Từ Điển Phật Học - Anh Sanskrit Pali Việt (Vương Chước Quảng Trí Chánh) 2024

Từ điển — tra cứu lẻ

BUDDHIST DICTIONARY

TỰ ĐIỂN PHẬT HỌC

ENGLISH, SANSKRIT, PALI... VIETNAMESE

“NAMO MASTER SHAKYAMUNI BUDDHA”

NAM MÔ BỔN SƯ THÍCH CA MÂU NI PHẬT

Khởi sự: 7 JUN. 2010
Tu bổ: 11 JAN. 2012
Tu bổ: 18 DEC. 2013
.....
Hoàn tất I: 27 MAY 2014
Hoàn tất II: 15 MAY 2016
Hoàn tất III: 06 JUN. 2018
Hoàn tất IV: 18 MAY 2020
Hoàn tất V: 16 MAY 2024
QUẢNG TRÍ CHÁNH
LỜI TÂM SỰ

Kính thưa quý vị đọc giả,

Kể từ ngày 4 tháng 6, năm 2014, "Tự Điển Phật Học" ra đời và được Thầy Bổn Sư - Thích Nguyên Tạng - chấp thuận đưa lên Trang Nhà Quảng Đức để phổ biến, đã được quý vị Phật tử khắp nơi, cùng các bạn đạo và các cháu thế hệ hai hưởng ứng nhiệt liệt. Điều này đã làm cho tác giả vô cùng cảm kích. Sự thành công này cũng là do công đức của Thầy Bổn Sư, sự ủng hộ của các Phật tử, bạn đạo và các cháu. Tác giả xin đa tạ quý vị đọc giả!

Để đáp lại thạnh tình của quý vị, cũng như Thầy Bổn Sư đã từng khuyên: "Hãy nên tiếp tục hoàn chỉnh". Do đó, sau hai năm liên tiếp không ngừng nghỉ (2014-2016), tác giả đã tra cứu thêm một số tài liệu, vừa Anh ngữ, vừa Việt ngữ, hầu giúp cho quyển"Tự Điển Phật Học" được đầy đủ hơn. Tuy nhiên, dù cố gắng thế nào cũng không thể tránh được những lỗi lầm về chánh tả và những sơ sót khác. Kính mong quý vị lượng tình tha thứ cho! Một lần nữa, xin chân thành cảm tạ Thượng Tọa Thích Nguyên Tạng, Thầy Bổn Sư đã giúp đỡ bằng cách phổ biến lên trang mạng để giúp quý vị ôn lại hay trau giồi thêm kiến thức về Phật học...

Công việc tu bổ quyển Tự Điển Phật Học ngày 6 tháng 6 năm 2018 thêm hơn 300 trang hầu giúp cho quý vị đạo hữu mới quy y có tài liệu tham khảo, học tập, trau giồi đạo pháp của Đức Thế Tôn. Tác giả xin trân trọng cảm ơn quý vị, rất mong các bậc thiện trí

thức đóng góp ý kiến để việc tu chỉnh quyển Tự Điển Phật Học được hoàn hảo!

Tự Điển Phật Học - (2010 - 2024)

Nam Mô A Di Đà Phật

Sacramento, California - Mùa Phật Đản - PL 2568 – TL 2024

Quảng Trí Chánh/Vương Chước Quảng Tuệ Dung/Vương Lê Lan

A

Abate – làm giảm đi

Abbot – trưởng tu viện

Abdication – thoái vị, từ ngôi

Aberration - lầm lạc, loạn trí

Abeyance - đọng lại, đình chỉ, hoãn lại

Abhidharma –“higher knowledge”, Abhidharma refers to a collection of (Sanskrit) Buddhist scriptures that pertain to psychology, phenomenology and cosmology = Vi diệu pháp Term meaning ‘higher doctrine’ and denoting the scholastic analysis of religious teachings. The earliest Abhidharma material was composed over several centuries beginning around 300 BCE and formed the substance of the various collections of canonical scholastic treatises (Abhidharma Pitaka) of the different early schools.

What is Abhidhamma?

Abhidhamma is the analytical doctrine of mental faculties and elements.

The Abhidhamma Pitaka contains the profound moral psychology and philosophy of the Buddha's teaching, in contrast to the simpler discourses in the Sutta Pitaka.

The knowledge gained from the sutta can certainly help us in overcoming our difficulties, as well as in developing our moral conduct and training the mind. Having such knowledge will enable one to lead a life which is peaceful, respectable, harmless and noble. By listening to the discourses, we develop understanding of the Dhamma and can mould our daily lives accordingly. The concepts behind certain words and terms used in the Sutta Pitaka are, however, subject to changes and should be interpreted within the context of the social environment prevailing at the Buddha's time. The concepts used in the sutta

are like the conventional words and terms lay people use to express scientific subjects. While concepts in the sutta are to be understood in the conventional sense, those used in the Abhidhamma must be understood in the ultimate sense. The concepts expressed in the Abhidhamma are like the precise scientific words and terms used by scientists to prevent misinterpretations.

It is only in the Abhidhamma that explanations are given on how and at which mental beats a person can create good and bad karmic thoughts, according to his desires and other mental states. Clear explanations of the nature of the different mental faculties and precise analytical interpretations of the elements can be found in this important collection of discourses.

Understanding the Dhamma through the knowledge gained from the sutta is like the knowledge acquired from studying the prescriptions for different types of sicknesses. Such knowledge when applied can certainly help to cure certain types of sicknesses. On the other hand, a qualified physician, with his precise knowledge, can diagnose a wider range of sicknesses and discover their causes. This specialized knowledge puts him in a better position to prescribe more effective remedies. Similarly, a person who has studied the Abhidhamma can better understand the nature of the mind and analyse the mental attitudes which cause a human being to commit mistakes and develop the will to avoid evil.

The Abhidhamma teaches that the egoistic beliefs and other concepts such as 'I', "you", 'man' and 'the world', which we use in daily conversation, do not adequately describe the real nature of existence. The conventional concepts do not reflect the fleeting nature of pleasures, uncertainties, impermanence of every component thing, and the conflict among the elements and energies intrinsic in all animate or inanimate things. The Abhidhamma doctrine gives a clear exposition of the ultimate nature of man and brings the analysis of the human condition further than other studies known to man.

The Abhidhamma deals with realities existing in the ultimate sense, or paramattha dhamma in Pali. There are four such realities:

1- Citta, mind or consciousness, defined as 'that which knows or experiences' an object. Citta occurs as distinct momentary states of consciousness.

2- Cetasika, the mental factors that arise and occur along with the citta.

3- Rupa, physical phenomenon or material form.

4- Nibbana, the unconditioned state of bliss which is the final goal.

Citta, the cetasika, and rupa are conditioned realities. They arise because of conditions sustaining them cease to continue to do so. They are impermanent states. Nibbana, on the other hand, is an unconditioned reality. It does not arise and, therefore, does not fall away. These four realities can be experienced regardless of the names we may choose to give them. Other than these realities, everything -- be it within ourselves or without, whether in the past, present or future, whether coarse or subtle, low or lofty, far or near -- is a concept and not an ultimate reality.

Citta, cetasika, and Nibbana are also called nama. Nibbana is an unconditioned nama. The two conditioned nama, that is, cita and cetasika, together with rupa (form), make up psychophysical organisms, including human beings. Both mind and matter, or nama-rupa, are analysed in Abhidhamma as though under a microscope. Events

connected with the process of birth and death are explained in detail. The Abhidhamma clarifies intricate points of the Dhamma and enables the arising of an understanding of reality, thereby setting forth in clear terms the Path of Emancipation. The realization we gain from the Abhidhamma with regard to our lives and the world is not in a conventional sense, but absolute reality.

The clear exposition of thought processes in Abhidhamma cannot be found in any other psychological treatise either in the east or west. Consciousness is defined, while thoughts are analysed and classified mainly from an ethical standpoint. The composition of each type of consciousness is set forth in detail. The fact that consciousness flows like a steam, a view propounded by psychologists like William James, becomes extremely clear to one who understands the Abhidhamma. In addition, a student of Abhidhamma can fully comprehend the Anatta (No-soul) doctrine, which is important both from a philosophical and ethical standpoint.

The Abhidhamma explains the process of rebirth in various planes after the occurrence of death without anything to pass from one life to another. This explanation provides support to the doctrine of Kamma and Rebirth. It also gives a wealth of details about the mind, as well as the units of mental and material forces, properties of matter, sources of matter, relationship of mind and matter.

In the Abhidhamattha Sangaha, a manual of Abhidhamma, there is a brief exposition of the 'Law of Dependent Origination", followed by a descriptive account of the Causal Relations which finds no parallel in any other study of the human condition anywhere else in the world. Because of its analytics and profound expositions, the Abhidhamma is not a subject of fleeting interest designed for the superficial reader.

To what extent can we compare modern psychology with the analysis provided in the Abhidhamma? Modern psychology, limited as it is, comes within the scope of Abhidhamma in so far as it deals with the mind -- with thoughts, thought processes, and mental states. The difference lies in the fact that Abhidhamma does not accept the concept of a psyche or a soul.

The analysis of the nature of the mind given in the Abhidhamma is not available through any other source.. Even modern psychologists are very much in the dark with regards to subjects like mental impulses or mental beats (Javana Citta) as discussed in the Abhidhamma. Dr. Graham Howe, an eminent Harley Street psychologist, wrote in his book, the Invisible Anatomy:

'In the course of their work many psychologists have found, as the pioneer work of C.G. Jung has shown, that we are near to [the] Buddha. To read a little Buddhism is to realize that the Buddhists knew two thousand five hundred years ago far more about our modern problems of psychology than they have yet been given credit for. They studied these problems long ago, and found the answers too. We are now rediscovering the Ancient Wisdom of the East.'

Some scholars assert that the Abhidhamma is not the teaching of the Buddha, but it grew out of the commentaries on the basic teachings of the Buddha. These commentaries are said to be the work of great scholar monks. Tradition, however, attributes the nucleus of the Abhidhamma to the Buddha Himself.

Commentators state that the Buddha, as a mark of gratitude to His mother who was born as a deva in a celestial plane, preached the Abhidhamma to His mother together with other devas continuously for three months. The principal topics (matika) of the advanced teaching, such as moral states (kusala dhamma) and immoral states (akusala dhamma), were then repeated by the Buddha to Venerable Sariputta Thera, who subsequently elaborated them and later compiled them into six books.

From ancient times there were controversies as to whether the Abhidhamma was really taught by the Buddha. While this discussion may be interesting for academic purposes, what is important is for us to experience and understand the realities described in the Abhidhamma. One will realize for oneself that such profound and consistently verifiable truths can only emanate from a supremely enlightened source -- from a Buddha. Much of what is contained in the Abhidhamma is also found in the Sutta Pitaka. Such a statement, of course, cannot be supported by evidence.

According to the Theravada tradition, the essence, fundamentals and framework of the Abhidhamma are ascribed to the Buddha, although the tabulations and classifications may have been the work of later disciples. What is important is the essence. It is this that we would try to experience for ourselves. The Buddha Himself clearly took this stand of using the knowledge of the Abhidhamma to clarify many existing psychological, metaphysical and philosophical problems. Mere intellectual quibbling about whether the Buddha taught the Abhidhamma or not will not help us to understand reality.

The question is also raised whether the Abhidhamma is essential for Dhamma practice. The answer to this will depend on the individual who undertakes the practice. People vary in their levels of understanding, their temperaments and spiritual development. Ideally, all the different spiritual faculties should be harmonized, but some people are quite contented with devotional practices based on faith, while others are keen on developing penetrative insight. The Abhidhamma is most useful to those who want to understand the Dhamma in greater depth and detail. It aids the development of insight into the three characteristics of existence -- impermanence, unsatisfactoriness, and non-self. It is useful not only for the periods devoted to formal meditation, but also during the rest of the day when we are engaged in various mundane chores. We derive great benefit from the study of the Abhidhamma when we experience absolute reality. In addition, a comprehensive knowledge of the Abhidhamma is useful for those engaged in teaching and explaining the Dhamma. In fact the real meaning of the most important Buddhist terminologies such as Dhamma, Kamma, Samsara,

Sankhara, Paticca Samuppada and Nibbana cannot be understood without a knowledge of Abhidhamma.

-ooOoo-

VI DIỆU PHÁP

(PHẬT GIÁO NGUYÊN THỦY THERAVADA)

Vô thượng thậm thâm Vi Diệu Pháp.

Bá niên vạn kiếp nan tao ngộ.

Ngã kim kiến văn đắc thọ trì.

Nguyện giải Như lai chơn thiệt nghĩa.

Vi Diệu Pháp, pháp thẳm sâu,

Trăm ngàn muôn kiếp khó tìm cầu.

Nay ta nghe thấy chuyên lòng học,

Nguyện giải Như lai nghĩa nhiệm mầu.

Vi Diệu Pháp xuất phát từ đâu?

Theo lịch sữ Phật Giáo thì Vi Diệu Pháp được Đức Phật thuyết vào hạ thứ bảy tại cung trời Đạo Lợi (Tam Thập Tam Thiên - Tavatimsa) với mục đích là độ thân mẫu của Ngài.

Theo một vài học giã thì Vi Diệu Pháp không phải do chính Đức Phật thuyết mà là do các vị Sư uyên bác soạn thảo ra sau nầy. Đại Đức Narada, một nhà học Phật lão thành đã viết: "Đúng theo truyền thống thì chính Đức Phật đã dạy phần chính yếu của tạng nầy. Những đoạn ấy được gọi là Đầu đề (Matika) hay nồng cốt nguyên thủy của giáo lý như Pháp Thiện (Kusala Dhamma), hay Pháp Bất Thiện (Akusala Dhamma), Pháp Vô-Ký (Abyakata Dhamma) ...".

Trong 6 tập của Tạng Diệu Pháp (trừ tập Ngữ Tổng - Kathavatthu - do Ngài Mục Kiền Liên (Moggallanaputta) viết; cũng có thuyết cho rằng tập này do chính Đức Phật thuyết nhưng Ngài Moggallana thêm vào 500 câu đều do Đức Phật thuyết và Đại Đức Xá lợi Phất (Sariputta) được danh dự giảng rộng và sâu vào chi tiết.

Dầu tác giả là ai, nhưng chắc chắn Tạng Diệu Pháp là một công trình sáng tác của một bộ óc kỳ tài có thể so sánh với một vị Phật.

Chúng ta không cần phải biết là Vi Diệu Pháp có phải do chính Đức Phật thuyết hay không mà chỉ cần sáng suốt nhận định về những điều mà Tạng Diệu Pháp đề cập đến. Bởi người nào thấu rõ được chân lý thì người đó chính là người giác ngộ (hay Phật) và chỉ người nào hiểu được lẽ thật, người đó mới nói lên được sự thật.

Vi Diệu Pháp là gì?

Phạn ngữ Abhidhamma có nghĩa là những giáo lý cao siêu, vi diệu. Tiếp đầu ngữ Abhi dùng để diễn đạt sự tinh tế, thù thắng, sâu xa. Danh từ Dhamma dịch là Pháp, một Phạn ngữ có nhiều nghĩa, ở đây nó có nghĩa là lời dạy của Đức Phật, giáo điều hay giáo lý. Vậy Vi Diệu Pháp là những giáo lý tinh hoa của Đức Phật, giáo lý này có tính chất đặc thù hơn Kinh tạng và Luật tạng.

Chúng ta có thể thắc mắc là tại sao Kinh tạng và Luật tạng nói riêng, và toàn thể giáo lý của Đức Phật nói chung, đều có hiệu năng đưa đến giải thoát; tại sao lại có phần này gọi là Vi Diệu mà phần kia thì không?.

Ở đây, tiếng Vi Diệu (cao sâu) không dùng với ý niệm giải thoát mà dùng trên phương tiện diễn đạt. Trong khi tạng Kinh và Luật trình bày Pháp lý theo ngôn từ phổ thông, theo Pháp Tục Đế; thì tạng Abhidhamma trình bày những pháp bản thể chơn tướng hay pháp Chơn Đế (Paramattha).

Một điều cần ghi nhận là tạng Diệu Pháp dùng các danh từ diễn đạt pháp lý theo một thuật ngữ chuyên môn, tức là các danh từ chơn đế (danh chơn chế định).

Như ở Kinh tạng và Luật tạng, khi nói đến chúng sanh, Phật dùng các danh từ mặc ước, khái niệm như Chư thiên, Ma vương, Vua, Quan, ... Còn ở tạng Abhidhamma khi đề cập đến chúng sanh, Phật dùng các từ như Uẩn, Xứ, Giới, Đế, ...

Về phương diện diễn đạt, tạng Abhidhamma chú trọng về 4 pháp gọi là Vô Ngại Giải (Patisambhida) = sự thông suốt, không có ngăn ngại trong việc giảng giải. Bốn pháp vô ngại giải ấy là:

1) Pháp vô ngại giải (Dhammapatisambhida): là sự diễn đạt thông suốt các pháp, vì ở tạng Vi Diệu Pháp các pháp được gom lại thành một giềng mối và phân tích rõ ràng.

2) Nghĩa vô ngại giải (Atthapatisambhida): là các ý nghĩa được trình bày, giải thích một cách rộng rải, không sai lầm. Trong tạng Diệu Pháp, các ý nghĩa của danh từ, của các pháp được minh định một cách rõ ràng chứ không có sự lôi thôi trong vấn đề định nghĩa.

3) Từ vô ngại giải (Niruttipatisambhida): là sự dùng từ để diễn đạt pháp rất thông suốt, không lẩn lộn. Trong tạng Diệu Pháp các từ ngữ được dùng một cách rất chính xác, đâu ra đấy. Thí dụ như tiếng " tư tưởng " mà ta thường

dùng theo phổ thông được hiểu là ý nghĩ, nhưng ở tạng Diệu Pháp " Tư " là sự cố ý, suy nghĩ và " Tưởng " được dùng để chỉ sự nhớ lại, ôn lại ...

4) Biện vô ngại giải (Patibhanapatisambhida): là sự thông suốt, lưu loát trong sự biện bác. Trong tạng Diệu Pháp, pháp lý được trình bày đầy đủ, nghĩa lý được giải thích rõ ràng, ngôn từ dùng đúng chỗ không lẩn lộn. Nhờ các ưu điểm ấy, người học Abhidhamma sẽ không lúng túng khi trình bày các pháp lý.

Với những lý do trên, nên tạng này được gọi là Vi Diệu. Ngoài ra, chữ Abhidhamma còn được các dịch giả Trung Hoa dịch là :

Vô tỷ pháp : là pháp cao siêu, không có pháp nào so sánh bằng. Thắng pháp: là pháp thù thắng hơn Kinh tạng và Luật tạng. Đại pháp: là pháp cao sâu, rộng rãi hơn các pháp trong Kinh tạng và Luật tạng. Đối pháp: là đối tượng của trí tuệ cao siêu, sáng suốt. Hướng pháp: là pháp có khả năng hướng đến sự giải thoát, giác ngộ, liểu tri các pháp.

Yếu lược nội dung Vi Diệu Pháp.

Theo bà Rhys David, một học giả người Anh, khi nói về nội dung Vi Diệu Pháp, đả viết: " Vi Diệu Pháp nói gì? - Vi Diệu Pháp nói những gì trong ta, ngoài ta và chung quanh ta ".

Cái gì trong ta? - Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức hay Ngũ Uẩn - những thành phần hợp lại thành một con người, một chúng sanh. Vi Diệu Pháp trình bày con người về cả hai phương diện Tâm lý và Vật lý.

Cái gì ngoài ta và cái gì chung quanh ta? - Ngoài việc trình bày cho thấy bản thể, chơn tướng của chúng ta, Vi Diệu Pháp còn chỉ cho ta thấy những gì thuộc về ngoại thân, những hiện tượng sanh diệt của những gì thuộc về thế giới bên ngoài của chúng ta và sự thoát ly thế gian (Niết Bàn).

Như vậy, bà David đã cho ta thấy rằng Vi Diệu Pháp trình bày những chơn tướng, thực thể của cái gì thuộc về nội thân và những gì thuộc về ngoại thân. Cũng nên nói thêm là khi trình bày những điều ấy, Vi Diệu Pháp đã mô tả về trạng thái, nhân sinh, sở hành, ..., của từng pháp một cách rất chi tiết.

Tóm lại, với câu giải trên, chúng ta đã thấy Vi Diệu Pháp nói gì và đề cập đến những gì. Sang một khía cạnh khác, chúng ta có thể hỏi: " khi trình bày, phân giải những điều ấy, Vi Diệu Pháp muốn cho ta biết những gì?".

Ngài Đại Đức Santakicco (Tịnh Sự) - một học giả chuyên môn về Abhidhamma - đã nói: "Vi Diệu Pháp trình bày về sự vô thường, khổ não, vô ngã và cái gì vượt ngoài ba tướng trạng ấy".

Câu nói trên đã hàm tận những ý nghĩa hết sức sâu xa và cô động một cách đầy đủ về nội dung của Vi Diệu Pháp.

Ở tạng Diệu Pháp, bốn vấn đề trọng yếu được trình bày là Tâm (thành phần tri giác của chúng sanh); Sở hữu tâm (Thành phần phụ thuộc của tâm); Sắc pháp (thành phần vật chất) và Niết Bàn (sự vắng lặng các pháp hành).

Khi bàn về Tâm cũng như Sở hữu tâm, Vi Diệu Pháp đã cho ta thấy những Duyên (Paccayo) hay yếu tố tạo thành sự hiện hữu của Tâm và sự diễn tiến hoại diệt của từng tâm sát na trong Lộ trình tâm (Cittavitha).

Cũng vậy, khi nói về Sắc pháp, Vi Diệu Pháp đã trình bày về thể trạng của Sắc pháp, những duyên trợ tạo và gìn giữ sắc pháp, cũng như tiến trình sanh diệt của từng sát na sắc pháp trong Lộ sắc.

Cuối cùng, sau khi đã trình bày về các pháp hữu vi (pháp do duyên trợ tạo), Vi Diệu Pháp còn trình bày về Niết Bàn (một trạng thái vô vi), không bị chi phối bởi vô thường, khổ não, vô ngã.

Để kết luận, ta có thể nói, nội dung của Vi Diệu Pháp là dạy cho chúng ta rõ về con người, thế gian và xuất thế gian (Niết Bàn).

Mục đích của việc học Vi Diệu Pháp.

Khi đã hiểu biết Vi Diệu Pháp nói gì thì vấn đề cần bàn đến là học Vi Diệu Pháp để làm chi? Hay mục đích của việc học Vi Diệu Pháp là gì? Học Vi Diệu Pháp có lợi ích gì?

Phật giáo đã dạy về bản chất giả tạm, khổ não của thế gian và con đường vượt khỏi những điều ấy là con đường siêu thế gian. Vì vậy, khi đánh thức giấc mộng vô minh của chúng sanh, Phật đã dùng nhiều phương tiện, trình bày về

bản chất thật thể của thế gian là như thế nào để chúng sanh có thể ý thức được bản chất thật của thế gian là vô thường, khổ não và vô ngã.

Trong tinh thần đó, Vi Diệu Pháp nói lên lẽ thật, chơn tướng bản thể của các pháp để chúng ta có được ý niệm đứng đắn về thế gian (dẹp bỏ những thành kiến sai lầm).

Vi Diệu Pháp giúp chúng ta thấy rõ chơn tướng của các pháp và nhờ đó ta có thể dẹp đi những kiến thức sai lầm về con người và thế gian.

Trên con đường tu tập, người Phật tử cần làm hai việc: học pháp và hành pháp. Học pháp là tìm hiểu, thu lượm cho mình một kiến thức đúng, lợi ích cho việc tu tập. Hành pháp là đem những điều học được áp dụng cho đời sống hàng ngày. Vi Diệu Pháp sẽ thích ứng, và hết sức bổ ích cho cả hai việc làm đó.

Vi Diệu Pháp giúp cho ta một kiến thức cơ bản, không bị lầm lẫn khi nghiên cứu Phật pháp, bằng những cách diễn đạt Pháp vô ngại giải, Từ vô ngại giải và Biện vô ngại giải. Nhờ đó ta có thể lảnh hội dể dàng những ý nghĩa trong những lời dạy của Đức Phật.

Thí dụ: Trong tạng Kinh, Đức Phật dạy về Pháp Vô Ngã (không có cái ta, không phải là của ta), rồi trong tạng Luật, Phật lại dạy: "Lấy vật có chủ là trộm cắp", hai điều trên sẽ gây hoang mang cho chúng ta nếu chúng ta không biết về pháp tục đế (Sammuttisacca) và pháp chơn đế (Paramatthasacca) được giảng trong Vi Diệu Pháp. Đó là lợi ích đối với việc học pháp. Về mặt hành pháp, nhất là đối với những người hành thiền quán, Vi Diệu Pháp lại là một môn học thiết yếu nhất, nó cho chúng ta một sự hiểu biết rõ ràng về Danh Sắc, phân tích, giải thích rõ ràng các pháp hữu vi, nhờ đó, khi thực hành thiền quán, minh sát, chúng ta sẽ nhận định rõ ràng và chính xác về các đề mục (Thân, Thọ, Tâm, Pháp).

Một người đã học Abhidhamma, khi hành Tứ Niệm Xứ sẽ nhận định rõ ràng và chính xác các đề mục. Trái lại, một người hành Tứ Niệm Xứ mà không biết gì về Vi Diệu Pháp thì có thể lẩn lộn, sai lầm trong việc quán sát các đề mục.

So sánh.

- Nếu nói trên phương diện đặc biệt riêng của tạng Diệu pháp trong Tam Tạng thì:

Tạng Kinh: sâu xa về nghĩa lý (Suttana Attha Gambhiro).

Tạng Luật: sâu xa về việc làm (Vinaya Kicca Gambhiro).

