước sự giới thiệu của bác sĩ Kavir, ông bằng lòng tiếp phái đoàn trong một thời gian ngắn. Vị pháp sư có khuôn mặt gầy gò, khắc khổ và một thân hình mảnh khảnh. Ông ta khoác áo choàng rộng và quần khăn theo kiểu Ai cập.

Giáo sư Evans-Wentz vào đề :

- Chúng tôi được biết ông chuyên nghiên cứu các hiện tượng huyền bí...

Pháp sư thản nhiên :

- Đúng thế, tôi chuyên nghiên cứu về cõi vô hình.

- Như thế ông tin rằng có ma...

Vị pháp sư nói bằng một giọng chắc chắn, quả quyết :

- Đó là một sự thật không những ma quỷ hiện hữu mà chúng còn là đối tượng nghiên cứu của tôi.

- Bằng cơ nào ông tin rằng ma quỷ có thật ?

- Khắp nơi trên thế giới đều có các giai thoại về ma, vì con người thường sợ hãi cái gì mà họ không thể nhận thức bằng các giác quan thông thường nên họ đã phủ nhận nó. Sự phủ nhận này mang đến niềm sợ hãi. Từ đó họ thù ghét các giai thoại rùng rợn, ly kỳ, không đúng sự thật. Nếu chúng ta chấp nhận ma quỷ hiện hữu như một con voi hay con ngựa thì có lẽ ta sẽ không còn sợ hãi. Các ông đòi hỏi một chứng minh cụ thể chẳng ?

- Dĩ nhiên, chúng tôi cần một bằng chứng hiển nhiên ...

- Được lắm, các ông hãy nhìn đây.

Vị pháp sư mở ngăn kéo lấy ra một cặp que đan áo, một bó len và mang ra góc phòng để xuống đất. Ông ta thông thả :

- Chúng ta tiếp tục nói chuyện, rồi các ông sẽ thấy.

Mọi người ngơ ngác, không hiểu ông muốn nói gì, giáo sư Mortimer nóng nảy :

- Nếu ông nghiên cứu về cõi vô hình, xin ông giải thích về quan niệm thiên đàng, địa ngục cũng như đời sống sau khi chết ra sao ?

Vị pháp sư nghiêm giọng :

- Đó là một quan niệm không đúng, sự chết chỉ là một giai đoạn chuyển tiếp chứ không phải là hết. Vũ trụ có rất nhiều cõi giới, chứ không phải chỉ có một cõi này.

- Khi chết ta bước qua cõi trung giới và cõi này gồm có bảy cảnh khác nhau. Mỗi cảnh được cấu tạo bằng những nguyên tử rất thanh mà ta gọi là “đĩ thái”. Tùy theo sự rung động khác nhau mà mỗi cảnh giới một khác. Tùy theo vía con người có sự rung động thanh cao hay chậm đặc, mà mỗi người thích hợp với một cảnh giới, đây là hiện tượng “đồng thanh tương ứng” mà thôi. Khi vừa chết, thể chất cấu tạo cái vía được sắp xếp lại, lớp thanh nhẹ nằm trong và lớp nặng trọc bọc phía ngoài, điều này cũng giống như một người mặc nhiều áo khác nhau vào mùa lạnh, áo lót mặc ở trong, áo choàng dày khoác ngoài. Vì lớp vỏ bọc bên ngoài cấu tạo bằng nguyên tử rung động chậm và nặng nề, nó thích hợp với các cảnh giới tương ứng ở cõi âm, và con người sẽ đến với cảnh giới này. Sau khi ở đây một thời gian, lớp vỏ bao bọc bên ngoài dần dần tan rã giống như con người trút bỏ áo khoác bên ngoài ra, tùy theo các lớp nguyên tử bên trong mà họ thích ứng với một cảnh giới khác. Cứ như thế, theo thời gian, khi các áp lực vật chất tan rã hết thì con người tuân tự tiến lên những cảnh giới cao hơn. Điều này cũng giống như một quả bóng bay bị cột vào đó những bao cát; mỗi lần cởi bỏ được một bao thì quả bóng lại bay cao hơn một chút cho đến khi không còn bao cát nào, thì nó sẽ tự do bay bổng. Trong bảy cảnh giới của cõi âm, thì cảnh thứ bảy có rung động nặng nề, âm u nhất, nó là nơi chứa các vong linh bất hảo, những kẻ sát nhân, người mổ sẻ súc vật, những căn bã xã hội, những kẻ tư tưởng xấu xa, còn đầy thù hận. Vì ở cõi âm, không có thể xác, hình dáng thường biến đổi theo tư tưởng nên những kẻ thù hận mạnh mẽ thường mang các hình dáng rất ghê rợn, nửa người, nửa thú. Những người thiếu kiến thức rõ rệt về cõi này cho rằng đó là những quỷ sứ. Điều này cũng không sai sự thật bao nhiêu vì đa số những vong linh này luôn oán hận, ham muốn, thù hằn

và thường tìm cách trở về cõi trần. Tùy theo dục vọng riêng tư mà chúng tụ tập quanh các nơi thích ứng, dĩ nhiên người cõi trần không nhìn thấy chúng được. Những loài ma đói khát quanh quần bên các chốn trà đình tửu quán, các nơi mỡ sè thú vật để tìm những rung động theo những khoái lạc vật chất tại đây. Khi một người ăn uống ngon lành họ có các rung động, khoái lạc và loài ma tìm cách hưởng thụ theo tư tưởng này. Đôi khi chúng cũng tìm cách ảnh hưởng, xúi dục con người nếu họ có tinh thần yếu đuối, non nớt. Những loài ma dục tình thì quanh quần nơi buôn hương bán phấn, rung động theo những khoái lạc của người chốn đó, và tìm cách ảnh hưởng họ. Nếu người sống sử dụng rượu, các chất kích thích thì ngay trong giây phút mà họ không còn tự chủ được nữa, các loài ma tìm cách nhập vào trong thoáng giây để hưởng một chút khoái lạc vật chất dư thừa. Vì không được thỏa mãn nên theo thời gian các dục vọng cũng giảm dần, các nguyên tử nặng trọc cũng tan theo, vong linh sẽ có các rung động thích hợp với một cảnh giới cao hơn và y sẽ thăng lên cõi giới tương ứng. Dĩ nhiên, một người có đời sống trong sạch, tinh khiết sẽ không lưu ở cõi này, mà thức tỉnh ở một cõi giới tương ứng khác. Tùy theo lối sống, tư tưởng khi ta còn ở cõi trần mà khi chết ta sẽ đến những cảnh giới tương đồng, đây chính là định luật “đồng thanh tương ứng, đồng khí tương cầu”.

Toàn thể phái đoàn im lặng nhìn nhau, vị pháp sư Ai cập đã diễn tả bằng những danh từ hết sức khoa học, chính xác, chứ không mơ hồ, viển vông. Dù sao đây vẫn là một lý thuyết rất hay, nhưng chưa chứng minh được. Có thể đó là một giả thuyết của những dân tộc nhiều tưởng tượng như người Á châu chăng?

Hamud mỉm cười như đọc được tư tưởng mọi người :

- Nếu các ông biết rằng tôi cũng là một tiên sĩ vật lý học tốt nghiệp đại học Oxford ...

Giáo sư Harding giật mình kêu lên :

- Oxford ư? Ông đã từng du học bên xứ chúng tôi sao ?

- Chính thế, tôi tốt nghiệp năm 1864, và là người Ai cập đầu tiên tốt nghiệp về ngành này.

(Ghi chú của giáo sư Spalding : Phái đoàn đã phối kiểm chi tiết này và hồ sơ đại học Oxford ghi nhận

có một tiến sĩ người Ai cập tên là Hamud El Sarim nhập học năm 1856 và tốt nghiệp năm 1864 với bằng Tiến sĩ Vật lý).

- Nhưng làm sao ông biết rõ được cõi giới này? Ông đã đọc sách vở hay dựa trên những bằng chứng ở đâu ?

- Tôi đã khai mở các giác quan thể vía, nhờ công phu tu hành trong nhiều năm. Ngay khi còn là sinh viên tôi đã say mê môn Vật lý siêu hình (metaphysics). Tôi dành nhiều thời giờ nghiên cứu sách vở khoa học, nhưng đến một lúc thì khoa học phải bó tay. Sự nghiên cứu dẫn dắt tôi đến với Khoa Huyền Bí học. Tôi học hỏi rất kỹ về môn này, khi trở về Ai cập tôi may mắn gặp được các vị đạo sư uyên bác, nên sự nghiên cứu càng ngày càng tiến bộ. Sự nghiên cứu dẫn dắt tôi sang Ấn độ, và Tây Tạng. Tại đây tôi gặp một Lạt Ma chuyên nghiên cứu về cõi âm, tôi đã học hỏi rất nhiều với vị này. Sau đó, tôi tu nhập thất trong 10 năm liền, và khai mở được một vài giác quan đặc biệt. Từ đó, tôi tha hồ nghiên cứu cõi âm vì tôi có thể sang tận đây học hỏi và cõi này trở nên quen thuộc, tôi kết bạn với rất nhiều sinh vật siêu hình, chúng giúp đỡ tôi rất nhiều.

Giáo sư Evans- Wentz ngập ngừng :

- Ông muốn nói rằng ông kết bạn với ma ?

- Dĩ nhiên, vì tôi dành trọn thời giờ hoạt động bên cõi này, nên tôi có rất đông bạn bè, phần lớn là vong linh người quá cố nhưng cũng có một vài sinh vật có đường tiến hoá riêng, khác với loài người, có loài khôn hơn người và có loại không thông minh hơn loài vật là bao...

- Giao thiệp với chúng có lợi ích gì không ?

- Các ông nên biết cõi âm là một thế giới lạ lùng, phức tạp với những luật thiên nhiên khác hẳn cõi trần. Sự đi lại giao thiệp giúp ta thêm kiến thức rõ ràng.....

- Như thế có nguy hiểm không?

- Dĩ nhiên, có nhiều sinh vật hay vong linh hung ác, dữ tợn... Một số thầy phù thủy, thường liên lạc với nhóm này để mưu cầu lợi lộc, chữa bệnh hoặc thư phù, nguyên rủa....

- Ông có thể làm như vậy không ?

Vị pháp sư nghiêm mặt :

- Tất cả những việc gì có tính cách phản thiên nhiên, ngược luật tạo hoá đều mang lại hậu quả không tốt. Mưu cầu lợi lộc cho cá nhân là điều tối kỵ của ai đi trên đường đạo. Tôi không giao thiệp với những loại vong linh này, vì chúng rất nguy hiểm, hay phản phúc và thường giết chết kẻ lợi dụng chúng bất cứ lúc nào. Các ông nên nhớ tôi là một khoa học gia chứ không phải một thầy pháp hạ cấp hay một phù thủy chữa bệnh.

- Xin ông nói rõ hơn về những cảnh giới cõi âm.

- Các ông nên biết dù ở cõi nào, tất cả cũng không ra ngoài các định luật khoa học. Thí dụ như vật chất có ba thể : thể lỏng, thể đặc và thể hơi, thì bên cõi này cũng có những thể tương tự. Luật thiên nhiên cho thấy vật nặng sẽ chìm xuống dưới và vật nhẹ nổi lên trên thì cõi vô hình cũng thế. Nguyên tử cõi âm rung động với một nhịp độ khác với cõi trần, các nguyên tử rung động thật nhanh dĩ nhiên phải nhẹ hơn các nguyên tử nặng trọc. Tóm lại, tùy theo nhịp độ rung động mà tạo ra những cảnh giới khác nhau, có bảy loại rung động nên có bảy cõi giới. Các nguyên tử rung động chậm chạp phải chìm xuống dưới vì nếu ta mang nó lên cao, sức ép sẽ làm nó tan vỡ ngay. Thí dụ ta đặt một quả bóng xuống nước nếu đến một độ sâu nào đó sức ép của nước sẽ làm nó vỡ tan. Loài cá cũng thế, có loại sống gần mặt nước, có loại sống tận đáy đại dương. Nếu loại sống gần mặt biển bị mang xuống đáy nó sẽ bị sức ép mà chết, ngược lại nếu loài sống ở dưới đáy cũng không thể lên sát mặt nước vì đã quen với sức ép khác nhau. Cảnh giới thứ bảy lúc nào cũng tối tăm, nặng nề với các vong linh hình dáng ghê rợn, nhưng hoàn toàn không có vụ quỷ sứ tra tấn tội nhân. Bị lưu đày ở đây đã là khổ sở lắm rồi, các ông hãy tưởng tượng bị dục vọng hành hạ mà không thể thoát? mãi thì còn khổ gấp trăm lần bị tra tấn. Vong linh thèm muốn nhưng không so thỏa? mãi được, như đói mà không thể ăn, khát không thể uống. Do đó, theo thời gian y sẽ học bài học chịu đựng, nhẫn nhục cho đến khi dục vọng giảm bớt và tan ra thì y sẽ thăng lên cảnh giới thứ sáu. Cõi giới thứ sáu, có sự rung động rất giống như cõi trần, tại đây các vong linh ít còn thèm muốn vật chất như ăn uống, dục tình, nhưng bận tâm với những nhỏ nhen của cuộc sống như thỏa? mãi bản ngã, ích kỷ, ghen tuông, hờn giận, v...v... Đa số có hình dáng giống như người cõi trần, nhưng mờ mờ không rõ. Vì sự rung động của

nguyên tử gần giống như cõi trần nên họ hay trở về cõi này, họ thường nhập vào đồng cốt, các buổi cầu cơ, cầu hồn để chỉ dẫn bầy bả, nói chuyện vu vơ nhằm thỏa? mãi tự ái, bản ngã cá nhân. Vì đa số vong linh khi còn sống rất ham mê danh vọng, chức tước, uy quyền nên khi họ nhập vào đồng cốt, họ thường tự xưng là các đấng này, đấng nọ. Theo thời gian, các rung động ham muốn, các cố chấp về bản ngã, danh vọng cũng tan biến nên họ thăng lên cảnh giới thứ năm. Cõi thứ năm có sự rung động thanh nhẹ hơn cõi trần nên vong linh có thể biến đổi sắc tướng rất nhanh chóng. Đây là một thế giới với những âm thanh màu sắc lạ lùng dễ bị mê hoặc. Các vong linh ở đây đã bớt ham muốn về cá nhân, nhưng còn ham muốn về tư tưởng, kiến thức. Đây là nơi cư ngụ của những kẻ đạo đức giả, những kẻ bảo thủ nhiều thành kiến, những người trí thức tự phụ, v...v... Đây cũng là cõi có những sinh hoạt của loài Tinh linh. Loài Tinh linh là những sinh vật vô hình có hình dáng hao hao giống như người mà ta thường gọi là Thiên tinh (sylphs), Thổ địa (gnome), Phong tinh (elves), v...v... Một số bị thu phục bởi các phù thủy, pháp sư để làm ảo thuật hay luyện phép. Cõi này còn có sự hiện diện của những “hình tư tưởng”. Các ông nên biết, khi một tư tưởng hay dục vọng phát sinh thì chúng sử dụng tinh chất cõi này tạo nên một hình tư tưởng thích hợp. Đời sống của chúng tùy theo sức mạnh của tư tưởng mạnh hay yếu. Vì đa số tư tưởng con người còn mơ hồ nên hình tư tưởng chỉ tạo ra ít lâu là tan rã ngay. Một người tập trung tư tưởng có thể tạo ra một hình tư tưởng sống lâu trong vài giờ hay vài ngày. Một pháp sư cao tay có thể tạo ra các hình tư tưởng sống đến cả năm hay cả thế kỷ, không những thế hình tư tưởng này còn chịu sự sai khiến của ông ta. Các phù thủy luyện thần thông đều dựa trên nguyên tắc cấu tạo một sinh vật vô hình để sai khiến. Hình tư tưởng không chỉ phát sinh từ một cá nhân mà còn từ một nhóm người hay một quốc gia, dân tộc. Khi một đoàn thể, dân tộc cùng một ý nghĩ, họ sẽ tạo ra một hình tư tưởng của đoàn thể, quốc gia đó. Hình tư tưởng này sẽ tạo một ảnh hưởng vô cùng rộng lớn đối với tình cảm, phong tục, thành kiến của quốc gia, dân tộc. Ta có thể gọi đó là “Hồn thiêng sông núi” hay “dân tộc tính”. Khi sinh ra tại một quốc gia, ta ít nhiều chịu ảnh hưởng của hình tư tưởng này, dĩ nhiên chúng chỉ ảnh hưởng lên thể vía, nghĩa là tình cảm của dân tộc đó, chứ không ảnh hưởng đến

lý trí. Một người sống nhiều bằng lý trí sẽ ít chịu ảnh hưởng như người bình thường. Điều này giải thích tại sao một dân tộc có tâm hồn mơ mộng như thi sĩ khi dân tộc khác lại có đầu óc thực tế mặc dù trên phương diện địa lý, họ không ở cách xa nhau mấy và ít nhiều chia sẻ một số quan niệm về tôn giáo, phong tục, tập quán. Cảnh giới cõi thứ tư sáng sủa hơn và dĩ nhiên nguyên tử cõi này rung động rất nhanh. Phần lớn những vong linh tiên hoá, thánh thiện, những nhà trí thức trầm mặc nhưng còn quyến luyến một ít dục vọng khi chết đều thức tỉnh ở cảnh giới này. Đa số đều ý thức ít nhiều, nên họ bắt đầu cõi bỏ những ham muốn, quyến luyến. Đây cũng là chỗ họ học hỏi và ảnh hưởng lẫn nhau, và đôi khi kết những liên hệ để cùng nhau tái sinh trong một gia đình hay quốc gia. Cõi giới thứ ba chói sáng, có những rung động nhẹ nhàng. Tại đây có những linh hồn từ tâm nhưng vụng về, những tu sĩ thành tâm nhưng thiếu trí tuệ, những nhà lãnh đạo anh minh nhưng thành kiến. Đây cũng là một cảnh giới của một số thần linh (devas) như Cầm đực thiên thần (Kamadeva), Hữu sắc thiên thần (Rupadeva), và Vô sắc thiên thần (Arupadeva). Các thần linh này có đời sống và tiến hoá cao hơn trình độ của nhân loại. Cõi giới thứ hai và thứ nhất cấu tạo bằng những nguyên tử hết sức thanh thoát, rung động rất nhanh và tràn đầy ánh sáng. Đây là cõi giới mà những người tiến hoá rất cao, rất tề nhị không còn dục vọng, ham muốn, lưu lại để học hỏi, trao đổi kinh nghiệm, phát triển các đức tính riêng trước khi siêu thoát lên cảnh giới cao hơn.