Tạng Diệu pháp: (tạng Luận), sâu xa về bản thể của các pháp (Abhidhamma Sabhava Gambhiro).

- Nếu nói về tính chất quan trọng của tạng Diệu pháp trong Tam Tạng qua thí dụ của "cây" thì :

Tạng Kinh: là phần bông hoa, cành lá của cây, bởi tạng Kinh tiêu biểu cho vẽ đẹp của giáo lý Phật giáo.

Tạng Luật: là gốc rể của cây, bởi tạng Luật là nền tảng, là sự sống còn của giáo lý. Tạng Luật còn, Phật giáo còn. Tạng Luật mất, Phật giáo mất.

Tạng Diệu pháp: là lõi cây, vì nó là phần tinh túy, tinh hoa của giáo lý.

- Nếu nói trên bước tiến tu tập của người Phật tử thì giá trị của tạng Diệu pháp trong Tam Tạng là:

Tạng Kinh gọi người đến: vì tạng Kinh rất hấp dẫn, thu hút.

Tạng Luật trói người lại: vì tạng Luật ghép đời sống vào khuôn khổ, qui củ.

Tạng Diệu Pháp giết người chết: vì bài trừ tất cả mọi kiến thức sai lầm, nhất là ngã chấp.

Do đó, ta có thể nói, nếu nghiên cứu và tìm hiểu Phật pháp mà không biết về tạng Diệu Pháp là một thiếu sót lớn; hơn thế nửa, việc học hỏi Phật pháp cũng không bảo đảm chắc chắn được. (Tỳ kheo GIÁC CHÁNH) -ooOoo- Abhorrent – ghê tởm, đáng ghét

Abide – tolerate = chịu đựng, tha thứ, khoan dung (Abiding – không thay đổi vĩnh cửu) Abjure – tuyên bố bỏ, rút lui

Abode – Cõi; Pure abode = Cõi tịch

Abomination – ghê tởm, kinh tởm

Abortive - đẻ non, chết non, chết yểu

Abreact – psychological release = giải tỏa mặc cảm

Abrogate – bãi bỏ, huỷ bỏ, bài trừ

Absolve – to free from guilt; clear; acquit = hết tội

Abstain – kiêng, tiết chế, ăn chay

Abstention – kiêng; không tham gia bỏ phiếu

Abstinence – kiêng cử

Abstruse – khó hiểu, thâm thuý

Absurd – vô lý, ngu xuẩn, ngớ ngẩn

Abysmally - thậm tệ, cùng cực

Abyss - vực thẳm, địa ngục

Acclaim – tán thưởng

Acclimatization – thích nghi khí hậu

Accolade – ôm hôn, gõ nhẹ sóng gươm lên vai khi phong tước

Accru - dồn lại, tích lại

Achieve awakening - Đắc quả giác ngộ

Acolyte - thầy dòng, thầy tăng, người theo hầu

Acquaintanceship - sự quen biết (Acquaintance – quen biết)

Acquiescence - bằng lòng, đồng ý, ưng thuận

Acrimony – bitterness = chua cay, gay gắt

Acropolis - vệ thành

Acuity – tính sắc bén, sắc sảo

Acumen - nhạy cảm

Abdication – thoái vị, từ ngôi, từ bỏ chức vụ

Aberration – sai lầm, lầm lạc, kém trí khôn

Adage – cách ngôn, ngạn ngữ

Adamant – cứng rắn

Adept - người tinh thông

Adherent – môn đồ, đảng viên

Adjunct - phụ (Adjunct account – tài khoản phụ)

Admonition - khiển trách, quở mắng

Adobe - gạch phơi khô ngoài nắng

Adulation - nịnh hót, bợ đỡ

Adumbrate – phát hoạ, điềm báo trước

Adze - đẽo bằng rìu

The word Aeon, also spelled eon (in American English) and æon, originally meant "life", "vital force" or "being", "generation" or "a period of time", though it tended to be translated as "age" in the sense of "ages", "forever", "timeless" or "for eternity". Although the term aeon may be used in reference to a period of a billion years (especially in geology, cosmology or astronomy), its more common usage is for any long, indefinite, period.

Aeon - thời đại, niên kỷ, khoảng thời gian vô tận, sự vĩnh viễn

Aesthetic - mỹ học, thẩm mỹ

Affable - lịch sự, nhã nhặn

Affiliation - sự sáp nhập, nhận làm chi nhánh (Affiliate - nhập, liên kết)

Affinity - mối quan hệ, giống nhau về cấu trúc

Affirm - khẳng định, xác nhận, quả quyết

Affliction – emotion = distress = nỗi khổ sở, ưu phiền; afflict = gây tai họa

Three Stages Of Overcoming Affliction

The way to train in overcoming affliction while on the path was explained by the great master Aryadeva, Nagarjuna's main disciple, in his Four hundred verses on the Middle Way:

At first, turn away from nonvirtue,
In the middle, dispel misconceptions of self,
Finally, go beyond all views –
One who understands this is wise indeed.

1. Turning away from nonvirtue – Our prime focus is the attainment of definitive goodness, but what prevents us from reaching it is the emotional obscurations. However, we cannot simply apply the antidotes to these afflictions and remove them at the outset, just like that. We need to practice lifetime after lifetime in order to gain complete freedom from them, so the first thing we need to do is secure a positive rebirth as a basis for practice. That is why we begin by practicing the discipline of avoiding the ten unwholesome actions, as a means to reach the higher states of existence. "Nonvirtue" in the first line of the quotation means the ten negative or unwholesome actions. We must turn away from these nonmeritorious actions, meaning that we refrain from negative conduct that is motivated by the afflictions. As a result, we will be reborn in a higher state of existence. That is the first stage. 2. Dispelling conceptions of the self – Then, at the second stage, since liberation is gained through applying antidotes to the afflictions, we need to become skillful at dealing with these afflictions. Of course,

there are many different types and we could apply a specific antidote to each one. As we saw earlier, there are antidotes that challenge the emotions head on, overwhelming them or reducing their intensity for a while, but they will not enable us to eradicate afflictions entirely. If we really look into what lies at the root of an affliction, apply the antidote to that fundamental, underlying cause, and remove it, then we will find that the very same antidote can automatically avert all the other afflictions, whether coarse or subtle. Therefore, as a root of the afflictions is our deluded clinging to true existence, the text says, "In the middle, dispel misconceptions of self." In other words, we have to eliminate clinging to a self by meditating on the wisdom that realizes selflessness. 3. Going beyond all views – Aryadeva's third line, "Finally, go beyond all views," indicates that we must rid ourselves not just of the afflictions but also of the habitual tendencies they create. Ridding ourselves of the afflictions alone is sufficient for reaching the level of definitive goodness that is liberation, but it is not enough to gain the ultimate level of definitive goodness, which is complete omniscience. To reach omniscience, we need to clear away the

obscurations that obstruct the knowledge of all that is to be known. That is why it says “go beyond all views,” meaning that we must cultivate the view of emptiness, accompanied by a vast accumulation of merit, as an antidote to the cognitive obscurations. It means that we must totally eliminate all distorted views, together with their habitual tendencies. Finally, Aryadeva says that if you practice in this way, you are wise indeed.” (The Dalai Lama in “Mind In Comfort And Ease” – The Vision of Enlightenment in the Great Perfection)

Affront – lăng mạ, sỉ nhục

Age regression – a hypnotic state in which the subject experiences past events that occurred in the present lifetime.

Aggrandizement – làm to ra, mở rộng, nâng cao

Aggregate – form, feeling, perception - uẩn

-A person isn’t a fixed and separate entity but a collection of physical and mental component – skandhas. Skandha literally means “aggregate” or “heap.” There are five that constitute a human being. One is material form –

the physical body, including the eyes, ears, nose, tongue, skin, plus mind, which is consider a sense organ in this context. From form arises feeling – sensation characterized as pleasant, unpleasant, or neutral. Then there’s perception, which picks out distinguishing features of experience, giving rise to mental formation – emotions, volition, intension. This is the origin of karma: we become attached to certain mental habits and identify with them. All this mental and physical activity gives rise to consciousness – the experience of continuity and a coherent self…

Aggregate of consciousness - thức uẩn

Aggregate - tập hợp, kết hợp

(THE FIVE) AGGREGATES

The teaching of The Five Aggregates or The Five Skandhas, is an analysis of personal experiences and a view on cognition from a Buddhist perspective.

The teaching also provides a logical and thorough approach to understand the Universal Truth of Not-self. Self is just a convenient term for a collection of physical and mental personal experiences, such as feelings, ideas, thoughts, habits, attitude, etc. However, we should go on to analyse all of our personal experiences in terms of The Five Aggregates. The Five Aggregates are:

1.Form
2.Sensation
3.Perception
4.Mental Formation
5.Consciousness

They are called aggregates as they work together to produce a mental being. As Heart Sutra says, Avalokitesvara Bodhisattva illuminates and sees the emptiness of the Five Skandhas.

Impermanence is one of the characteristics of emptiness. and the aggregates are also governed by the principle of impermanence. Therefore each of the aggregates is undergoing constant changes. Aggregates are not static things; they are dynamic processes.

By understanding the Five Skandhas, we attain the wisdom of not-self. The world we experience is not constructed upon and around the idea of a self, but through the impersonal processes. By getting rid of the idea of self, we can look at happiness and suffering, praise and blame, and all the rest with equanimity. In this way, we will be no longer subject to the imbalance of alternating hope and fear.

Form (Rupa)

The aggregate of form corresponds to what we would call material or physical factors. It includes our own bodies, and material objects as well. Specifically, the aggregate of form includes the five physical organs (eye, ear, nose, tongue, body), and the corresponding physical objects of the sense organs (sight, sound, smell, taste and tangible objects).

Sensation (Vedana)

The aggregate of sensation or feeling is of three kinds - pleasant, unpleasant and indifferent. When an object is experienced, that experience takes on one of these emotional tones, the tone of pleasure, the tone of displeasure, or the tone of indifference.

Perception

The function of perception is to turn an indefinite experience into a definite, recognized and identified experience. It is the formulation of a conception of an idea about a particular object of experience.

Mental Formation

The aggregate of mental formation may be described as a conditioned response to the object of experience. It is not just the impression created by previous actions (the habitual energy stored up from countless former lives), but also the responses here and now motivated and directed in a particular way. In short, mental formation or volition has a moral dimension; perception has a conceptual dimension; feeling has an emotional dimension.

Consciousness

Both the eye and the visible object are the physical elements, therefore they are not enough to produce experience by themselves. Only the co-presence of consciousness together with the eye and the visible object produces experience. Similarly, ear, nose,

tongue and body are the same. Consciousness is therefore an indispensable element in the product of experience. Consciousness is mere awareness, or sensitivity to an object. When the physical factors of experience, e.g. the eyes and visible objects come in contact, and when consciousness also becomes associated with the physical factors of experience, visual consciousness arises. It is not just the personal experience. The way that our personal experience is produced is through the functioning of the three major mental factors of experience, i.e. the aggregate of perception and mental formation. There are:

1.eye consciousness 2.ear consciousness 3.nose consciousness 4.tongue consciousness 5.body consciousness 6.mind consciousness

Note that there is the sixth sense, the mind. For the mind, the corresponding object is not a physical one, but are ideas - Dharma. The mind consciousness plays an important role in all mental activities.

Firstly, the first five consciousness are not related to each other, mind consciousness is their co-ordinator, establishing an entire meaningful idea or impression for a living being. Mind consciousness is the ability to recognise and discriminate in three ways:

1.Physical cognition - in the presence of physical objects, mind consciousness can recognise at instant with reference to the past experience.

2.Comparative cognition - in the absence of physical objects, mind consciousness can also recognise them by comparison and logical deduction in quality and quantity.

3.Non-cognition - sometimes, in the absence of physical objects, mind consciousness can "create" some false cognition with some irrelevant experience and comparison.

Secondly, mind consciousness can also instruct, without thinking, the first five consciousness to initiate all kinds of wholesome, unwholesome, or neutral activities, and to keep the wheel of our life turning around and around.

Thus the combination of the five aggregates is called a being which may assume as many names as its types, shapes, and forms. According to Buddhism’s Dharma, a human is a moral being with both positive and negative potentials. We make choices concerning which of these potentials we choose to nourish thereby becoming a part of exactly who each one of us is, in terms of characteristics, personality traits, and disposition. It is the potential of each human to gain wisdom and enlightenment. Buddhism teaches that each one of us is the architect of our own fate, and we will reap what we sow…

(The Five) Aggregates – Ngũ uẩn

Ngũ là năm, uẩn là chứa nhóm. Ngũ uẩn còn có tên khác là ngũ ấm, ấm là ngăn che (ngăn che chân lý). Ngũ uẩn gồm có: sắc uẩn, thọ uẩn, tưởng uẩn, hành uẩn, thức uẩn.

Khi nghe danh từ thân tâm hay danh sắc, ta hiểu đó là nói con người, con người gồm có thân và tâm, hoặc là gồm có danh và sắc; sắc để chỉ cái thân do tứ đại (đất, nước, gió,

lửa) hợp thành, danh để chỉ chung thọ, tưởng, hành, thức (nói là danh vì chỉ có tên mà không có hình tướng).

Chữ sắc ở trong sắc uẩn có nghĩa rộng hơn chữ sắc trên đây. Nó bao gồm những thứ mà ta gọi là vật chất, hình tướng, đất, nước, núi sông, cây cỏ, đường xá, nhà cửa…và ngũ căn (mắt, mũi, tai, lưỡi, thân) cùng với ngũ trần (màu và hình, thanh tức là tiếng, mùi, vị, xúc do sờ mó…).

Thọ uẩn là cảm xúc gồm có ba loại: vui, buồn, không vui không buồn (tạm gọi là trung hòa).

Tưởng uẩn khó hiểu hơn. Chữ tưởng hàm cái nghĩa tưởng tượng, nhưng chưa đủ. Nó có nghĩa thu và nhận, nhận biết chứ không phải nhận vào: THU những cái mình biết do học hành, kinh nghiệm…để khi gặp một cái gì thì NHẬN ra nó là cái gì và xếp nó vào một cái tập hợp nào đó để nó có tên. Trông thấy một con trâu, ta nhớ lại hình ảnh đã coi trong sách và xếp nó vào tập hợp trâu, biết nó là con trâu. Nghe thấy tiếng hát thì biết đó là tiếng hát. Tóm lại, đó là biết, đó là tri giác.

Hành uẩn khó hiểu nhất. Hành thoạt tiên nghĩa là hành động cố ý, không vô tình, do thân khẩu ý; hành gây nên nghiệp. Hành có thể thiện, ác hay trung hòa. Hành còn chỉ chung mọi thứ duyên khởi, nói chung là các hợp thể. Hành lại có nghĩa là các thói quen, khuynh hướng, cảm nghĩ sâu đậm tích lũy từ nhiều kiếp (do thân khẩu ý), chúng ảnh hưởng, hướng dẫn và thúc đẩy các hành động. Nói gọn lại, nó là các hoạt động tâm lý. Vậy hành uẩn có hai yếu tố: quá khứ (kinh nghiệm, thói quen) và hiện tại (thúc đẩy thân khẩu ý).

Thức uẩn là gì? Chúng ta mới nói đến “cố ý”, thế là nhắc đến vai trò của thức uẩn. Các uẩn trên đây mang dữ kiện, tài liệu, “hồ sơ” đến cho thức. Thức so đo, cân nhắc, phân biệt (chữ này rất thông dụng trong Phật học), do phân biệt mà sinh hỉ nộ ai lạc ái ố dục tức là thất tình. Tiếp theo là có quyết định để hành động. Kinh Pháp cú nói: ” ý dẫn đầu các pháp, ý làm chủ, ý tạo”.

Thí dụ khi chúng ta nghe Thầy giảng một điều gì. Tiếng nói cuả Thầy (thanh trần), chạm vào tai chúng ta (nhĩ căn), nhĩ thức của chúng ta cho biết là có tiếng nhưng chưa hiểu là tiếng gì và nghĩa ra sao. Tưởng uẩn xếp loại: đây là một bài về Phật học và nhận biết đó là một bài về Phật học. Thọ uẩn gợi ra một cảm giác: chán quá, hoặc hay quá…Hành uẩn “xúi” chúng ta nhớ lại cái kinh nghiệm, cái thói quen: ngáp, xem đồng hồ, gật gù, vỗ tay…Nhưng chúng ta không làm thế vì thức uẩn phân biệt, bảo rằng cứ ngồi nghe bình thản.

Tại sao ngũ uẩn là không? Theo kinh ngũ ấm vô thường: sắc uẩn là do duyên hợp mà có, hết duyên thì tan, tự nó không có. Các cảm thọ vui buồn chỉ nảy ra khi sáu căn tiếp xúc với sáu trần, tự chúng không có. Tâm duyên theo cảnh, cảnh qua đi nhưng hình ảnh còn lại, khi tưởng đến thì lại hiện ra, thế thôi. Hành ấm (tạm coi như tâm lý con người cho dễ hiểu) thay đổi rất nhanh, nó vô thường. Thức tùy thuộc các chủng tử và nghiệp mà phân biệt.

Ngũ uẩn là vô thường, là giả có, là tạm bợ, là do duyên sinh, là hợp thể. Chúng không có tự thể riêng biệt, Phật học gọi ngắn là "không". Biết là không một cách rốt ráo (chứ không phải chỉ nói, chỉ xác nhận xuông) là nhờ tu đến lúc chứng ngộ được trí huệ bát-nhã, hết chấp pháp và chấp ngã, tức là đạt nhị không. Tới mức đó thì hết mọi khổ đau!

---oOo---

Aghast – kinh ngạc, kinh hãi

Agitated – bị lay động, rung chuyển, khích động

Agni – the Fire God - Agni (Sanskrit) is a Hindu deity, one of the most important of the Vedic gods. He is the god of fire and the acceptor of sacrifices. The sacrifices made to Agni go to the deities because Agni is a messenger from and to the other gods. He is ever-young, because the fire is re-lit every day, and also immortal.

Agnosticism - thuyết bất khả tri - Agnosticism is the view that the truth values of certain claims - especially claims about the existence or non-existence of any deity, as well as other religious and metaphysical claims -are unknown or unknowable. According to the philosopher William L. Rowe, in the popular sense, an agnostic is someone who neither believes nor disbelieves in the existence of a deity or deities, whereas a theist and an atheist believe and disbelieve, respectively.

Thuyết bất khả tri (Tiếng Anh: agnosticism) là quan điểm triết học cho rằng tính đúng hay sai của một số tuyên bố nhất định - đặc biệt là các tuyên bố thần học về sự tồn tại của Chúa Trời hay các vị thần - là chưa biết và không thể biết được hay không mạch lạc. Một số người theo thuyết bất khả tri suy diễn từ đó rằng các tuyên bố đó không liên quan đến ý nghĩa của cuộc sống.

Có lẽ nhà tư tưởng bất khả tri (hay hoài nghi) đầu tiên là Sanjaya Belatthiputta (Samjayin Vairatiputra), một người cùng thời với Phật Thích Ca Mâu Ni, như đã được ghi trong kinh Phật. Người ta kể rằng khi được hỏi có cuộc sống sau cái chết hay không ông đã trả lời là có thể có và có thể không, và từ chối phỏng đoán xa hơn.

Thuật ngữ "bất khả tri" (agnosticism) được đưa ra năm 1869 bởi Thomas Henry Huxley (1825-1895), một nhà tự nhiên học người Anh, người đã lấy cảm hứng từ các tư tưởng của David Hume và Emmanuel Kant. Thuật ngữ này còn được dùng để miêu tả những người chưa bị thuyết phục hay cố tình chưa đưa ra quan điểm về sự tồn tại của các vị thần thánh cũng như các vấn đề tôn giáo khác.

Thuyết bất khả tri, khi tập trung vào những gì có thể biết, là một luận điểm nhận thức luận về bản chất và giới hạn của kiến thức con người; trong khi thuyết vô thần và thuyết hữu thần là các quan điểm bản thể học (một nhánh của siêu hình học nghiên cứu về các loại thực thể tồn tại). Không nên lẫn lộn thuyết bất khả tri với một cách nhìn đối lập với học thuyết về sự ngộ đạo và thuyết ngộ đạo - đây là các khái niệm tôn giáo nói chung không liên quan đến thuyết bất khả tri.

Những người theo thuyết bất khả tri có thể tuyên bố rằng không thể có tri thức tinh thần "tuyệt đối" hay "chắc chắn" hay, nói cách khác, rằng tuy những sự chắc chắn đó là có thể có nhưng cá nhân họ không có tri thức đó. Trong cả hai trường hợp, thuyết bất khả tri bao hàm một hình thức của chủ nghĩa hoài nghi đối với các khẳng định tôn giáo. Điều này khác với sự phi tín ngưỡng (irreligion) đơn giản của những người không suy nghĩ về chủ đề này.

Thuyết bất khả tri khác với thuyết vô thần mạnh (còn gọi là "vô thần tích cực" - "positive atheism" hay "vô thần giáo điều" - "dogmatic atheism"). Thuyết này phủ nhận sự tồn tại của bất cứ thần thánh nào. Tuy nhiên, dạng vô thần phổ biến hơn - thuyết vô thần yếu - chỉ là sự không có mặt của đức tin vào thánh thần, không tương đương nhưng có tương thích với thuyết bất khả tri. Chủ nghĩa vô thần phê phán (critical atheism) khẳng định rằng "Chúa Trời" hay "các vị thần" là các khái niệm có ý nghĩa, nhưng ta không có bằng chứng cho các khái niệm đó, do đó, trong khi chờ đợi, ta phải chọn lập trường mặc định là không tin vào các khái niệm đó.

Agony – đau đớn, khổ cực, phiền muộn

Agrarian - thuộc ruộng đất

Ahimsa – harmlessness - Ahimsa (Sanskrit, Pali: avihimsa) is a term meaning 'to not injure'. The word is derived from the Sanskrit root hims – to strike; himsa is injury or harm, a-himsa is the opposite of this, i.e. cause no injury, do no harm. Ahimsa is also referred to as nonviolence, and it applies to all living beings including animals according to many Indian religions.

Ajatasattu's Treachery - by A. Ferdinand Herold

DEVADATTA was musing: "Siddhartha thought to humiliate me by making light of my intelligence. I shall show him he is mistaken. My glory will overshadow his: the night-lamp will become the sun. But King Bimbisara is his faithful friend; he protects him. As long as the king is living, I can do nothing. Prince Ajatasattu, on the other hand, honors me and holds me in high esteem; he reposes implicit confidence in me. If he were to reign, I would get everything I desire."

He went to Ajatasattu's palace.

"Oh, prince," said he, "we are living in an unfortunate age! They that are best fitted to govern are likely to die without ever having reigned. Human life is so brief a thing! Your father's longevity causes me no little concern for you."

He kept on talking, and he was presently giving the prince most evil advice. The prince was weak; he listened. Before long, he had decided to kill his father."

Night and day, now, Ajatasattu wandered through the palace, watching for an opportunity to slip into his father's apartments and make away with him. But he could not escape the vigilance of the guards. His restlessness puzzled them, and they said to King Bimbisara:

"O king, your son Ajatasattu has been behaving strangely of late. Could he be planning an evil deed?"

"Be silent," replied the king. "My son is a man of noble character. It would not occur to him to do anything base."

"You ought to send for him, O king, and question him."

"Be silent, guards. Do not accuse my son lightly."

The guards continued to keep a close watch, and at the end of a few days, they again spoke to the king. To convince them that they were mistaken, the king summoned Ajatasattu. The prince appeared before his father. He was trembling.

"My lord," said he, "why did you send for me?"

"Son," said Bimbisara, "my guards say that you have been behaving strangely of late. They tell me you wander through the palace, acting mysteriously, and that you shun the gaze of those you meet. Son, are they not lying?"

"They are not lying, father," said Ajatasattu...

Remorse suddenly overwhelmed him. He fell at the king's feet, and out of the depths of his shame, he cried:

"Father, I wanted to kill you."

Bimbasara shuddered. In a voice full of anguish, he asked:

"Why did you want to kill me?"

"In order to reign."

"Then reign," cried the king. "Royalty is not worth a son's enmity."

Ajatasattu was proclaimed king the next day.

The first thing he did was to have great honors paid to his father. But Devadatta still feared the old king's authority; he decided to use his influence against him.

"As long as your father is allowed his freedom," he said to Ajatasattu, "you are in danger of losing your power. He still retains many followers; you must take measures to intimidate them."

Devadatta again was able to impose his will on Ajatasattu, and poor Bimbasara was thrown into prison. Ajatasattu presently decided to starve him to death, and he allowed no one to take him any food.

But Queen Vaidehi was sometimes permitted to visit Bimbisara in his prison, and she would take rice to him which he ate ravenously. Ajatasattu, however, soon put a stop to this; he ordered the guards to search her each time she went to see the prisoner. She then tried to hide the food in her hair, and when this, too, was discovered, she had to use great ingenuity to save the king from dying of hunger. But she was repeatedly

found out, and Ajatasattu, finally, denied her access to the prison.

In the meanwhile, he was persecuting the Buddha's faithful followers. They were forbidden to look after the temple where Bimbisara, formerly, had placed a lock of the Master's hair and the parings of his finger-nails. No longer were flowers or perfume left there as pious offerings, and the temple was not even cleaned or swept.

In Ajatasattu's palace there dwelt a woman named Srimati. She was very devout. It grieved her to be unable to perform works of holiness, and she wondered how, in these sad times, she could prove to the Master that she had

kept her faith. Passing in front of the temple, she complained bitterly to see it so deserted, and when she noticed how unclean it was, she wept.

"The Master shall know that there is still one woman in this house who would honor him," thought Srimati, and at the risk of her life, she swept out the temple and decorated it with a bright garland.

Ajatasattu saw the garland. He was greatly incensed and wanted to know who had dared to disobey him. Srimati did not try to hide; of her own accord, she appeared before the king.

"Why did you defy my orders?" asked Ajatasattu.

"If I defied your orders," she replied, "I respected those of your father, King Bimbisara."

Ajatasattu did not wait to hear further. Pale with fury, he rushed at Srimati and stabbed her with his dagger. She fell, mortally wounded; but her eyes were shining with joy, and in a happy voice, she sang:

"My eyes have seen the protector of the worlds; my eyes have seen the light of the worlds, and for him, in the night, I have lighted the lamps. For him who dissipates the darkness, I have dissipated the darkness. His brilliance is greater than the brilliance of the sun; his rays are purer than the rays of the sun, and my rapt gaze is dazzled by the splendor. For him who dissipates the darkness, I have dissipated the darkness."

And, dead, she seemed to glow with the light of sanctity.

---oOo---

Hoàng tử A Xà Thế - Prince Ajatasattu

Hoàng tử A Xà Thế, bị Đề Bà Đạt Đa xúi dục, âm mưu sát hại vua cha là Tần Bà Ta La để chiếm ngôi. Nhưng công việc bị bại lộ, A Xà Thế bị bắt quả tang, và người cha đầy lòng từ bi không đành sử phạt xứng đáng như quần thần xin, mà nhường ngôi vàng cho Hoàng tử vì thấy con thèm muốn làm vua.

Để trả ơn, vị Hoàng tử bất hiếu vừa lên ngôi liền hạ ngục cha và ra lệnh bỏ đói cho chết dần. Chỉ một mình Hoàng thái hậu được phép vào thăm. Mỗi khi đi bà giấu đồ ăn trong túi áo đem cho chồng, A Xà Thế hay được quở trách mẹ. Sau lại bà giấu trong đầu tóc, A Xà Thế cũng biết được. Cùng đường bà tắm rửa sạch sẽ rồi thoa vào mình một thứ đồ

ăn làm bằng mật ong, đường và sữa. Vua gọt lấy món ăn này để nuôi sống. Nhưng A Xà Thế cũng bắt được và cấm hẳn mẹ không cho vào thăm vua cha nữa.

Lúc ấy vua Tần Bà Ta La cam chịu đói, nhưng lòng vẫn không oán trách con. Ngài đã đắc quả Tư Đà Hoàn nên thản nhiên, cố gắng đi lên xuống kinh hành, thọ hưởng hạnh phúc tinh thần. Thấy cha vẫn vui tươi A Xà Thế nhất định giết cho khuất mắt nên hạ lịnh cho người thợ vào khám, lấy dao bén gọt gót chân vua cha, xát dầu và muối vào rồi hơ trên lửa nóng.

Khi người cha bất hạnh thấy người thợ cạo đến thì mừng thầm ngờ rằng con mình đã ăn năn hối cải, cho người đến cạo râu tóc để rước về. Trái với sự mong ước của Ngài, anh thợ cạo đến chỉ đem lại cho Ngài cái chết vô cùng thê thảm.

Cùng ngày ấy, vợ A Xà Thế hạ sanh một hoàng nam. Tin lành đến vua một lượt với tin vua Tần Bà Ta La chết trong ngục.

Tin chánh hậu hạ sanh hoàng nam được đọc trước. Nỗi vui mừng của A Xà Thế không sao kể xiết. Cả người nghe nhẹ nhàng vui sướng. Tình thương của một người cha lần đầu tiên chớm nở trong lòng, mặn nồng sâu sắc, thấm vô từng khớp xương ống tủy. Đứa con đầu lòng là một nguồn yêu thương, là cơ hội để cha mẹ thưởng thức một tình thương mới mẻ đậm đà, vô cùng trong sạch. Cảm giác đầu tiên của người mới được đứa con đầu lòng dường như đưa họ vào cảnh giới kỳ lạ, khiến họ có cảm tưởng rằng máu huyết mình đã đổ giọt ra để nối tiếp mình.

Tức khắc A Xà Thế vội vã chạy đi tìm người mẹ yêu dấu và hỏi:

- Thưa mẫu hậu, khi con còn nhỏ Phụ hoàng có thương con không? - Tại sao con hỏi lạ vậy? Mẹ tưởng trên thế gian này không tìm đâu ra một người cha lành như cha con. Để mẹ thuật lại cho con nghe. Lúc mẹ còn mang con trong lòng, ngày nọ mẹ nghe thèm lạ lùng mọt món kỳ quái. Mẹ thèm nút vài giọt máu trong bàn tay mặt của cha con. Mà nào mẹ dám nói ra. Rồi càng ngày mẹ càng xanh xao, và sau cùng phải thú nhận với cha con. Khi nghe vậy, cha con vui vẻ lấy dao rạch tay cho mẹ nút máu. Lúc ấy các nhà chiêm tinh

trong triều tiên tri rằng con sẽ là người thù của cha con. Do đó tên con là A Xà Thế (Ajatasattu kẻ thù chưa sanh). Mẹ có ý định giết con ngay trong lòng nhưng cha con lại cản mẹ. Một hôm con có cái nhọt trên đầu ngón tay, nhức nhối vô cùng, khóc suốt ngày đêm, không ai dỗ được. Cha con đang cùng bá quan phân xử việc triều đình, nghe vậy cầm lòng không đặng, bế con trong lòng và không ngần ngại ngậm ngón tay của con trong miệng nhẹ nhẹ nút cho con đỡ đau. Gớm thay! Cái mụt nhọt bể, máu mủ tuôn ra trong miệng, cha con sợ lấy ra con sẽ nghe đau nên cha con nuốt luôn vào bụng cả mủ lẫn máu. Phải, người cha hết lòng thương yêu con, vì tình phụ tử đậm đà, nhẹ nhẹ nuốt hết vừa máu vừa mủ.

Nghe đến đó bỗng vua A Xà Thế đứng phắt dậy, kêu lên như điên: Hãy chạy mau, thả ra lập tức người cha yêu quý của trẫm. Than ôi! Người cha yêu quý đã ra người thiên cổ.

Tin thứ nhì được trao tận tay vua A Xà Thế, vua xúc động rơi lụy đầm đề. Bây giờ ông mới nhận định rằng chỉ khi bắt đầu làm cha mới biết được tình cha thương con như thế nào.

Vua Tần Bà Ta La băng hà và tức khắc tái sinh vào cảnh trời Tứ Đại Thiên Vương tên là Janavasabha.

Về sau vua A Xà Thế được gặp Đức Phật, trở nên một thiện tín lỗi lạc và tạo được nhiều công đức trong một kết tập Tam Tạng đầu tiên.

“Còn cha gót đỏ như son,
Một mai cha thác, gót con đen xì!
Còn cha nhiều kẻ yêu vì,
Một mai cha chết ai thì yêu con!”
---oOo---
KING AJATASATTU

Son of Bimbisara, King of Magadha

Son of Bimbisara, King of Magadha, and therefore half-brother to Abhayarajakumara. He succeeded his father to the throne. His mother was a daughter of Mahakosala, and he married Vajira, Pasenadi's daughter, by whom be had a son Udayibhadda.

Ajatasattu grew up to be a noble and handsome youth. Devadatta was, at this time, looking for ways and means of taking revenge on the Buddha, and seeing in the prince a very desirable weapon, he exerted all his strength to win him to his side. Ajatasattu was greatly impressed by Devadatta's powers of iddhi and became his devoted follower. He built for him a monastery at Gayasisa and waited upon him morning and evening carrying food for him, sometimes as much as five hundred cartloads in five hundred cooking pans.

Devadatta incited him to seize the throne, killing his father if necessary. When Bimbisara learnt of the prince's intentions he abdicated in his favour. But Devadatta was not satisfied till Bimbisara, who was one of the Buddha's foremost supporters, was killed. According to the Sankicca Jataka he had killed his father in previous births too.

Ajatasattu helped Devadatta in several of the latter's attempts to kill the Buddha (See Devadatta). In the Sanjiva Jataka, we are told that in past lives he had associated with the sinful and once lost his life as a result.

Later he was filled with remorse for these past misdeeds as he confesses himself; but evidently, for very shame, he refrained from visiting the Buddha till he was won over by the persuasions of his physician Jivaka Komarabhacca. And when in the end he did go to the Buddha, it was in great fear and trembling; so nervous was he that he imagined conspirators in the very silence surrounding the Buddha where he dwelt in the monastery, in Jivaka's Mango grove at Rajagaha.

It was on the occasion of this visit that the Samannaphala Sutta was preached. The king admits that he had been to various teachers before, but had failed to find satisfaction in their teachings. It is noteworthy that the Buddha greets the king cordially on his arrival and makes no mention whatever of the king's impiety. Instead, when Ajatasattu expresses his repentance at the end of the discourse, the Buddha accepts his confession and lets him off almost too lightly. But after the king had departed the Buddha tells the monks how the king's misdeeds had wrought his undoing both in this world and the next, for if he had not been guilty of them, the Eye of Truth (Sotapattimagga, says the Commentary) would have been opened for him on the occasion of this sermon. It is said that from the day of his father's death he could not sleep on account of terrifying dreams, particularly after he had heard of Devadatta's dire fate. He slept after his visit to the Buddha.

Henceforth the king became a loyal adherent of the Buddha's faith, though, as far as we know, he never waited again either upon the Buddha or upon any member of the Order for the discussion of ethical matters. He was so full of love and respect for the Buddha...

Vua A Xà Thế sám hối Hải Phạm

Sau khi giết cha là vua Tần Bà Sa La rồi, một hôm A Xà Thế nằm mộng thấy cha về mỉm cười mà nói với ông rằng:

– A Xà Thế! Ta là cha của con. Tuy con đã giết ta, nhưng ta không oán hận con. Là đệ tử của đức Phật nên ta nguyện dùng đức từ bi của Phật mà tha thứ cho con. Dầu sao con cũng đã là con của ta, nên ta chúc con một điều, chúc con sớm tỉnh ngộ sám hối mà bước đi trên con đường ánh sáng.

A Xà Thế rất buồn, nghĩ đến lòng thương của cha, nghĩ đến việc mình đã giết cha một cách vô lý, ông cảm thấy vô cùng ân hận việc đã làm.

Có một hôm, vua A Xà Thế cùng mẹ là phu nhân Vi Đề Hi ngồi cùng bàn ăn cơm. Không thấy con trai của mình là Ưu Đà Gia vào bàn ăn, ông hỏi người thị tùng:

– Ưu Đà Gia đâu, mau tìm nó về đây cùng ăn cơm...

Người hầu cận đáp:

– Ưu Đà Gia đang nghịch với chó.

Khi người hầu cận gọi Ưu Đà Gia về, chú còn ôm một con chó nhỏ trong tay. A Xà Thế hỏi con rằng:

– Tại sao con không ăn cơm?

Ưu Đà Gia nũng nịu trả lời:

– Không cho con ở chung với chó thì con không ăn cơm đâu!

A Xà Thế đành phải chìu ý con và tất cả cùng ăn cơm chung bàn với chó.

Sau một lúc, vua A Xà Thế nói với Vi Đề Hi phu nhân rằng:

– Vì thương con mà vua phải ăn cơm chung với chó, thật là khó coi!

Quốc thái phu nhân Vi Đề Hi trả lời:

– Ăn cơm chung với chó thì có chi là đặc biệt! Thiếu chi người ăn thịt chó nữa kìa! Hiện nay vua thương con, chịu ngồi ăn chung với chó mà vua đã chua chát. Sự thật tiên vương ngày trước đối với vua còn làm nhiều chuyện khó làm hơn nữa, nhưng vua không biết đó thôi.

Lúc vua còn rất nhỏ, trên ngón tay có mọc nhọt, đau đớn vô cùng, làm cho vua đêm ngày không ngủ được. Tiên vương ôm vua đặt lên đầu gối, dùng miệng ngậm nhọt độc trên ngón tay cho vua bớt đau. Có khi, khí ấm trong miệng làm cho nhọt bể ra và chảy mủ, tiên vương sợ giấc ngủ của vua bị kinh động nên không dám nhả ra, phải nuốt cả chỗ máu mủ ấy. Tiên vương thương vua như vậy đó, vì thương con nên đã làm những điều mà người khác không làm được!

Vua A Xà Thế nghe phu nhân Vi Đề Hi kể, yên lặng đặt chén cơm xuống, đứng dậy bước qua phòng bên cạnh. Từ đó trở đi, ông không còn cảm thấy làm vua là vinh quang và sung sướng nữa, trong tim ông dường như có một tảng đá thật lớn đang đè nặng.

Nghiệp báo của vua A Xà Thế hiện tiền khiến cho khắp thân ông bị nổi đầy mụn nhọt, trong tâm lại không lúc nào là không bị hối hận giày vò. Ông bèn nói với quần thần rằng:

– Bây giờ cả thân lẫn tâm của ta bị lâm bệnh nặng, nhất định là do cái tội giết hại cha mà ra, ai có thể chữa lành cho ta?

Giữa các đại thần có nhóm đệ tử lục sư ngoại đạo Nguyệt Xưng, muốn an ủi vua nên dùng đủ thứ tà giáo để chứng minh rằng vì nước mà giết cha thì không có tội, nhưng vua A Xà Thế nghe họ nói không hề yên tâm mà còn nặng thêm lòng hối hận.

Lúc ấy có một vị danh y tên là Kỳ Bà bước lên khám bệnh cho vua, hỏi rằng:

– Đại Vương, hiện giờ đại vương cảm thấy trong người như thế nào?

Vua A Xà Thế lắc đầu bảo rằng:

– Kỳ Bà! Bệnh của ta rất trầm trọng, không những thân ta mang bệnh mà bệnh khổ trong tâm cũng rất nặng. Ta nghĩ rằng ngay cả lương y, thuốc thần, chú thuật cũng đều không chữa lành cho ta được! Ngày đêm nằm trên giường ta ưu sầu khổ não, rên siết kêu la, không tài nào nhắm mắt. Kỳ Bà! Tuy ông là bậc danh y trong thiên hạ, nhưng lần này ngay cả ông cũng sẽ phải bó tay thôi!

Kỳ Bà nói một cách trang trọng:

– Đại vương! Xin ngài đừng thất vọng bi thương như vậy. Hiện nay, trên thế giới này, ngoài đức Phật ra, thần nghĩ rằng đúng là không có một người thứ hai có thể cứu bệnh cho đại vương.

Khi Kỳ Bà thốt lên những lời ấy, các tùy tùng của vua A Xà Thế đều biến sắc, họ rất sợ Kỳ Bà đã chọc giận vua. Nhưng lần này vua A Xà Thế không hề nổi giận, chỉ yên lặng nhắm mắt. Kỳ Bà quan sát biết được tâm của vua rồi, bèn nói tiếp:

– Đại Vương, thần là một thầy thuốc, tuy có thể chữa bệnh của thân thể nhưng tuyệt nhiên không chữa trị được bệnh của tâm. Đức Phật là vị y sĩ vô thượng, chỉ cần đại vương bằng lòng đến bái kiến Ngài, chắc chắn Ngài sẽ đón tiếp đại vương. Đức Phật giống như biển cả mênh mông, có thể dung nạp tất cả mọi dòng sông. Bệnh khổ của đại vương do tâm mà sinh, cần phải trị dứt bệnh căn của tâm, sau đó mới trị được bệnh của thân.

Vua A Xà Thế gật đầu nói rằng:

– Phải rồi Kỳ Bà, ông nói rất đúng. Ta cũng rất muốn bái kiến đức Phật, song ta sợ Ngài sẽ không tiếp ta vì ta là người tội lỗi. Đó là chưa kể những gì ta đã làm với Đề Bà Đạt Đa… Ta rất có lỗi với đức Phật…

Kỳ Bà biết được tâm của vua A Xà Thế ngay trong giờ phút ấy nên tiến thêm một bước nữa, nói rằng:

– Đại vương, thần nghe nói rằng ngay trong giây phút lâm chung, tiên vương đã tha tội cho đại vương rồi. Tiên vương là đệ tử của đức Phật, đệ tử của Phật mà còn tha thứ cho đại vương, không lẽ một đấng đức độ viên mãn, tâm đại bi trùm khắp như đức Phật mà lại không biết tha thứ sao?

Thần nghe đức Phật thuyết giảng rằng, nếu có người tạo tội ác mà biết khởi tâm tàm quý, khẩn thiết chí thành sám hối trước Tam Bảo thì có thể tiêu trừ tội lỗi ấy và nghiệp chướng cũng nhẹ đi. Tuy có một thời đại vương không hiểu luật nhân quả mà tạo nghiệp ác, nhưng nếu nhìn theo pháp môn tàm quý và sám hối của đức Phật thì đại vương vẫn có thể được cứu. Thần thấy đại vương nay đã có tâm tàm quý và sám hối thì đại vương đã bắt đầu bước đi trên một con đường mới rồi đó!

Thần lại đã từng nghe đức Phật giảng rằng, người có trí huệ thì không dám tạo tội, nếu không cẩn thận mà tạo tội thì sau đó biết sám hối. Người ngu si là người tạo tội mà không hối cải, hay là tạo tội xong lại còn che giấu. Nếu đại vương đến được trước mặt đức Phật mà cáo bạch sám hối, nói rõ là sẽ không tái phạm nữa, thì ánh sáng từ bi của Ngài sẽ phù hộ che chở cho đại vương.

Đại vương, người trí không che giấu tội của mình. Đức Phật thường nói, làm người phải tin sâu nhân quả, tin chắc chắn rằng không ai thoát được nghiệp báo, dẫu chỉ trong đường tơ kẽ tóc.

Trên thế giới này chỉ có hạng nhất-xiển-đề là không thể cứu được, vì họ hoàn toàn không có niềm tin nơi Tam bảo, bác bỏ nhân quả. Đại vương không phải là nhất-xiển-đề thì chắc chắn sẽ được đức Phật cứu độ.

Lòng từ ái của đức Phật vô lượng vô biên, tất cả chúng sinh đều được Ngài thương xót đến. Đức Phật không phân biệt kẻ oán người thân, kẻ thương người ghét, người giàu kẻ

nghèo, kẻ sang người hèn. Ngài cứu độ tất cả mọi người một cách bình đẳng. Đức Phật cho phép ông Bạt Đề tôn quý xuất gia, thì cũng cho phép ông Ưu Ba Ly hạ tiện xuất gia. Đức Phật tiếp nhận sự cúng dường

của phú ông trưởng giả Tu-đạt-đa, cũng không từ chối sự bố thí của kẻ bần cùng.

Đức Phật đã cảm hóa ngài Đại Ca Diếp vốn trốn tránh dục nhiễm gia nhập vào tăng đoàn, nhưng Ngài cũng đã dùng phương tiện khuyến hóa được một người đầy tham dục như Ngài Nan Đà và cho xuống tóc. Quỷ mẹ cùng Ương Quật Ma La, ai nghe tên cũng hãi hùng nhưng đức Phật đã tìm đến họ để độ hóa. Đối với ai đức Phật cũng xem như La Hầu La, đứa con duy nhất của mình, xin đại vương đừng nên nghi ngại gì cả.

Thật ra nói lên những lời này thần rất e ngại, nhưng thần không thể không nói. Bây giờ đức Phật đang đưa các vị đệ tử của Ngài đến vườn lê của hạ thần và sẽ thuyết pháp nơi đó, xin đại vương hãy mau đến tham bái Ngài, xóa tan màn mây đen tối trong tâm, để cho bầu trời được quang đãng xán lạn. Đây là một cơ hội ngàn vàng, thần khẩn khoản xin đại vương đừng bỏ lỡ!

Vua A Xà Thế nghe xong, trong mắt phát ra những tia hy vọng lẫn hối hận, ông đáp:

– Nghe khanh nói trẫm rất vui mừng, vậy khanh hãy về chọn ngày lành tháng tốt, trẫm nhất quyết đến tham bái đức Phật để van cầu sám hối. Kỳ Bà lắc đầu không đồng ý:

– Đại vương, trong giáo pháp của đức Phật, không có những sự mê tín như ngày lành tháng tốt. Đức Phật thường dặn dò các vị đệ tử của Ngài rằng không nên bói toán, bốc quẻ xem việc lành dữ. Tu học chính pháp và hành động theo Chính pháp thì ngày nào cũng lành và tháng nào cũng tốt cả. Tốt nhất là đại vương nên khởi hành ngay!

Vua A Xà Thế rất vui lòng, cho chuẩn bị thật nhiều phẩm vật cúng dường, và đưa một đại đội tùy tùng rầm rộ hướng đến vườn lê của Kỳ Bà.

Nhưng trên đường đi, A Xà Thế bỗng cảm thấy lo sợ và bất an. Ông ra lệnh cho voi lớn và cả đoàn xe ngựa phải ngừng lại, nói với Kỳ Bà rằng:

– Kỳ Bà, ta nghĩ rằng đức Phật đã lìa mọi nhiễm ô, Ngài có nhân cách thanh tịnh như trăng tròn. Tăng đoàn của Ngài toàn là những vị thánh nhân đã đoạn diệt phiền não. Ta và Đề Bà Đạt Đa đã phản nghịch đức Phật, thì làm sao Ngài lại bằng lòng tiếp kiến một kẻ cực ác vô đạo như ta? Làm sao Ngài lại chịu

đưa bàn tay cứu độ cho một kẻ tội lỗi như ta? Ta nghĩ hay là thôi vậy, chúng ta nên quay về!

Kỳ Bà nghiêm sắc mặt mà nói rằng:

– Tình thương của cha mẹ đối với con cái vốn bình đẳng, nhưng phần lớn cha mẹ thường đặc biệt lo lắng cho những đứa con có bệnh. Từ bi của đức Phật cũng bình đẳng đối với tất cả chúng sinh, nhưng đối với người có tội, Ngài đặc biệt quan tâm hơn. Đối với nhất-xiển-đề đức Phật còn thuyết chính pháp, đại vương không phải là nhất-xiển-đề thì có lý do gì mà đức Phật không từ bi cứu độ?

Vua A Xà Thế còn đang do dự, thì trong không trung bỗng nhiên có âm thanh vang lên:

– A Xà Thế, ta là Tần Bà Sa La, phụ vương của con. Con hãy tin tưởng nghe theo lời của danh y Kỳ Bà, mau đến chỗ đức Phật mà khẩn cầu sám hối. Ta cho con biết một điều là: đèn pháp sắp tắt, thuyền pháp sắp chìm, cây pháp sắp gãy, hoa pháp sắp tàn rồi. Mặt trời Phật huệ sắp lặn về tây, đức Phật sắp nhập Niết-bàn! Lúc ấy thì căn bệnh trầm trọng của con, ai sẽ cứu chữa? Tội nặng ngũ nghịch mà con đã phạm khiến cho không bao lâu nữa con sẽ đọa địa ngục. Ta thương con nên mới khuyên con hãy mau đến chỗ đức Phật mà cầu cứu. Trừ đức Phật đại giác, đời đời kiếp kiếp sẽ không còn ai có thể cứu độ con!

A Xà Thế nghe được âm thanh từ ái của cha, đau khổ quá, ngã lăn xuống đất bất tỉnh. Khi tỉnh dậy thì danh y Kỳ Bà dẫn ông xuống xe đến chỗ đức Phật đang tĩnh tọa trong giảng đường.

Đức Phật ngồi ngay ngắn trên tòa sư tử, bốn bề có đệ tử vây quanh, ánh lửa sáng rực, hương khói cuồn cuộn tỏa lên, mọi người đang an tĩnh tọa thiền. Vua A Xà Thế rửa chân bước vào giảng đường, khi Kỳ Bà đưa ông đến trước tòa của đức Phật, ông chắp hai tay trước ngực mà thưa rằng:

– Bạch Thế Tôn, thỉnh Ngài quán sát tâm con!

Đức Phật mở đôi mắt trong sáng ra, quay đầu lại từ mẫn đáp rằng:

– Đại vương! Ông tới đúng lúc. Ta đợi ông đã lâu.

A Xà Thế kinh ngạc trước sự ưu ái của đức Phật, vội vàng quỳ xuống, cúi đầu thật thấp nói một cách hổ thẹn:

– Thế Tôn từ bi! Con không xứng đáng, con là người cực ác vô đạo, nếu được Thế Tôn quát mắng con đã thấy vô cùng hạnh phúc, nay lại còn được Thế Tôn dùng lời từ ái như thế, con rất cảm kích!

Tâm đại bi của Thế Tôn không bỏ sót một chúng sinh nào, hôm nay con mới được thấy tận mắt. Thế Tôn là bậc cha lành của tất cả chúng sinh, con rất hối hận đã sát hại người cha vô tội. Bây giờ thân tâm con bất an, nguyện Thế Tôn từ bi cứu vớt!

Đức Phật nhẹ nhàng nói:

– Trên thế gian có hai loại người có thể có hạnh phúc chân chính: một là người tu thiện pháp không tạo tội, hai là người tạo tội mà biết thành tâm sám hối. Nay cơ duyên hối cải của đại vương đã thành thục. Trên đời này có ai là không phạm tội? Biết lỗi thì sửa đổi, đó là cách hành xử của người tốt. Pháp môn của ta quảng đại vô biên, đại vương cứ luôn luôn sám hối là được.

Đại vương, tội lỗi vốn không có bản thể, thực tánh vốn là không, là huyễn hóa, nếu tâm ý không còn vướng mắc thì tội lỗi cũng tự nó diệt mất. Hiểu rõ rằng tâm và tội bản thể đều là không, đều không có thật, thì đó là sám hối một cách chân chính.