- Như thế người chết thường lưu lại ở cõi Trung giới bao nhiêu lâu ?

- Thời gian lưu lại đây hoàn toàn tùy thuộc vào dục vọng con người, có người chỉ ghé lại đây vài giờ, lập tức đầu thai trở lại. Có kẻ ở đây hàng năm và có kẻ lưu lại đây hàng thế kỷ... Để siêu thoát, thể vía phải hoàn toàn tan rã hết thì mới lên đến cõi Thượng thiên hay siêu thoát. Tóm lại danh từ như thiên đàng hay địa ngục chỉ là những biểu tượng của những cảnh ở cõi Trung giới (Kamaloka). Tùy theo sự sắp xếp của thể vía khi chết, mà ta thức tỉnh ở một cảnh giới tương ứng.

Mọi người yên lặng nhìn nhau, những điều Hamud giải thích hoàn toàn hợp lý và hết sức khoa học, không hoang đường chút nào. Nhưng làm sao chứng minh những điều mà khoa học thực nghiệm

không thể nhìn thấy được ? Dù sao Hamud cũng là một Tiến sĩ Vật lý tốt nghiệp đại học nổi tiếng nhất Âu châu chứ không phải một phù thủy vô học chốn hoang vu, ít nhiều ông ta cũng có một tinh thần khách quan vô tư của một khoa học gia chứ không mê tín dễ chấp nhận một lý thuyết vu vơ, không kiểm chứng. Nhưng làm sao có thể thuyết phục những người Âu Mỹ vốn rất tự hào, nhiều thành kiến và tin tưởng tuyệt đối ở khoa học .

Hamud mỉm cười tiếp tục :

- Sự hiểu biết về cõi vô hình rất quan trọng, vì khi hiểu rõ những điều xảy ra sau khi chết, ta sẽ không sợ chết nữa. Nếu có chết chỉ là hình hài, xác thân chứ không phải sự sống, và hình hài có chết đi, thì sự sống mới tiếp tục tiến hoá ở một thể khác tinh vi hơn. Đây là một vấn đề hết sức hợp lý và khoa học cho ta thấy rõ sự công bình của vũ trụ. Khi còn sống, con người có dục vọng này nọ, khi dục vọng được thỏa mãn, nó sẽ gia tăng mạnh mẽ, đồng thời các chất thô kệch, các rung động nặng nề sẽ bị thu hút vào thể vía. Sau khi chết, dục vọng này trở nên mạnh mẽ vì không còn lý trí kiểm soát nữa, chính thế nó sẽ đốt cháy con người của ta. Sự nung đốt của dục vọng chẳng phải địa ngục là gì?

Giống như đức tính, phẩm hạnh khi còn trẻ, quyết định điều kiện sinh sống lúc tuổi già, đời sống cõi trần quyết định đời sống bên kia cửa tử. Luật này hết sức hợp lý và dễ chứng minh. Khi còn trẻ ta tập thể thao, giữ thân thể khoẻ mạnh, thì khi về già ta sẽ ít bệnh tật, khi còn trẻ ta chịu khó học hỏi, có một nghề nghiệp vững chắc thì khi về già đời sống được bảo đảm hơn, có đúng thế không? Những người nào chế ngự được dục vọng thấp hèn, làm chủ được đòi hỏi thể xác, thì các dục vọng này không thể hành hạ khi ta chết. Luật thiên nhiên định rằng khi về già thể xác yếu dần, đau ốm, khiến cho ta bớt đi các ham muốn và nhờ thế, dục vọng cũng giảm bớt rất nhiều nên thể vía cũng thanh lọc bớt các chất nặng nề, ô trược để khi chết, sẽ thức tỉnh ở cảnh giới cao thượng hơn.

Trái lại những người còn trẻ, lòng ham muốn còn mạnh mẽ, nếu chết bất đắc kỳ tử thường đau khổ rất nhiều và phải lưu lại cõi Trung giới lâu hơn. Nếu hiểu biết như thế, ta cần phải duyệt xét lại đời sống của mình ở cõi trần để khỏi lưu lại những cảnh giới thấp thỏi, nặng nề bên cõi âm. Những người lớn tuổi cần chuẩn bị để dứt bỏ các quyến luyến, ràng buộc, các lo lắng ưu phiền, các

tranh chấp, giận hờn, phải biết xả ly, dứt bỏ mọi phiền não để mau chóng siêu thoát. Một sự chuẩn bị ở cõi trần sẽ rút ngắn thời gian bên cõi âm và chóng thúc đẩy thời gian lên cõi giới cao hơn.

- Nhưng còn các ma quỷ thì sao ?

- Các ông cứ cho rằng ma quỷ là một thực thể thế nào đó, khác hẳn loài người. Thật ra phần lớn chúng là những vong linh sống ở cảnh giới thứ bảy, thứ sáu mà thôi. Chúng còn lưu luyến cõi trần, còn say mê dục vọng không sao thoát ra khỏi cảnh giới này... Luật thiên nhiên không cho phép chúng trở lại cõi trần, nhưng cũng có những trường hợp đặc biệt, khiến người cõi trần trong một thoáng giây có thể nhìn thấy chúng...Khoan đã, các ông hãy xem kia, người bạn của tôi đã làm xong việc.

Hamud chỉ vào góc phòng nơi ông ta để bó len và cây kim đan áo. Mọi người bước đến gần và thấy một chiếc áo len đan bằng tay đã thành hình từ lúc nào không ai rõ. Chiếc áo đan tay rất vụng, không khéo léo nhưng trên ngực có thêu tên giáo sư Mortimer. Vị pháp sư giải thích :

- Con ma này rất nghịch, và thường quanh quẩn ở đây. Tôi yêu cầu hẩn đan chiếc áo len cho các ông để làm bằng chứng. Để tránh việc các ông cho rằng tôi làm trò ảo thuật, tráo vào đó một chiếc áo len khác, tôi yêu cầu hẩn thêu tên người nào trong phái đoàn có nhiều nghi ngờ nhất. Các ông đều biết rằng từ khi gặp gỡ tôi không hề hỏi tên các ông, và nếu chiếc áo này không đan riêng cho các ông thì còn ai nữa ?

Quả thế, vị pháp sư gầy gò không thể mặc chiếc áo đan to tướng, rất vừa vặn cho giáo sư Mortimer, một người Âu mà kích thước đã rất ư quá khổ, so với những người Âu khác, đó là chưa kể vòng bụng khổng lồ, rất hiếm có của ông này. Hơn nữa, áo này cũng không thể may sẵn để bán vì đường kim mũi chỉ rất ư vụng về, nếu có bán, cũng chẳng ai mua. Tại nơi hoang vu, không có ai ngoài vị pháp sư và phái đoàn, sự kiện này quả thật rất lạ lùng.

Giáo sư Evans-Wentz thắc mắc :

- Như vậy ông có thể sai khiến ma quỷ hay sao?

- Tôi không phải là một phù thủy, lợi dụng quyền năng cho tư lợi; mà chỉ là một người có rất

nhiều bạn hữu vô hình bên cõi âm. Tôi hiểu rõ các luật thiên nhiên như Luân hồi, Nhân quả, và hậu quả việc thờ cúng ma quỷ để mưu cầu một cái gì. Tôi chỉ là một khoa học gia nghiên cứu cõi vô hình một cách đứng đắn. Sự nghiên cứu những hiện tượng siêu hình là một khoa học hết sức đứng đắn, chứ không phải mê tín dị đoan. Nhiều người thường tỏ ý chế cười khi nói đến vấn đề ma quỷ, nên những ai có gặp ma, cũng chẳng dám nói vì sợ bị chế cười hay cho là loạn trí. Nếu người nào không tin hãy nghiên cứu và chứng minh một cách khoa học rằng ma quỷ chỉ là những giả thuyết tưởng tượng, còn như phủ nhận không dám chứng minh chỉ là một cái cố che dấu sự sợ hãi.

Điều khoa học chưa chứng minh được không có nghĩa là điều này không có thật, vì một ngày nào đó, khoa học sẽ tiến đến mức mà họ có thể chứng minh tất cả. Những phương pháp thông thường như cầu cơ, đồng cốt, thường gặp sai lầm vì như tôi đã trình bày, các vong linh nhập vào phần lớn cũng có kiến thức giới hạn ở cảnh giới nào đó. Đôi khi họ cũng trích dẫn vài câu trong “Thánh kinh”, hoặc sách vở, kinh điển để nâng cao giá trị lời nói, điều này có khác nào những nhà chính trị khi diễn thuyết. Phương pháp khoa học chính xác nhất là phải tự mình qua hẩn thế giới đó nghiên cứu.

Các ông nên biết thân thể chúng ta không phải môi trường duy nhất của linh hồn và giác quan của nó cũng không phải phương tiện duy nhất để nghiên cứu ngoại cảnh. Nếu ta chấp nhận rằng vũ trụ có nhiều cõi giới khác nhau và mỗi thể con người tương ứng với một cõi, thì ta thấy ngay rằng thể xác cấu tạo bằng nguyên tử cõi trần nên chỉ giới hạn trong cõi này được thôi. Các thể khác cũng có giác quan riêng của nó và khi giác quan thể vía được khai mở, ta có thể quan sát các cõi giới vô hình dễ dàng. Khi từ trần, thể xác tiêu hao, các giác quan không còn sử dụng được nữa thì linh hồn sẽ tập phát triển các giác quan thể vía ngay. Nếu biết cách khai mở các giác quan này khi còn sống, ta có thể nhìn thấy cõi âm một cách dễ dàng.

Giáo sư Allen ngập ngừng :

- Nhưng có một quan niệm lại cho rằng, sau khi chết linh hồn sẽ lên thiên đàng hay xuống địa ngục vĩnh viễn, điều này ra sao ?

Hamud lắc đầu :

- Đó là một quan niệm không hợp lý, vì điều này cho rằng khi chết linh hồn sẽ đổi thay toàn diện. Sau khi chết, linh hồn sẽ mất hết tính xấu để trở nên toàn thiện, trở nên một vị thiên thần vào cõi thiên đàng hoặc là linh hồn có thể mất hết các tính tốt để trở nên xấu xa, trở nên một thứ ma quỷ bị đẩy vào địa ngục. Điều này vô lý vì sự tiến hoá phải từ từ, chứ không thể đột ngột được. Trên thế gian này, không ai toàn thiện hay toàn ác. Trong mỗi chúng ta đều có các chủng tử xấu, tốt do các duyên, nghiệp từ tiền kiếp để lại; tùy theo điều kiện bên ngoài mà những chủng tử này nảy mầm, phát triển hay thui chột, không thể phát triển.

Một người tu thân là một người biết mình, lo vun xới tinh thần để các nhân tốt phát triển, giống như người làm vườn lo trồng hoa và nhổ cỏ dại. Thực ra, khi sống và chết, con người không thay đổi bao nhiêu. Nếu khi sống họ ăn tham thì khi chết, họ vẫn tham ăn, chỉ có khác ở chỗ, điều này sẽ không còn được thoả mãn vì thể xác đã hư thối, tan rã mất rồi. Sau khi chết, tìm về nhà thấy con cháu ăn uống linh đình mà họ thì không sao ăn được, lòng ham muốn gia tăng cực độ như lửa đốt gan, đốt ruột, đau khổ không sao tả được.

- Như ông đã nói, loài ma đói thường rung động theo không khí quanh đó, như thế họ có thoả mãn không ?

- Khi người sống ăn ngon có các tư tưởng khoái lạc thì loài ma đói xúm quanh cũng tìm cách rung động theo tư tưởng đó, nhưng không làm sao thoả mãn cho được. Điều này ví như khi đói, nghĩ đến món ăn ngon ta thấy khoan khoái, ứa nước bọt nhưng điều này đâu có thoả mãn nhu cầu bao tử đâu. Các loại ma hung dữ, khát máu thường tụ tập nơi chỗ súc vật, lò sát sinh để rung động theo những không khí thô bạo ở đó. Những người giết súc vật trong nhà vô tình mời gọi các vong linh này đến, sự có mặt của họ có thể gây nhiều ảnh hưởng xấu, nhất là cho những người dễ thụ cảm.

- Đa số mọi người đều cho rằng ma quỷ thường xuất hiện ở nghĩa địa, điều này ra sao ?

- Sự hiện hình ở nghĩa địa chỉ là hình ảnh của thể phách đang tan rã, chứ không phải ma quỷ, vong linh. Khi ta chết, thể xác hư thối thì thể phách vốn là thể trung gian giữa thể xác và thể vía cũng tan rã theo. Thể phách được cấu tạo bằng những nguyên tử tương đồng với nguyên tử cõi

trần. Nhưng trong đó có nhiều nguyên tử 'dĩ thái', nên nhẹ hơn, nó thu thập các sinh lực còn rơi rớt trong thể xác, để cố gắng kéo dài sự sống thêm một thời gian nữa. Vì đang tan rã nên thể phách không hoàn toàn, do đó, đôi khi ta thấy trên nghĩa địa có những hình ảnh người cụt đầu, cụt chân, bay là là trên các nắm mồ, người không hiểu thì gọi đó là ma. Theo sự hiểu biết của tôi, thì việc thiêu xác tốt đẹp hơn việc chôn cất, vì để thể xác tan rã từ từ làm cho linh hồn đau khổ không ít và thường ở trong một giai đoạn hôn mê, bất động một thời gian rất lâu. Thiêu xác khiến vong linh thấy mình không còn gì quyến luyến nữa nên siêu thoát nhanh hơn nhiều.

- Ma quỷ thường thuộc thành phần nào trong xã hội ?

- Chúng thuộc đủ mọi thành phần, tùy theo dục vọng khi còn sống. Người chết bất đắc kỳ tử thường lưu lại cõi âm lâu hơn người chết già vì còn nhiều ham muốn hơn. Những kẻ sát nhân bị hành quyết vẫn sống trong cảnh tù tội, giận hờn và có ý định trả thù. Một người tự tử để trốn nợ đời cũng thế, y sẽ hôn mê trong trạng thái khổ sở lúc tự tử rất lâu. Định luật cõi âm xác nhận rằng, “Chính cái dục vọng của ta quyết định cảnh giới ta sẽ đến và lưu lại ở đó lâu hay mau.”

- Số phận của những người quân nhân tử trận thì ra sao ?

- Họ cũng không ra ngoài luật lệ đó, tùy theo dục vọng từng cá nhân. Tuy nhiên, người hy sinh tính mạng cho một lý tưởng có một tương lai tốt đẹp hơn, vì cái chết cao đẹp là một bậc thang lớn trong cuộc tiến hoá. Họ đã quên mình để chết và sống cho lý tưởng thì cái chết đó có khác nào những vị thánh tử đạo. Dĩ nhiên không phải quân nhân nào cũng sống cho lý tưởng và những kẻ giết chóc vì oán thù và chết trong oán thù lại khác hẳn.

- Như ông nói thì người chết vẫn thấy người sống ?

- Thật ra phải nói như thế này. Khi chết các giác quan thể xác đều không sử dụng được nữa, nhưng người chết vẫn theo dõi mọi sự dễ dàng vì các giác quan thể vía. Không những thế họ còn biết rất rõ tư tưởng, tình cảm liên hệ; mặc dù họ không còn nghe thấy như chúng ta. Nhờ đọc được tư tưởng, họ vẫn hiểu điều chúng ta muốn diễn tả.

- Như vậy thì họ ở gần hay ở xa chúng ta ?

- Khi mới từ trần, người chết luôn quanh quẩn bên gia đình, bên những người thân nhưng theo thời gian, khi ý thức hoàn cảnh mới, họ sẽ tách rời các ràng buộc gia đình để sống hẳn ở cõi giới của họ.

- Như thế có cách nào người sống tiếp xúc được với thân nhân quá cố không ?