Từ nay đại vương hãy lấy chính pháp trị dân, đừng làm điều phi pháp nữa. Nên lấy đức cải hóa dân, đừng nên bạo tàn. Nếu đại vương nhân từ thì danh thơm tiếng tốt sẽ lan truyền bốn phương, đại vương sẽ được chúng sinh tôn kính, không muốn phục tùng cũng không được. Chuyện quá khứ đã qua rồi, chẳng còn gì để bàn cãi đến nữa. Từ nay trở đi, việc quan trọng là làm sao sửa đổi. Đại vương mà làm việc thiện thì sẽ được an ổn, sung sướng. Tiến thêm một bước nữa thì hãy học pháp môn Tánh Không của Phật đạo, chứng quả Không để tự mình giải thoát và cứu độ muôn người.

A Xà Thế nghe đức Phật giáo huấn rồi, cảm thấy tràn đầy hy vọng và tin tưởng trong cuộc sống mới. Ông vô cùng hoan hỉ, tất cả mây đen mê vọng đã được quét sạch, quỳ trước bảo toà ông cảm động rơi nước mắt. “Lãng tử hồi đầu kim bất hoán” (kẻ chơi bời phóng túng mà biết quay về thì còn quý hơn vàng), cuối cùng A Xà Thế quy y với đức Phật và đã được cứu độ. ---ooOoOoo---

Ajita – A thị đa - Living about the time of the founders of Buddhism and Jainism, Ajita Kesakambali was one of the earliest people in recorded history to deny the existence of gods, spirits, souls, a non-material realm, the afterlife, reincarnation, absolute moral values, and karma. He was a major influence on the Indian school of philosophy known as Carvaka.

Though he denied the existence of absolute morals, he does not seem to have abused people or even sought his own pleasure, for he was an ascetic: he chose to be abstinent from “worldly pleasures” like alcohol and sex.

We will never know the details of his life and philosophy. He may have been a skilled debater because he was known as “the unconquered.”

Người vô thần tuyệt vời: Ajita Kesakambali (thế kỷ thứ 6 trước Công Nguyên)

A-thị-đa sống cùng thời với đức Phật và Kỳ Na Giáo, là một trong những người đầu tiên trong lịch sử ghi lại đã phủ nhận sự tồn tại của các vị thần, linh hồn, thế giới phi vật chất, thế giới bên kia, luân hồi, giá trị đạo đức tuyệt đối, và nghiệp lực. Ông tu khổ hạnh, kiêng cử rượu chè, khoái lạc, ảnh hưởng lớn trong triết lý Ấn Độ gọi là triết học duy vật khoái lạc… Người ta không hiểu cuộc đời và triết lý của ông, nhưng tài hùng biện thì vô địch...

Akashic record – life books in the spirit world - Quyển sách bằng hình ảnh sống động (như hình ảnh trong TV, Movie), ghi lại từng hành động, lời nói, cử chỉ...tất cả sinh vật, kể cả loài người, của mỗi linh hồn trong quá khứ cũng như tương lai...khi đầu thai trên quả địa cầu này. Sách này được quản thủ bởi “Lord of Karma”, bảo vệ bởi người hướng dẫn (Guide) hay vị Thầy (Teacher) - Công Giáo gọi là Thiên Thần - của mỗi linh hồn trong thế giới tâm linh (Spirit world)…

Akashic Records

The Akashic Records are an energetic imprint of every thought, action, emotion, and experience that has ever occurred in time and space. The Akashic Records can also be understood as the imprint of all experiences of all lifetime in all realities. They are an

etheric, holographic repository of information for human consciousness for the past, present and potentials for the future. The energy that makes up the Akashic Records is the energy of Love! The knowledge contained in the Akashic Records is imprinted upon a

subtle substance called the Akasha, which describes the energy of Love that permeates and creates everything in the Universe.

The Akashic Records contain all past, present, and future possibilities through the vibrations of compassion and joy. They are like the DNA of the universe. They contain a collection of everything that has occurred in the past, and they hold a complete set of information regarding possibilities for the future. Every individual soul has its own, unique Akashic Record. The souls of groups, events, organizations, and locations also have a unique Akashic Record.

One way to understand the Akashic Records is to envision them as a book that contains the entire history of your soul, as well as every aspect of who you are now and all the potentials for your future. This metaphorical book is so vast that it could never exist physically. Instead, it is recorded energetically in the vibration of the Love that makes up everything in the Universe.

Just as we have various kinds of physical libraries, such as law libraries and medical libraries, there are various ethereal libraries in the Akashic Records. Every person, animal, group, organization, event, and location on Earth has a unique Akashic Record. By divine birthright, we have the ability to access our own personal Akashic Records, as well as the Records of any group of which we are a part.

Every being on the planet can access the areas of the Akashic Records of which their soul plays a part. Alternately, no one can access our personal Akashic Records without our express permission. The Akashic Records are protected by spiritual beings who are referred to as the Guides, the Keepers, or the Guardians of the Akashic Records. These Spirit Keepers help us access our Akashic Records, and they hold strong energetic protection for the information contained therein.

People access the Akashic Records often through intuition, prayer, meditation, and flashes of insight. Many of us experience these glimpses of the Akashic Records on a daily basis. For many people, intentionally opening ourselves to our intuition and inner guidance provides a powerful opening to the information in the Akashic Records…

Hồ sơ Akasha

Hồ sơ Akasha* là dấu ấn năng lượng ghi khắc mọi ý tưởng, hành động, cảm xúc và kinh nghiệm từng xảy ra trong khoảng thời gian, không gian nào đó. Hồ sơ này cũng có thể được hiểu như dấu hằn của tất cả những kinh nghiệm trong suốt quá trình của cuộc sống. Đó là hệ thống, hay kho chứa lưu trữ những gì thuộc tâm thức trong quá khứ, hiện tại cũng như tương lai. Năng lượng cấu tạo hồ sơ Akasha là năng lượng của tình

thương yêu bất diệt. Vật chất chứa trong hồ sơ là chất vi tế (nhuyễn) gọi là Akasha, mô tả bằng năng lượng của tình thương yêu để cấu tạo mọi sinh vật trong vũ trụ.

Hồ sơ Akasha bao gồm những gì về quá khứ, hiện tại, cũng như tương lai, thể hiện qua lòng từ bi. Nó còn gọi là DNA của vũ tru, chứa đựng tất cả những dữ kiện cho tương lai. Mỗi linh hồn, nhóm linh hồn...đều có một hồ sơ Akasha riêng rẻ...

Hồ sơ Akasha thực sự được xem như quyển sách về lịch sử linh hồn của chúng ta, như chúng ta là ai chẳng hạn. Quyển sách quá đồ sộ đến nỗi không ai nghĩ là có thật. Sách ghi lại sự rung động năng lượng về tình nhân loại để tạo tác mọi vấn đề trong vũ trụ.

Nhân loại có thư viện về Luật pháp, Y khoa; các thư viện khác như thư viện về tâm linh. Mọi người, mọi sinh vật hay một nhóm, một tổ chức trên địa cầu này đều có hồ sơ Akasha. Quyền năng của bậc Thánh cho phép chúng ta có khả năng truy cập hồ sơ Akasha riêng cho chúng ta, cùng bất cứ hội nhóm nào có liên hệ với chúng ta.

Mỗi chúng sinh có quyền truy cập hồ sơ Akasha có liên hệ với mình. Trái lại, không ai có thể xem hồ sơ mà không có sự chấp thuận của bề trên. Hồ sơ được bảo vệ bởi những nhân vật trong giới tâm linh như linh hồn hướng dẫn (guide), linh hồn quản thủ, hay linh hồn bảo vệ hồ sơ Akasha. Những vị quản thủ này giúp chúng ta truy cập hồ sơ, ngoài ra còn dùng quyền năng để bảo vệ những điều chứa trong hồ sơ Akasha...

Người truy cập hồ sơ thường thường phải dùng trực giác, bằng cách cầu nguyện, bằng thiền quán. Nhiều người trong chúng ta có kinh nghiệm xem hàng ngày. Những người khác phải nhờ vị hướng dẫn để lấy dữ kiện trong hồ sơ Akasha...(QTC)

* Trong đạo Hindu, Akasha có nghĩa là cơ sở và bản chất trong thế giới vật chất; nguyên tố đầu tiên trong trung giới (astral world) (cõi giới trung gian giữa cõi trần và cõi trời) (Khí, Lửa, Nước, Đất theo thứ tự là 4 nguyên tố còn

lại). Nó là một trong Panchamahabhuta, hay "ngũ hành", đặc điểm chính của nó là Shabda (âm thanh). Trong Phạn ngữ nó có nghĩa là "không gian", nguyên tố đầu tiên của sáng tạo. Trong tiếng Hindi, Marathi, và Gujarati, và nhiều ngôn ngữ Ấn Độ khác, ý nghĩa của từ Akasha đã được chấp nhận là "bầu trời". ---ooOOoo---

Alabaster - thạch cao

Albeit – even though, although

Alchemy - thuật giả kim (Alchemist = method of achieving immortality)

Alchemist – the belief was that once we have transmuted (chuyển hóa) the base metal of material being into the gold of spiritual being and have thus found the symbolic philosopher's stone. We gain similar powers of transmutation over the natural world, we can in consequence turn the base metal of other people and even of our environment into gold, in the same way that contact with an enlightenment in the mind of the devotee (người ngộ đạo). The philosopher's stone can thus be put to use in both the spiritual and the material worlds...

Alcove – góc phòng thụt vào

Alienation – làm cho xa lìa

Allay – làm giảm bớt

Allegiance – lòng trung thành (Allege – cho là, khẳng định, dẫn chứng)

Allegory - lời nói bóng, chuyện ngụ ngôn

Alleviation – to make suffering more bearable = làm giảm bớt đau khổ Alleviate (verb) – làm nhẹ bớt, giảm bớt

Alley – đường đi, lối đi

Allotment – phân công, giao việc

Alluded - bị ám chỉ

Alluvial - thuộc đất bồi, phù sa

Almighty – toàn năng, quyền tối cao

Aloofness – thái độ tách rời, xa lánh (Aloof = tách rời)

Altar – bàn thờ

Altercation – cãi nhau, đấu khẩu

Altruism - lòng vị tha - Altruism can be distinguished from feelings of loyalty. Pure altruism consists of sacrificing something for someone other than the self (sacrificing time, energy or possessions) with no expectation of any compensation or benefits, either direct, or indirect (receiving recognition for the act of giving).

Altruistic – có lòng vị tha

Altruism or selflessness is the principle or practice of concern for the welfare of others. It is a traditional virtue in many cultures and a core aspect of various religious traditions and secular worldviews, though the concept of "others" toward whom concern should be directed can vary among cultures and religions. Altruism or selflessness is the opposite of selfishness.

Lòng vị tha - Tạo hóa cho mỗi người có một tính cách khác nhau. Nhiều người có lòng đố kỵ, ích kỷ, người thích tranh đua lớn nhỏ, có người lại khiêm cung sống chan hòa, giàu lòng vị tha. Lòng vị tha là hạt giống tốt lành mà tạo hóa đã ban cho mỗi con người. Lòng vị tha có thể biến thù hận thành sự thứ tha, biến sự giả dối thành chân thật và biến những sự ích kỷ trở thành sự bao dung…

Vậy vị tha là gì? Vị tha là một tấm lòng vì mọi người, biết sống vì người khác, biết hy sinh cho người khác hay nói khác đi là biết tương trợ, giúp đỡ mọi người. Vị tha là một trong những phẩm chất cao đẹp nhất của con người. Lòng vị tha làm cho người gần người hơn, làm cho cuộc sống có ý nghĩa hơn…

Amagam - hợp kim mangan, hổn hợp

Amalgamated - được pha trộn

Ambapali – As a baby, Ambapali was abandoned and left under a mango tree where she was found by a wealthy family who raised her in their household. There she mastered dancing, singing and music, and became ‘beautiful, comely and glorious to look at, like a lotus-flower’. Young noblemen vied for her favor and believed that her dazzling elegance and beguiling wit brought alive the goddesses and sultry heroines of romantic poetry. In the end, to prevent their competition turn to blows, the noblemen made her a courtesan…

Ambapali had long revered Gautama but she had never met him. When the courtesan Ambapali heard that the Blessed One was staying in her mango grove, she was exceedingly glad and went in a carriage as far as the ground was passable for carriages. There she alighted and thence proceeding to the place where the Blessed One was, she took her seat respectfully at his feet on one side. As a prudent woman goes forth to perform her religious duties, so she appeared in a simple dress without any ornaments, yet beautiful to look upon. The Blessed One thought to himself: "This woman moves in worldly circles and is a favorite of kings and princes; yet is her heart calm and composed. Young in years, rich, surrounded by pleasures, she is thoughtful and steadfast. This, indeed, is rare in the world. Women, as a rule, are scant in wisdom and deeply immersed in vanity; but she, although living in luxury, has acquired the wisdom of a master, taking delight in piety, and able to receive the truth in its completeness."

When she was seated, the Blessed One instructed, aroused, and gladdened her with religious discourse. As she listened to the law, her face brightened with delight. Then she rose and said to the Blessed One: "Will the Blessed One do me the honor of taking his meal, together with the brethren, at my house tomorrow?" And the Blessed One gave, by silence, his consent.

Now, the Licchavi, a wealthy family of princely rank, hearing that the Blessed One had arrived at Vesali and was staying at Ambapali's grove, mounted their magnificent carriages, and proceeded with their retinue to the place where the Blessed One was. The Licchavi were gorgeously dressed in bright colors and decorated with costly jewels. And Ambapali drove up against the young Licchavi, axle to axle, wheel to wheel, and yoke to yoke, and the Licchavi said to Ambapali, the courtesan: "How is it, Ambapali, that you drive up against us thus?"

"My lords," said she, "I have just invited the Blessed One and his brethren for their tomorrow's meal." And the princes replied: "Ambapali! give up this meal to us for a hundred thousand."

"My lords, were you to offer all Vesali with its subject territory, I would not give up so great an honor!"

Then the Licchavi went on to Ambapali's grove. When the Blessed One saw the Licchavi approaching in the distance, he addressed the brethren, and said: "O brethren, let those of the brethren who have never seen the gods gaze upon this

company of the Licchavi, for they are dressed gorgeously, like immortals."

And when they had driven as far the ground was passable for carriages, the Licchavi alighted and went on foot to the place where the Blessed One was, taking their seats respectfully by his side. And when they were thus seated, the Blessed One instructed, aroused, and gladdened them with religious discourse. Then they addressed the Blessed One and said: "Will the Blessed One do us the honor of taking his meal, together with the brethren, at our palace tomorrow?"

"O Licchavi," said the Blessed One, I have promised to dine tomorrow with Ambapali, the courtesan." Then the Licchavi, expressing their approval of the words of the Blessed One, arose from their seats and bowed down before the Blessed One, and, keeping him on their right hand as they passed him, they departed thence; but when they came home, they cast up their hands, saying: "A worldly woman has outdone us; we have been left behind by a frivolous girl!"

Ambapali – Khi Ambapali là một đứa trẻ sơ sinh bị bỏ dưới gốc cây xoài, một gia đình giàu có tìm thấy đem về nuôi. Khi lớn lên, nàng ca múa rất tuyệt diệu, và trở thành một thiếu nữ đẹp đẻ sang trọng như đóa hoa sen. Những vị quý tộc trẻ khao khát vẻ đẹp tươi sáng của nàng như nữ thần đầy thơ mộng. Cuối cùng, để tránh sự tranh giành có thể sinh ẩu đả, các vị công tử đành xem nàng như cô kỹ nữ. Tài sắc của Ambapali khiến cho hàng Vương Tôn Công Tử từ tứ phương tìm đến mua vui với nàng. Chính nhờ nàng mà thành Vesali càng ngày càng trở nên hào hoa lộng lẫy.

Mỗi khi các vị Tiểu Vương Vesali đến yết kiến đức Phật, từ xa thấy họ đến. Ngài thường nói với các vị Tỳ-Kheo: "Thầy nào chưa từng thấy 33 vị Trời ở

cung Đạo Lợi, nên dòm các vị Tiểu Vương kia kìa. Các vị Tiểu Vương và nàng Ambapali thường tranh nhau thỉnh đức Phật về nhà thọ thực. Ngày nọ, nàng Ambapali đến thỉnh đức Phật, trên đường về gặp xe giá các vị Tiểu Vương, nàng khoe rằng: "Tâu cùng chư Đại Vương, thiếp rất hân hạnh được đức Thể Tôn và Chư Tăng nhậm lời ngày mai đến thọ trai tăng tại tệ xá".

Các vị Tiểu Vương cũng tính vào Tịnh-xá thỉnh đức Phật, nghe vậy mới đề nghị rằng: "Này cô Ambapali, cô nhường buổi trai tăng ấy cho chúng tôi đi, chúng tôi sẽ chịu cho cô 1000 đồng".

Nàng Ambapali đáp lại: "Xin quý Ngài tha thứ cho, dẫu quý Ngài cho trọn cả thành Vesali, thiếp cũng không thể hồi bữa trai tăng ấy để nhường lại cho quý Ngài".

Các vị Tiểu Vương thất vọng, búng tay nói: "Quả thật chúng ta bị thua một người đàn bà yếu nhược".

Sau bữa trai tăng này, nàng Ambapali dâng cho đức Phật một vườn xoài, trong ấy có cất một vọng tháp tốt đẹp, nằm về hướng Đông Bắc thành Vesali... Sau này, Ambapali cũng xuất gia và chứng quả A la hán.

Sự kiện Ambapali cho thấy, cửa Đạo Từ Bi mở rộng cho tất cả mọi người, không phân biệt giàu sang, nghèo hèn và đẳng cấp xã hội. Một dâm nữ như Ambapali, nếu thành tâm hối lỗi, cũng có thể xuất gia, tinh tấn tu học và chứng Thánh quả cao nhất. Một lòng tin thuần thành, và một nỗ lực lớn nhất: đó là điều kiện cơ bản để đi vào đạo Thánh và trở thành bậc Thánh trên thế giới này. Đạo Phật không đòi hỏi một điều kiện nào khác. ---oOo---

Ambiance – môi trường, lớp không khí cuả một địa điểm

Ambiguous – mơ hồ, tối nghiã (Ambiguity – không rõ nghiã)

Ambivalence – mâu thuẫn trong tư tưởng (vừa yêu vừa ghét)

Ambrosia - thức ăn của thần thánh - In ancient Greek mythology, ambrosia is sometimes the food or drink of the Greek gods (or demigods), often depicted as conferring immortality upon whoever consumed it.

Ameliorate - cải thiện

Amenability - chịu trách nhiệm, tuân theo, phục tùng

Amitabha – Buddha of immeasurable light – Vô Lượng Quang Như Lai

Amitabha Buddha - The Lord of Light and Life

Amitabha (Sanskrit), also known as Amida or Amitayus, is a celestial buddha according to the scriptures of Mahayana Buddhism. Amitabha is the principal buddha in Pure Land Buddhism, a branch of East Asian Buddhism. In Vajrayana Buddhism, Amitabha is known for his longevity attribute, magnetising red fire element, the aggregate of discernment, pure perception and the deep awareness of emptiness of phenomena. According to these scriptures, Amitabha possesses infinite merits resulting from good deeds over countless past lives as a bodhisattva named Dharmakara. Amitabha means "Infinite Light", and Amitayus means "Infinite Life" so Amitabha is also called "The Buddha of Immeasurable Light and Life".

Doctrine

According to the Larger Sutra of Immeasurable Life, Amitabha was, in very ancient times and possibly in another system of worlds, a monk named Dharmakara. In some versions of the sutra, Dharmakara is described as a former king who, having come into contact with Buddhist teachings through the buddha Lokesvararaja, renounced his throne. He then resolved to become a buddha and so to come into possession of a buddhakestra ("buddha-field", a realm existing in the primordial universe outside of ordinary reality, produced by a buddha's merit) possessed of many perfections. These resolutions were expressed in his forty-eight vows, which set out the type of buddha-field Dharmakara aspired to create, the conditions under which beings might be born into that world, and what kind of beings they would be when reborn there.

In the versions of the sutra widely known in China, Vietnam, Korea and Japan, Dharmakara's eighteenth vow was that any being in any universe desiring to be

reborn into Amitabha's pure land (Vietnamese: tịnh độ) and calling upon his name even as few as ten times will be guaranteed rebirth there. His nineteenth vow promises that he, together with his bodhisattvas and other blessed Buddhists, will appear before those who call upon him at the moment of death. This openness and acceptance of all kinds of people has made belief in pure lands one of the major influences in Mahayana Buddhism. Pure Land

Buddhism seems to have first become popular in Gandhara, from where it spread to Central Asia and China.

The sutra goes on to explain that Amitabha, after accumulating great merit over countless lives, finally achieved buddhahood and is still residing in his land of Sukhavati, whose many virtues and joys are described. The basic doctrines concerning Amitabha and his vows are found in three canonical Mahayana texts:

Infinite Life Sutra

Amitayurdhyana Sutra

Amitabha Sutra

Through his efforts, Amitabha created a pure land called Sukhavati (Sanskrit: "possessing happiness"). Sukhavati is situated in the uttermost west, beyond the bounds of our own world. By the power of his vows, Amitabha has made it possible for all who call upon him to be reborn into this land, there to undergo instruction by him in the dharma and ultimately become bodhisattvas and buddhas in their turn (the ultimate goal of Mahayana Buddhism). From there, these same bodhisattvas and buddhas return to our world to help yet more people.

Amitabha is the buddha of comprehensive love. He lives in the West (represented as a meditating Buddha) and works for the enlightenment of all beings (represented as a blessing Buddha). His most important enlightenment technique is the visualization of the surrounding world as a paradise. Those who see his world as a paradise awaken his enlightenment energy. The world can be seen as a paradise by a corresponding positive thought (enlightenment thought) or by sending light to all beings (wish all beings to be happy). After the Amitabha doctrine, one can come to paradise (in the Pure Land of Amitabha), if they visualize at their death Amitabha in the heaven (sun) over their head (western horizon), think his name as a mantra and leave the body as a soul through the crown chakra.

Iconography

Amitabha is said to display 84,000 auspicious and distinguishing marks reflecting his many virtues. Amitabha can often be distinguished by his

mudra: Amitabha is often depicted, when shown seated, displaying the meditation mudra (thumbs touching and fingers together as in the Great Buddha of Kamakura at Kotoku-in or the exposition mudra, while the earth- touching mudra (right hand

pointed downward over the right leg, palm inward) is reserved for a seated Gautama Buddha alone. He can also be seen holding a lotus in his hands while displaying the meditation mudra.

There is a difference between Amitayus and Amitabha. Amitayus - the Buddha of Infinite Life - and Amitabha - the Buddha of Infinite Light - are essentially identical, being reflective images of one another. Sutras in which Gautama Buddha expounds the glories of Sukhavati, the Pure Lands, speak of the presiding Buddha sometimes as Amitabha and sometimes as Amitayus. When depicted as Amitayus he is depicted in fine clothes and jewels and as Amitabha in simple monk's clothing. They are also simply known as Amida in the Chinese and Japanese tradition. The image of the gold colored statue in the article is of Amitayus as he is wearing a five-pointed crown, which is the easiest way to distinguish them. Amitayus is an emanation of Amitabha. Amitabha is the head of the Lotus family.

When standing, Amitabha is often shown with left arm bare and extended downward with thumb and forefinger touching, with the right hand facing outward also with thumb and forefinger touching. The meaning of this mudra is that wisdom (symbolized by the raised hand) is accessible to even the lowest beings, while the outstretched hand shows that Amitabha's compassion is directed at the lowest beings, who cannot save themselves.

When not depicted alone, Amitabha is often portrayed with two assistants: Avalokitesvara on the right and Mahasthamaprapta on the left.

In Vajrayana, Amitabha is the most ancient of among the Dhyani Buddhas. He is of red color originating from the red seed syllable hrih. He represents the cosmic element of "Sanjana" (name). His vehicle is the peacock. He exhibits Samadhi Mudra his two palms folded face up, one on top of the other, lying on his lap. The lotus is his sign. When represented on the stupa, he always faces toward west. He is worshiped thinking that one can have salvation...

Phật A Di Đà – Âm dịch từ chữ Amita, chữ Phạn (Sanskrit) là Amitabha (Vô lượng Quang), và Amitayus (Vô lượng Thọ). Đời quá khứ hằng hà sa kiếp trước, Ngài là vua Chuyển Luân tên là Vô Tránh Niệm. Ngài có một quan Đại

thần tên là Bảo Hải, rất giàu lòng tín ngưỡng. Một hôm vua nghe Đức Phật Bảo Tạng đến thuyết pháp tại vườn Diêm Phù ở gần bên thành, Ngài với quan Đại thần Bảo Hải liền đến nghe và rất hài lòng. Vua phát tâm thỉnh Phật và đại chúng vào vương cung cúng dường trọn ba tháng để cầu phúc báu.

Đức Phật khuyên vua nên phát Bồ đề tâm cầu đạo Vô thượng chánh đẳng chánh giác.

Khi đó Đức Phật Bảo Tạng liền phóng hào quang sáng ngời, soi khắp cả thế giới của chư Phật mười phương, cho chúng hội đồng thấy. Bảo Hải đại thần liền tâu với vua Vô Tránh Niệm: "Nay Bệ hạ nhờ oai thần của Phật, được thấy các thế giới, vậy Bệ hạ muốn cầu lấy thế giới nào?".

Vua đảnh lễ Phật, quỳ gối chắp tay phát lời đại nguyện, cầu xin sau khi tu hành thành Phật, quốc độ và nhân dân của Ngài đều được trang nghiêm thanh tịnh. Do nhân duyên ấy, sau Ngài thành Phật hiệu là A Di Đà ở cõi Tây phương Cực lạc.

Phật A Di Đà hiện đang là giáo chủ cõi Phật ở Tây phương cực lạc. Trước khi thành Phật, ngài đã có 48 nguyện rộng lớn, trong đó điều 19 nguyện rằng: ”Khi tôi thành Phật, mười phương chúng sinh phát Bồ Đề tâm tu các công đức, nguyện sinh đến cõi nước tôi khi lâm chung, nếu tôi chẳng cùng đại chúng hiện thân trước người đó, thì tôi không ở ngôi Chính giác”…Vậy những ai muốn được sinh về Tây phương cực lạc, hãy kiên trì ngày đêm niệm “Nam mô Tây phương cực lạc thế giới đại từ đại bi tiếp dẫn Đạo Sư A Di Đà Phật”, hoặc“Nam mô A Di Đà Phật”. Miệng niệm, tâm muốn thấy Phật A Di Đà, nguyện sinh về Tây phương cực lạc. Niệm cho tới nhất tâm bất loạn, khi nhắm mắt qua đời, đã có chỗ quy hướng là cõi Tây phương Cực Lạc của Phật A Di Đà. Sinh về đó rồi tiếp tục tu hành, không mất hột giống lành, chờ ngày tu hành thành Phật..

ĐỨC PHẬT A-DI-ĐÀ LÀ AI?

Trong cuộc sống hàng ngày của dân gian, chúng ta rất quen thuộc với nhóm từ “Nam mô A Di Đà Phật” Vậy nhóm từ đó có ý nghĩa là gì? Muốn hiểu tường tận ý nghĩa nhóm từ đó, chúng ta phải có một trình độ khá cao về khoa học.

Nam mô có nguồn gốc là từ Namah (tiếng Phạn) hoặc Namo (tiếng Pali) có nghĩa quy y, kính lạy, quy phục, đem mình về với. Nam mô A Di Đà Phật là

Hán dịch từ tiếng Phạn Namah Amitabhaya buddhaya có nghĩa là quy y Đức Phật A Di Đà.

A Di Đà là danh từ phiên âm có gốc từ hai chữ trong tiếng Phạn: amitabha và amitayus. Amitabha dịch nghĩa là “vô lượng quang” – “ánh sáng vô lượng”; amitayus có nghĩa là “vô lượng thọ” – “thọ mệnh vô lượng”.

A Di Đà được thế gian hình tượng hóa thành vị Phật của thế giới Tây phương cực lạc, nơi chỉ có vui mà không có khổ.

Vô lượng quang biểu hiện ý nghĩa không gian vô tận, cùng khắp không gian. Vô lượng thọ biểu hiện thời gian vô cùng, thời gian không giới hạn. Các ý nghĩa này là muốn hiển thị Tâm linh bất nhị của Đạo Phật. Bất nhị cũng không phải là một, mà là không có số lượng. Cùng khắp không gian, cùng khắp thời gian và không có số lượng, đó mới là ý nghĩa thực sự của danh xưng A-Di Đà tức là vô lượng quang, vô lượng thọ. Cùng khắp không gian, cùng khắp thời gian, không có số lượng cũng có nghĩa là không có không gian, không có thời gian, không có số lượng, đó là vì Tâm như hư không vô sở hữu hay Phật tánh bất nhị, bất biến, bất sinh bất diệt, cũng có nghĩa là Niết Bàn (Nirvana).

Phật (Buddhaya) không phải là một vị thần linh, mà chỉ là một người giác ngộ, tự mình thân chứng bản tâm bất nhị là bản thể của vũ trụ vạn vật. Kinh điển Phật giáo nói rằng khi Đức Phật Thích Ca ngộ đạo dưới gốc cây bồ đề, thì các thần thông, là những thuộc tính vốn có của tâm giác ngộ, hiện ra đầy đủ, nên: Về mặt không gian Ngài nhìn thấy suốt cả Tam thiên đại thiên thế giới, còn gọi là Tam giới tức là Ba cõi thế giới, bao gồm

Dục giới – [tiếng Sanskrit: kamaloka, thế giới mà chúng ta đang sống]; Sắc giới [skt. rupaloka thế giới cõi trời nơi chúng sinh có thọ mạng lâu dài hơn cõi thế gian] và Vô Sắc giới [skt. arupaloka, thế giới nơi chúng sinh không còn thân thể vật chất mà chỉ còn tinh thần, ý thức]. Về mặt thời gian, Ngài nhìn thấy suốt cả quá khứ vị lai không có bắt đầu, không có kết thúc. Về mặt số lượng, Ngài nhìn thấy vô lượng vô biên thế giới, vật thể, chúng sinh, không phân biệt lớn nhỏ, từ vũ trụ bao la đến thế giới vi mô của những vật thể cực kỳ nhỏ bé mà ngày xưa không có danh từ diễn tả, nên tạm gọi là vi trần (hạt bụi nhỏ). Thật ra Ngài nhìn thấy cả thế giới hạ nguyên tử (Sub Atomic) thấy cả những vật thể như hạt quark, electron, neutrino. Cái thấy đó vô cùng siêu việt, Ngài nhận ra cả những khoảnh khắc thời gian cực ngắn gọi là sát-na nhiều lần nhỏ hơn một giây đồng hồ (second). Đó gọi là chánh biến tri, biết cùng khắp không gian thời gian. Vì sao cái biết lại tuyệt đối như vậy? Bởi vì Thích Ca chính là Tâm bất nhị, chính là Tam giới. Bộ Kinh Thành Duy Thức Luận của ngài Huyền Trang dịch, đã

tổng kết: “Tam giới duy tâm, vạn pháp duy thức” Tức là cái vũ trụ tưởng đâu là ở bên ngoài, độc lập khách quan, cũng chỉ là biến hiện của Tâm mà thôi. Cái tâm linh giác ngộ đó, mọi chúng sinh đều có sẵn, và không hề thua kém chút nào so với Phật Thích Ca, bởi vì đều chung một Tâm bất nhị, nhưng vì mê muội chạy theo thế giới vật chất nhỏ bé tầm thường, chúng không “ngộ” được mà thôi, và vì không giác ngộ nên chúng trôi lăn trong vòng sinh tử luân hồi đầy đau khổ. Đức Phật thấu hiểu tính chất trống rỗng của nguyên tử vật chất, một điều mà phải đến cuối thế kỷ 20, nghĩa là 25 thế kỷ sau thời Đức Phật, những nhà bác học hàng đầu của nhân loại mới hiểu, khi họ khám phá ra hạt quark với đặc tính lạ lùng.

Một hạt quark đơn lẻ không tồn tại, phải 3 hạt quark hợp lại mới thành lập được hạt proton hoặc hạt neutron, đây là 2 thành phần của hạt nhân nguyên tử. Rồi các điện tử (electron) xoay quanh hạt nhân tạo thành nguyên tử vật chất, rồi các nguyên tử của 4 loại nguyên tố C, H, O, N tạo thành các phân tử hữu cơ, từ đó hình thành sinh vật và con người. Nhưng quark và electron cũng như tất cả mọi hạt cơ bản khác (subatomic particles) cũng chỉ là hạt ảo. Do đó cái vũ trụ hình thành từ hạt ảo chỉ có trong tâm tưởng chứ không phải sự thật khách quan ở bên ngoài. Chính vì Đức Phật hiểu bản chất trống rỗng của nguyên tử, Ngài mới đưa ra thuyết triết học tánh không Sunyata (Emptiness) của vạn vật (Trình bày cô đọng trong Bát Nhã Tâm Kinh chỉ có 260 chữ). Tại sao từ bản chất là không lại xuất hiện thế giới, vũ trụ, vạn vật? Đó là do trùng trùng duyên khởi, sự kết hợp có điều kiện mà hạt nhân đầu tiên lại không thể khẳng định, chẳng hạn một hạt quark thì không tồn tại, nhưng 3 hạt quark hợp lại thì xuất hiện hạt proton hoặc hạt neutron, để rồi từ đó hình thành nguyên tử và vạn vật. Đức Phật tạm đưa ra thuyết “thập nhị nhân duyên” để giải thích sự hình thành của vật chất và sinh vật trong đó có con người. Ngày nay với việc phát minh ra máy vi tính, con người đã chứng minh một cách rõ ràng rằng những hiện tượng ảo trên màn hình vi tính như: hình ảnh, màu sắc, âm thanh, chữ viết v.v... chỉ là trùng trùng duyên khởi của điện tử (electron) quy về hai trạng thái của dòng điện, có dòng điện chạy qua (số 1), không có dòng điện chạy qua (số 0), từ đó hình thành kỹ thuật số theo hệ thống nhị phân, và phát triển thành công nghệ thông tin với vô số ứng dụng như hiện nay.

Trở lại với thế giới đời thường, Đức Phật thấy rằng tất cả sơn hà đại địa, nhà cửa lâu đài, vạn vật, con người đều chỉ là nhân duyên (sự kết hợp có điều kiện) của cái không (trống rỗng không là gì cả, cái hư không vô sở hữu (không phải là sự thật tuyệt đối). Chỉ có cái bản tâm bất nhị, bất biến, bất sinh bất diệt, vô ngã (không phân biệt ta và người), vô lượng (không có số lượng), tuyệt đối (vô phân biệt, không có các cặp phạm trù mâu thuẫn) mới đích thực là mình,

tất cả chúng sinh đều có chung một tâm đó. Vì thế Ngài nói rằng: tất cả chúng sinh đều là Phật đã thành (chứ không phải sẽ thành) bởi vì cái bản tâm đó đã sẵn có (trước khi vũ trụ được thành lập) chỉ cần buông bỏ cái tâm nhỏ hẹp, mê muội, chấp trước (không phải là mình thật) để hòa nhập vào cái tâm vô lượng quang, vô lượng thọ (tức A Di Đà), cái đó còn gọi là Niết Bàn, skt. nirvana tức là bất sinh bất diệt hay là không còn sinh diệt (diệt tận).

Những kiến giải của Đức Phật về thế giới đã được các nhà khoa học hàng đầu thế giới hiện nay thừa nhận. Kể sơ như sau :

Niels Bohr (1885-1962, nhà vật lý người Đan Mạch, giải Nobel vật lý 1922) nói “Isolated material particles are abstractions” (Hạt vật chất cơ bản cô lập thì trừu tượng- tức không phải vật thật).

Heisenberg, (1901-1976 nhà vật lý lý thuyết người Đức người phát minh ra nguyên lý bất định - không thể đồng thời xác định vị trí và vận tốc hay động lượng của một hạt, ví dụ electron) nói: “Atoms and elementary particles…form a world of potentialities or possibilities, rather than one of things or facts…atoms are not things” (Nguyên tử và các hạt cơ bản…hình thành một thế giới tiềm thể hay có khả năng hiện hữu, chứ không phải một thế giới của vật thể hay sự vật có thật…Nguyên tử không phải là vật)

Von Neumann (1903-1957 nhà toán học người Mỹ gốc Hungary, có nhiều đóng góp cho vật lý lượng tử và khoa học máy tính) phát biểu: “Nothing would be real unless consciousness exists, that all real things are constituents of consciousness – which is a complete reversal of materialism” (Không có cái gì là thật trừ phi ý thức hiện hữu, tất cả vật thật đều cấu thành từ ý thức - điều này hoàn toàn trái ngược với chủ nghĩa duy vật).

Eugene Wigner (1902-1995 nhà vật lý và toán học người Hungary, giải Nobel vật lý năm 1963) viết: “The very study of the external world led to the conclusion that the content of the consciousness is an ultimate reality. Particles only exist when observed, and so the reality of particles entails that consciousness is a fundamental element of reality” (Càng nghiên cứu thế giới bên ngoài, càng dẫn tới kết luận rằng nội dung của ý thức là thực tại tối hậu. Hạt chỉ hiện hữu khi được quan sát, và như thế thực tại của hạt bắt buộc rằng ý thức là yếu tố cơ bản của thực tại).

Stephen Hawking (nhà toán học và vật lý người Anh, hiện mang chức danh Giáo sư Lucasian tức giáo sư Toán học của Đại học Cambridge, chỉ những

nhà khoa học xuất sắc như Isaac Newton hay Paul Dirac mới có chức danh này) và Neil Turok (sinh năm 1958 tại Johannesburg, South Africa, Giáo sư Vật Lý của Đại học Princeton, Giám đốc Viện Perimeter về Vật Lý lý thuyết) nói: “The quantum world is one of virtual particles continually fluctuating in and out of existence, even in a vacuum, of superstrings vibrating and twisting in ten or eleven dimensions, most of which are ‘rolled up’ and invisible, of a reality in which gravitation, spacetime and matter are or were merged in one ‘instanton” (Thế giới lượng tử là thế giới của các hạt ảo không ngừng dao động qua lại giữa hiện hữu và cả hư không, của siêu dây rung động và biến dạng trong 10 hoặc 11 chiều kích - phần lớn những chiều kích ấy bị cuốn lên và vô hình - của một thực tại trong đó lực hấp dẫn, thời không, và vật chất, được hoặc đã được kết hợp lại trong ‘sát-na hiện tiền’).

Thế giới lượng tử (quantum world) là thế giới nào? Đó cũng chính là thế giới vật chất, sinh học và tâm lý mà chúng ta đang sống chứ chẳng phải thế giới nào khác. Vấn đề không gian, thời gian, số lượng là không có thật, cũng được hiện tượng rối lượng tử chứng minh một cách rõ ràng, cụ thể và chắc chắn.

Hiện tượng rối lượng tử (quantum entanglement) mới được khoa học chứng thực gần đây (thí nghiệm của Alain Aspect đầu thập niên 1980 và của Nicolas Gisin năm 2008) là thực nghiệm tiêu biểu xác nhận tính tương đối của không gian, thời gian và số lượng, tức là cả ba đại lượng trên đều không độc lập tồn tại. Hiện tượng rối lượng tử là hiện tượng các hạt cơ bản như photon, electron, proton, neutron, và kể cả nguyên tử, có thể xuất hiện đồng thời tại hai hoặc nhiều vị trí khác nhau, khiến người quan sát không thể xác định chúng là một hạt cùng lúc ở nhiều vị trí, hay là nhiều hạt giống hệt nhau ở tại các vị trí khác nhau. Nhưng điều quan trọng là nếu có sự biến đổi của một hạt ở vị trí này thì tất cả các vị trí khác đều biến đối y hệt, tức thời, bất kể khoảng cách bao xa. Nicolas Gisin, nhà vật lý của Đại học Geneve phát biểu: “điều thú vị ở đây là tự nhiên có thể tạo ra các sự kiện cùng xuất hiện ở nhiều địa điểm”.

Năm 2002, nhà vật lý Australia gốc Trung Quốc Ping Koy Lam cùng cộng sự tại Đại học Quốc gia Australia ở Canberra (ANU) đã thực hiện thành công thí nghiệm chuyển thông tin theo nguyên lý hoàn toàn mới dựa trên “tương tác ma quỷ” (spooky action at a distance) tức hiện tượng rối lượng tử, của các quang tử (photon). Đúng vào lúc một chùm laser chứa những dữ liệu thông tin nhất định bị huỷ tại một vị trí trong phòng thí nghiệm, thì nhóm của Lam đã thấy xuất hiện một chùm laser khác giống hệt như thế tại một vị trí khác cách vị trí ban đầu 1 mét. Mặc dù chùm sáng không hề chuyển động từ điểm này đến điểm kia nhưng vì hai chùm sáng giống hệt nhau nên người quan sát

có cảm tưởng rằng, chùm sáng đã được di chuyển tức thời, từ điểm này đến điểm kia.

Trong một thí nghiệm khác gần đây hơn, năm 2008, các nhà khoa học tại Geneve, Thụy Sĩ tạo ra những cặp photon hoặc các gói ánh sáng. Chúng được chia ra rồi truyền qua cáp quang được Swisscom cung cấp, đến hai trạm tại hai ngôi làng thuộc Thụy Sĩ cách nhau khoảng 11 dặm (18 kilômét). Các trạm khẳng định rằng từng cặp photon vẫn kết

nối với nhau – bằng cách phân tích một photon, các nhà khoa học có thể dự đoán tính chất của photon kia. Hai photon đã tương tác với nhau một cách tức thời. Nếu cho rằng hai photon đã chuyển tín hiệu cho nhau thì tín hiệu đó phải di chuyển với tốc độ không tưởng, gấp hàng vạn, hàng triệu lần tốc độ ánh sáng.

Không phải chỉ có trong thế giới lượng tử, photon mới có tính chất bất định xứ (nonlocality) không có số lượng, không có khoảng cách, mà trong thế giới đời thường cũng vậy. Vật thể cũng có những tính chất đó nhưng người đời ít có cơ hội thấy mà thôi. Ít thấy nhưng không phải là không có. Năm 1979, Hầu Hi Quý đang đứng tại làng Loan Sơn, huyện Du tỉnh Hồ Nam, dùng tâm niệm lấy một gói thuốc lá hiệu Đỗ Quyên Hoa tại nơi sản xuất là huyện Lạc Đô tỉnh Thanh Hải, cách làng Loan Sơn 1600 km. Trong chớp mắt gói thuốc lá biến mất khỏi Lạc Đô và xuất hiện tại Loan Sơn, giống như điều đã xảy ra với photon trong thí nghiệm của Nicolas Gisin.

Hiện tượng rối lượng tử xác định rõ ràng rằng không gian, thời gian và số lượng là không có thật, các đại lượng này chỉ phát sinh trong tâm thức của người quan sát khi có đủ điều kiện. Khoa học hiện đại hiểu rằng người quan sát có vai trò quan trọng trong việc hình thành các hiện tượng. Nhận thức này đối với giới khoa học là mới, nhưng đối với Phật giáo thì không mới vì đã được nói tới từ lâu trong kinh điển. Ngày nay chúng ta chẳng những giải ngộ được không gian, thời gian, số lượng là không có thật mà còn thực nghiệm được, nhờ vào thế giới ảo của điều khiển học (cybernetics) và internet. Chẳng hạn những dòng chữ này, bài viết này, có thể đến với các bạn ở bất cứ nơi nào trên thế giới, bất cứ lúc nào, không tùy thuộc vào vị trí mà bạn đang ngồi (nghĩa là khoảng cách không gian không có thật) miễn có đủ nhân duyên. Nhân duyên là bạn có một máy vi tính nối mạng hoặc một thiết bị cầm tay (laptop, netbook, smartphone, ipad hoặc máy tính bảng, có hỗ trợ wifi hoặc 3G). Bạn hoàn toàn có thể đọc bài viết, nghe audio, xem video. Tất cả vô ngại. Tuy nhiên, thực tế vẫn có thể trở ngại khi wifi hoặc 3G không đủ mạnh, hoặc thiết bị không hỗ trợ đầy đủ. Điều này cũng giống như chúng sinh bị vô minh,

sở tri chướng che khuất, không diệu dụng được đầy đủ khả năng như Đức Phật, không phải vì khả năng kém hơn Đức Phật, chỉ vì bị quá nhiều che khuất.

Song bởi vì đa số chúng sinh không đủ lòng tin ở tự tâm của mình là Phật, là giác ngộ, vì đã nhiều đời nhiều kiếp sống trong mê lầm, giống như một kẻ bần cùng rách rưới, lê tấm thân nghèo khổ đi ăn mày, không biết, không tin rằng trong người mình có một viên ngọc như ý vô cùng quý giá, muốn gì được nấy, nên không thể đem ra dùng. Do đó Đức Phật mới bày ra tám vạn bốn ngàn pháp môn để thích ứng với từng loại căn cơ mê muội của chúng sinh, trong đó có pháp môn Niệm Phật còn gọi Tịnh Độ Tông, người tu cứ niệm Nam mô A Di Đà Phật để cầu vãng sinh về cõi giới Tây phương cực lạc của Phật A Di Đà, cõi giới đó không còn sinh tử luân hồi, nên chúng sinh được an tâm tu hành cho đến giác ngộ. Thật ra đó chỉ là một thứ Hóa Thành Dụ (một tòa thành ảo giả lập để dẫn dắt người tu vào tạm trú vì đường đi quá xa) chứ không phải cứu cánh đích thực, bởi vì ngay danh xưng A Di Đà đã cho thấy chỗ đến là tâm giác ngộ cùng khắp không gian thời gian, A Di Đà không phải là ai xa lạ, chính là bản tâm của mỗi người.

Duy Lực Thiền - Truyền Bình ---oOo---

Tượng Phật A-Di-Đà cao 88 m - Linh Sơn Đại Phật - Vô Tích, Trung Quốc

KINH A-DI-ĐÀ

A-Di-Đà=Amita=Amitabha (Sanskrit) nghiã là Vô lượng quang Amitayus (Sanskrit): Vô lượng thọ

Trong kinh Pháp hoa, đức Phật Thích Ca cho biết rằng thuở xưa ngài cùng đức A-Di-Đà và 14 vị nữa là 16 người con của một vị Thái tử, sau khi Thái tử này tu thành Phật tên là Đại Thông Trí Thắng, 16 vương tử xuất gia cả và đều thành Phật. Có 4 phương chính và 4 phương bàng, tất cả là 8 phương, mỗi phương có 2 vị Phật, cộng là 16 vị.

Đức Phật A-Di-Đà trú ở phương Tây, đức Phật Thích Ca Mâu Ni trụ ở phương Đông Bắc.

Theo A-Di-Đà đại kinh (khác với kinh A-Di-Đà mà ta vẫn tụng), vào thời đức Phật Thế Tự Tại Vương, có một vị quốc vương tên là Kiều Thi La đến nghe pháp, rồi bỏ ngôi, xuất gia làm tỳ kheo với hiệu Pháp Tạng. Một hôm tỳ kheo đảnh lễ Phật xin chứng minh cho ngài phát 48 lời nguyện. Phật chứng minh và thọ ký quả Phật cho tỳ kheo. Sau tỳ kheo tu thành Phật, hiệu là A-Di-Đà, cõi tịnh độ (hay tịnh thổ) của ngài là cực lạc thế giới ở phương Tây. Ngài có hai vị phụ tá là bồ tát Quan Thế Âm ở bên trái và bồ tát Đại Thế Chí ở bên phải của ngài. Ngài đứng (hoặc ngồi) trên toà sen, hoa sen tượng trưng cho sự thanh tịnh. Ngài có tất cả 13 danh hiệu:

1. Vô lượng quang Phật (hào quang trí tuệ nhiều không thể lượng được) 2. Vô lượng thọ Phật (sống lâu vô cùng) 3. Vô biên quang (hào quang chiếu sáng không biết tới đâu là cùng) 4. Vô ngại quang Phật (hào quang chiếu sáng mọi cảnh giới, không gì ngăn che được) 5. Vô đối quang Phật (hào quang không có cái gì có thể so sánh) 6. Diệm Vương quang Phật (hào quang sáng chói lọi) 7. Thanh tịnh quang Phật (hào quang hoàn toàn thanh tịnh) 8. Hoan hỉ quang Phật (hào quang làm thân tâm an lạc, vui vẻ) 9. Trí huệ quang Phật (hào quang phá tối tăm, làm cho sáng suốt minh mẩn) 10. Bất đoạn quang Phật (hào quang chiếu sáng liên tục không dứt) 11. Nan tư quang Phật (hào quang mà không ai suy xét cho cùng được, trừ chư Phật) 12. Vô xưng quang Phật (hào quang không thể mô tả được, rời hết các tướng) 13. Siêu nhật nguyệt quang Phật (vượt qua cả mặt trời, mặt trăng, vì ánh sáng cuả mặt trời và mặt trăng có thể bị ngăn che, hào quang của ngài thì không)

Amitabha Sutra - Kinh A-Di-Đà, Tôi Nghe Như Vầy...

1. Thus have I heard: Once the Buddha was dwelling in the Anathapindada Garden of Jetavana in the country of Shravasti together with a large company of Bhikkhus of twelve hundred and fifty members. They were all great Arhats, well known among people: Shariputra the elder, Mahamaudgalyayana,

Mahakashyapa, Mahakatyayana, Mahakaushthila, Revata, Shuddhipanthaka, Nanda, Ananda, Rahula, Gavampati, Pindola-Bharadvaja, Kalodayin, Mahakapphina, Vakkula, Aniruddha, etc., all great Shravakas; and with many Bodhisattva-Mahasattvas,

Manjushri, Prince of the Lord of Truth, Bodhisattva Ajita, Bodhisattva Gandhahastin, Bodhisattva Nityodyukta, etc., all great Bodhisattvas; and also with a large company of innumerable devas, such as Shakrodevanam-Indra, etc.

2. Then the Buddha addressed Shariputra, the elder, and said, 'Beyond a hundred thousand kotis of Buddha-lands westwards from here, there is a world named Sukhavati. In that world there is a Buddha, Amitayus by name, now dwelling and preaching the law. Shariputra, why is that country named Sukhavati? The living beings in that country have no pains, but receive pleasures only. Therefore, it is called Sukhavati.

3. 'Again, Shariputra, in the land Sukhavati, there are seven rows of balustrades, seven rows of fine nets, and seven rows of arrayed trees; they are all of four gems and surround and enclose the land. For this reason the land is called Sukhavati.

4, 'Again, Shariputra, in the land Sukhavati there are lakes of the seven gems, in which is filled water with the eight meritorious qualities. The lake-bases are strewn with golden sand, and the stairs of the four sides are made of gold, silver, beryl, and crystal. On land there are stories and galleries adorned with gold, silver, beryl, crystal, white coral, red pearl and diamond. The lotus- flowers in the lakes, large as chariot wheels, are blue-colored with blue splendor, yellow-colored with yellow splendor, red-colored with red splendor, white-colored with white splendor, and the most exquisite and purely fragrant. Shariputra, the land Sukhavati is arrayed with such good qualities and adornments.

5. 'Again, Shariputra, in that Buddha-land there are heavenly musical instruments always played on; gold is spread on the ground; and six times every day and night it showers Mandarava blossoms. Usually in the serene morning all of those who live in that land fill their plates with those wonderful blossoms, and make offering to a hundred thousand kotis of Buddhas of other regions; and at the time of the meal they come back to their own country, and take their meal and have a walk. Shariputra, the Sukhavati land is arrayed with such good qualities and adornments.