- Điều này không có gì khó. Hãy nghĩ đến họ trong giấc ngủ. Thật ra nếu hiểu biết thì ta không nên quấy rầy, vì làm thế chỉ gây trở ngại cho sự siêu thoát. Sự chết là bước vào một đời sống mới, các sinh lực từ trước vẫn hướng ra ngoài, thì nay quay vào trong, linh hồn từ từ rút khỏi thể xác bằng một bí huyết trên đỉnh đầu. Do đó, hai chân từ từ lạnh dần rồi đến tay và sau cùng là trái tim. Lúc này người chết thấy rất an tĩnh, nhẹ nhàng không còn bị ảnh hưởng vật chất. Khi linh hồn rút lên óc, nó sẽ khơi động các ký ức, cả cuộc đời sẽ diễn lại như cuốn phim. Hiện tượng này gọi là “hồi quang phản chiếu” (Memory projection). Đây là một giây phút hết sức quan trọng vì nó ảnh hưởng rất lớn đến đời sống cõi bên kia. Sợi dây từ điện liên hệ giữa thể xác và thể phách sẽ đứt hẳn. Đây là lúc người chết hoàn toàn hôn mê, vô ý thức để linh hồn rút khỏi thể phách và thể vía bắt đầu lo bảo vệ sự sống của nó bằng cách xếp lại từng lớp nguyên tử, lớp nặng bọc ngoài và lớp thanh nhẹ ở trong. Sự thu xếp này ấn định cõi giới nào vong linh sẽ đến.

- Ông du hành sang cõi âm thế nào ?

- Nói như thế không đúng lắm, vì ám chỉ một sự di chuyển từ nơi này đến nơi khác. Các cõi thật ra ở cùng một nơi chỉ khác nhau ở chiều không gian và thời gian. Sang cõi âm là sự chuyển tâm thức, sử dụng giác quan thể vía để nhận thức chứ không phải đi đến một nơi nào hết. Sở dĩ cõi trần không thấy cõi âm vì nguyên tử cấu tạo nó quá nặng nề, rung động quá chậm không thể đáp ứng với sự rung động nhanh của cõi âm. Quan niệm về không gian cũng khác vì đây là cõi tư tưởng, nghĩ đến đâu là ta đến đó liền, muốn gặp ai chỉ cần giữ hình ảnh người đó trong tư tưởng ta sẽ gặp người đó ngay. Khi di chuyển ta có cảm giác như lướt trôi, bay bổng vì không còn đi bằng hai chân như thể xác.

- Những người chết nhận thức về đời sống mới ra sao ?

- Trừ những kẻ cực kỳ hung dữ, ghê gớm, đa số mọi người thức tỉnh trong cảnh giới thứ năm hoặc thứ sáu, vốn có rung động không khác cõi trần là bao. Lúc đầu họ còn ngỡ ngàng, hoang mang nhưng sau sẽ quen đi. Tùy theo tình cảm, dục vọng mà họ hành động. Tôi đã gặp vong linh của một thương gia giàu có, ông này cứ quanh quẩn trong ngôi nhà cũ nhiều năm, ông cho tôi biết rằng ông rất cô đơn và đau khổ. Ông không có bạn và cũng chẳng cần ai. Ông trở về căn nhà để sống với kỷ niệm xưa nhưng ông buồn vì vợ con ông vẫn còn đó nhưng chẳng ai để ý đến ông. Họ tin rằng ông đã lên thiên đàng, vì họ đã bỏ ra những số tiền, tổ chức các nghi lễ tôn giáo rất lớn, một tu sĩ đã xác nhận thể nào ông cũng được lên thiên đàng. Tôi khuyên ông ta nên cởi bỏ các quyến luyến để siêu thoát nhưng ông ta từ chối. Một vài người thân đã qua đời cũng đến tìm gặp, nhưng ông cũng không nghe họ.

Có lẽ ông ta sẽ còn ở đó một thời gian lâu cho đến khi các lưu luyến phai nhạt hết. Tôi đã gặp những vong linh quanh quẩn bên cạnh cơ sở mà họ gây dựng nên, họ vô cùng đau khổ và tức giận vì không còn ảnh hưởng được gì, họ rất khổ sở khi người nối nghiệp, con cháu có quyết định sai lầm, tiêu phá cơ nghiệp. Tôi đã gặp những người chôn cất của cải, pháp phòng lo sợ có kẻ tìm ra, họ vẫn quanh quẩn gần đó và đôi khi tìm cách hiện về dọa nạt những người bèn mảng đến gần nơi chôn cất. Vong linh ghen tuông còn khổ sở hơn nữa; họ không muốn người họ yêu mến chia sẻ tình yêu với kẻ khác.

Đôi khi họ điên lên khi chứng kiến sự âu yếm của người họ yêu mến và người khác. Dĩ nhiên họ không thể làm gì được nên vô cùng khổ sở. Những nhà lãnh đạo, những vua chúa, những người hống hách quyền uy thì cảm thấy bất lực khi không còn ảnh hưởng gì được nữa, nên họ hết sức đau khổ. Hãy lấy trường hợp một vong linh chết đuối, vì y không tin mình đã chết, nên cứ ở trong tình trạng lúc chết, nghĩa là ngộp nước. Vì đầu óc hôn mê, nên y không nhìn thấy cõi âm, mà vẫn giữ nguyên hình ảnh cõi trần, dĩ nhiên nó chỉ nằm trong tư tưởng của y mà thôi.

Nói một cách khác, thời gian như ngừng lại, y cứ thể hôn mê trong nhiều năm. Tôi đã cố gắng

thuyết phục nhưng nói gì y cũng không nghe, tôi bèn yêu cầu y trở về nhà, đầu óc y hôn mê quá rồi, nên cũng không sao trở về được. Nhờ các bạn bè cõi vô hình, tôi tìm được tên tuổi, và địa chỉ thân nhân vong linh. Tôi tiếp xúc với họ và yêu cầu lập một nghi lễ cầu siêu để cảnh tỉnh vong linh. Nhờ sức chú nguyện mãnh lực của buổi cầu siêu, tôi thấy vong linh từ từ tỉnh táo ra, nghe được lời kinh. Y trở về nhà và chứng kiến buổi cầu siêu của con cháu gần 60 năm sau khi y qua đời. Sau đó y chấp nhận việc mình đã chết và siêu thoát...

- Ông cho rằng sự cầu nguyện có lợi ích đến thế nào?

- Cầu siêu cho vong linh là một điều hết sức quan trọng và ích lợi, vì nó chứa đựng một sức mạnh tư tưởng vô cùng mãnh liệt. Oai lực lời kinh và âm hưởng của nó thật là vô cùng ở cõi âm nếu người ta tụng niệm chú tâm, sử dụng hết cả tinh thần. Tiếc thay, người đời chỉ coi tụng niệm như một hình thức. Họ chỉ biết đọc các câu kinh trên đầu môi, chót lưỡi chứ không biết tập trung tinh thần, nên mất đi phần nào hiệu nghiệm. Sự cầu nguyện có một sức mạnh kinh khủng, có thể dời núi lấp sông, đó là bí huyết khoa “Mật tông Tây Tạng”.

- Như ông nói thì tôn giáo Tây Tạng có hiệu nghiệm nhiều hay sao?

- Vấn đề cầu nguyện cho người chết không phân biệt tôn giáo và cũng không cần theo một nghi thức, nghi lễ nào nhất định, mà chỉ cần tập trung tư tưởng, hết sức chú tâm cầu nguyện. Theo sự hiểu biết của tôi thì tôn giáo nào cũng có những nghi lễ riêng và nghi lễ nào cũng tốt nếu người thực hành thành tâm.

- Như vậy nghi lễ rửa tội trước khi chết có ích lợi gì không?

- Một số người tin rằng, hạnh phúc vĩnh cửu của con người tùy thuộc tâm trạng y lúc từ trần. Nếu lúc đó y tin rằng mình được cứu rồi thì như được một vé phi cơ lên thiên đàng, còn không y sẽ xuống địa ngục. Điều này gây nhiều sợ hãi, lo âu vô ích. Nếu một người chết thành linh thì sao? Phải chăng họ sẽ xuống địa ngục? Nếu một tín đồ hết sức ngoan đạo nhưng chết ngoài trận mạc thì sao? Họ đâu được hưởng nghi lễ rửa tội?

Sự chuẩn bị hữu hiệu nhất là có một đời sống thanh cao, nếu ta đã có một đời sống cao đẹp, thì tâm trạng khi chết không quan trọng. Trái lại, ta không thể ao ước một tương lai tốt đẹp dù tang lễ được cử hành bằng các nghi lễ to lớn, linh đình nhất. Dù sao, tư tưởng chót trước khi lìa đời cũng rất hữu ích cho cuộc sống mới bên kia cửa tử. Nó giúp vong linh tỉnh táo, dễ thích hợp với hoàn cảnh mới hơn. Một cái chết thoải mái, ung dung phải hơn một cái chết quằn quại, chết không nhắm mắt được. Theo tôi thì sự hiểu biết về cõi vô hình, sự chuẩn bị cho cái chết là điều hết sức quan trọng, cần được phổ biến rộng rãi, nhưng tiếc là ít ai chú ý đến việc này.

- Vậy theo ông, chúng ta cần có thái độ gì?

- Đối với người Âu tây, đời sống bắt đầu khi lọt lòng mẹ, và chấm dứt lúc chết, đó là một quan niệm cân thay đổi. Đời sống cõi trần chỉ là một phần nhỏ của chu kỳ kiếp sống. Chu kỳ này được biểu hiện bằng một vòng tròn mà sự sống và chết là những nhịp cầu chuyển tiếp giữa hai cõi âm, dương, giữa thế giới hữu hình và vô hình. Trên con đường tiến hoá, còn hằng hà sa số các chu kỳ, các kiếp sống cho mỗi cá nhân. Linh hồn từ cõi thượng giới cũng phải qua cõi trung giới.

Phần ở cõi trần chỉ là một phần nhỏ của một kiếp sống mà thôi. Trong chu kỳ này, phần quan trọng ở chỗ vòng tròn tiến sâu vào cõi trần và bắt đầu chuyển ngược trở lên, đó là lúc linh hồn hết tha thiết với vật chất, mà có ý hướng về tâm linh. Các cổ thư đã vạch ra một đời sống ở cõi trần như sau: 25 năm đầu để học hỏi, 25 năm sau để lo cho gia đình, đây là giai đoạn tiến sâu vào trần thế, 25 năm sau nữa phải từ bỏ việc đời để lo cho tâm linh, đó là thời điểm quan trọng để đi ngược lên, hướng về tâm linh, và 25 năm sau chót phải từ bỏ tất cả, chỉ tham thiền, quán tưởng ở nơi rừng sâu, núi thẳm.

Đối với người Á châu thì 50 tuổi là lúc từ bỏ vật chất để hướng về tâm linh, nhưng người Âu châu lại khác, họ ham mê làm việc đến độ mù quáng, cho đến già vẫn tranh đấu hết sức vất vả, cho dục vọng, cho bản ngã, cho sự sống còn, cho sự thụ hưởng. Do đó, đa số mất quân bình và khi chết hay gặp các nghịch cảnh không tốt. Theo ý tôi, chính vì sự thiếu hiểu biết về cõi âm nên con người gây nhiều tai hại ở cõi trần.

Chính vì không nhìn rõ mọi sự một cách tổng quát, nên họ mới gây lầm lỗi, chứ nếu biết tỷ lệ đời sống cõi trần đối với toàn kiếp người, thì không ai dồn sức để chỉ lo cho 1/3 kiếp sống, mà sao lãng các cõi trên. Nếu con người hiểu rằng quãng đời ở cõi trần rất ngắn ngủi, đối với trọn kiếp người và đời sống các cõi khác còn gần với chân lý, sự thật hơn thì có thể họ đã hành động khác đi chăng? Có lẽ vì quá tin tưởng vào giác quan phạm tục, nên đa số coi thế giới hư ảo này là thật và cõi khác là không có...

- Nhưng nếu ông cho rằng các cõi kia còn gần với sự thật hơn, thì tại sao ta lại kéo lê kiếp sống thừa ở cõi trần làm gì? Tại sao không rũ nhau đi sang cõi khác có tốt hơn không?

Hamud mỉm cười :

- Tuy cõi trần hư ảo, nhưng nó có những lợi ích của nó, vì con người chỉ có thể tìm hiểu, và phát triển xuyên qua các rung động thô thiển này thôi. Cõi trần có các bài học mà ta không tìm thấy ở đâu khác. Chính các bậc chân tiên, bồ tát trước khi đắc quả vị đều phải chuyển kiếp xuống trần, làm các công việc vĩ đại như một thử thách cuối cùng. Muốn khai mở quyền năng, con người phải tiếp nhận các bài học ở cõi trần, nhờ học hỏi những bài học này, họ mới trở nên nhạy cảm với các rung động ở cõi trên.

Kể Ở Người Đi Đều Tại Chử Duyệt

Cuộc đời mỗi người đều tựa như một đoàn tàu đang trên hành trình về đích. Trên cuộc hành trình đó luôn có những điểm dừng, có người sẽ tiếp tục đồng hành với ta, có người rời xa ta mãi mãi...

Không ai có thể đi cùng bạn từ đầu đến cuối của cuộc hành trình, kể cả người thân, bạn bè, người yêu. Bạn sẽ chứng kiến rất nhiều người lên lên xuống xuống và nếu như may mắn bạn sẽ gặp được người cùng đi với mình một chặng.

Khi người này đến lúc phải xuống xe... Dù cho không nỡ cũng nên cảm kích và nói lời từ biệt. Bởi vì, đến một trạm khác sẽ có người lên và tiếp tục cuộc hành trình cùng bạn.

1. Cà phê đắng hay ngọt không phải ở cách pha chế, mà là ở việc bỏ đường hay không.

Một cơn đau không phải phụ thuộc vào bạn quên như thế nào. Mà là ở việc bạn có can đảm để bắt đầu lại hay không?

2. Người đồng thời truy đuổi hai con thỏ, sẽ không thể bắt được con nào

Đừng thèm muốn những thứ không có.

Đừng tính toán những thứ không biết.

Đừng mong đợi những thứ không thể.

Hãy làm công việc mà bạn am hiểu nhất!

3. Mỗi người đều là một quả táo mà Thượng đế đã cắn một miếng, đều là có chỗ thiếu hụt

Có người có chỗ thiếu hụt khá lớn, là vì Thượng đế đặc biệt yêu thích “hương thơm” của họ!

4. Lúc yêu cuồng nhiệt, đôi tình nhân thường thốt lên rằng kiếp trước mình tích được nhiều đức

Khi đã kết hôn các cặp vợ chồng lại than rằng kiếp trước mình đã tạo nghiệp gì?

5. Cùng là một chai nước, ở ngoài cửa hàng có giá 5.000

Nhưng cũng chai nước ấy ở trong khách sạn có giá 20.000.

Đôi khi, giá cả của một người, một vật được quyết định bởi vị trí, nhưng giá trị thì vẫn là như vậy.

6. Tình cảm giữa hai người giống như đan chiếc áo len

Lúc đan phải cẩn thận từng mũi từng đường, trong thời gian dài. Nhưng khi dỡ bỏ chỉ cần nhẹ nhàng kéo một đường.

7. Hôn nhân không phải là $1+1=2$, mà là $0,5+0,5=1$

Tức là hai người bỏ đi một nửa cá tính và khuyết điểm của mình, sau đó gộp lại với nhau thành một thứ trọn vẹn.

8. Đề thi của cả đời gồm có 4 nội dung: Học tập, sự nghiệp, hôn nhân và gia đình

Muốn đạt được điểm cao bạn có thể cố gắng ở cả 4 nội dung mà không cần phải tập trung thời gian và tinh lực vào một nội dung duy nhất.

9. Cuộc đời nói dài thì rất dài, mà nói ngắn cũng rất ngắn

Hãy quý trọng tất cả những người ở xung quanh mình!

10. Cảm ơn trời đất, cảm ơn cha mẹ, cảm ơn anh chị em!

Hãy quý trọng tất cả những người thân bên mình, bởi vì đời này gặp mặt đời sau có thể vĩnh viễn không gặp lại...!

AI ĐANG NIỆM PHẬT, AI ĐANG NGỒI THIỀN

Chánh Hiệp

Chúng ta là những người đang *tỉnh thức trong mộng*... giấc mộng ngắn ngủi của kiếp người, giấc mộng triền miên ngập lặn trong luân hồi sanh tử ...

Với *vọng thân*, *vọng tâm*, hết kiếp này đến kiếp khác chúng ta trôi lặn trong các cõi trời, người, địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh ...

Tạo dựng sự nghiệp trong mộng với thân tâm sanh diệt ... mọi sự rồi cũng tan hoại...

Niệm Phật trong mộng, tu thiền trong mộng, gom góp chút ít phước đức trong mộng... cũng khó thoát khỏi sanh diệt ...

Hòa Thượng Tuyên Hóa dạy hãy tham cứu câu "*Ai là kẻ niệm Phật?*"

"Quý vị hãy giữ cho tâm đừng rời câu thoại đầu "*Ai là kẻ niệm Phật?*"; lúc nào cũng đề khởi, lúc nào cũng chẳng quên-đó chính là mục tiêu của sự dụng công.

Việc tham thoại đầu thì chỉ có một vọng tưởng, còn tạp niệm thì có vô số vọng tưởng. Do đó, chúng ta dùng phương pháp "*dĩ độc công độc*"- lấy một vọng tưởng "*tham cứu thoại đầu*" để không chế tất cả các vọng tưởng khác - dần dần, từng vọng tưởng một sẽ bị tiêu diệt, không còn tái khởi."

"Hễ vọng niệm không sanh khởi thì lúc ấy toàn thể sẽ hiện rõ. Khi ngừng bật vọng tưởng, quý vị sẽ có cơ hội thành tựu"

"Khi tham thấu triệt câu thoại đầu "*Ai là kẻ niệm Phật?*" rồi, thì sự tham Thiền ấy chính là thanh Kim-cang-vương Bảo-kiếm chặt đứt hết mọi dục niệm, chỉ còn một niệm tham cứu câu thoại đầu mà thôi. *Lúc mọi ý niệm đều ngừng bật, bấy giờ, Đạo-tâm sẽ bùng dậy.* Trước khi đã Thiền-thất thường có đã Phật-thất. Phật-thất xong mới đã Thiền-thất thì hiệu quả mới tốt đẹp. Trước niệm Phật, sau mới tham cứu thoại đầu "*Ai là kẻ niệm Phật?*" "*Tham*" có nghĩa là tìm - tìm xem ai là kẻ niệm Phật. Là quý ư? Vậy thì thuộc loại quý nào? Là người ư? Người nào vậy? Là mình ư? Mình chết rồi thì còn niệm được chăng? Bỏ vô quan tài

rồi thì chẳng ai còn niệm Phật nữa cả! Hãy tìm xem, rốt ráo thì ai niệm Phật? Và niệm ai chớ? Hãy tìm xem, kẻ niệm Phật là ai? Ai đang niệm Phật? Quý vị tìm không ra ư? *Dù quý vị vĩnh viễn tìm kiếm, cũng không tìm ra được! Nếu quý vị tìm ra được chữ "Ai" này, thì vọng tưởng gì cũng hết sạch.* Vì sao quý vị vẫn còn vọng tưởng? Vì quý vị vẫn chưa tìm ra được cái "*Ai*"!

Tham cứu ai là kẻ niệm Phật, ai là kẻ ngồi thiền ... biết được vọng thân, vọng tâm, vọng cảnh đều từ Như Lai Tạng hiện ra ... thôi lãng xăng chạy theo vọng niệm ... không còn phân biệt đối đãi đẹp xấu, thiện ác ... ngay cả ý niệm chơn vọng cũng không còn ... một ngày nào đó bất chợt tỉnh ngộ ... không còn ta, không còn người, không còn chúng sanh, không còn thế giới ...

"Lúc mọi ý niệm đều ngừng bật, bấy giờ, Đạo-tâm sẽ bùng dậy", Chơn Tâm sẽ hiển hiện.

Sóng từ biển sanh ra, khi diệt lại trở về biển bao la...

(Tham khảo: Bí Quyết Không Chết Vọng Tưởng (HT Tuyên Hóa), Kinh Thủ Lăng Nghiêm giảng giải (HT Tuyên Hóa, HT Thanh Từ, HT Thiện Hoa), Kinh Kim Cang (HT Thanh Từ), Luận Đại Thừa Khởi Tín (HT Thiện Hoa), Yếu Chỉ Thiền Tông (HT Thanh Từ)...

Không nhiễm ô

THIỀN SƯ HOÀI NHƯ ỚNG đến Tào Khê tham vấn Lục tổ Huệ Năng.

Sư đến Tào Khê, Tổ hỏi:- Ở đâu đến?

Sư thưa:- Ở Tung Sơn đến.

Tổ hỏi:- Vật gì đến?

Sư thưa:- Nói in tuồng một vật tức không trúng.

- Lại có thể tu chứng chăng?

- Tu chứng tức chẳng không, nhiễm ô tức chẳng được.

- Chính cái không nhiễm ô này là chỗ hộ niệm của chư Phật, người đã như thế, ta cũng như thế. Tổ Bát-nhã-đa-la ở Tây thiên có lời sấm rằng: "Dưới chân người sẽ xuất hiện NHẤT MÃ CÂU (con ngựa tơ) đạp chết người trong thiên hạ. Ứng tại tâm người chẳng cần nói sớm."

Sư hoát nhiên kể hội. Từ đây, Sư ở hầu hạ Tổ ngót mười lăm năm.

Hãy Nói Lời Dịu Ngọt

Đào Văn Bình

Bạn ơi!

Thế giới ngày hôm nay do kỹ nghệ hóa, do cơ khí phát triển, cho nên con người đang phải đối đầu với nạn NOISE POLLUTION tức bị Ô NHIỄM TIẾNG ĐỘNG.

Buổi sáng ra chúng ta đã phải nghe tiếng ồn ào của xe cộ, của tiếng máy bay gầm thét, tiếng còi hú, tiếng rú của xe cảnh sát, xe cứu thương, tiếng nhạc xập xình trên đường phố.

Tại thành phố của chúng tôi, các người Da Đen và người Mỹ Tây Cơ thích mở nhạc thật lớn trên đường phố khiến bạn giật mình.

Vào công sở chúng ta phải nghe tiếng chuông điện thoại rung lên từng hồi.

Thậm chí lúc rong chơi, giải trí, trong khi ăn uống, trong phòng ngủ... chúng ta cũng còn bị réo gọi bởi tiếng điện thoại cầm tay.

Vào nhà máy, công trường chúng ta đinh tai, nhức óc vì tiếng sắt thép va chạm, đay nghiến.

Vào trại giam chúng ta kinh hãi vì tiếng quát tháo phạm nhân của giám thị.

Vào những khu lao động chúng ta bùi ngùi vì tiếng vợ chồng, anh em, hàng xóm láng giềng chửi bới, la mắng nhau.

Ra ngoài chợ chúng ta đau lòng vì những tiếng bác, tiếng chửi, tiếng đánh đá, tiếng hằn học, tiếng thô lỗ, tiếng kèn cựa, tiếng kèo nài vì miếng cơm manh áo.

Vào quán nhậu, bia ôm, cà-phê ôm chúng ta ngán ngẩm vì những lời “đầu môi trót lưỡi”, những tiếng “thiếu văn hóa”.

Vào siêu thị, nhất là siêu thị Việt gốc Hoa ở Mỹ chúng ta rầu rĩ bởi những loại nhạc “mèo kêu” rên rỉ, khóc than, kêu gào quá mức.

Buổi tối trở về với mái ấm gia đình chưa chắc chúng ta đã được yên vì những người thân yêu nhất có thể trút lên đầu chúng ta những căng thẳng, cực nhọc, ảm ức của đời sống bằng những lời cằn nhằn, phiên trách.

Vào các diễn đàn chúng ta phải đọc những lời lẽ thô tục, chửi bới, chửi mửi, vu cáo, kết tội, mạ lỵ làm chúng ta sững sờ làm đầu óc chúng ta không cứng.

Bạn ơi!

Con người không chết vì Ô NHIỄM TIẾNG ĐỘNG nhưng sẽ HÓA ĐIÊN vì ô nhiễm tiếng động. Khi hóa điên, con người có thể làm những chuyện kinh thiên động địa.

Một trong những thứ “tiếng động” có thể gây khổ đau ghê gớm cho con người – đó là Lời Nói. Theo lời dạy của Đức Phật thì Thân - Khẩu - Ý là ba cội nguồn gây nhiều ác nghiệp, trong đó Lời Nói (Khẩu Nghiệp) là nặng nhất.

- Một lời sàm tấu có thể khiến ba tộc họ bị tru di.

- Một lời nói du nhỉnh tâu lên vua có thể làm mất nước.

- Một lời nói đâm thọc có thể khiến bạn thân trở thành kẻ thù.

- Một lời nói bông đùa có thể phá vỡ hạnh phúc của người ta. Thí dụ hai người đang ngồi nhậu, một người bị vợ gọi về. Thay vì nói, “Bạn/anh/ông nên về đi cho bà ấy/chị ấy vui.” lại nói, “Bộ mày sợ vợ à!” thế là ông kia về nhà lấy dao đâm vợ chết để chứng tỏ mình không sợ vợ. Ôi, lời nói bông đùa vô ý thức vô cùng nguy hiểm. Nó giống như một viên thuốc độc, một trái phá!

- Một lời nói bông đùa không khéo hoặc vô tình có thể biến tiệc nhậu hay cuộc họp khóa, họp bạn trở thành cuộc cãi vã, đâm chém. Bạn bè từ đó không còn nhìn mặt nhau!

- Một lời nói khéo léo đánh trúng tâm lý có thể khiến người ta bị lừa gạt.

- Một lời làm chứng gian khiến người ngay mắc vòng tù tội.

- Một lời báo cáo gian dối của mật báo viên có thể khiến kẻ thiện lương bị bắt giữ, tra tấn, thủ tiêu, giết hại. Nếu trong thời kỳ chiến tranh thì một ngôi làng, một thị trấn có thể bị hủy diệt vì bom đạn.

- Một lời tiên tri, sấm truyền vu vơ về Ngày Tận Thế, có thể khiến nhân loại hoang mang, lo sợ từ đời này sang đời khác.

- Một lời tuyên bố thiếu trách nhiệm, nông nổi của một kẻ có quyền thế có thể gây bạo động khắp thế giới.

- Một lời nói phóng túng có thể gây băng hoại xã hội, nếu kẻ nói đó đang là người được công chúng mến chuộng.

- Một lời tố cáo man trá trên báo chí, diễn đàn có thể làm một công ty phá sản, danh dự của một gia đình hay cá nhân hoen ố.

Bạn ơi,

Khi bạn mắng nhiếc, chửi rủa, kết tội, vu cáo người ta, bạn đừng tưởng những lời đó sẽ qua đi như một cơn gió thoảng.

Không bạn ơi! Những lời đó sẽ thấm vào làn da, sớ thịt, sẽ làm họ tủi nhục và ghi nhớ mãi khôn nguôi, và sẽ nuôi dưỡng lòng thù hận.

Cho nên bạn ơi,

Đừng nói lời gian tà mà nói lời Chánh Ngữ.

Đừng nói lời cay đắng mà nói lời dịu ngọt.

Đừng nói lời nhúc óc mà nói lời êm tai.

Đừng nói lời bi ai mà nói lời tin tưởng.

Đừng nói lời hắt hủi mà nói lời chở che.

Đừng nói lời nặng nề mà nói lời xây dựng.

Hãy nói lời tôn trọng, đừng nói lời rẻ khinh.

Đừng nói lời chụp mũ mà nói lời giải oan.

Đừng nói lời gian ngoan mà nói lời đôn hậu.

Đừng nói lời kết tội mà nói lời Từ Bi.

Đừng nói lời hồ nghi mà nói lời cẩn trọng.

Đừng nói lời ghét bỏ mà nói lời ngợi ca.

Đừng nói lời Quỷ Ma mà nói lời Trí Tuệ.

Đừng nói lời chia rẽ mà nói lời đoàn viên..

Đừng nói lời xỏ xiên mà nói lời sáng tỏ

Đừng nói lời đầu tổ mà nói lời từ tâm.

Đừng nói lời du côn mà nói lời huynh đệ.

Đừng nói lời lừa mị mà nói lời chân chất.

Đừng nói lời dao búa mà nói lời ôn hòa.

Đừng nói lời gian tà mà nói lời chân chính.

Đừng nói lời cay nghiệt mà nói lời thảo thơm.

Đừng nói lời cuồng điên mà nói lời khiêm tốn.

Đừng nói lời đau đớn mà nói lời hòa vui.

Bạn ơi!

Khi nói lời dịu êm miệng lưỡi ta ngọt ngào, đôi mắt ta cảm thông, lỗ tai ta lắng nghe, trái tim ta rộng mở, trí tuệ ta bao la, thân thể ta nhẹ nhàng. Khi đó ta là hiện thân của Mẹ Hiền Quán Thế Âm Bồ Tát.

Bạn ơi!

Lời dịu ngọt là tiếng mẹ ru hời, là tiếng suối chảy, là tiếng thông reo vi vút, là lời chim hót, là tiếng hải triều âm rì rào bất tận, là tiếng trẻ nhỏ nói bí bô, là tiếng hiền từ của ni cô đang ngồi tụng Kinh Cứu Khổ.

Khi một lời nói nhẹ nhàng được ban ra thì Văn Trần (lỗ tai) thanh tịnh. Văn Trần thanh tịnh thì Nhãn, Nhĩ, Ty, Thiệt, Thân, Ý thanh tịnh. Khi Mắt, Tai, Mũi, Lưỡi, Thân, Ý đã thanh tịnh thì Giác Trần (Cái Biết) thanh tịnh. Sáu Trần đã thanh tịnh thì Địa Đại thanh tịnh. Địa Đại thanh tịnh thì Thủy, Hỏa, Phong Đại đều thanh tịnh. Bốn Đại đã thanh tịnh thì 12 Xứ, 18 Giới, 25 Cõi đều thanh tịnh. Vì thanh tịnh cho nên 10 Lực, 4 Môn Không Sợ Hãi, 4 Môn Trí Không Quản Ngại, 18 Pháp Không Chung của Phật, 37 Phẩm Trợ Đạo đều thanh tịnh, như thế cho đến 84,000 pháp môn Đà-la-ni đều thanh tịnh. Thiện nam tử! Một thân thanh tịnh thì nhiều thân thanh tịnh. Nhiều thân thanh tịnh như thế thì mười phương chúng sinh thanh tịnh. Thiện nam tử! Một thế giới thanh tịnh thì nhiều thế giới thanh tịnh. Nhiều thế giới thanh tịnh như thế cho đến suốt cả hư không, tròn khắp ba cõi (Dục Giới, Sắc Giới, Vô Sắc Giới) tất cả đều bình đẳng không động. (Kinh Viên Giác)

Bạn ơi!

Khi nói lời hung dữ miệng lưỡi ta khô đắng, đôi mắt ta đục ngầu, lỗ tai ta bịt kín, trí tuệ ta lu mờ, thân thể ta nóng nảy và cả thế giới này tưởng chừng như đang bị thiêu đốt trong hỏa ngục.

Bạn ơi!

Khi nói lời dịu ngọt ta đang ở Cung Trời.

Khi nói lời hung dữ ta đang ở Địa Ngục.

Khi nói lời chân thật, ta là Hiền Thánh.

Khi nói lời lừa mị, ta là Yêu Tinh.

Khi nói lời Từ Bi, ta là Phật.

Khi nói lời gian dối, ta là Quỷ Ma.

Bồ thí Ba La Mật

(Chánh Hiệp suru tầm)

H.T. Thích Trí Siêu giảng:

"... Paramitā dịch âm là Ba La Mật Đa. Nhưng ở đây chúng ta nói tắt là Ba La Mật (parami). 'Para' có nghĩa là bờ bên kia, 'mi' có nghĩa là đi đến. Bồ thí Ba La Mật có nghĩa là băng qua con sông Bồ thí (dāna-nadi) và đến được bờ bên kia...

1. Ngoài ra 'bờ bên này' còn có nghĩa là bờ tham lam, bồn xén, con sông là sự Bồ thí, 'bờ bên kia' là bờ đại bi (mahakarunā).

2. 'Bờ bên này' là bờ tà kiến chấp trước (mithyādrsti), 'bờ bên kia' bờ Trí huệ (prajñā).

3. 'Bờ bên này' là bờ sanh tử luân hồi (Samsāra), 'bờ bên kia' là bờ Niết Bàn giải thoát (Nirvāna).

4. Ngoài ra, Bồ Tát khi Bồ thí thấy rằng sự Bồ thí không sanh, không diệt, không có thiệt, tức là không thấy có người cho, vật được cho, và người nhận, đó gọi là Bồ thí Ba La Mật. Ở chỗ này ta nên dừng lại, phân tách một chút, vì đa số chúng ta đều lầm lẫn cho rằng mình Bồ thí Ba La Mật nhưng thực sự thì không phải vậy.

Ta thường được nghe giảng trong Kinh Kim Cang nói rằng Bồ thí mà không phải Bồ thí thì mới thực là Bồ thí, hoặc Bồ thí mà không chấp nhân, ngã, chúng sinh, thọ giả mới thực là Bồ thí, hoặc Bồ thí mà không thấy ta là người cho, đây là vật được cho, và kia là người nhận mới là Bồ thí, v...v...

Chữ Bồ thí mà 'không thấy' ở đây không có nghĩa là Bồ thí mà nhắm mắt lại để khỏi thấy, hoặc Bồ thí mà tâm không dám nghĩ gì hết. 'Không thấy' ở đây là kết quả của một sự quán chiếu nhân duyên thấy được các pháp không có tự tánh. Vì thấy các pháp (người cho, vật được cho, và người nhận) không có tự tánh nên thấy sự Bồ thí không có tự tánh...

Thấy được như vậy gọi là thấy 'Không' (sūnya). Đem áp dụng cái thấy 'Không' vào sự Bồ thí ta sẽ thấy không có cái gì thực sự là Bồ thí cả, mà chỉ có một sự biến chuyển, diễn tiến, sinh diệt của vô số nhân duyên, đây gọi là Bồ thí Ba La

Mật. Chúng ta nên cẩn thận, đừng vội vã hấp tấp thực hành 'Bồ thí Không', nếu ta chưa thực sự hiểu được 'tánh Không' (Sūnyatā), hay thấy được sự duyên khởi của các pháp.

Tốt hơn là ta nên thực hành sự Bồ thí trong sạch như đã nói ở phần trước. Còn nếu ta cố chấp cứ muốn Bồ thí theo kiểu (hiểu lầm) Kim Cang, tức là nhắm mắt để khỏi thấy ta, thấy vật, thấy người, hoặc Bồ thí mà tâm không nghĩ gì cả thì đó chẳng khác gì một người máy 'Rô bô' cầm hộp bánh Bồ thí cho một em bé. Đó gọi là Bồ thí Rô bô máy, chứ không phải là Bồ thí Ba La Mật ! Dĩ nhiên là Rô bô chả được phước báo gì hết ! ...

Ta học trong Kinh Kim Cang thấy nói rằng Bồ thí mà không Bồ thí mới thực là Bồ thí, hoặc Bồ thí mà không thấy có ta là người Bồ thí, đây là vật Bồ thí, và kia là người được Bồ thí. Học như vậy xong nên khi Bồ thí ta không dám nghĩ gì cả, vì sợ suy nghĩ thì rơi vào chấp trước, hoặc có Bồ thí thì làm sao cho nhanh để khỏi kịp ý thức được việc làm của mình, hoặc trong lúc Bồ thí thì miệng nói, mắt nhìn chỗ khác. Đó gọi là Bồ thí vô tâm...