6. 'And again, Shariputra, in that country there are always various wonderful birds of different colors: swan, peacock, parrot, Chari, Kalavinka and the bird of double-heads. Six times every day and night all those birds sing in melodious tune, and that tune proclaims the Five Virtues, the Five powers, the Seven Bodhi-paths, the Eight Noble Truths, and other laws of the kind. The living beings in that land, having heard that singing, all invoke the Buddha, invoke the Dharma, and invoke the Sangha. Shariputra, you should not think that these birds are in fact born as punishment for sin. What is the reason? Because, in that Buddha-land there exist not the Three Evil Realms. Shariputra, in that Buddha-land there are not even the names of the Three Evil Realms. How could there be the realms themselves! All those birds are what Buddha Amitayus miraculously created with the desire to let them spread the voice of the Law. Shariputra, in that Buddha-land a gentle breeze happens to blow, the precious trees in

rows and the begemmed nets emit a delicate enrapturing tune, and it is just as if a hundred thousand musical instruments played at the same time. Everybody who hears that music naturally conceives the thought to invoke the Buddha, to invoke the Dharma, and to invoke the Sangha. Shariputra, that Buddha-land is arrayed with such good qualities and adornments.

7. 'Shariputra, what do you think in your mind, for what reason that Buddha is called Amitabha? Shariputra, the light of that Buddha is boundless and shining without impediments all over the countries of the ten quarters. Therefore he is called Amitabha. Again, Shariputra, the life of that Buddha and of his people is endless and boundless in Asamkhya-kalpas, so he is named Amitayus. Shariputra, since Buddha Amitayus attained Buddhahood, now ten Kalpas. Again, Shariputra, that Buddha has numerous Shravakas or disciples, who are all Arhats and whose number cannot be known by ordinary calculation. The number of Bodhisattvas cannot be known also. Shariputra, that Buddha-land is arrayed with such good qualities and adornments.

8. 'Again, Shariputra, the beings born in the land Sukhavati are all Avinivartaniya. Among them is a multitude of beings bound to one birth only; and their number, being extremely large, cannot be expressed by ordinary calculation. Only can it be mentioned in boundless Asamkhya-kalpas. Shariputra, the sentient beings who hear this account ought to put up their prayer that they may be born into that country; for they will be able to be in the same place together with those noble personages. Shariputra, by means of small good works or virtues no one can be born in that country.

9. 'Shariputra, if there be a good man or a good woman, who, on hearing of Buddha Amitayus, keeps his name in mind with thoughts undisturbed for one day, two days, three days, four days, five days, six days, or seven days, that person, when about to die, Amitayus Buddha accompanied by his holy host appear before him; and immediately after his death, he with his mind undisturbed can be born into the Sukhavati land of Buddha Amitayus. Shariputra, as I witness this benefit, I say these words; Every being who listens to this preaching ought to offer up prayer with the desire to be born into that country.

10. 'Shariputra, as I now glorify the inconceivable excellences of Amitayus Buddha, there are also in the Eastern quarters Buddha Akshobhya, Buddha Merudhvaja, Buddha Mahameru, Buddha Meruprabhasa, Buddha Manjughosha, and Buddhas as many as the sands of the River Ganges, each of whom, in his own country stretching out his long broad tongue that covers three thousand greater worlds completely, proclaims these truthful words; All you sentient beings believe in this Sutra, which is approved and protected by all the Buddhas, and in which are glorified the inconceivable excellences of Buddha Amitayus.

11. 'Shariputra, in the Southern worlds there are Buddha Candrasuryapradipa, Buddha Yacahprabha, Buddha Maharciskandha, Buddha Merupradipa, Buddha Anantavirya,

and Buddhas as many as the sands of the River Ganges, each of whom, in his own country stretching out his long broad tongue that covers three thousand greater worlds completely, proclaims these truthful words: All you sentient beings believe in this Sutra, which is approved and protected by all the Buddhas, and in which are glorified the inconceivable excellences of Buddha Amitayus.

12. 'Shariputra, in the Western worlds there are Buddha Amitayus, Buddha Amitalakshana, Buddha Amitadhvaja, Buddha Mahaprabha, Buddha Mahanirbhasa, Buddha Ratnala kshana, Buddha Shuddharashmiprabha, and Buddhas as many as the sands of the River Ganges, each of whom, in his own country stretching out his long broad tongue that covers three thousand greater worlds completely, proclaims these truthful words: All you sentient beings believe in this Sutra, which is approved and protected by all the Buddhas, and in which are glorified the inconceivable excellences of Buddha Amitayus.

13. 'Shariputra, in the Northern worlds there are Buddha Arciskandha, Buddha Vaishvanaranirghosha, Buddha Dushpradharsha, Buddha Adityasambhava,

Buddha Jaliniprabha, and Buddhas as many as the sands of the River Ganges, each of whom, in his own country stretching out his long broad tongue that covers three thousand greater worlds completely, proclaims these truthful words: All you sentient beings believe in this Sutra, which is approved and protected by all the Buddhas, and in which are glorified the inconceivable excellences of Buddha Amitayus.

14. 'Shariputra, in the Nadir worlds there are Buddha Simha, Buddha Yacas, Buddha Yashaprabhava, Buddha Dharma, Buddha Dharmadhvaja, Buddha Dharmadhara, and Buddhas as many as the sands of the River Ganges, each of whom, in his own country stretching out his long broad tongue that covers three thousand greater worlds completely, proclaims these truthful words: All you sentient beings believe in this Sutra, which is approved and protected by all the Buddhas, and in which are glorified the inconceivable excellences of Buddha Amitayus.

15. 'Shariputra, in the Zenith words there are Buddha Brahmaghosha, Buddha Nakshatraraja, Buddha Gandhottama, Buddha Gandhaprabhasa, Buddha Maharciskandha, Buddha Ratnakusumasampushpitagatra, Buddha Salendraraja, Buddha Ratnotpalashri, Buddha Sarvarthadarsha, Buddha Sumerukalpa, and Buddhas as many as the sands of the River Ganges, each of whom, in his own country stretching out his long broad tongue that covers three thousand greater worlds completely, proclaims these truthful words: All you sentient beings believe in this Sutra, which is approved and protected by all the Buddhas, and in which are glorified the inconceivable excellences of Buddha Amitayus.

16. 'Shariputra, what do you think in your mind, why it is called the Sutra approved and protected by all the Buddhas? Shariputra, if there be a good man or a good woman who listens to those Buddhas' invocation of the name of Buddha Amitayus and the name of this Sutra, that good man or woman will be protected by all the Buddhas and

never fail to attain Anuttara- samyaksambodhi. For this reason, Shariputra, all of you should believe in my words and in what all the Buddhas proclaim. Shariputra, if there are men who have already made, are now making, or shall make, prayer with the desire to be born in the land of Buddha Amitayus, they never fail to attain Anuttara-samyaksambodhi, and have been born, are now being born, or shall be born in that country. Therefore, Shariputra, a good man or good woman who has the faith ought to offer up prayers to be born in that land.

17. 'Shariputra, as I am now praising the inconceivable excellences of those Buddhas, so all those Buddhas are magnifying the inconceivable excellences of myself, saying these words: Shakyamuni, the Buddha, has successfully achieved a rare thing of extreme difficulty; he has attained Anuttara- samyaksambodhi in the Saha world in the evil period of five corruptions -- Corruption of Kalpa, Corruption of Belief, Corruption of Passions, Corruption of Living Beings, and Corruption of Life; and for the sake of all the sentient beings he is preaching the Law which is not easy to accept. Shariputra, you must see that in the midst of this evil world of five corruptions I have achieved this difficult thing of attaining Anuttara-samyaksambodhi, and for the benefit of all the beings I am preaching the Law which is difficult to be accepted. This is how it is esteemed as extreme difficulty.'

The Buddha having preached this Sutra, Shariputra and Bhikkhus, and Devas, men, Asuras, etc., of all the worlds, who have listened to the Buddha's preaching, believed and accepted with joy, made worship, and went away.

Amitabha sutra - kinh A-Di-Đà - Kinh A-Di-Đà tương đối ngắn, chữ nho là Phật thuyết A-Di- Đà do Ngài Cưu Ma La Thập dịch ra chữ Hán, ta dịch là Phật nói kinh A-Di-Đà hay kinh Di-Đà. Bố cục của kinh sau đây:

Phần mở đầu: người kể là Ngài A-Nan, thị giả của đức Phật, tại nước Xá Vệ, vườn ông Cấp Cô Độc, với các cây của Thái tử Kỷ Đà, người nghe là các vị Thanh Vân, Bồ Tát, thiện và nhân...Phần mở đầu ghi lại lời đức Phật giới thiệu Cực Lạc Quốc.

Phần chính gồm có: quả y báo và quả chánh báo (chánh báo là thân tâm của mình do những duyên nghiệp từ các kiếp trước giúp tạo nên, y báo là những quả báo đi theo với chánh báo như nhà cửa, đất nước, hàng xóm...) tả cảnh và sinh vật trên cõi cực lạc, giải thích danh hiệu A-Di-Đà là Vô lượng quang và Vô lượng thọ, tiếp đến là khuyên tín, nguyện và hạnh.

Phần kết: Phật dậy rằng kinh này khó tin "ta đã nói phép khó tin ấy (tức là phép niệm Phật cầu vãng sinh về tịnh độ) để cho hết thảy thế gian nghe, như thế thực là việc rất khó".

Tại sao phép ấy khó tin? Vì chỉ làm công việc đơn giản là niệm hồng danh đức Phật A-Di-Đà và dựa vào lời nguyện tiếp dẫn của Phật A-Di-Đà mà được vãng sinh về cực lạc quốc.

Ngẫu Ích đại sư (ở núi Linh Phong nên người ta gọi là Linh Phong Đại sư, hiệu là Trí Húc (1599-1655), đời nhà Minh) viết: ”kinh Phật nói rằng đời mạt pháp, ức vạn người tu hành, ít có người tu đắc đạo”. Nay chính là đời mạt pháp rồi mà bỏ pháp niệm Phật này, thì còn có pháp môn nào tu học được nữa?

Có thể xác nhận rằng kinh A-Di-Đà toàn nói về sự việc, sau đây là một số thí dụ: • “Nước Cực lạc có 7 trùng lan can, 7 trùng màn lưới, 7 trùng hàng cây, bằng 4 ngọc báu”. • “Nước đức Phật ấy thường trỗi âm nhạc của các cõi trời”. • “Có đủ giống chim màu sắc lạ đẹp, như chim bạch hạc, khổng tước, anh vũ, xá lỵ, ca lăng tần già, ngày đêm 6 thời, hót tiếng hòa nhã diễn tả diệu pháp…” • Chúng sinh đều là các vị chứng ngôi bất thoái, trong đó có nhiều vị nhất sinh bổ xứ…” • Cần nên phát nguyện sinh về cõi cực lạc để cùng với các bậc thượng thiên nhân hội họp một chốn”. • Thiện nam và thiện nữ nào nghe và thụ trì kinh giáo này, cũng như nghe được danh hiệu chư Phật, đều được hết thảy chư Phật hộ niệm, được ngôi bất thoái trong đạo vô thượng chánh đẳng chánh giác.

Chư Phật 6 phương: thượng, hạ, đông, tây, nam, bắc đều nói lời thành thực khuyên các chúng sinh “chúng sinh cần nên tin tưởng về sự xưng tán công đức không thể nghĩ bàn của kinh A-Di-Đà mà hết thảy Phật đã thường hộ niệm”. Đức Phật dạy thêm: “Nếu có tín tâm, cần nên phát nguyện sinh sang nước kia (cực lạc)”.

Lý của kinh A-Di-Đà: 2 danh hiệu của ngài dùng nhiều nhất là Vô lượng quang và Vô lượng thọ. Chiếu sáng khắp mọi nơi, điều này nói lên ý niệm về không gian. Sống lâu vô cùng, điều này nói lên ý niệm về thời gian. Khắp không gian, suốt thời gian, đó chính là pháp thân vậy!

Chư Phật có 3 thân: pháp thân, báo thân và hóa thân (=ứng thân=ứng hóa thân).

Pháp thân là một tên để chỉ tuyệt đối thường trụ và phổ hiện. Vậy nói đến Phật A-Di-Đà là có ý nhắc đến pháp tánh bao trùm và thấm nhuần khắp vũ trụ, nói hẹp hơn, đó là chân như tức Phật tánh chung cho hết thảy chúng sinh, đây là tư tưởng đại thừa. Đưa ra quan niệm về chân như quá trừu tượng thì khó hiểu,

nên phải tạm nhân cách hóa, cụ thể hóa bằng hình tượng một đức Phật, đức A-Di-Đà…

Đoạn “này Xá Lỵ Phất, không thể chỉ có một chút nhân duyên phúc đức thiện căn mà sinh sang cõi nước Phật kia. Nếu có thiện nam thiện nữ nào, nghe được danh hiệu Phật A-Di-Đà, thì danh hiệu ấy 1 ngày, 2 ngày, 3 ngày, 4 ngày, 5 ngày, 6 ngày, cho đến 7 ngày, nhất tâm không loạn thì khi thọ mệnh hết, người ấy sẽ được Phật A-Di-Đà cùng các thánh chúng hóa hiện ngay trước, khiến cho khi mất, tâm không điên đảo, liền được đưa sang cõi nước cực lạc của Phật A-Di-Đà.

Ba nghiệp thân, khẩu, ý đều lành, là gốc rễ để sinh ra quả lành. Trong 3 nghiệp thì ý nghiệp quan trọng hơn cả, nên mới bảo là “do cái tâm tức do lòng mình”. Phúc đức gồm 2 nghĩa, các việc lành và các quả lành do các việc ấy mang lại. Như vậy niệm Phật phải đi song song với thiện căn và phước đức (bố thí) để làm nhân duyên cho sự vãng sanh…

Về phương diện duy thức (tâm lý), niệm Phật tức là nhớ nghĩ về Phật được huân thành những chủng tử tốt, nghĩ đơn giản thì chủng tử tốt mạnh lên, át chủng tử xấu, cho nên cái nghiệp vô hình chứa trong a-lại-da vô hình sẽ là cái nghiệp lành lúc lâm chung. Trong tâm toàn là niệm về Phật, không có niệm tham dục, nuối tiếc, hận thù...lẫn vào, chỉ có niệm về Phật mà thôi. Phật A- Di-Đà chính là Phật tánh, mà Phật tánh ở ngay trong ta. Thế thì thành Phật rồi hay sao? Thiền tông nói "kiến tánh thành Phật", kiến tánh rồi thì phải khởi tu mới mong thành Phật.

Đức Phật Thích Ca dạy chúng ta pháp môn niệm Phật xây dựng trên 3 điều: tín, nguyện và hạnh thích hợp cho mọi căn cơ. Phật tử chúng ta cần tinh tấn thực hành! ---ooOOoo--- Amnesia – chứng bệnh quên - Amnesia (from Greek meaning "without" and memory) is a deficit in memory caused by brain damage, disease, or psychological trauma. Amnesia can also be caused temporarily by the use of various sedatives and hypnotic drugs.

Amoeba – genus name (genus = class = kind = race) = is a type of cell or organism which has the ability to alter its shape, primarily by extending and retracting pseudopods (Chân giả).

Amorphous – không có hình dạng nhất định

Amsuvaramn (Nepal) – Công chuá Bạch Ly (White Tara)

Công chúa Văn Thành (Wen Cheng) (Green Tara)

Bhrikuti Devi or White Tara - After a mystical experience, the victorious Tibetan king requested the hand of Bhrikuti Devi from Nepal. Unlike his counterpart in Beijing, the Nepalese king wisely acquiesced, and agreed to send his daughter to distant Tibet on the condition that she spread the Dharma from the land of Buddha's birthplace.

A tender teenager at the time, Princess Bhrikuti Devi was escorted over the Himalayas by a band of soldiers and loads of priceless jewels and Buddhist images borne by a caravan elephants. The rest is history and the fabulous stuff of legend. In any case, Bhrikuti Devi no doubt earned herself the name of "White Tara" for which she is still venerated.

Người ta cho rằng những cuộc hôn nhân quốc gia của ông vua Songtsan Gampo với công chúa Nepal Bhrikuti Devi và công chúa Trung Hoa Văn Thành đã đưa Phật giáo vào Tây Tạng, và xa hơn nữa, là mối quan hệ phức tạp của họ như những bà vợ cả vợ lẽ đã dẫn tới việc xây chùa Jokang (chùa Đại Chiêu) tại Lhasa.

White Tara

His Eminence Garchen Rinpoche has taught extensively on the benefits of White Tara practice. Practiced by all four major schools of Tibetan Buddhism, White Tara has been the main deity practice of many well-known Buddhist scholars and siddhas in both India and Tibet, foremost among whom where Nagarjuna and Atisha. White Tara's special function is to promote long life, peace, prosperity and health through her

enlightened activities, both for the practitioner and for others.

She is seen as is a beautiful loving mother figure, with a body that is the brilliant white of a thousand autumn moons. She seated in the posture of the vajra (thunderbolt) above a white moon disc and an open lotus. Her aura glows, as various colored rings framed with lotus blossoms surround her. Her garments are elaborately decorated with ornaments; on her head she wears a sparkling crown, crested by Amitaba himself; and she is adorned with beautiful jewelery - a long and a short necklace, as well as various gold and

jewel ornaments. Her right hand rests across her knee in the mudra of supreme generosity, while her left hand holds near her heart the stem of a uptala flower, which is blossoming near her left ear. White Tara is always depicted as a peaceful deity.

White Tara has seven eyes. She has three eyes on her face, the third eye in her forehead symbolizing her ability to see the unity of ultimate reality, while her two other eyes simultaneously see the relative and dualistic worlds. She has one eye on each palm of her hands and feet, showing that all her actions are governed by her ultimate wisdom and compassion. It is said that White Tara's seven eyes enable her to clearly "see" all beings in all the realms of existence. Her expression is one of the utmost compassion.

She is the protective, helpful and comforting mother who shows limitless kindness, generosity and protection towards those who are tossed in the ocean of suffering, and if we recite her mantra and make a connection to her, we draw closer to developing her enlightened qualities in ourselves.

Ultimately, she is the very nature of the Dharmakaya – “the ultimate nature or essence of the enlightened mind, which is uncreated, free from the limits of conceptual elaboration, empty of inherent existence, naturally radiant, beyond duality and spacious like the sky” (definition by Karma Lingpa). Her practice is a means for attaining liberation.

Om Tare Tuttare Ture Mama Ayuh-Jana Punye-Pustim Kuru Soha

Bạch Độ Mẫu: Tara Trắng (Anh: White Tara) (Phạn: Sitatara) (Tây Tạng: Drolkar)

Thần chú bằng tiếng Phạn:

“Om Tare Tuttare Ture Mama Ayuh Punya Jnana Pustim Kuru Svaha”

Phiên Âm Việt:

Ốm, Tha Rế, Thu Tha Rế, Thu Rê, Ma Ma, Ai Dà, Pun Dà, Nha Nà, Put Tìm, Khu Rù, Sô Hà

Trì tụng Bổn Tôn Chú của Bạch Độ Mẫu: Tara Trắng này hay tăng trưởng thọ mạng, kéo dài tuổi thọ, trừ hết thảy chết yểu, mạng sống ngắn ngủi, cùng các hung tai, uổng tử cực ác.

Trên chiếc vương miện của Ngài là Phật A Di Đà

Bạch Độ Mẫu: Tara Trắng là hóa thân xuất hiện từ 2 giọt nước mắt từ bi của đức Quán Thế Âm. Bồ tát Quán Thế Âm với lòng bi mẫn bao la, mặc dù không ngơi nghỉ để giúp đỡ chúng sinh nhưng ngài vẫn buồn rầu vô hạn khi thấy có nhiều chúng sinh tiếp tục rơi vào 3 cõi thấp như: địa ngục, ngạ quỷ, súc sinh và có rất ít chúng sinh đạt được tiến bộ trên đường giác ngộ.

Nhằm tăng tuổi thọ, phước báu và trí tuệ, đặc biệt là dẹp những chướng ngại của cái chết bất đắc kỳ tử.

Đa La hay Đa La Bồ Tát là tên dịch âm Hán-Việt từ tiếng Phạn Tara, là tên của một vị nữ Bồ Tát thường gặp trong Phật giáo Tây Tạng. Tên này dịch ý là Độ Mẫu, Cứu Độ Mẫu là "người mẹ cứu độ chúng sinh".

Lịch sử:

Ngàn năm trước, trong rừng sâu ở Ấn Độ có những nữ tu, tu luyện theo phương pháp bí truyền. Họ được gọi là yogini.

Mạnh mẽ, độc lập và nghiêm khắc, những yogini đã đạt được trạng thái tâm không mong cầu.

Người Tây Tạng gọi họ là những nữ thần Tara. Tara còn có nghĩa là "ngôi sao", là ngôi Sao Bắc Đẩu, là ánh sáng soi đường cho những người bị lạc đường, là hiện thân của năng lượng ánh sáng. Thần Tara là người mẹ giàu lòng thương yêu và cũng là người bảo vệ mạnh mẽ, kiên cường, chinh phục những khó khăn. Ánh mắt của thần sáng như ánh chớp, thần giậm chân khiến đất phải rung chuyển, quỷ thần cũng phải kinh sợ.

Theo một truyền thuyết khác, trong vô số kiếp tại một cảnh giới khác có công chúa tên Yeshe Drawa, nhờ sở học và trí tuệ thông minh, công chúa có niềm tin kiên cố nơi Ba ngôi Tam Bảo, và nhờ sự quán chiếu về tính chất bất như ý của cuộc sống luân hồi nên công chúa phát nguyện giải thoát khỏi tất cả mọi đau khổ.

Do thiếu hiểu rằng tất cả chúng sinh đều giống như mình, mong muốn hạnh phúc và không muốn đau khổ nên Công chúa đã trưởng dưỡng lòng từ bi hướng về tất cả các loài hữu tình. Nàng không thích lối sống xa hoa nơi cung vàng điện ngọc và phát nguyện dẫn dắt hàng chục ngàn chúng sinh trên bước đường giải thoát vào trước mỗi bữa ăn sáng thậm chí còn nhiều hơn nữa trước khi đi ngủ. Vì nhân duyên này Nàng được xưng tụng là Arya (bậc tôn quý) Nàng có thể chứng ngộ trực tiếp bản chất của thực tại và danh xưng này biểu lộ các hạnh nguyện giải thoát của Nàng.

Các vị Trưởng lão tâm linh đã khuyên Nàng nên tu tập phát nguyện để tái sinh trong thân hình nam giới và đạt tới giác ngộ. Tuy vậy Nàng đã phát nguyện thành tựu giác ngộ trong hình tướng Nữ và liên tục hóa thân trở lại trong hình tướng nữ để giải thoát chúng sinh.

Vào thời đức Đại Nhật Như Lai có vị Công chúa tên gọi là Metok Zay (Mỹ Hoa) siêng năng tụng kinh, làm nhiều thiện hạnh phi thường vì lợi ích của chúng sinh, khi còn trẻ Nàng đã thực hiện nhiều sự cúng dường, hiến tặng lớn lao, thiện hạnh trì giới, bố thí,

nhẫn nhục,từ bi cao quý vì chúng sinh. Khi đức Đại Nhật như lai hỏi nàng có tâm nguyện gì? Nàng trả lời: "con sẽ lưu lại thế gian này đến khi mọi chúng sinh được giải thoát hoàn toàn" Đức Phật ngạc nhiên và vui mừng vì chưa hề có ai phát nguyện cao quý, vô ngã và dũng cảm như vậy. Đáp lại sự xả thân, hạnh nguyện và hoan hỷ với tâm bồ đề của Nàng, Đức Phật đã tự nhiên tuyên thuyết bản kinh tán tụng 21 Tara ca ngợi 21 phẩm tính của đức Tara.

Nhờ bản kinh này mà công chúa Mỹ Hoa được biết như hóa thân của Thánh Độ mẫu Tara xuất hiện từ 2 giọt nước mắt từ bi của đức Quán Thế Âm. Bồ tát Quán Thế Âm với lòng bi mẫn bao la, mặc dù không ngơi nghỉ để giúp đỡ chúng sinh nhưng ngài vẫn buồn rầu vô hạn khi thấy có nhiều chúng sinh tiếp tục rơi vào 3 cõi thấp như: địa ngục, ngạ quỷ, súc sinh và có rất ít chúng sinh đạt được tiến bộ trên đường giác ngộ.

Trong nỗi tuyệt vọng vô hạn ngài đã khóc trong đau đớn và cầu nguyện rằng: tốt hơn hết thân thể của ngài vỡ ra từng mảnh và chết đi vì ngài không thể hoàn thành tâm nguyện cứu vớt chúng sinh ra khỏi đau khổ. Từ 2 giọt nước mắt đó xuất hiện 2 vị Độ Mẫu là Lục Độ Mẫu (Tara Xanh) và Bạch Độ Mẫu (Tara Trắng).

Đức Tara nói với Ngài Quán Thế Âm rằng: ôi bậc cao quý, xin đừng bỏ hạnh nguyện cao thượng vì lợi ích chúng sinh hữu tình, tôi đã được khích lệ, tùy hỷ

bởi mọi hạnh động vô ngã của ngài, tôi thấu hiểu những gian khổ vĩ đại mà ngài đã trải qua. Nhưng có lẽ, nếu tôi mang hình dáng một nữ bồ tát với tên gọi Tara, xuất hiện như một cộng sự của ngài thì sẽ có thể trợ giúp cho những nỗ lực cao cả nhất của Ngài".