Ta không nên lầm lẫn vô tâm Bồ thí với Tánh Không Bồ thí. Vô tâm Bồ thí là tâm không nghĩ và không ý thức được sự Bồ thí trong lúc đang Bồ thí. Còn tánh không Bồ thí thì hiểu và thực hiện được tánh Không của sự Bồ thí trong lúc đang Bồ thí. Tánh Không Bồ thí chính là Bồ thí Ba La Mật (dānaparamitā), nghĩa là thấy cả ba yếu tố tạo ra sự Bồ thí đều không có tự tánh...

Cũng cần nói thêm về Tánh Không (Sūnyatā). Tánh Không là con dao hai lưỡi. Nếu ta hiểu được nó thì nó giúp ta sớm chặt đứt các giây vô minh trói buộc ta. Còn ngược lại, nếu ta hiểu lầm thì nó sẽ khiến ta tạo những hành động vô phước. Vì thế Cổ nhơn có câu: 'Thà chấp có như núi Tu Di còn hơn chấp không như hạt cải'. Nếu ta chưa hiểu được tánh Không thì ta cứ thực hành hữu tướng Bồ thí, tức là phát nguyện, ý thức, và hồi hướng, trước khi, trong khi và sau khi Bồ thí. Đó gọi là biết cách Bồ thí (<https://thuvienhoasen.org/p21a4419/5-bo-thi-ba-la-mat>).

Thầy Thích Trí Huệ giảng: " Bồ thí Ba La Mật có nghĩa là Bồ thí không trụ chấp để đi đến thành tựu đạo quả Bồ Tát trong tương lai. Còn Bồ thí còn trụ chấp, còn kẹt tâm chấp tướng thì vẫn

còn đi trong sanh tử luân hồi và hưởng được phước báu thôi..."

Hòa Thượng Thích Thiện Hoa, trong **PHẬT HỌC PHỔ THÔNG**, giảng: "...Ba la mật nguyên âm tiếng Phạn là Paramita. Người Trung hoa dịch nghĩa là "Bì nghan đẩu", nói theo tiếng Việt là "đến bờ bên kia".

Bồ thí Ba la mật, tức là một môn tu hành bằng phương pháp bồ thí, có công năng như một chiếc thuyền, đưa mình và người từ bờ mê lầm của chúng sinh sang bờ giác ngộ của chư Phật...

Trong khi bồ thí, hành giả vì tâm từ bi bình đẳng, xem chúng sinh như con, nên không sinh tâm vị kỷ, không phân biệt bỉ thử, thân sơ. Hành giả vì biết tài sản cũng như thân mạng mình đều là giả tạm, vô thường, nên không tham lam, tiếc nuối. Hành giả vì biết cái ngã không có thật, nên khi cho không thấy có kẻ cho và người nhận, không tự cao, tự đại.

Bồ thí với một tâm địa trong sạch như trên sẽ được phước vô lậu thanh tịnh, mới đúng là Bồ thí Ba la mật.

Câu chuyện suy ngẫm

Một ngày nọ, khi Phật Thích Ca đi qua một ngôi làng nọ, một số người đi ra gặp Đức Phật và nói những lời vô lễ, và thậm chí có kẻ còn chửi thề. Phật Thích Ca đứng đó lặng lẽ lắng nghe, sau đó Ngài nói: "*Cảm ơn các bạn đã đến gặp ta. Nhưng giờ ta phải tiếp tục lên đường bởi vì mọi người ở ngôi làng tiếp theo đang đợi. Nhưng khi ta trở lại vào ngày mai, ta sẽ có nhiều thời gian hơn. Nếu các bạn có nhiều thứ hơn để nói, xin hãy đến lần nữa.*"

Những người này không thể tin vào tai của mình nữa. Chuyện gì xảy ra với người này thế nhỉ? Một trong số những kẻ đó hỏi Đức Phật: "*Ông có nghe bọn tôi nói gì không? Bọn tôi nói ông chẳng là cái thá gì cả, thế mà ông không phản ứng gì à?*"

Đức Phật trả lời: "*Nếu những gì các người muốn chỉ là xem thái độ của ta, thì các người đã đến quá trễ rồi. Nếu là 10 năm trước thì có lẽ ta sẽ phản ứng lại. Còn 10 năm trở lại đây thì ta đã không còn bị kẻ khác điều khiển nữa rồi. Ta không còn là nô lệ mà là chủ nhân của chính ta. Ta có thể làm những gì mình muốn, chứ không hành động dựa trên cảm xúc.*"

Đối tượng và phước đức của bồ thí

(Chánh Hiệp sưu tầm)

Trong **Phật thuyết tứ thập nhị chương kinh**, Đức Phật dạy: "Đãi một trăm người ác ăn, không bằng đãi một người thiện ăn. Đãi một ngàn người thiện ăn, không bằng đãi một người trì Ngũ-giới ăn. Đãi một vạn người trì Ngũ-giới ăn, không bằng cúng dường cho một vị Tu-đà-hoàn ăn. Cúng dường một trăm vạn vị Tu-đà-hoàn, không bằng cúng dường cho một vị Tư-đà-hàm ăn. Cúng dường một ngàn vạn vị Tư-đà-hàm, không bằng cúng dường cho một vị A-na-hàm ăn. Cúng dường một ức vị A-na-hàm, không bằng cúng dường cho một vị A-la-hán ăn. Cúng dường ức vị A-la-hán, không bằng cúng dường cho một bậc Bích-Chi-Phật ăn. Cúng dường một trăm ức bậc Bích-Chi-Phật, không bằng cúng dường cho một đức Tam Thế Chư Phật ăn. Cúng dường một ngàn ức đức Tam Thế Chư Phật, không bằng cúng dường cho một đấng Vô Niệm, Vô Trụ, Vô Tu, Vô Chứng ăn."

Hòa Thượng Tuyên Hóa giảng:

... Muốn thực hành hạnh bồ thí, thì điều quan trọng là phải biết cách bồ thí. Bởi vì nếu trồng phước mà không biết cách, trồng không đúng phương pháp, hoặc không hiểu gì về pháp trồng phước, thì e rằng có trồng cũng chẳng được phước!

Cho nên nói rằng nếu quý vị bồ thí vật thực cho một người tốt thì sẽ được phước điền lớn hơn phước điền của việc bồ thí cho một trăm người xấu.

Vì sao vậy? Bởi vì nếu quý vị đãi một trăm người ác ăn, sau khi ăn uống no nê rồi thì họ cũng chỉ biết đi làm chuyện ác mà thôi. Như thế, hóa ra những việc ác mà họ gây ra đều có sự trợ giúp của quý vị, và quý vị mặc nhiên trở thành kẻ đồng lõa, giúp cho họ làm chuyện bất lương. Tuy nhiên, nếu quý vị đãi một người thiện ăn, bồ thí cơm nước cho người ấy, sau khi no bụng rồi thì người ấy lại đi làm việc tốt. Những thiện sự mà người ấy thực hiện được, có thể nói là nhờ sự giúp đỡ của quý vị mà thành tựu. Do đó, "đãi một trăm người ác ăn không bằng đãi một người thiện ăn!"

...Chúng ta cúng dường thì cần phải biết về các đạo lý cúng dường cũng như những lợi ích đạt được từ sự cúng dường cho mỗi thành phần. Do

đó, chúng ta nên gần gũi các bậc Thiện-tri-thức để học hỏi. Quý vị thân cận Ác-tri-thức thì sẽ bị tiêm nhiễm tà tri tà kiến, còn gần gũi Thiện-tri-thức thì sẽ học được chánh tri chánh kiến. Nếu quý vị cúng dường cho kẻ ác thì sẽ gây nên tội lỗi, còn cúng dường cho người tốt thì sẽ được công đức. Đó là những điều chúng ta cần phải biết!”

H.T. Thích Nhật Từ giảng: “... hảo tâm tùy tiện, thiếu thiện xảo, thiếu sách lược, chiến lược đôi lúc nhân thiện sẽ trở quả bất thiện, nếu kẻ thọ thí đã ác mà còn tạo tác thêm ác. Đức Phật dạy chúng ta vận tâm từ bi bình đẳng, nhưng đứng về phương diện lợi ích có chiều kích rộng lớn, thiết thực, thì người hành thì phải biết gieo trồng đúng đối tượng. Quan điểm này là sợi chỉ đỏ xuyên suốt toàn bộ giáo điển của Đức Phật.

Trong Kinh Nikaya, Đức Phật cho biết bố thí cúng dường cho các vị thành tựu tám Chánh đạo là đã gieo trồng nhân thiện vào ruộng tốt, sẽ trở sinh quả dị thực thiện to lớn có lợi ích lớn:

“Này các Tỳ kheo, thửa ruộng không có lỗi lổm, không có sạn đá, không có đất mặn, có bề sâu, có chỗ nước chảy ra, có chỗ nước chảy vào, có nước chảy, có đê tốt. Do đó, hạt giống được gieo vào có vị ngọt lớn, có địa điểm tăng thịnh. Cũng vậy, này các Tỳ kheo, bố thí, cúng dường giữa những sa môn, Bà la môn thành tựu thánh đạo tám ngành có quả lớn, có lợi ích lớn, có rực rỡ, có rung cảm lớn.”

Lời dạy này tương xứng với nguyên tác Kinh Tăng Chi: “Cúng dường bố thí tài sản nhiều vô lượng cho người bình thường ăn không bằng cúng dường bố thí cho một người có chánh kiến”; và cũng đồng với kinh văn của chương này: “Cúng dường cho 100 người ác, quả báo không bằng cúng dường cho một người thiện ăn”.

Ở Kinh Tăng Chi, Đức Phật còn dạy rằng bố thí cúng dường cho một Tỳ kheo, chỉ có quả báo lớn, khi vị Tỳ kheo ấy không có tâm tham đắm vật thực cúng dường mà chỉ thọ dụng để tu tập chánh pháp, thoát ly sân tầm, dục tầm, ái tầm:

“Vị Tỳ kheo thọ dụng phẩm vật cúng dường của tín chủ không tham dính, không say đắm, không chấp trước, thấy được sự nguy hại, thấy được sự xuất ly. Vị ấy khởi lên suy tầm về viễn ly, khởi lên suy tầm về vô sân, vô hận. Này các Tỳ

kheo, như vậy có quả lớn. Vị Tỳ kheo ấy sống không phóng dật.”

... Có một lần, người ngoại đạo đã vu khống cho Đức Phật rằng chỉ có bố thí cho Như Lai và đệ tử của Như Lai mới có quả lớn. Đức Phật phủ nhận lời đồn đãi này và cho rằng lời ấy hoàn toàn xuyên tạc: “Này Vaccha, những người ấy nói không đúng lời của chúng ta, chúng đã xuyên tạc ta với điều không thật. Chúng đã nói láo. Này Vaccha, ai ngăn chặn người khác bố thí sẽ tạo cho mình ba chương ngại: 1/ Làm người cho không được công đức. 2/ Người nhận không được vật bố thí. 3/ Tự ngã bị tổn thương lại càng tổn thương.”

Tuy nhiên, ngay pháp thoại ấy, Đức Phật vẫn một mực khẳng định giá trị vô song của người giới hạnh tu tập, và cúng dường cho các vị này, phước báo to lớn: “Này Vaccha, ta tuyên bố rằng, bố thí cho người có giới hạnh được quả lớn. Cho người ác hạnh, không được như vậy. Và người có giới hạnh là người đã đoạn tận năm pháp và thành tựu năm pháp. Đoạn tận năm pháp là: tham, sân, hôn thù, trạo hối, nghi. Thành tựu năm pháp là: giới, định, tuệ, giải thoát, giải thoát tri kiến.”

... Để có cái nhìn bao quát nội dung của chương này, tưởng chỉ nên nhắc ở đây rằng, dù là công tác từ thiện xã hội, chúng ta cũng cần đặt đúng đối tượng. Những đối tượng nào cần ủng hộ, giúp đỡ, và giúp đỡ nào khai sinh thiện pháp mới đầu tư vào. Vì thiện theo Phật giáo không thể nhất thời. Nó phải được xét trên hai phương diện thời gian (hiện tại, vị lai) và lợi ích cho cả hai người bố thí và người thọ thí. Đồng thời, xuyên qua sự chênh lệch về quả báo bố thí cho người thiện, người ác, chúng ta càng thấm thía hơn tính khách quan, khoa học của nhân quả và giá trị đặc biệt của giới hạnh, trí hạnh. Chỉ có giới hạnh và trí hạnh mới nâng cao giá trị, phẩm chất, tư cách, đạo đức của con người, mà kẻ ác độc hay người bình thường không thể sánh kịp. Chính như thế, đạo Phật được gọi là Đạo của các người trí giác hiểu, là đạo tôn trọng, đề cao đạo đức và huấn luyện đạo đức theo đúng nguyên ngữ của từ này.

- Nếu muốn khuyên người khác nên làm như mình, trước hãy sửa mình rồi sau sửa người. Tự sửa mình vốn là điều khó nhất.

KPC 159

**Vọng thân, vọng tâm, vọng cảnh
đều từ Như Lai Tạng hiện ra**

Chánh Hiệp

“Này A Nan, bởi vô minh vọng động nên biểu hiện ra có hư không, thế giới và chúng sanh...”

... Thân này, tâm này, cho đến núi, sông, thế giới và hư không đều là vật trong chơn tâm hiện ra cả” (Kinh Thủ Lăng Nghiêm)

Như người đang thức (biểu trưng cho chơn tâm), tự nhiên ngủ gục (vô minh) và chiêm bao rồi chấp cái thân, tâm và cảnh trong chiêm bao là thật (bởi vô minh nên nhận cái vọng thân, vọng tâm và vọng cảnh từ vô minh mà có là thật). Khi tỉnh giấc (giác), thì cảnh trong chiêm bao tự biến mất.

Như vì mắt nhắm (vọng niệm) nên thấy có hoa đốm giữa hư không. Mắt hết nhắm (lìa vọng niệm), thì chỉ còn hư không một màu trong tịnh, chỉ còn một "Tâm Chơn Như".

Như những đợt sóng (tượng trưng cho Tâm sanh diệt, cùng muôn sự muôn vật sanh diệt) từ biển (tượng trưng cho Như Lai Tạng) sanh ra, khi diệt lại trở về với biển.

("Chơn như", cũng như "tánh ướt" của nước; Như Lai Tạng, cũng như "nước (biển)" (hình tượng của nước); A Lại Da(Tâm sanh diệt), cũng như "sóng"...)

“Này A-nan, ông vẫn chưa rõ tất cả phù trần là các tướng huyền hóa, chính nơi đó sanh ra rồi từ nơi đó diệt mất. Các thứ huyền vọng gọi là tướng, nhưng tánh chân thật là thể giác sáng suốt nhiệm màu.”

Các hư vọng lưu xuất từ thể tánh chân thật sáng suốt nhiệm màu. Huyền vọng sinh khởi từ chân tâm của chúng ta. Do từ chân mà khởi vọng, từ hư vọng mà có khả năng thấy và tất cả các hiện tượng, vật thể, đối tượng của cái thấy. Tất cả cũng đều lưu xuất từ thể tánh chân thật sáng suốt nhiệm màu, đều lưu xuất từ chân tâm thường trụ thể tánh thanh tịnh sáng suốt (H.T. Tuyên Hóa)

Như cặp mắt không bệnh, nhìn vào hư không..sẽ không thấy gì cả...nhìn lâu, mắt thành mỏi mệt, tự nhiên thấy hoa đốm.

“...từ mê lầm nên khởi vọng ... sanh ra đối đãi. Do đối đãi mà có hư không, thế giới và chúng

sanh,,Mầu chót thành lập vũ trụ và chúng sanh đều nằm trong cái hai. Tất cả các mầm sanh sôi biến hóa đều từ trong cái hai mà ra, cho nên nó là gốc của sanh diệt. Tâm vừa dấy niệm hai bên là đi trong luân hồi. Dứt hai bên, trở về tánh không hai là dứt mầm sanh diệt, là vô sanh. Đây là gốc giải thoát. Cho nên khi tu, định tâm là để dứt các vọng niệm dấy khởi, trở về tánh giác.” (H.T. Thanh Từ)

Vô minh vọng tưởng hết, thì ta, thế giới và chúng sanh chẳng còn, Chơn tâm hiển lộ.

Ngôi thiên là để dứt bỏ vọng tưởng, dứt bỏ mọi phân biệt đối đãi, để trở về với Chân tâm (nhưng mong tìm chân tâm thì không bao giờ thấy...vì mong tìm là vọng tưởng)

Tham khảo: Kinh Thủ Lăng Nghiêm giảng giải (HT Tuyên Hóa, HT Thanh Từ, HT Thiện Hoa), Kinh Kim Cang (HT Thanh Từ), Luận Đại Thừa Khởi Tín (HT Thiện Hoa), Yếu Chỉ Thiền Tông (HT Thanh Từ)...

Có rơi vào nhân quả hay không?

Sư mỗi khi thượng đường dạy chúng có một ông già theo chúng nghe pháp. Hôm nọ, chúng ra hết chỉ còn ông già không đi.

Sư hỏi: - Ông là người gì?

Ông già thưa: - Con chẳng phải người. Thời quá khứ thuở đức Phật Ca-diếp, con làm Tăng ở núi này, nhân học trò hỏi: “người đại tu hành lại rơi vào nhân quả chăng”, con đáp: “không rơi vào nhân quả”. Do đó, đến năm trăm đời đọa làm thân chồn. Nay thỉnh Hòa thượng chuyển một câu nói để con thoát khỏi thân chồn.

Sư bảo:- Ông hỏi đi.

Ông già hỏi:- Người đại tu hành có rơi vào nhân quả chăng?

Sư đáp:- Không làm nhân quả.

Ngay câu nói ấy, ông già đại ngộ, làm lễ thưa: - Con đã thoát thân chồn. Con ở sau núi, dám xin Hòa thượng lấy theo lễ Tăng chết mà tống táng con.

Sư vào trong kêu duy-na đánh kiếng báo chúng ăn cơm xong đưa đám một vị Tăng, đại chúng nhóm nhau bàn tán “đại chúng đều mạnh, nhà dưỡng bệnh không có người nào nằm, tại sao có việc này?”

Sau khi cơm xong, Sư dẫn chúng đến hang núi phía sau, lấy gậy khơi lên thấy xác một con chồn vừa chết, bèn làm lễ thiêu như vị Tăng.

(Vọng niệm phân biệt đối đãi có không)

Những Huyền Ký Về Tịnh Độ

*Trong Kinh Vô Lượng Thọ, đức Thích Tôn có lời huyền ký: "Đời tương lai kinh đạo diệt hết, ta dùng lòng từ bi thương xót, riêng lưu trụ kinh này (Vô Lượng Thọ Kinh) trong khoảng một trăm năm. Nếu chúng sanh nào gặp kinh này, tùy ý sở nguyện, đều được đắc độ." (Đương lai chi thể, kinh đạo diệt tận, ngã dĩ từ bi ai mẫn, đặc lưu thử kinh chỉ trụ bá tuế. Kỳ hữu chúng sanh tri tư kinh giả, tùy ý sở nguyện, giai khả đắc độ. - Vô Lượng Thọ Kinh.)

* Nơi Kinh Đại Tập, đức Thế Tôn đã bảo: "Trong đời mạt pháp, ức ức người tu hành, ít có kẻ nào đắc đạo, chỉ nương theo pháp môn Niệm Phật mà thoát luân hồi." (Mạt pháp ức ức nhơn tu hành, hãn nhứt đắc đạo, chỉ y Niệm Phật pháp môn, đắc liễu sanh tử. - Đại Tập Kinh).

* Ngài Thiên Như thiền sư, sau khi đắc đạo cũng đã khuyên dạy: "Mạt pháp về sau, các kinh diệt hết, chỉ còn lưu bốn chữ A Di Đà Phật để cứu độ chúng sanh. Nếu kẻ nào không tin, tất sẽ bị đọa địa ngục." (Mạt pháp chi hậu, chư kinh diệt tận, chỉ lưu A Di Đà Phật tứ tự cứu độ chúng sanh. Kỳ bất tín giả, ưng đọa địa ngục. - Thiên Như ký ngữ). Bởi đời mạt pháp về sau khi các kinh đều ẩn diệt, chúng sanh căn cơ đã yếu kém, ngoài câu niệm Phật, lại không biết pháp môn nào khác để tu trì. Nếu không tin câu niệm Phật mà tu hành, tất phải bị luân hồi. Và trong nẻo luân hồi, việc lành khó tạo, điều ác dễ làm, nên sớm muộn gì cũng sẽ bị đọa địa ngục.

*Ấn Quang pháp sư, một bậc cao tăng cận đại ở Trung Hoa, cũng đã bảo: "Thời mạt pháp đời nay, chúng sanh nghiệp nặng tâm tạp. Nếu ngoài môn Niệm Phật mà tu các pháp khác, nơi phần gieo trí huệ phước đức căn lành thì có, nơi phần liễu thoát luân hồi trong hiện thế thì không. Tuy có một vài vị cao đức hiện những kỳ tích phi thường, song đó đều là những bậc Bồ Tát nương theo bản nguyện mà làm mô phạm để dẫn dắt chúng sanh đời mạt pháp, như trong Kinh Lăng Nghiêm đã nói. Nhưng các vị ấy cũng chỉ vừa theo trình độ chúng sanh mà thị hiện ngộ đạo chứ không phải chứng đạo. Chỉ riêng pháp môn Tịnh Độ, tuy ít người tu chứng được Niệm Phật Tam Muội như khi xưa, nhưng có thể nương theo nguyện lực của mình và bản nguyện của Phật A Di Đà, mà đời

nghiệp vãng sanh về cõi Tây Phương Cực Lạc. Khi về cõi ấy rồi thì không còn luân hồi, không bị thoái chuyển, lần lần tu tập cho đến lúc chứng quả Vô Sanh."

* Những lời huyền ký như trên cho chúng ta thấy pháp môn Niệm Phật rất hợp với nhân duyên thời tiết, và trình độ căn cơ chúng sanh đời nay. Vì thế đức Như Lai mới dùng nguyện lực từ bi lưu trụ Kinh Vô Lượng Thọ để khuyên hóa về môn Niệm Phật. Lại, chư Bồ Tát, Tổ Sư cũng khởi lòng hoằng nguyện thương xót, tùy theo thời cơ, chỉ dạy pháp môn Tịnh Độ để cứu vớt chúng sanh.

Do những sức nguyện ấy, mà môn Tịnh Độ được phổ cập trong phần đông quần chúng. ---

(NIỆM PHẬT THẬP YẾU, HT Thiền Tâm)

Một hai ba bốn năm, đủ !

Có người hỏi: - Người xưa nói: Mọi người đều có Phật tánh, đệ tử là người thế tục cũng có Phật tánh không?

Sư Bồn Tịch bảo: - Hay xòe tay ra.

Người ấy xòe tay. Sư chỉ vào bàn tay, nói: - Một hai ba bốn năm, đủ !

(Phật tánh có sẵn nơi mỗi người)

Rửa bát đi

Tăng hỏi: - Học nhân mới vào từng làm, thỉnh thầy chỉ dạy.

Sư Tùng Thâm hỏi: - Ăn cháo chưa?

- Ăn cháo rồi.

- Rửa bát đi.

Tăng tỉnh ngộ.

Đệ tử không thấy gì ngoài cổng cả

Văn Thù đứng ngoài cổng. Đức Phật Thích Ca gọi: - Văn Thù, Văn Thù, sao ông không vào?

Văn Thù đáp: - Đệ tử không thấy gì ngoài cổng cả

(Không còn phân biện trong ngoài)

Tu Tướng Và Tu Tánh

Một vị cư sĩ hỏi vị Sư:

- Bạch Thầy cho con hỏi vì sao có người tu thì an lạc, có người tu lại chẳng an lạc?

Vị Sư không đáp mà thùng thảng hỏi:

- Chẳng hay tâm của đạo hữu đang an hay chẳng an?

Cư sĩ: - Bạch thầy tâm con vừa an, vừa bất an.

Vị Sư: - Cho tôi hỏi đôi điều, đạo hữu nghĩ sao cứ thẳng thắn mà đáp. Khi nào đạo hữu thấy an?

Cư sĩ: - Dạ, bạch thầy, khi con quan tâm nhiều đến ngoại cảnh và người khác, thấy người khác phạm phải nhiều lỗi lầm mà con không mắc phải.

Vị Sư: - Còn khi nào đạo hữu thấy bất an?

Cư Sĩ: - Bạch, khi thấy mọi người hơn con, làm trái ý con, làm không đúng với điều con mong muốn.

Vị Sư: - Điều đạo hữu cho là an bởi đạo hữu thấy mình trong sạch hơn người khác, không phạm lỗi lầm như người khác, vì thế "cái an này" càng nhiều thì cái ngã của đạo hữu càng lớn.

Điều đạo hữu cho là bất an bởi cái tôi của đạo hữu đã bị đụng chạm, vì thế cái bất an này càng nhiều thì cái tôi của đạo hữu càng bị tổn thương trước những điều trái ý nghịch lòng.

Cư sĩ: - Bạch thầy, cái tôi và sự chấp mắc thì người nào mà không có?

Vị Sư: - Có, nhưng có sự khác biệt giữa tu và không tu.

Cư Sĩ: - Bạch thầy, một người một ngày 3 thời tinh tấn, lại nhiếp tâm niệm Phật mọi thời, mọi khắc, có thể nói là không tu sao?

Vị Sư: - Tu thì có tu tướng và có tu tánh. Người tu tướng thì thấy mình tinh tấn, miên mật giữ giới mọi thời mọi khắc. Hễ có tinh tấn, ắt sẽ có chẳng tinh tấn.

Thế thường, người luôn thấy mình tinh tấn, nên hễ gặp ai không tinh tấn, giải đãi ắt sanh tâm chê bai, khó chịu; người luôn thấy mình giữ giới miên mật ắt thấy người không giữ giới hay giải đãi giữ giới sẽ sanh tâm chê bai, khó chịu và khinh thị.

Người tu tánh thì khác, bởi tánh vốn như hư không, trong hư không vốn hiện ra vạn vật mà "chẳng thật có" một vật, mọi chuyện dở hay, tốt xấu, phải trái, đúng sai trên thế gian đều tương đối, bản thân của các cặp đối đãi đều vô thường nên hết thấy đều mộng mị, huyễn hóa.

Vì vậy người tu mà ngộ được tánh thì tâm chẳng vướng một vật, còn người người tu mà kẹt trên hình tướng thì mọi vật đều vướng bận vào tâm. Nhà chùa nói vậy chẳng hay có thể giúp Đạo hữu giải nghi được vì sao có người tu thấy an lạc, có người tu lại bất an lạc?

Cư sĩ: - A Di Đà Phật! Bạch thầy, con hiểu, nhưng thực hành.. sao mà khó quá!

Vị Sư: -A Di Đà Phật! Chẳng khó! Chẳng khó!

" Phàm sở hữu tướng, giai thị hư vọng, nhược kiến chư tướng phi tướng, tức kiến Như Lai "

Những gì có tướng đều là hư vọng, nhận biết tướng vọng, đừng bám chấp nó, tất thấy Như Lai. Như Lai là tánh không tịch chẳng sanh chẳng diệt của đạo hữu. Hàng ngày năng sống với tánh không tịch đó thì bất an kia không chỗ khởi?

HÃY MỞ KHO CHÂU BÁU

CỦA RIÊNG ÔNG

Daiju đến thăm thiền sư Baso ở Trung Hoa.

Baso hỏi: "Ông tìm gì vậy?"

"Sự giác ngộ," Daiju trả lời.

"Ông có kho châu báu của riêng ông. Tại sao ông phải kiếm ở bên ngoài?" Baso hỏi.

Daiju dò hỏi: "Kho châu báu của tôi ở đâu?"

Baso trả lời: "Cái mà ông đang hỏi là kho châu báu của ông đấy."

Daiju giác ngộ! Từ đấy về sau này ông hỏi thúc các bạn bè của ông:

"Hãy mở kho châu báu của riêng ông và hãy sử dụng những của báu này."

Chuyện chưa từng kể

JohnVu

Giáo Sư John Vu, bút hiệu Nguyễn Phong, là một nhà khoa học nổi tiếng nước Mỹ thuộc trong Top 10 những người sáng tạo nhất thế giới, đứng đầu là Bill Gates và Steve Jobs. Câu chuyện độc đáo, sâu sắc và góc nhìn thông thái của GS John Vu này về cuộc trò chuyện thú vị với Bill W. Gates, khi họ đi giảng ở hai quốc gia lớn Châu Á. Sau khi rời chức vice president của Boeing, GS John Vu hiện là viện trưởng Viện Công Nghệ Sinh Học ĐH Carnegie Mellon, là dịch giả/tác giả bộ sách Hành Trình về Phương Đông, Đường Mây Qua Xứ Tuyết, Ngọc Sáng Hoa Sen, Trên Đỉnh Tuyết Sơn, ... và cuốn mới nhất 2016 là Khởi Hành.



Hè năm ngoái tôi đã đi dạy với Bill G và học được rất nhiều qua kinh nghiệm của người giám đốc điều hành doanh nghiệp này. Khi đi qua nhiều nước, chúng tôi thường xếp hàng ở phi trường. Bill quan sát: “Ông có thể thấy ở một số nước, mọi người chờ đợi kiên nhẫn cho đến lượt họ nhưng ở một số các nước khác, người ta lại thường chen lấn xô đẩy. Mua vé là đều được xếp chỗ trên máy bay rồi, vậy sao họ phải xô đẩy người khác? Dường như là giáo dục của xứ họ thiếu đào tạo phép xã giao và sự tự trọng. Nước này vẫn muốn trở thành quốc gia lãnh đạo thế giới nhưng cứ nhìn vào dân chúng xô bồ, hỗn loạn, chen lấn và thiếu tự trọng như thế này thì còn lâu họ mới lấy được sự kính trọng của các quốc gia khác. Họ có thể có sức mạnh kinh tế nhưng muốn đi xa hơn thì còn lâu lắm vì kinh tế là một chuyện nhưng “dân trí” lại là một chuyện khác. Không phải to tát, lớn lao là quan trọng nhưng thường những điều nhỏ bé xác định ra hệ thống giáo dục của xứ họ tốt như thế nào. Chính hành vi của những người dân xứ đó xác định ra rằng liệu nước đó có là “Đẳng Cấp Thế Giới” (World Class) hay không? Một con heo có thể thoa son giồi phấn nhưng nó vẫn là một con heo, phải không?”

Khi rời khỏi nước này, Bill kết luận: “Quốc gia này còn phải học nhiều vì không có hệ thống dịch vụ tốt ở đây. Cả nước đang hội tụ vào phát triển sản phẩm để xuất cảng tối đa nhưng họ sẽ không đi xa được nữa. Họ có thể hiểu kinh doanh sản phẩm nhưng không hiểu kinh doanh con người. Toàn thể nền kinh tế là về xây dựng thật

nhiều cơ xưởng, sao chép mọi thứ và xây dựng nhiều sản phẩm giá rẻ nhưng không cần phẩm chất cao, nghĩa là họ không nghĩ gì đến khách hàng mà chỉ nghĩ đến quyền lợi của họ. Họ muốn xây dựng mọi thứ, sản phẩm lớn, sản phẩm nhỏ nhưng họ sẽ không bao giờ thành công vì không hiểu nhu cầu của khách hàng; họ không có ý tưởng nào về sự thỏa mãn của khách hàng. Từ người quản lý khách sạn tới nhân viên phục vụ nhà hàng, từ viên chức cao cấp tới nhân công mức thấp, tất cả họ đều hành động y hệt như nhau, cứ vội vàng làm gì đó cho nhanh chóng mà không suy nghĩ. Chúng ta đã đi tìm hiểu rất nhiều cơ xưởng và nếu chú ý, ông sẽ thấy rằng phần lớn các cơ xưởng đều có giám thị người ngoại quốc và phần lớn các công ty đều có người giao dịch ngoại quốc bởi vì người của họ không thể làm điều đó. Đó là làm kinh doanh “nửa đường,” sản phẩm không thể thành công nếu không có dịch vụ, và chính dịch vụ mới đem khách hàng trở lại.”

Một ngày ở Đại Hàn, chúng tôi đi làm đường cách xa chỗ khách sạn của chúng tôi vài dặm phố. Trời tối khi chúng tôi hỏi đường nhưng không mấy ai nói được tiếng Anh. Cuối cùng một anh sinh viên đi tới, anh chỉ cho chúng tôi hướng đi tới khách sạn nhưng ngần ngại: “Dễ bị lạc lắm vì có vài chỗ rẽ phải và rẽ trái... và bây giờ đã khuya rồi nên rất khó đi khi trời tối, các ông có thể bị lạc lần nữa.” Thế là anh ta đề nghị đi cùng chúng tôi tới khách sạn để chắc rằng chúng tôi sẽ không bị lạc nữa. Chúng tôi bước đi khoảng mười lăm phút tới khách sạn. Khi chúng tôi cảm ơn người sinh viên, Bill đề nghị anh ta ăn tối với chúng tôi nhưng anh từ chối vì cần về nhà. Lúc đó chúng tôi thấy rằng anh ta phải đi ngược lại và trở lại chỗ chúng tôi bị lạc. Việc là một thanh niên sẵn lòng giúp người lạ cho dù phải đi ngược lại trong đêm tối đã gây xúc động cho cả hai chúng tôi. Bill bảo tôi: “Khi một thanh niên của một quốc gia hành động như vậy, nước đó có tương lai. Quốc gia đó có ‘Đẳng Cấp Thế Giới (World Class).’”

Theo Bill: “Đẳng Cấp Thế Giới” không phải là nền kinh tế mạnh hay có bao nhiêu triệu phú hoặc tỷ phú, bao nhiêu đại học, nhà chuyên môn mà đẳng cấp thế giới là về cách công dân xứ đó hành động ra sao.”

Vì sao người lương thiện cả đời gặp nỗi buồn và trắc trở

Tôi đã tìm một người thầy thông thái và đạo hạnh xin chỉ bảo:

- Vì sao những người lương thiện như con lại thường xuyên cảm thấy khổ, mà những người ác lại vẫn sống tốt vậy?

Thầy hiền hòa nhìn tôi trả lời:

- Nếu một người trong lòng cảm thấy khổ, điều đó nói lên rằng trong tâm người này có tồn tại một điều ác tương ứng. Nếu một người trong nội tâm không có điều ác nào, như vậy, người này sẽ không có cảm giác thống khổ. Vì thế, căn cứ theo đạo lý này, con thường cảm thấy khổ, nghĩa là nội tâm của con có tồn tại điều ác, con không phải là một người lương thiện thật sự. Mà những người con cho rằng là người ác, lại chưa hẳn là người thật sự ác. Một người có thể vui vẻ mà sống, ít nhất nói rõ người này không phải là người ác thật sự.