Sau khi nghe hạnh nguyện của đức Độ mẫu, đức Quan âm lại tràn đầy dũng khí để tiếp tục những nỗ lực vì quần sinh và chính lúc đó 2 ngài được đức A di đà Phật ban gia trì cho những hứa nguyện của các ngài trên con đường Bồ Tát.

Lúc tuyệt vọng, thân hình đức Quán Thế Âm đã vỡ thành các mảnh, sau đó được đức A Di Đà gắn lại thành một thân hình mới có 11 đầu, ngàn tay và ngàn mắt, hình tướng này gọi là Quan Âm Thập Nhất Diện.

Bổn Tôn thân màu Trắng; tay Phải kiết Ấn Thí Vô Úy, tay Trái cầm Hoa, nhưng trên Hoa lại có Bình Trường Thọ, trong chứa đầy Nước Cam Lộ.

White Tara - Bạch Độ Mẫu (Tara Trắng)

Princess Wencheng (Tibetan: Mung-chang Kungco, Chinese: Wencheng Gongzhu) (died 680) - was a niece of the powerful Emperor Taizong of China's Tang Dynasty, who left China in 640, according to records, arriving the next year in Tibet to marry the thirty-seven-year-old Songtsan Gampo (605?–650 CE) the thirty-third king of the Yarlung Dynasty of Tibet, in a marriage of state as part of a peace treaty along with large quantities of gold. She is popularly known in Tibet as Gyasa, or 'Chinese wife'. The princess is portrayed as a Buddhist and, along with Songtsan Gampo's Nepalese wife, Bhrikuti Devi, is said to have introduced Buddhism to Tibet. The details regarding Wencheng are scarce and there is uncertainty among historians as to whether she truly existed.

The Chinese records mention receiving an envoy in 634 from Songtsan Gampo wherein the king requested (Tibetan sources say demanded) to marry a Chinese princess and was refused. In 635/636 the Tibetan king's forces attacked and defeated the A zha people (Chinese: Tuyuhun), who lived around Lake Koko Nor in present-day Qinghai, along an important trade route into China. After a campaign against China in 635–636 (during which Chinese won) the Chinese emperor agreed (under threat of force, according to Tibetan histories) to marry a Chinese princess to king Songtsan Gampo as part of the diplomatic settlement. As a marriage of state, the union must be considered a success as peace between China and Tibet prevailed for the remainder of Songtsan Gampo's reign.

The legends say that she lost a mirror called Sun and Moon, on the actual Riyue Mountain that allowed her to see Xi'an, and that the Daotang river that flow near this mountain is born of her tears.

Myths about Songtsan Gampo and his Chinese bride Wencheng that appeared during the Middle Ages transformed Songtsan Gampo into a cultural hero for Tibetans, based on his marriages. Songtsan Gampo and Princess Wencheng married in hopes of promoting harmonious, matrimonial relationships between his royal family and those of his neighboring countries (China and Tibet), as well as to expand Tibet's boundaries and influence. It is widely believed that his state marriages to Nepalese princess Bhrikuti and Chinese princess Wencheng (popularly known as Gyasa and worshiped as a goddess of mercy to the Tibetians) brought the sacred image of Sakyamuni and Buddhism in general to Tibet, and further, that their complicated relationship as co-wives led to the construction of the Jokang Temple, whereupon the city of Lhasa. Because the stories of her matrimonial journey are evolving and ever increasing, it is difficult to identify fiction from historical reality. These stories are included in such medieval romances as the Mani-bka-bum, and historiographies such as the Rgyal-rabs Gsal-bai Me-long. In addition to the Chinese culture and Buddhist religion, Wencheng brought with her promises of trade agreements and safe passage on the Silk Road route and a substantial amount of dowry which contained not only gold, but fine furniture, silks, porcelains, books, jewelry, musical instruments, and medical books. Additionally and more importantly, Wencheng arrived with new agricultural methods. This included the introduction of seeds of grains and rapeseed, other farming tools and advice on how to increase Tibetan agricultural productivity. Wencheng was also credited for introducing Tibet with other skills in

metallurgy, farming, weaving, construction, manufacture of paper and ink as well as developing the Tibetan alphabet and writing system.

Chinese sources credit Wencheng with bringing Chinese culture to Tibet, but this is not corroborated by Tibetan sources. Tibetans believe that it was Songtsan Gampo who promoted Tibet's technical and social progress by establishing his capital at Lhasa, building the Tubo regime into a powerful kingdom, and whose main building strategy was purposely to seek ways to introduce new cultures into his Tibetan kingdom.

According to Chinese sources, Wencheng was reverenced for being one of the diplomat brides who brought much needed positive Han Chinese culture to the peoples beyond their borders - expanding their knowledge - in whom the imperial court often looked down upon as barbaric.

Công chúa Văn Thành (623-680) - được biết đến tại Thổ Phồn như là Gyasa (Giáp Mộc Tát Hán công chúa). Bà là hoàng hậu thứ hai của tán phổ (vua) Thổ Phồn thứ 33 là Songtsan Gampo (Songtsen Gampo, Tùng Tán Cán Bố) từ năm 641. Công chúa là một đệ tử của Phật giáo và cùng với hoàng hậu thứ nhất của Songtsan Gampo là công chúa Nepal Bhrikuti Devi, được cho là những người đã đưa Phật giáo vào Tây Tạng.

Bà là cháu gái của vua Đường Thái Tông, một vị hoàng đế tài giỏi có công lao lớn trong việc xây dựng đế chế Đại Đường.

Sử liệu Trung Hoa đề cập tới việc đón tiếp sứ đoàn của Tùng Tán Cán Bố năm 634 trong đó vị vua này đề nghị cưới một công chúa Trung Hoa và bị cự tuyệt. Sứ thần trở về tâu với Songtsan Gampo là hôn ước bị cự tuyệt là do sự can thiệp từ Thổ Cốc Hồn của người Azha, vương quốc của những người sinh sống quanh hồ Koko Nor (ngày nay trong địa phận tỉnh Thanh Hải), dọc theo con đường tơ lụa từ Trung Quốc. Songtsan Gampo nổi giận đem quân tấn công Thổ Cốc Hồn. Trong giai đoạn khoảng năm 635-636, quân đội của vua Thổ Phồn tấn công và đánh bại Thổ Cốc Hồn và tiến tới Tùng Châu (nay là Tùng Phan, A Bá, Tứ Xuyên). Theo Tư trị thông giám thì quân đội nhà Đường do Hầu Quân Tập và Ngưu Tiến Đạt chỉ huy đã đánh bại quân Thổ Phồn tại đây. Sau chiến dịch chinh phạt Thổ Phồn của Đường Thái Tông giai đoạn 635-638 thì hoàng đế Thái Tông đã đồng ý (theo sử liệu Tây Tạng là bị ép buộc) gả một công chúa Trung Hoa cho Songtsan Gampo như một phần trong hòa ước Đường-Thổ Phồn. Là một cuộc hôn nhân quốc gia mang tính chất

chính trị nhưng có thể coi là thành công do hòa bình giữa Trung Quốc và Thổ Phồn đã được duy trì cho tới hết thời kỳ trị vì của Songtsan Gampo.

Công chúa Văn Thành ít nhiều ảnh hưởng đến lịch sử Trung Hoa những năm vua Đường Thái Tông trị vì, đấy là giai đoạn vua Songtsan Gampo của Tây Tạng sau khi chinh phạt hết các vùng đất lân bang và lập nên một vương triều Thổ Phồn, đã có dự định xâm lược Trung Nguyên. Cuối năm 640, Songtsan Gampo sai Mgar stong-btsan yul-srung (Cát Nhĩ Đông Tán Vực Tùng, Lộc Đông Tán) dẫn đầu đoàn sứ thần tới cầu hôn. Đoàn sứ thần cầu hôn đem theo lễ vật là 5.000 lạng vàng cùng trăm món bảo vật trân quý. Đường Thái Tông đã tổ chức đón tiếp sứ đoàn tại Trường An và chấp nhận gả công chúa Văn Thành cho Songtsan Gampo, theo lời cầu hôn của vị vua này, trong khi công chúa mới chỉ 17 tuổi. Sự kiện này đánh dấu son cho việc bang giao chính thức giữa Tây Tạng và Đại Đường thời bấy giờ, bởi vì các hoàng đế Trung Hoa thường xem việc gả công chúa sang các nước ngoại bang là một trong những hình thức kết thân với họ.

Đầu năm 641, Giang Hạ quận vương kiêm thượng thư Lễ bộ Lý Đạo Tông đã hộ tống công chúa Văn Thành tới Thổ Phồn. Songtsan Gampo từ Lhasa tới khu vực Bách Hải

(nay là khu vực quanh các hồ như hồ Ngạc Lăng, hồ Trát Lăng trong tỉnh Thanh Hải) nghênh đón. Nhà Đường phong cho Songtsan Gampo làm phò mã đô úy, Tây Hải quận vương. Vua Đường Thái Tông còn trao tặng vua Thổ Phồn một bức tượng Phật Thích Ca Mầu Ni bằng vàng ròng, rất nhiều của cải quý báu và 360 quyển kinh thư - kinh điển, như là của hồi môn của công chúa Văn Thành. Songtsan Gampo đã cho xây dựng chùa Đại Chiêu làm nơi đặt và thờ phụng tượng Phật Thích Ca này.

Năm 680, công chúa Văn Thành mắc bệnh và mất tại Lhasa. Công chúa Văn Thành sống một cuộc đời cô độc và qua đời ở độ tuổi 57.

Công chúa Văn Thành luôn được người dân Trung Hoa nhắc đến với một sự tôn trọng và kính nể rất lớn, từng ấy tuổi mà bà phải xa quê hương, qua xứ Tây Tạng xa xôi mà không được một lần về thăm quê. Có thể nói Văn Thành chỉ khác những cô gái Trung Hoa khác là từ nhỏ bà được sống trong nhung lụa nhưng giống họ ở chỗ là không thể tự quyết định chuyện yêu đương tình cảm của mình mà phải do người khác định đoạt.

Các truyền thuyết về Songtsan Gampo và người vợ Trung Hoa của ông, công chúa Văn Thành, xuất hiện trong thời kỳ Trung cổ đã dựng lên một hình ảnh Songtsan Gampo như là một vị anh hùng dân tộc của người Tạng, dựa trên

cuộc hôn nhân của ông. Người ta cho rằng những cuộc hôn nhân quốc gia của ông với công chúa Nepal Bhrikuti Devi và công chúa Trung Hoa Văn Thành đã đưa Phật giáo vào Tây Tạng, và xa hơn nữa, là mối quan hệ phức tạp của họ như những bà vợ cả vợ lẽ đã dẫn tới việc xây chùa Jokang (chùa Đại Chiêu) tại Lhasa.

Một số nguồn sử liệu Trung Hoa cho rằng công chúa Văn Thành là người đã đưa văn hóa Trung Hoa tới Tây Tạng như việc Songtsan Gampo cho con cháu quý tộc tới Trường An học tập thi thư hay ra lệnh bãi bỏ việc dùng bùn đỏ bôi lên mặt v.v, nhưng các sử liệu Tây Tạng không chứng thực cho điều này.

Chùa Changzhu (chùa Xương Châu) tại huyện Nãi Đông (địa khu Sơn Nam, khu tự trị Tây Tạng) cũng gắn liền với công chúa Văn Thành. Một bức tranh thêu (thangka) của bà được lưu giữ trong một điện thờ tại chùa này. Người Tây Tạng xem bà như là hóa thân của Lục Độ mẫu.

Green Tara (Sanskrit: Syamatara; Tibetan: Sgrol-ljang) - filled with youthful vigor, is a goddess of activity. She is the fiercer form of Tara, but is still a savior-goddess of compassion. She is the consort of Avalokiteshvara and considered by some to be the original Tara. Like Avalokiteshvara, the Green Tara is believed to be an emanation of the "self-born" Buddha Amitabha, and an image of Amitabha is sometimes depicted in Tara's headdress.

Green Tara is believed to have been incarnated as the Nepali wife of the Tibetan king Srong-brtsan-sgam-po. In Buddhism, the color green signifies

activity and accomplishment. Thus Amoghasiddhi, the Lord of Action, is also associated with the color green.

Green Tara is iconographically depicted in a posture of ease and readiness for action. While her left leg is folded in the contemplative position, her right leg is outstretched, ready to spring into action. Green Tara's left hand is in the refuge-granting mudra (gesture); her right hand makes the boon-granting gesture. In her hands she also holds closed blue lotuses (utpalas), which symbolize purity and power. She is adorned with the rich jewels of a bodhisattva.

In Buddhist religious practice, Green Tara's primary role is savioress. She is believed to help her followers overcome dangers, fears and anxieties, and she is especially worshipped for her ability to overcome the most difficult of situations. Green Tara is intensely compassionate and acts quickly to help those who call upon her.

Đức Tara Xanh (Lục Độ Phật Mẫu Tara)

Tara, Ngài là một bậc giác ngộ thuộc địa thứ 12, có thể thỏa mãn mọi ước muốn của chúng sanh. Tara là hiện thân lòng từ bi của chư Phật ba thời, quá khứ, hiện tại và vị lai. Ngài là vị Thánh nữ có khả năng thực hiện và hoàn thành mọi hoạt động giác ngộ của chư Phật.

NGUỒN GỐC ĐỨC TARA XANH

Vô số kiếp, có một công chúa tên là Yeshe Dawa. Nhờ sự học và trí tuệ của mình, nàng có lòng tin kiên cố với Ba ngôi Tam Bảo Phật, Pháp, Tăng. Nàng thấu hiểu đời sống bất như ý của bản chất luân hồi, do vậy nàng quyết định giải thoát khỏi tất cả mọi đau khổ. Do thấu hiểu tất cả chúng sinh cũng giống như mình đều muốn hạnh phúc và không muốn đau khổ nên Công chúa Yeshe Dawa đã trưởng dưỡng lòng từ bi và tình yêu thương hướng về mỗi chúng sinh. Nàng không thích lối sống xa hoa trong cung điện vàng ngọc, và đã phát lời nguyện dẫn dắt hướng đạo cho hàng nghìn chúng sinh trên con đường giải thoát mỗi ngày trước bữa ăn sáng, cho hàng nghìn chúng sinh trước bữa ăn trưa, và thậm chí nhiều hơn nữa trước khi đi ngủ. Vì nhân duyên này, công chúa được tôn xưng là Arya (Bậc tôn quý) có thể chứng ngộ trực tiếp bản chất của thực tại và danh xưng đó biểu lộ các hạnh nguyện giải thoát của Ngài. Một bậc lãnh tụ tâm linh của thời đó đã khuyên: Công chúa hãy cầu nguyện để tái sinh làm thân trượng phu. Nhưng công chúa Yeshe Drawa đã phát

nguyện thành tựu giác ngộ trong thân người nữ và còn liên tục hóa thân trở lại trong hình tướng nữ nhân để cứu độ hữu tình. Dù cho chúng ta là thân nam hay nữ thì Đức Tara là tấm gương cho chúng ta. Giống như mọi hữu tình, Ngài cũng là một chúng sinh bình thường, có những vấn đề căng thẳng và tình cảm phiền não. Nhưng nhờ tu tập Phật pháp rèn luyện tâm linh nên Ngài đã đạt được toàn giác.

Trong một bản Kinh Lục Độ Phật Mẫu khác có kể rằng: Đức Tara được sinh ra từ giọt nước mắt bi mẫn của Đức Quan Âm. Nhân duyên vì Đức Avalokiteshvara hay Đức Quan Âm đã không ngừng cứu độ chúng sinh để giải thoát tất cả thoát khỏi cõi địa ngục thống khổ. Sau khi hoàn thành công hạnh này, Ngài chỉ kịp nghỉ ngơi một chút, nhưng ngay sau đó Ngài nhận ra rằng trong cõi địa ngục thống khổ kia thoáng chốc lại đầy tất cả những chúng sinh mình vừa cứu khỏi, bởi họ lại vừa tạo tác thêm những ác

nghiệp cực trọng.

Trong khoảnh khắc tuyệt vọng, Đức Quan Âm đã nhỏ những giọt nước mắt bi mẫn vì lời nguyện cứu khổ cho những chúng sinh vô minh đó. Một trong những giọt nước mắt từ bi của Đức Quan Âm đã biến thành Đức Lục Độ Phật Mẫu Tara để khích lệ Ngài trên con đường Bồ Tát hạnh. Khi đó, Đức Tara đã nói với đức Quán Thế Âm rằng: "Ôi bậc cao quý, xin đừng bỏ hạnh nguyện cao thượng vì lợi ích chúng sinh hữu tình, tôi đã được khích lệ, tùy hỷ bởi mọi hạnh động vô ngã của Ngài, tôi thấu hiểu những gian khổ vĩ đại mà Ngài đã trải qua. Nhưng có lẽ, nếu tôi mang hình dáng một nữ bồ tát với tên gọi Tara, xuất hiện như một cộng sự của ngài thì sẽ có thể trợ giúp cho những nỗ lực cao cả nhất của Ngài". Và Đức Tara đã phát nguyện: "Tôi nguyện cùng Ngài giải thoát tất cả chúng sinh vô minh trong cõi luân hồi thống khổ mà không để sót một ai!"

Đức Tara phát nguyện rằng bất kỳ người nào nghe được danh hiệu Ngài, nhìn thấy Ngài, niệm danh hiệu Ngài thì tất nhưng ước nguyện thế gian đều được sở cầu như ý, ngay cả tâm nguyện xuất thế gian cũng được viên mãn. Đức Tara nhìn thấy nỗi khổ của luân hồi vì mong nguyện thế gian của chúng sinh không được như ý, Ngài liền phát nguyện có đầy đủ năng lực giúp họ viên mãn được mọi sở cầu thế gian, và dần giúp họ giác ngộ về chân lý tuyệt đối. Nếu biết thực hành nghi quỹ Tara một cách đúng đắn với Bồ Đề tâm chân thật vì lợi ích giác ngộ cho hết thảy khổ não chúng sinh thì tất cả những gì mà chúng ta mong nguyện tự lợi lợi tha đều được thành tựu.

ĐỨC TARA LÀ HIỆN THÂN CỦA CÔNG HẠNH GIÁC NGỘ

"Phật giáo Tây Tạng có rất nhiều Bổn tôn, nhưng Lục Độ Mẫu Tara là một trong những vị quán tưởng dễ dàng nhất bởi hình ảnh của Bà giống như bất kỳ ai trong chúng ta. Có những vị Bổn tôn có bốn đầu, sáu tay, một số có tám tay, và bạn phải quán tưởng các vị khi hành trì. Nhưng với Lục Độ mẫu Tara, bạn có thể quán tưởng mẹ bạn hay một người phụ nữ thân thiết nhất của bạn." (Jamyang Dagmo La Sakya). Ngài Khenpo Sodargye cũng đã từng giảng rằng: "Lục Độ Mẫu Tara là bà mẹ cứu rỗi và giải phóng hữu tình chúng sinh. Bà giống như người mẹ trao cho chúng ta sự ấm áp bất tận." Vì vậy, việc quán tưởng thực hành Bản tôn Lục Độ Mẫu Tara đem lại những thành tựu siêu việt là không thể nghĩ bàn.

Sắc tướng Phật mẫu của Đức Tara biểu trưng cho trí tuệ là nhân tố chính để loại bỏ vô minh. Sự vô minh này đã gây lầm lẫn thực tại và là gốc rễ của sự đau khổ. Người phụ nữ có xu hướng cảm nhận và nhận thức nhanh chóng nhờ vào trực giác và trí tuệ bí mật. Đức Tara biểu trưng cho phẩm hạnh này! Một cách không quản ngại, Ngài có khả năng giúp chúng ta phát triển những phẩm hạnh đó. Do vậy đức Tara được gọi là mẹ của tất cả chư Phật, vì Ngài được biểu trưng cho trí tuệ chứng ngộ thực tại, nên Ngài hiện thân sinh ra để đạt toàn giác, là tâm tự do khỏi vô minh chấp thủ, bản ngã.

THẦN CHÚ ĐỨC TARA XANH

Không chỉ làm mãn nguyện bất cứ mong cầu nào của chúng sanh, mà Ngài còn giúp làm tan biến những nỗi sợ hãi của họ, như tám nỗi sợ lớn và mười sáu nỗi sợ nhỏ trong đó có nỗi sợ bị trộm cướp, sợ nước, rắn, chất độc, tù đày, v.v..., cả mọi nỗi sợ nội tâm

trên con đường tới chân lý tuyệt đối. Việc trì tụng thần chú mười âm của đức Lục Độ Mẫu Tara (OM TARE TUTTARE TURE SVAHA) giúp cho mọi nỗi sợ hãi của họ được lắng dịu và mong cầu của họ được thỏa mãn. Câu tâm chú dịch nghĩa:

“Om”: Đại diện cho sự giác ngộ về thân, ngữ (khẩu) và ý.

“Tare”: Giải thoát khỏi luân hồi.

“Tutare”: Giải thoát bạn khỏi tám nỗi sợ hãi xuất phát từ sự thiếu hiểu biết, tham, sân, kiêu ngạo, ghen ghét, tham lam, nghi ngờ và tà kiến.

“Ture”: Giải phóng khỏi khổ đau, giải thoát chúng ta khỏi các nguyên nhân thực sự làm rối loạn suy nghĩ, làm ta đau khổ thực sự.

“Soha”: Thiết lập cội gốc của con đường trong trái tim của bạn.

Nói cách khác, bằng cách nương tựa đức Lục Độ Mẫu Tara bạn nhận được các phước lành của Ngài trong trái tim bạn. Điều này mang đến cho bạn không gian để thiết lập cội gốc của con đường, được biểu thị bởi TARE TUTTARE TURE, trong trái tim của bạn. Bằng cách thiết lập các con đường của ba chúng sinh trong tim bạn, bạn tịnh hóa mọi bất tịnh của thân, ngữ và tâm trí của bạn. Đây là ý nghĩa ngắn gọn của câu tâm chú.

---oOo--- Amulet – bùa hộ mạng

Anachronistic – sai năm tháng, sai niên đại, lỗi thời

Analysand - người làm về phân tâm học

Ananda – Buddha’s cousin, he became Buddha’s personal attendant. He was closer to the Buddha than anybody else and was with him almost all the time, he became extremely knowledgeable about the Buddha’s sermons and sayings, but he was not a skilled medit- ation, he did not attain Nirvana during the Buddha’s lifetime.

Ananda – The Life of Ananda (by Barbara O'Brien)

Of all the principal disciples, Ananda may have had the closest relationship to the historical Buddha. Particularly in the Buddha's later years, Ananda was his attendant and closest companion. Ananda also is remembered as the

disciple who recited the Buddha's sermons from memory at the First Buddhist Council, after the Buddha had died.

What do we know about Ananda? It is widely agreed that Buddha and Ananda were first cousins. Ananda's father was a brother to King Suddhodana, many sources say. It is thought that when the Buddha returned home to Kapilavastu for the first time after his enlightenment, cousin Ananda heard him speak and became his disciple.

Beyond that, there are several conflicting stories. According to some traditions, the future Buddha and his disciple Ananda were born on the same day and were exactly the same age. Other traditions say Ananda was still a child, maybe seven years old, when he entered the sangha, which would have made him at least thirty years younger

than the Buddha. Ananda survived the Buddha and most of the other principal disciples, which suggests that the latter version of the story is more probable.

Ananda was said to be a modest, quiet man who was completely devoted to the Buddha. He also was said to have a prodigious memory; he could recite every sermon of the Buddha word for word after hearing it only once. Ananda is credited with persuading the Buddha to ordain women into the sangha, according to one famous story. However, he was slower than other disciples to realize enlightenment and did so only after the Buddha had died.

The Buddha's Attendant

When the Buddha was 55 years old, he told the sangha he needed a new attendant. The attendant's job was a combination of servant, secretary, and confidant. He took care of "chores" such as washing and mending robes so that the Buddha could focus on teaching. He also relayed messages and sometimes acted as a gatekeeper, so that the Buddha would not be mobbed by too many visitors at once.

Many monks spoke up and nominated themselves for the job. Characteristically, Ananda remained quiet. When the Buddha asked his cousin to accept the job, however, Ananda accepted only with conditions. He asked that the Buddha never giver him food or robes or any special accommodations, so that the position did not come with material gain.

Ananda also requested the privilege of discussing his doubts with the Buddha whenever he had them. And he asked that the Buddha repeat any sermons to him that he might have to miss while carrying out his duties. The Buddha agreed to these conditions, and Ananda served as attendant for the remaining 25 years of the Buddha's life.

Ananda and the Ordination of Pajapati

The story of the ordination of the first Buddhist nuns is one of the most controversial sections of the Pali Canon. This story has Ananda pleading with a reluctant Buddha to ordain his stepmother and aunt, Pajapati, and the women who had walked with her to become the Buddha's disciples.

The Buddha eventually agreed that women can become enlightened as well as men, and could be ordained. But he also predicted that the inclusion of women would be the undoing of the sangha.

Some modern scholars have argued that if Ananda really was more than thirty years younger than the Buddha, he would still have been a child when Pajapati approached the Buddha for ordination. This suggests the story was added, or at least re-written, a long time later, by someone who didn't approve of nuns. Still, Ananda is credited with advocating for the right of women to be ordained.

The Buddha's Parinirvana

One of the most poignant texts of the Pali Sutta-pitaka is the Maha- parinibbana Sutta, which describes the last days, death, and parinirvana of the Buddha. Again and again in this sutta we see the Buddha addressing Ananda, testing him, giving him his final teachings and comfort. And as monks gather around him to witnesses his passing into Nirvana, the Buddha spoke in praise of Ananda -- "Bhikkhus [monks], the Blessed Ones, Arahants, Fully Enlightened Ones of times past also had excellent and devoted attendant bhikkhus [monks], such as I have in Ananda."