Có cảm giác như bị xúc phạm, tôi không phục, liền nói:

- Con sao có thể là người ác được? Gần đây, tâm con rất lương thiện mà!

Thầy trả lời: *- Nội tâm không ác thì không cảm thấy khổ, con đã cảm thấy khổ, nghĩa là trong tâm con đang tồn tại điều ác. Con hãy nói về nỗi khổ của con, ta sẽ nói cho con biết, điều ác nào đang tồn tại trong con.*

Tôi nói: *- Nỗi khổ của con thì rất nhiều! Có khi cảm thấy tiền lương thu nhập rất thấp, nhà ở cũng không đủ rộng, thường xuyên có “cảm giác thua thiệt” bởi vậy trong tâm con thường cảm thấy không thoải mái, cũng hy vọng mau chóng có thể cải biến tình trạng này; trong xã hội, không ít người căn bản không có văn hóa gì, lại có thể lừng quần bạc triệu, con không phục; một trí thức văn hóa như con, mỗi tháng lại chỉ có một chút thu nhập, thật sự là không công bằng; người thân nhiều lúc không nghe lời khuyên của con, con cảm thấy không thoải mái...*

Cứ như vậy, lần lượt tôi kể hết với thầy những nỗi thống khổ của mình. Thầy gật đầu, mỉm cười, một nụ cười rất nhân từ đôn hậu, người từ tốn nói với tôi:

- Thu nhập hiện tại của con đã đủ nuôi sống chính con và gia đình. Con còn có cả phòng ốc để ở, căn bản là đã không phải lưu lạc nơi đầu đường xó chợ, chỉ là diện tích hơi nhỏ một chút, con hoàn toàn có thể không phải chịu những khổ tâm ấy.

- Nhưng, bởi vì nội tâm con có lòng tham đối với tiền tài và của cải, cho nên mới cảm thấy khổ. Loại lòng tham này là ác tâm, nếu con có thể vứt bỏ ác tâm ấy, con sẽ không vì những điều đó mà cảm thấy khổ nữa.

- Trong xã hội có nhiều người thiếu văn hóa nhưng lại phát tài, rồi con lại cảm thấy không phục, đây chính là tâm đố kỵ. Tâm đố kỵ cũng là một loại ác tâm. Con tự cho mình là có văn hóa, nên cần phải có thu nhập cao, đây chính là tâm ngạo mạn. Tâm ngạo mạn cũng là ác tâm. Cho rằng có văn hóa thì phải có thu nhập cao, đây chính là tâm ngu si; bởi vì văn hóa không phải là căn nguyên của sự giàu có, kiếp trước làm việc thiện mới là nguyên nhân cho sự giàu có của kiếp này. Tâm ngu si cũng là ác tâm!

- Người thân không nghe lời khuyên của con, con cảm thấy không thoải mái, đây là không rộng lượng. Dẫu là người thân của con, nhưng họ vẫn có tư tưởng và quan điểm của riêng mình, tại sao lại cưỡng cầu tư tưởng và quan điểm của họ bắt phải giống như con? Không rộng lượng sẽ dẫn đến hẹp hòi. Tâm hẹp hòi cũng là ác tâm.

Sư phụ tiếp tục mỉm cười:

- Lòng tham, tâm đố kỵ, ngạo mạn, ngu si, hẹp hòi, đều là những ác tâm. Bởi vì nội tâm của con chứa đựng những ác tâm ấy, nên những thống khổ mới tồn tại trong con. Nếu con có thể loại trừ những ác tâm đó, những thống khổ kia sẽ tan thành mây khói.

- Con đem niềm vui và thỏa mãn của mình đặt lên tiền thu nhập và của cải, con hãy nghĩ lại xem, căn bản con sẽ không chết đói và chết rét; những người giàu có kia, thật ra cũng chỉ là không chết đói và chết rét. Con đã nhận ra chưa, con có hạnh phúc hay không, không dựa trên sự giàu có bên ngoài, mà dựa trên thái độ sống của con mới là quyết định. Nắm chắc từng giây phút của cuộc đời, sống với thái độ lạc quan, hòa ái, cần cù để thay thế lòng tham, tính đố kỵ và ích kỷ; nội tâm của con sẽ dần chuyển hóa, dần thay đổi để thanh thản và bình an hơn.

- Trong xã hội, nhiều người không có văn hóa nhưng lại giàu có, con hãy nên vì họ mà vui vẻ, nên cầu chúc họ càng giàu có hơn, càng có nhiều niềm vui hơn mới đúng. Người khác đạt được, phải vui như người đó chính là con; người khác mất đi, đừng cười trên nỗi đau của họ. Người như vậy mới được coi là người lương thiện! Còn con, giờ thấy người khác giàu con lại thiếu vui, đây chính là tâm đồ kị. Tâm đồ kị chính là một loại tâm rất không tốt, phải kiên quyết tiêu trừ!

- Con cho rằng, con có chỗ hơn người, tự cho là giỏi. Đây chính là tâm ngạo mạn. Có câu nói rằng: “Ngạo mạn cao sơn, bất sinh đức thủy” (nghĩa là: ngọn núi cao mà ngạo mạn, sẽ không tạo nên loại nước tốt) người khi đã sinh lòng ngạo mạn, thì đối với thiếu sót của bản thân sẽ như có mắt mà không trông, vì vậy, không thể nhìn thấy bản thân có bao nhiêu ác tâm, sao có thể thay đổi để tốt hơn. Cho nên, người ngạo mạn sẽ tự mình đóng cửa chặn đứng sự tiến bộ của mình. Ngoài ra, người ngạo mạn sẽ thường cảm thấy mất mát, dần dần sẽ chuyển thành tự ti. Một người chỉ có thể nuôi dưỡng lòng khiêm tốn, luôn bảo trì tâm thái hòa ái từ bi, nội tâm mới có thể cảm thấy tròn đầy và an vui.

- Kiếp trước làm việc thiện mới chính là nguyên nhân cho sự giàu có ở kiếp này, (trồng dưa được dưa, trồng đậu được đậu). Mà người thường không hiểu được nhân quả, trồng dưa lại muốn được đậu, trồng đậu lại muốn được dưa, đây là thể hiện của sự ngu muội. Chỉ có người chăm học Phật Pháp, mới có được trí huệ chân chính, mới thật sự hiểu được nhân quả, quy luật tuần hoàn của vạn vật trong vũ trụ, nội tâm mới có thể minh tỏ thấu triệt. Để từ đó, biết làm thế nào lựa chọn tư tưởng, hành vi và lời nói của mình cho phù hợp. Người như vậy, mới có thể theo ánh sáng hướng đến ánh sáng, từ yên vui hướng đến yên vui.

- Bầu trời có thể bao dung hết thảy, nên rộng lớn vô biên, ung dung tự tại; mặt đất có thể chịu đựng hết thảy, nên tràn đầy sự sống, vạn vật đâm chồi! Một người sống trong Thế giới này, không nên tùy tiện xem thường hành vi và lời nói của người khác. Dẫu là người thân, cũng không nên mang tâm cưỡng cầu, cần phải tùy duyên tự tại! Vĩnh viễn dùng tâm lương thiện giúp đỡ người khác, nhưng không nên cưỡng cầu điều gì.

- Nếu tâm một người có thể rộng lớn như bầu trời mà bao dung vạn vật, người đó sao có thể khổ đây?

Vị thầy khả kính nói xong những điều này, tiếp tục nhìn tôi với ánh mắt đầy nhân từ và bao dung độ lượng. Ngồi im lặng hồi lâu...xưa nay tôi vẫn cho mình là một người rất lương thiện, mãi đến lúc này, phải! chỉ đến lúc này, tôi mới biết được trong tôi còn có một con người rất xấu xa, rất độc ác! Bởi vì nội tâm của tôi chứa những điều ác, nên tôi mới cảm thấy nhiều đau khổ đến thế. Nếu nội tâm của tôi không ác, sao tôi có thể khổ chứ?

Xin cảm tạ thầy, nếu không được người khai thị dạy bảo, con vĩnh viễn sẽ không biết có một người xấu xa như vậy đang tồn tại trong con!

HÃY LÀM KHI CÓ THỂ

Bạn có từng nghĩ rằng một ngày nào đó những người thương của bạn sẽ không còn sống bên bạn nữa không?.

Chúng ta không một ai có thể biết chắc được điều gì sẽ xảy ra vào ngày mai. Thậm chí chúng ta cũng không thể biết chắc được điều gì sẽ xảy ra vào một giờ sắp tới đối với những người thân của chúng ta, hay thậm chí đối với bản thân mình.

Khi chúng ta giao tiếp, cư xử với người xung quanh với ý thức rằng có thể ngày mai ta sẽ không có cơ hội nghe được giọng nói của người đó nữa. Có thể ngày mai ta sẽ không còn thấy được nụ cười tươi trên khuôn mặt người đó nữa. Thì tự nhiên ta sẽ trân quý sự có mặt của người đó, và ta sẽ không nỡ nói hay làm những gì có thể gây tổn thương cho người đó.

Điều mà tôi khám phá ra trong cuộc đời của mình cho đến tận bây giờ, điều mà làm cho tôi hạnh phúc đó là tình thương, sự tha thứ, bao dung. Có thể tôi thực tập yêu thương còn kém, có thể sự tha thứ, bao dung trong tôi còn kém nhưng đó là con đường mà tôi sẽ nguyện đi trên ấy mỗi ngày.

Tôi tự nói với chính mình “*hãy thương yêu khi có thể, hãy tha thứ, bao dung khi có thể, bởi vì chỉ một giây phút thôi thì những điều này sẽ trở thành không thể.*”

**Tình yêu mất đi khi bạn ngừng quan tâm.
Tình bạn mất đi khi bạn ngừng chia sẻ**

Cao tuổi ăn gì?

BS Hồ Ngọc Minh

“Cao tuổi” ngày nay rất khó phân biệt ranh giới. Ngày xưa trên 50 đã gọi là “cụ”, thế mới có câu “ngũ thập tri thiên mệnh”. Ngày nay, 60 tuổi được cho là còn trẻ. Mức độ già cỗi thay đổi theo mỗi cá nhân tùy theo điều kiện sống, môi trường, và yếu tố di truyền, có thể nói “cao tuổi” hay không là tùy theo mỗi người. Chúng ta được dạy phải ăn nhiều rau cải, nhiều trái cây, giữ cân bằng trong tất cả các loại thực phẩm và nhất là không quên uống nước. Tuy nhiên, đối với người cao tuổi, chế độ dinh dưỡng cần phải thay đổi. Người cao tuổi có khi cần nhiều thành phần thức ăn hơn, thí dụ như chất vôi calcium, và cần ít số lượng calo hơn. Sự thay đổi tùy theo mỗi cá nhân và tình trạng sức khỏe của mỗi người.

Một cách tổng quát, người cao tuổi nên:

- Ăn nhiều trái cây, tương đương khoảng 2 hay 3 nắm tay trái cây đủ loại mỗi ngày. Ăn khoảng 2 hay 3 nắm tay rau tươi mỗi ngày.

- Tiêu thụ khoảng 1.200 mg calcium mỗi ngày. Nguồn calcium nên là từ sữa tươi hay nước cốt xương. Nghiên cứu mới cho biết uống thuốc bổ xương không có lợi mà có thể làm tăng nguy cơ bị đau tim.

- Ăn tối thiểu là 1 gam protein cho mỗi kilôgam sức nặng. Nguồn protein từ sữa, thịt cá, trứng gà, các loại đậu... Trung bình một con cá thu nhỏ bằng cổ tay đã có đủ 80 gam protein, hay một lát thịt bằng nửa bàn tay có đủ 40 gam protein.

Ở đây cũng cần nêu lên một số quan niệm nhầm lẫn về ăn uống:

1. Người trên 60 tuổi không cần nhiều chất bổ – SAI

Sự thật là nhu cầu calo khi lớn tuổi không nhiều so với thanh niên, nhưng ngược lại, người lớn tuổi cần nhiều chất bổ hơn vì khả năng hấp thụ từ đồ ăn kém đi, thí dụ như vitamin D và vitamin B12. Người lớn tuổi nên uống thuốc đa sinh tố multivitamin nhưng không nên uống những loại vitamin với nồng độ cao, có thể lại là độc cho cơ thể.

2. Người lớn tuổi không lo sợ béo phì – SAI

Thừa cân hay béo phì là vấn nạn cho dân Mỹ, kể cả người Việt ở Mỹ. Đừng lầm tưởng là người Việt mình nhỏ con, không thấy béo. Thật ra có tình trạng gọi là “gầy mà béo”, có nghĩa là nhỏ

con, nhẹ cân nhưng tỷ lệ mỡ so với thịt bắp rất cao, nhất là kích thước vòng bụng. Ai cũng biết, bị thừa cân, càng ít hoạt động, càng dễ bị bệnh tật kinh niên như bệnh tim mạch, tiểu đường, mất trí nhớ. Bởi vậy người cao tuổi lại càng nên bớt ngồi yên một chỗ.

3. Người cao tuổi không cần ăn nhiều và nên nhịn đói – SAI

Tôi vẫn thường khuyên thỉnh thoảng nên nhịn đói. Tuy nhiên, người cao tuổi nên cẩn thận. Người già có thể biếng ăn vì ăn không thấy ngon miệng, nhưng không nên viện cớ này mà bỏ bữa. Càng thường xuyên bỏ ăn càng làm cho người cao tuổi thành thói quen biếng ăn, và ăn không đủ dinh dưỡng. Cho dù không ăn được nhiều cũng nên ráng ăn chút đỉnh cho mỗi bữa ăn.

4. Người cao tuổi không cần uống nước nhiều, khi nào khát mới uống – SAI

Cảm nhận khát nước của người cao tuổi thường ít bén nhạy, vì thế khi biết khát thì có thể đã cạn khô. Khát nước còn gây ra bởi các loại thuốc men đang uống, và quả thận đã suy. Vì thế, nên uống nước thường xuyên, nước trà, nước lạnh, ít ít suốt ngày.

5. Người già không cần ăn nhiều, uống thuốc bổ là đủ – SAI

Thuốc bổ không thể thay thế cho đồ ăn. Uống thuốc bổ nhiều chỉ là thuốc độc, có hại cho lá gan, quả thận, gây ra táo bón hay đi tiêu chảy bất thường. Bất kỳ ở lứa tuổi nào, chỉ có thức ăn thật mới cung cấp đủ chất bổ dinh dưỡng cho cơ thể.

6. Người già cần phải kiêng cử khát khe – SAI

Cho dù đang có bệnh như cao huyết áp hay tiểu đường cũng không nên quá kiêng cử. Theo ý tôi, nếu đã trên 70 tuổi thì càng không nên kiêng cử một cách thái quá.

7. Điều cuối cùng là người già không nên ăn một mình. Ăn uống phải có bạn, nên ăn chung với gia đình hay con cháu. Ngược lại con cháu cũng không nên để cho cha mẹ mình ăn uống trong cô đơn buồn tẻ. Khi ăn một mình, các cụ sẽ kém vui, và kém ăn đi, không tốt cho sức khỏe. Sự cô đơn làm cho miếng ăn thêm cay đắng.

Một số bệnh nhân của tôi ở độ tuổi 30 đã bắt đầu xưng “con” với tôi. Hóa ra mình đã già rồi ư? Tôi than thở và được nhắc nhở: “Bố bác sĩ không nghĩ là bác sĩ đã già rồi sao?”. Có lẽ tôi đang viết những lời khuyên cho chính mình?

Danh Sách Phạt Tử Cống Đường năm 2018 (1/1/2018 - 16/12/2018)

1	Nguyen Thi Mot	\$20	51	Nguyen Bang	\$50	101	Chu An	\$20
2	Nguyen Linh	\$10	52	Phan Thu	\$40	102	Nham Cu	\$60
3	Ru family	\$20	53	Luu Vivian	\$20	103	Duyen	\$40
4	Dieu Toan	\$40	54	Tang Family	\$10	104	Trang Hai	\$100
5	Nguyen Anh	\$500	55	Truong Thoa	\$120	105	Aco Consulting Inc	\$70
6	Ly Kim	\$40	56	Bui Thi Tru	\$50	106	Lui Hao	\$5
7	Nguyen Hai Linh	\$20	57	Pham Dan Phuong	\$200	107	Ngoc Thach	\$20
8	Tang Hung	\$20	58	Duong Long Tin Mien	\$150	108	Phan Thanh	\$50
9	Huynh Quang Tho	\$100	59	Phan Canh	\$40	109	Chung Xuong	\$90
10	Huynh Quang Tho	\$100	60	Hanh Tu	\$20	110	Vuong Tram	\$50
11	Huynh Michael	\$20	61	Lam Ngoc Chi	\$100	111	Huynh Vinh Thuong	\$50
12	Nguyen Van Thu	\$120	62	Tran Van	\$100	112	Le Anh	\$20
13	Duong Thi Chin	\$20	63	Lu Mo	\$50	113	Trieu family	\$100
14	Huynh Danny	\$10	64	Hoang Ngoc Trinh	\$50	114	Luong Cuong Hung	\$20
15	Wong Donald	\$50	65	Luong Vuong Hue Hoa	\$20	115	Talimin Dewi	\$40
16	Kim Anh	\$100	66	Tran Tuyet	\$20	116	Nguyen Ngoc Lien	\$100
17	Dieu Tuong-Dieu Buu	\$100	67	Nguyen Linh	\$10	117	Chau Hung	\$50
18	Nguyen Thi Mot	\$20	68	Van Loc	\$300	118	Michael Tran	\$20
19	Nguyen Phuong	\$40	69	Dang Phong	\$20	119	Kevin	\$40
20	Dieu Toan	\$40	70	Song	\$15	120	Ha family	\$20
21	Lee Alan	\$5	71	Nguyen Cuong	\$20	121	Tran Thanh Kieu	\$20
22	Huynh Henry	\$100	72	SC Phuc Thinh	\$500	122	Luu Kien Minh	\$100
23	Lu Kim Phuong	\$60	73	Tran Lan - Vu Dai An	\$20	123	Trieu Nghi	\$60
24	Jasmine William	\$100	74	Buu Nguk Yin	\$5	124	Nguyen Thu Ha	\$100
25	Dieu Hoa	\$100	75	Tan Nu	\$40	125	Lu To Ha	\$20
26	Tran Xuong	\$100	76	Pham Thuan	\$50	126	Nguyen Qua	\$100
27	Nguyen Vinh - Le	\$60	77	Luu Fung	\$40	127	La Brandon	\$20
28	Trinh Hoai Phuong	\$100	78	Nguyen Anh	\$300	128	Kwong Ka Nin	\$100
29	Tran Phuong	\$50	79	Tran Chau	\$100	129	Wong - Ly	\$20
30	Huynh Truong	\$100	80	Pham Suong	\$100	130	Wong Ken V	\$100
31	Nguy Minh	\$20	81	Nguyen Bien	\$50	131	Chan Daniel	\$100
32	Trieu Thi Binh	\$20	82	Luu Oanh	\$20	132	Luu Ngoc Danh	\$200
33	Luu Ngoc Dao	\$20	83	Truong Mui	\$100	133	Nguyen Chi	\$100
34	Luu Thanh Tam	\$50	84	Hwang Michael	\$100	134	Mai Bi Yun	\$20
35	Dang Ha Huonh	\$20	85	Truong Diep	\$20	135	Hong Phuong	\$20
36	Hong Dinh	\$5	86	Ho Thinh	\$200	136	Huynh Nam	\$50
37	Phung Janie	\$25	87	Truong Joyce	\$10	137	Ho Thomas	\$50
38	Nguyen ThiThu Trinh	\$40	88	Gee Amy	\$20	138	Phan Linh	\$20
39	Nguyen Nicholas	\$10	89	Voo Wendy	\$120	139	Janmohamed Karim	\$50
40	Nguyen Tuyet- Daniel	\$20	90	Han Cau	\$5	140	Dang Hue	\$60
41	Huynh David	\$50	91	Diep Nu	\$120	141	Dang Muoi	\$100
42	Luu Alex	\$20	92	Nguyen Thu Phuong	\$450	142	Nguyen Trang	\$50
43	Vu Thi Dam	\$50	93	Tan Nu	\$20	143	Tran Kelly	\$20
44	Hoang Kim Dinh	\$50	94	Nguyen Dat	\$50	144	Luu Quang	\$60
45	Tran Bieu Lap	\$50	95	SC Hue Tri	\$200	145	Phan Hong	\$80
46	Vo Minh Tam	\$100	96	Truong Lan	\$40	146	Luu Huy	\$100
47	Sikoshi Pitch	\$20	97	Tong Phuoc Loc	\$20	147	Luong Ai Lang	\$400
48	Tran Karen	\$50	98	Ly Dao	\$40	148	Mai Jing Yun	\$20
49	Hoang Thuy Mai	\$100	99	Vo Don	\$20	149	Jackson	\$10
50	Pham Thi Oanh	\$50	100	Kenton-Kelion	\$100	150	Duong May	\$50

Danh Sách Phật Tử Cúng Đường năm 2018 (1/1/2018 - 16/12/2018)

151	Tue Hoang - Dieu An	\$100	201	Boles Huong - Darrell	\$100	251	Lai De	\$100
152	Tang Hung	\$30	202	Tran Le	\$100	252	Dieu Tien	\$120
153	Le Van Vo	\$120	203	Dang Trung Ai	\$100	253	Phi Hoa	\$20
154	Pham Phu Quoc	\$200	204	Tang Hung - Tracy	\$50	254	SC Phuc Thinh	\$500
155	Phi Hoa Uyen Vy	\$100	205	Ho Thomas	\$30	255	Cao Cam	\$200
156	Nguyen Gia Tai - Yen	\$100	206	Phong	\$50	256	Tat Sand	\$10
157	Nguyen Thi Mai	\$40	207	Nguyen Anh - My	\$300	257	Saigon Hut	\$120
158	Binh - Ngoc	\$40	208	Wong Donald	\$50	258	Ho Thanh	\$200
159	Nguyen Hoa	\$100	209	Nguyen Anh - My	\$100	259	Trieu Quang Tuan	\$200
160	Cao Cam	\$200	210	Phan Linh	\$50	260	Nguyen Anh	\$100
161	Tran Le	\$50	211	Tinh Duc Tai	\$100	261	Le Phuoc Hai	\$500
162	Tran Danh	\$200	212	Hoang Ngoc Yen	\$20	262	Nguyen Van	\$100
163	Nguyen Ba Ky	\$100	213	Dieu Toan	\$40	263	Quach Van Vien	\$100
164	Le Phuoc Hai	\$2,000	214	SC Phuc Thinh	\$300	264	Wong Ee - Van	\$100
165	Luu Ha	\$500	215	Hoang Cuc	\$40	265	Cao Cam	\$200
166	Yapp David - May	\$100	216	Phan Canh	\$20	266	Dang Van Thanh	\$200
167	Dang Thanh	\$1,000	217	Phan Canh	\$50	267	Luu Lan	\$50
168	Nguyen Kha Ninh	\$50	218	Dieu Hoa	\$150	268	Luu Chau	\$20
169	Huynh Van Dao	\$100	219	Nguyen Tuyen	\$20	269	Hung	\$40
170	Dieu Thi Thanh	\$200	220	Luu Ngoc Lan	\$20	270	Cao Joanne	\$140
171	Luu Chau	\$100	221	Hoang Thi	\$20	271	Nguyen Anh	\$300
172	CTL Machine	\$100	222	Dieu Toan	\$40	272	Tran Duyen	\$200
173	Do Minh Duc	\$75	223	Luu Alex	\$20	273	Ly Kim	\$40
174	Quach Van Vien	\$100	224	Nguyen Thi Mot	\$20	274	Tat Kevin	\$100
175	Nguyen Minh	\$200	225	Luu Tran	\$20	275	Hoang Thuy Mai	\$100
176	Diane Le	\$200	226	Tran Be Chau	\$50	276	Jen Sha Jen	\$100
177	Phan Canh	\$20	227	Luu Chau	\$40	277	SC Phuc Thinh	\$500
178	Truong Van	\$200	228	Nguyen Thi Mot	\$20	278	Yapp David - May	\$60
179	Truong Ai Lan	\$200	229	Luu Oanh	\$10	279	Trinh Hoai Phuong	\$50
180	Luu Vivian	\$20	230	Hoang Thanh	\$300	280	Luu Thanh Tam	\$50
181	Nguyen Trong Cuong	\$20	231	Nguyen Tuyen	\$20	281	Truong Van-Luong Lang	\$20
182	Nguyen Phung Thanh	\$20	232	Phan Canh	\$20	282	Vuong Tram	\$50
183	Phan Canh	\$20	233	Tran Duyen	\$100	283	Lam My	\$20
184	Dieu Hai	\$40	234	Phan Canh	\$20	284	Tue Hoang - Dieu An	\$100
185	Lam Van Duc	\$50	235	Tue Hoang - Dieu An	\$100	285	Huynh Hue	\$100
186	Huynh Thanh	\$200	236	Ut Phu	\$20	286	Nguyen Hai Linh	\$20
187	Hoang Cuc	\$50	237	Nguyen Tung Hue	\$20	287	Nguyen Thi Mot	\$40
188	Vo Minh Tam	\$40	238	Phuong Hong	\$20	288	Tac Quy	\$100
189	Tang Hung	\$20	239	Vuong Tram	\$50	289	Dieu Toan	\$40
190	Nguyen Hoa	\$100	240	Vo Minh Tam	\$50	290	Truc Le Nhu	\$20
191	Be My Ha	\$200	241	Phan Tuyet Nga	\$20	291	Luu Dao	\$20
192	Le Ngoc Dieu	\$100	242	Duong Gia Van	\$20	292	Luu Lan	\$20
193	Tran Jensen	\$20	243	Tac Quy	\$100	293	Luu Lan	\$20
194	Olivia - Sabrina	\$10	244	My- Dieu Nga	\$20	294	Nyut Yiu Bun	\$5
195	Tinh	\$20	245	Hoang Cuc	\$20	295	Pham Thi Ngai	\$100
196	SC Phuc Thinh	\$50	246	Le Nguyen	\$50	296	Tran Le	\$5
197	Hagstrom Kim	\$50	247	Cong Thuy	\$50	297	Ho Thomas	\$50
198	Tran Bieu Lap	\$50	248	Doan Vi	\$20	298	Phi Hoa - Uyen Vy	\$20
199	Tri Duc Minh	\$50	249	Doan Phuong	\$50	299	Nguyen Thi Mot	\$20
200	Tran Mai	\$60	250	Quach Amy	\$5	300	Luu Oanh	\$15

Danh Sách Phật Tử Cúng Đường năm 2018 (1/01/2018 - 16/12/2018)

301	Truong Van Tan	\$50	344	Be My Ha	\$200	387	Luong Ai Lang	\$20
302	Tran Dung Quoc Huy	\$50	345	Dieu Toan	\$40	388	Dieu Toan	\$40
303	Huynh Thi Ngoc Lan	\$100	346	Wong Ken V	\$50	389	Tinh Tam	\$20
304	P Thi Huong	\$20	347	Tran Le	\$50	390	Doan Mua Lan PQ	\$135
305	Janmohamed Karim	\$50	348	Phan Linh	\$20	391	Hong Nguyen	\$40
306	Dieu Hoa	\$100	349	Dieu Toan	\$40	392	Dang Tu Huong	\$100
307	Tinh Nghiem	\$50	350	Phan Tam - Xuan	\$20	393	Luong Ai Lang	\$50
308	Hwang Vincent	\$50	351	Truong Hung Quang	\$50	394	Adrian Yapp	\$20
309	Hwang Micheal	\$100	352	Tri Duc Minh	\$50	395	Teuyt	\$20
310	Tran Canh Xuong	\$50	353	Luong Ai Lang	\$50	396	Lu Kim Phuong	\$100
311	Huynh David	\$20	354	Dieu Thuy	\$50	397	Nham Hue	\$10
312	Ngo Thu Vien	\$100	355	Lam Vinh Kham	\$20	398	Nguyen Hai Linh	\$20
313	Tran Van	\$100	356	Wong Donald	\$50	399	Phan Hoa	\$100
314	Hue - Tung	\$40	357	Vo Minh Tam	\$40	400	Le Tran	\$50
315	Luu Tran	\$20	358	Tang Hung Kiet	\$50	401	Saigon Hut	\$100
316	Phi Hoa - Uyen Vy	\$50	359	Bui Cong Tam	\$50	402	Vo Khoi	\$200
317	Hoang Quy	\$50	360	Lu Kim Phuong	\$50	403	Nhung Tran-Davies	\$300
318	Nguyen Cuong	\$20	361	Nghiem Hoa	\$75	404	Nguyen Nhu	\$300
319	Nhat Hoa	\$40	362	Huong-Darrell Boles	\$100	405	Nguyen Tam	\$200
320	Vo Don - Sandy	\$20	363	Ken Wong	\$50	406	David - May Yapp	\$100
321	Nguyen Thi Mot	\$20	364	Lai De	\$100	407	Luu Chau	\$50
322	Tran Le	\$50	365	Tac Quy	\$100	408	Peter Le	\$300
323	Tinh	\$20	366	Duyen Truong	\$20	409	Dang Ai Trung	\$80
324	Nguyen Tung Hue	\$40	367	Nguyen Ngoc Chi	\$50	410	Sun Sun Foods	\$2,500
325	Tran Mai	\$50	368	Dieu Toan	\$40	411	La Huong Hue	\$10
326	Phan Duy Chuong	\$400	369	Donald Wong	\$20	412	Tac Quy	\$100
327	Luu Minh	\$50	370	Trang Truong	\$200	413	Tran Bieu Lai	\$100
328	Cao Cam	\$200	371	Canh Phan	\$20	414	Sin Kee	\$20
329	Luu Chau	\$20	372	Dieu Toan	\$40	415	Dieu Toan	\$40
330	Dang Ai Trung	\$80	373	David - May Yapp	\$60	416	Luu Chau	\$20
331	Luu Lan	\$50	374	Canh Phan	\$20	417	Nguyen Tung Hue	\$5
332	Do Duc Minh	\$55	375	Nguk Yen Bun	\$5	418	Tran Bao	\$50
333	Yapp David - May	\$100	376	Suong Pham	\$100	419	Tan Nu	\$40
334	Dang Ai Trung	\$80	377	Thang Lam	\$100	420	Phan Oanh	\$20
335	Tran Thai	\$400	378	Chung Nguyen	\$100	421	Quang Thanh	\$60
336	Trieu Quang Tuan	\$200	379	Yen Nguyen	\$20	422	Be My Ha	\$200
337	Canada Help	\$38	380	Be My Ha	\$200	423	Tinh Duc Tai	\$20
338	Phan Dong	\$200	381	Canh Phan	\$75	424	Nguyen Hai Linh	\$20
339	Luu Chau	\$50	382	Nguyen Hai Linh	\$20	425	Luu Thanh Tam	\$50
340	Nguyen Chris	\$400	383	Tong Phuoc Loc	\$20	426	Lam Van Duc	\$50
341	Quach Van Vien	\$100	384	Tran Canh Xuong	\$30	427	Truong My Phuong	\$300
342	Ho Thanh	\$300	385	Tac Quy	\$100	428	Trieu Quang Tuan	\$200
343	Saigon Hut	\$100	386	Phi Hoa	\$50	429	Nguyen Kim Son	\$100



TU THIỀN



“Mười phương Như Lai ra khỏi sinh tử, đều nhờ trực tâm.” (ĐỨC PHẬT THÍCH CA)

Trực chỉ chân tâm, kiến tánh thành Phật, là tôn chỉ của Thiền Tông.

Tâm vừa dấy niệm hai bên là đi trong luân hồi. Tu thiền để dứt bỏ vọng tưởng, dứt bỏ mọi phân biệt đối đãi. Vô minh vọng tưởng hết, thì Chơn tâm hiển lộ.

**Thiền Tông là con đường khó nhất,
nhưng cũng ngắn nhất, đưa ta trở về với Chơn Tâm.**

TU NIỆM PHẬT

Lời Đức Phật huyền ký:

“Đời mạt pháp người tu thì nhiều nhưng khó có ai đắc đạo”

*“Lúc tôi thành Phật, mười phương chúng sanh nghe danh hiệu tôi chỉ tâm tin ưa, tất cả thiện căn tâm tâm hồi hướng nguyện sanh cõi tôi, dầu chỉ mười niệm, nếu chẳng được sanh thì chẳng lấy Chánh Giác”
(ĐỨC PHẬT A DI ĐÀ)*



**Niệm A-Di-Đà Phật, nguyện vãng sanh Tịnh Độ,
là con đường ngắn nhất có thể đưa đến thoát khỏi luân hồi.**

**Tức tâm là độ lý không ngoa
Tịnh khác thiên đâu, vẫn một nhà**



Mười Điều Tâm Niệm



1. Nghĩ đến thân thể đừng cầu không bệnh khổ, vì không bệnh khổ thì dục vọng dễ sanh.
2. Ở đời đừng cầu không hoạn nạn, vì không hoạn nạn thì kiêu sa nổi dậy.
3. Cứu xét tâm tánh thì đừng cầu không khúc mắc, vì không khúc mắc thì sở học không thấu đáo.
4. Xây dựng đạo hạnh thì đừng cầu không bị ma chướng, vì không bị ma chướng thì chí nguyện không kiên cường.
5. Việc làm đừng mong dễ thành, vì việc dễ thành thì lòng khinh thường kiêu ngạo.
6. Giao tiếp đừng cầu lợi mình, vì lợi mình thì mất đạo nghĩa.
7. Với người thì đừng mong tất cả đều thuận theo ý mình, vì được thuận theo ý mình thì lòng tất kiêu ngạo.
8. Thi ân thì đừng cầu đền đáp, vì cầu đền đáp thì thi ân có mưu đồ.
9. Thấy lợi đừng nhúng vào, vì nhúng vào thì si mê phải động.
10. Oan ức không cần biện bạch, vì biện bạch là nhân quả chưa xả.



Bởi vậy Đức Phật dạy:

- Lấy bệnh khổ làm thuốc thần.
- Lấy hoạn nạn làm giải thoát.
- Lấy khúc mắc làm thú vị.
- Lấy ma quân làm bạn đạo.
- Lấy khó khăn làm thích thú.
- Lấy kẻ tệ bạc làm người giúp đỡ.
- Lấy người chống đối làm nơi giao du.
- Coi thi ân như đôi dép bỏ.
- Lấy sự xả lợi làm vinh hoa.
- Lấy oan ức làm cửa ngõ hạnh.