Ananda's Enlightenment and the First Buddhist Council

After the Buddha had passed, 500 enlightened monks came together to discuss how their master's teachings might be preserved. None of the Buddha's sermons had been written down. Ananda's memory of the sermons was

respected, but he had not yet realized enlightenment. Would he be allowed to attend?

The Buddha's death had relieved Ananda of many duties, and he now dedicated himself to meditation. The evening before the Council was to begin, Ananda realized enlightenment. He attended the Council and was called upon to recite the Buddha's sermons.

Over the next several months he recited, and the assembly agreed to commit the sermons to memory also and preserve the teachings through oral recitation. Ananda came to be called "The Keeper of the Dharma Store."

It is said Ananda lived to be more than 100 years old. In the 5th century CE, a Chinese pilgrim reported finding a stupa holding Ananda's remains, lovingly attended by nun. His life remains a model of the path of devotion and service. (by Barbara O'Brien)

A-Nan-Đà hay A-Nan - Mỗi khi tụng kinh, chúng ta thấy kinh bắt đầu bằng mấy chữ “Tôi nghe như vầy”. Đó là lời nói của Ngài A-Nan, vị thị giả của đức Phật. Ngài A-Nan là một trong mười đại đệ tử của đức Phật, là bậc đa văn đệ nhất (đa văn là nghe nhiều). Trí nhớ của Ngài rất là kỳ diệu, Ngài nhớ tất cả các bài pháp của đức Thế tôn.

Đại trưởng lão Ma-ha Ca-diếp được đức Thế tôn truyền y bát để nhận trách nhiệm làm Tổ thứ nhất của Phật giáo. Mấy tháng sau, khi đức Thế tôn tịch diệt thì Ngài Ma-ha Ca-diếp triệu tập Kết tập pháp để đọc tụng toàn thể các điều giảng dạy của đức Phật, nhằm mục đích giữ lại cho chính xác, vì khi đức Phật thuyết pháp thì không có ai ghi chép thành văn bản. Ngài A-Nan được cử tụng lại các kinh và nhờ trí nhớ siêu phàm của Ngài mà ngày nay chúng ta có được đầy đủ các kinh trong Tam tạng.

Chúng ta đều nhớ rằng đức Phật Thích-Ca khi chưa xuất gia là thái tử Tất- Đạt-Đa, con vua Tịnh-Phạn và hoàng hậu Ma-Da. Vua Tịnh-Phạn có một người em ruột là vua Bạch-Phạn, vị này có hai con trai là Đề-Bà-Đạt-Đa và A-Nan-Đà (A-Nan). Đức Thích-Ca thành đạo khi Ngài 35 tuổi. Lúc ấy Ngài A-Nan mới chừng sáu, bảy tuổi, vậy có thể nói rằng Ngài kém đức Phật khoảng 30 tuổi. Ngài bắt đầu làm thị giả cho đức Phật khi Ngài trên 20 tuổi, lúc ấy đức Phật đã trên 50 tuổi.

Vài năm sau khi đức Phật thành đạo, Ngài trở về hoàng cung ở thành Ca-Tì- La-Vệ. Các vương tôn công tử đua nhau đi đón Ngài. Sức cảm hoá của Ngài rất mạnh mẻ, rất nhiều người xin xuất gia theo Ngài, trong đó có hoàng thân Đề-Bà-Đạt-Đa (sau này là người phản bội đức Phật mưu toan ám hại Ngài mà Ngài vẫn từ bi tha thứ). A-Nan, Bạt-Đề, A-Na-Luật (sau là bậc thiên nhãn đệ nhất)... đặc biệt có con trai duy nhất của Phật là La-Hầu-La mới có mấy tuổi (sau là bậc tu mật hạnh đệ nhất) và người thợ cạo của các công tử tên là Ưu- Bà-Li (sau này là bậc trì giới đệ nhất).

Trong mười mấy năm sau khi đắc đạo, đức Phật không có thị giả chính thức, nếu có chỉ là mấy vị làm việc tạm, chưa hề chính thức đảm nhận công việc khó khăn ấy. Khi đức Phật tới tuổi năm mươi thì sức khỏe kém đi, đồng thời công việc hằng ngày quá nhiều, tân khách lại quá đông nên các đệ tử nghĩ đến việc kiếm một thị giả cho Ngài.

Khi Ngài A-Nan được các trưởng lão tiếp xúc để đề cử làm thị giả cho Phật, thì thoạt tiên Ngài từ chối, sau vì lời thỉnh cầu khẩn khoản và lời giải thích thỏa đáng của các vị trưởng lão, Ngài ưng thuận nhưng xin trình trước với đức Phật những điều sau đây, cốt để tránh những điều dị nghị sau này cho rằng Ngài nhận việc vì có ý mưu cầu các lợi ích vật chất:

- Không mặc áo mà đức Phật ban cho, dù mới hay cũ. - Không dùng các thức ăn uống mà thí chủ dâng cúng Phật, dù là đồ thừa. - Không ngụ chung tịnh thất với đức Phật. - Không đi theo Phật đến những nơi mà thí chủ chỉ thỉnh Phật mà thôi. - Được đức Phật hoan hỉ cùng đi với Ngài tới nơi mà Ngài được mời. - Được quyền sắp xếp, tiến cử những vị khách muốn đến gặp đức Phật. - Được phép hỏi đức Phật mỗi khi có điều hoài nghi, - Được đức Phật hoan hỉ nói lại những bài pháp mà đức Phật đã thuyết khi Ngài vắng mặt.

Đức Phật nhận những đề nghị ấy và Ngài A-Nan trở thành thị giả của đức Phật trong hơn hai mươi lăm năm, cho đến khi đức Phật nhập diệt. Ngài làm bổn phận rất cần mẩn và tận tụy, với lòng tôn kính cao độ và sự săn sóc tận tâm đối với đức Thế-tôn. Bất cứ tài liệu nào cũng công nhận như vậy.

Khi Ngài A-Nan gia nhập tăng đoàn thì Ngài là một hoàng tử trẻ tuổi, hình dung tuấn tú, ăn nói khoan thai, tính tình hòa nhã, lại biết nhường nhịn. Vì lẽ ấy nên ai cũng qúy mến và nhiều cô thầm yêu trộm nhớ. Cũng vì thế mà nhiều phen Ngài bị phiền phức. Truyện kể rằng: Một thời kia, vua Ba-Tư-Nặc mở

tiệc mời Phật thụ trai nơi cung cấm, các trưởng giả cư sĩ trong thành cũng xin cúng dàng trai tăng. Đức Phật sai Ngài Văn-Thù hướng dẫn các vị bồ-tát và a-la-hán đến nhà các trai chủ. Riêng Ngài A-Nan vắng mặt vì có lời mời riêng ở nơi xa. Khi về chỉ có một mình, mà không có ai cúng dường, Ngài bèn cầm bình bát đi khất thực. Qua nhà kia, có một cô gái tên Ma-Đăng-Già đã có lòng thương Ngài từ lâu. Mẹ cô này đã giúp con gái bằng cách xin bùa chú của tà đạo để mê hoặc Ngài A-Nan, đức Phật biết thị giả của mình lâm nạn, tuyên đọc thần chú rồi sai Ngài Văn-Thù dùng chú này mà giải thoát cho Ngài A- Nan đồng thời bắt cô gái Ma-Đăng-Già về tịnh xá để Ngài giáo hóa (sau cô này cũng ngộ đạo). Việc này là nguyên do Phật nói một kinh đại thừa hết sức quan

trọng là kinh Thủ Lăng Nghiêm.

Như trên đã ghi, ngài A-Nan là một vương tử trẻ và đẹp, tính tình thuần nhã lại hay giúp đỡ người khác cho nên được cảm tình của mọi người, nhất là phái nữ. Câu chuyện nàng Ma-Đăng-Già vừa nói trên đây là một thí dụ. Khi ngài thuyết pháp thì trong thính chúng cũng rất đông phái nữ. Một lần kia, ngài theo lệnh của Phật đem bánh phát cho dân chúng mỗi người một cái; vô tình ngài đã phát cho một thiếu nữ hai cái bánh vì hai cái bánh đó dính vào nhau; do đó có lời xầm xì rằng ngài có tình ý với cô kia. Có một ni cô thương nhớ ngài quá mà phát bệnh, nhờ bạn đến cầu xin ngài đến thăm cô ấy trước khi chết. Khi đến, thấy ánh mắt cô kia không đoan trang, áo quần thiếu trang nghiêm, ngài bèn bỏ đi. Cô ấy hiểu ra, hổ thẹn, y phục tề chỉnh, xin ngài quay lại; ngài bèn thuyết pháp cho và cô ấy đã phấn đấu dứt được ái dục. Thật ra thì ngài hoàn toàn thẳng thắn, lúc nào cũng giữ được tâm ý trong sạch. Có thể kết luận rằng dù nhiều người mê ngài, chạy theo bám víu ngài mà ngài vẫn an nhiên không vướng chút ái dục nào. Hơn nữa từ khi nhận nhiệm vụ nặng nề và bận rộn làm thị giả hầu Phật, sự phiền nhiễu từ phía nữ nhân giảm dần, các lời xì xầm cũng hết, trong tâm ngài hoàn toàn cởi mở chờ đợi những lời pháp vàng ngọc từ nơi kim khẩu của đức Thế tôn mà thôi. Và sự tu dưỡng của ngài dần dần trở nên thuần thục. Tại rừng cây sa-la, trước khi đức Phật tịch diệt, ngài có khuyên ông A-Nan rằng: “A-Nan! Ngươi muốn xa lìa phiền não, đạt đến chứng ngộ, không thể bận tâm về nữ nhân. Nhất là ông, tuy bây giờ đã lớn tuổi rồi đó, nhưng ông không tiếp xúc với họ thì tốt hơn. Nếu bắt buộc phải tiếp xúc thì nên xem người già như mẹ, người lớn như chị, người nhỏ như em. Này A-Nan, ông phải nhớ kỹ lời ta đấy!”. Ngoài những lời đó, đức Phật còn nói: “Ông theo làm thị giả ta rất lâu, ân cần nhẫn nại; ông đối với ta không hề thiếu sót, ta đem công đức ấy đền đáp cho ông. Ông nên dụng tâm tinh tấn tu tập, chẳng bao lâu sẽ dứt đoạn phiền não, chứng thánh quả”.

Sau khi các vương tôn công tử dòng họ Thích và ngay cả La-Hầu-La đều được đức Phật cho phép xuất gia, thì hoàng hậu Kiều-Đàm-Di của vua Tịnh Phạn (là người dì đã nuôi nấng đức Phật) mấy lần xin Phật cho phép nữ giới được xuất gia, nhưng Ngài không chấp thuận. Bà bèn cùng rất nhiều phụ nữ dòng họ Thích từ bỏ cuộc sống vương giả, nhung lụa, mặc trang phục của nhà tu, ba y một bát, đầu trần chân đất, vất vả tìm theo đến thành Tỳ-Xá-Ly và nhất định xin cho được như nguyện, nếu không sẽ liều chết tại chỗ. Ngài A-Nan vào trình Phật. Phật không hứa khả cho nữ giới xuất gia. Sau mấy lần cầu khẩn của Ngài A-Nan, đức Phật đành ưng thuận cho phép bà dì mẫu của mình và mấy trăm cô xuất gia làm tì-kheo-ni, và sau này Phật giáo có ni đoàn cũng là do nhân duyên ấy. Quả thật, đó chính là nhờ có sự can thiệp của Ngài A-Nan vậy...

Ngài A-Nan nhiều lần bực bội với người anh ruột của ngài là Đề-Đà-Đạt-Đa cũng là một đệ tử của Phật, nhưng theo gương nhẫn nhục của đức Phật, ngài cũng bỏ qua, trong lòng biết rằng anh mình chắc chắn sẽ bị quả báo. Đức Phật từ bi hỷ xả, đã không giận mà lại còn coi ông ta là một thiện trí thức bởi vì do những lần ông ta đã gây ra nhiều chuyện nên ngài mới có dịp đặt ra các giới luật; hơn nữa, ngài còn thọ ký cho ông ta chỉ vì trong các đời trước ông ta đã có nhiều công đức.

Khi đức Phật nhập diệt, Ngài A-Nan vẫn chưa chứng quả a-la-hán. Khi Ngài Ma-Ha Ca-Diếp triệu tập 500 vị a-la-hán để kết tập kinh điển tại một cái động lớn gần thành Vương-Xá thì nhiều vị đề nghị mời Ngài A-Nan, tuy nhiên Ngài chưa quyết định được chỉ vì Ngài chưa dứt hết phiền não.

Ngài vận dụng hết năng lực, tập trung tư tưởng, buông xả tận cùng, thiền quán vượt bực, và tới nửa đêm thì khai ngộ chứng quả. Sáng hôm sau, Ngài dùng thần thông mà vào động dự họp, trước sự kinh ngạc và sự tán thán của chư vị la-hán. Đại hội suy cử Ngài lên tòa sư tử trùng tuyên Kinh Tạng và từ đó mọi người đều biết mấy chữ: "Tôi nghe như vầy..." của Ngài.

Khi ngài trưởng lão Ma-Ha Ca-Diếp kế thừa y bát lên ngôi Tổ thứ nhất thì ngài đã trên 80 tuổi. Giữ nhiệm vụ trên 20 năm, vào lúc quá 100 tuổi, ngài trao lại nhiệm vụ cho ngài A-Nan, khi ấy cũng đã 80. Và ngài vào núi Kê Túc mà nhập Niết-bàn.

Thánh tăng A-Nan điều khiển Giáo Hội cho đến khi 120 tuổi, tất cả các đệ tử thân cận của đức Phật bấy giờ không còn ai. Ngài nghĩ đến đức Thế Tôn, đến các vị trưởng lão Xá-Lợi-Phất, Mục-Kiền-Liên, Ma-Ha Ca-Diếp... và tự nhủ:

"Các vị đã nhập Niết-bàn cả, nay chỉ còn có một mình ta, như rừng cây cổ thụ đã bị đốn hết chỉ còn một cây, làm sao che mưa che nắng cho xuể. Đã đến lúc ta nhập Niết-bàn!". Ngài trao y bát cho tôn giả Thương-Na-Hòa-Tu.

Lúc ấy hai bên sông Hằng, hai nước Ma-Kiệt-Đà và Tỳ-Xá-Ly chuẩn bị đánh nhau. Ngài e rằng họ sẽ tranh nhau xá lợi. Ngài bèn đến nơi hư không giữa sông mà nhập hỏa quang tam muội, tấn nhập Niết-bàn, khiến tro rơi sang hai bên sông, để cho hai bên kình địch cùng được xá lợi, không tranh giành sử dụng đao kiếm. Nhờ nguyện lực của ngài, hai bên đã tránh được chiến tranh!

Có một tác giả đã trích Tăng Chi bộ kinh để kể lại rằng đức Phật đã khen ngợi ngài A-Nan là "người có học vấn uyên thâm, trí nhớ trung thực và bền lâu, tác phong cao quý và trí tuệ nhạy bén, ý chí kiên định và là người chuyên chú, cần mẫn đối với công việc cũng như đời sống tu tập".

Kết luận về cuộc đời của thánh tăng A-Nan - vị thị giả của đức Phật, cũng là vị Tổ thứ nhì của Phật giáo - hòa thượng Thích Tinh Vân đã viết: "Tôn giả A- Nan đã nhập diệt rồi, công lao của ngài đối với đức Phật, sự cống hiến của ngài đối với Phật pháp, tư cách ôn hòa từ mẫn, khiêm tốn nhân nhượng của một bậc thánh, mỗi độ xuân về, lại khiến mọi người hoài niệm". ---oOo---

Anaphylactic – antibody = kháng thể

Anarchism - chủ nghiã vô chính phủ ---ooOoo--- Anathapindika - Cấp Cô Độc - Anathapindika was a lay disciple and benefactor of the historical Buddha. His generosity toward the Buddha and his monks became the ideal of lay support of the monastic sangha. His original name was Sudatta.

To appreciate Anathapindika's role in Buddhist history, one must understand the way the first Buddhist monks lived. They took shelter in forests, sleeping among tree roots. They had no roofs over their heads other than what nature provided.

The Buddha and his disciples did not stay in any one place, except during rainy season. Most of the time they traveled from one village to another, teaching the dharma and begging for their food. Possibly the Buddha felt they should not stay in any one place so that they wouldn't deplete any community's

food supplies. Only during the summer monsoon rains did they remain in one place, devoting themselves to intensive study and practice.

Sudatta's Journey

One day, about a year after the Buddha's enlightenment, the wealthy merchant Sudatta left his home in Savatthi (which was in what is now the state of Uttar Pradesh in India) and traveled to Rajagaha (the site of present-day Rajgir, in the state of Bihar) on business. His married sister lived in Rajagaha with her well-to-do husband, and Sudatta went to her home for a visit.

To his surprise, the members of the household were too busy to greet Sudatta. They were bustling about preparing a meal for many guests. Are you hosting a wedding? asked Sudatta. Is the king coming?

But Sudatta's brother-in-law replied that the meal was for a buddha, an enlightened one, and his monks. Sudatta was astonished, then excited. He became so eager to meet the Buddha that he couldn't sleep, and he didn't want to wait for the dinner to meet the Buddha.

While it was still night Sudatta left his sister's house and began to walk to where the Buddha was staying. According to tradition, Sudatta became afraid in the dark, but his determination to keep going scattered the darkness.

He found the Buddha walking in meditation in the early dawn. "Come, Sudatta," the Buddha said, calling him by name, although they had never met before. Sudatta, awestruck, threw himself at the Buddha's feet. "I hope you slept peacefully, Blessed One," Sudatta said.

"One who is unbound to sensual pleasure and acquisition sleeps at ease," the Buddha replied.

The Buddha saw that Sudatta was ready to receive teachings, and so he taught the Four Noble Truths to Sudatta. Sudatta had an opening insight that day. The Buddha would call his lay disciple Anathapindika ("feeder of the orphans or helpless").

The First Monastery

The next day the Buddha and his monks dined at the home of Anathapindika's sister and brother-in-law. After the dinner, Anathapindika invited the Buddha and his monks to spend the next monsoon season in Savatthi. The Buddha accepted, adding

"The Tathagatas, oh householder, take pleasure in solitude."

Arriving home in Savatthi, Anathapindika looked for a property appropriate for the Buddha's rainy-season retreat. He found a forest glade near Savatthi that belonged to Prince Jeta. The price was dear -- 18 million gold coins. And he was allowed to buy only as much land as he could cover with his gold coins.

When the coins were laid out, only a small area on the edge of the grove remained bare. Then Prince Jeta, moved by Anathapindika's devotion, announced that he would build an imposing gate tower there at his own expense.

Anathapindika was not done. He spent more of his wealth building a meeting hall, a dining hall, sleeping cells, wells, lotus ponds, and whatever else the monks might need during their solitary rains retreats. And he surrounded the property with a great wall. This was the very first Buddhist monastery.

Today, readers of the sutras will notice that the Buddha delivered many of his discourses "in the Jeta Grove, in Anathapindika's Monastery." The Buddha did not live there permanently, but it became his customary place to stay during the summer rains retreats.

Anathapindika the Householder and Student

This is not the end of Anathapindika's story. Many stories about him and his family are recorded in the Pali texts. His wife became a devoted follower of the Buddha also, and delighted in taking care of the monks who came to the house for alms.

There were four children, three daughters and a son. The daughters also devoted themselves to the dharma. The son resisted, preferring to pursue wealth, but eventually he gained in insight also and became a benefactor of the Buddha like his father. The monks would call him "Little Anathapindika."

Anathapindika the elder remained a student for the rest of his life. His devotion to the Buddha was such that when he came to hear the Buddha speak

he sat quietly and did not ask questions. He did not want the Buddha to feel obligated to cater to him because of his patronage.

When Anathapindika was on his deathbed he asked for the Buddha's disciples Sariputra and Ananda to come to him, probably because he was too modest to make demands of the Buddha. Sariputra's words to the dying Anathapindika are recorded in the Anathapindikovada Sutta (Majjhima Nikaya 143), which include more advanced teachings, usually reserved for monks, than Anathapindika had heard before. But at that point he had renounced all attachments to worldly things and was ready to hear it.

And Anathapindika shed tears, and he said, "Venerable Sariputra, please let this sort of talk on the dharma be given to lay people clad in white. There are clansmen with little dust in their eyes who are wasting away through not hearing this teaching. There will

be those who will understand it." His last thought was for the enlightenment of others. And later that day, after Ananda and Sariputra left him, he died.

Anathapindika - Cấp-Cô-Độc

Tại kinh thành Xá-Vệ nước Câu-Tất-La do vua Ba-Tư-Nặc trị vì, có một vị thương gia tên là Tu-Đạt-Đa rất giầu có, được coi là người giầu nhất nước. Dinh cơ của ông thật to lớn tráng lệ, gia nhân của ông hết sức đông đảo. Một điểm đặc biệt nơi ông là lòng từ thiện rất rộng rãi, lúc nào ông cũng tích cực giúp đỡ những người nghèo đói, khổ sở, già nua, bệnh tật, cô đơn. Vì thế người ta gọi ông là Cấp Cô Độc (nghĩa là chu cấp cho những người cô độc) hay là Chẩn tế bần phạp (chẩn tế nghĩa là giúp đỡ, bần phạp nghĩa là nghèo túng), Cấp chư cô lão (cô lão nghĩa là người già cô đơn). Được người đời xưng tụng như thế, hẳn là hạnh bố thí của ông phải cao lắm! Theo tiếng Phạn thì danh hiệu ấy của ông viết là Anatthapindika, trong đó anattha nghĩa là không được ai che chở và pindika nghĩa là dân nghèo.

Ông Tu-Đạt-Đa có gia đình: ông có vợ và ba con gái, một con trai. Bà Tu- Đạt-Đa tên là Punnalakkhana (tên này có nghĩa là người phụ nữ có phúc tướng), bà là một người hiền lành, đối xử với gia nhân có độ lượng nên được kính mến. Cũng như chồng, bà là một Phật tử thuần thành, một trong các nữ tín đồ đầu tiên của đức Phật, và thường xuyên thành tâm hộ trì Tam Bảo. Cả ba cô con gái đều là người đức hạnh, thấm nhuần chánh pháp, y giáo tu hành, và đều đắc quả. Riêng người con trai thì hàng ngày chỉ mài miệt trong công

việc kinh doanh và chăm lo quản trị tài sản khổng lồ của gia đình, ít chú tâm tu tập nhưng sau được cha hướng dẫn vào đường Đạo và theo được gương sáng của cha, trở thành một đại hộ pháp và cũng đắc quả.

Thời bấy giờ, khi mới thành đạo vô thượng bồ-đề, đức Phật Thích-Ca đến thành Vương Xá, kinh đô nước Ma-Kiệt-Đà do vua Tần-Bà-Sa-La trị vì. “Vua Tần-Bà-Sa-La quy y Phật, cúng cảnh Trúc Viên cho Phật và ngôi Tam Bảo, để Phật an trụ nơi đó mà truyền bá đạo lý. Vua cất luôn nơi đó cảnh Tịnh xá rất trang nghiêm, có đủ nhà giảng, tăng phòng và mọi đồ vật dụng cho Giáo Hội. Tại Trúc Viên, Phật dạy đạo cho mấy vị đệ tử đại danh đầu tiên như các ngài Xá-Lỵ-Phất, Mục-Kiền-Liên, Ma-Ha Ca-Diếp v.v...Cảnh Trúc Viên là ngôi Tịnh xá trước nhất mà người ta dâng cúng cho Giáo Hội vậy” (theo Phật học Từ điển của Đoàn Trung Còn).

Một ngày kia, do công việc buôn bán, ông Cấp Cô Độc đi từ thành Xá-Vệ tới thành Ma-Kiệt-Đà. Ông tới ngụ tại nhà một người anh rể và cũng là một bạn thân. Thấy gia đình này đang bận rộn tíu tít, hình như đang lo thu xếp đón tiếp quốc vương hay là đón một vị thượng khách nào đó, ông ngạc nhiên.

Hỏi rõ thì biết rằng họ đang sửa soạn cung nghinh đức Phật và chư Tăng. Thì ra người anh rể của ông Cấp Cô Độc, cũng là một đại phú thương, đã quy y Tam Bảo và đã phát tâm cúng dường Giáo Hội một số tịnh cốc.

Ông Cấp Cô Độc nghe nói đến Phật đang ở gần thì thao thức suốt đêm, mới sáng tinh mơ ông đã tìm đường tới Trúc Lâm tịnh xá.

Tới nơi, trong làn sương buổi sớm, ông thấy ở đằng trước ông một người đang đi kinh hành. Bỗng người ấy quay lại, gọi đích tên thực của ông bằng một giọng rất hiền hòa. Vô cùng kinh ngạc, ông cảm thấy một sức mạnh vô hình kéo ông tiến lên và khi đến gần, ông vội sụp lạy, đó chính là đức Phật. Ông vấn an Ngài và được Ngài chúc lành. Rồi ông theo chân Ngài đi kinh hành. Vừa đi Ngài vừa giảng giải căn bản Pháp Bảo cho ông. Khi Ngài nhận thấy thiện căn của ông đã lộ rõ, tâm thức đã khai mở, Ngài bèn thuyết Tứ Diệu Đế cho ông. Lành thay! Ông giác ngộ, hiểu vạn pháp đúng như sự thật và tin tưởng sâu xa, vững chắc vào Đạo Giải Thoát, ông đắc quả tu-đà-hoàn.

Đức Phật được anh rể của ông Cấp Cô Độc cung thỉnh đến nhà để cúng dàng trai tăng. Nhân dịp này, ông Cấp Cô Độc xin Ngài cho ông được xây cất một tịnh xá tại thành Xá-Vệ ở nước ông là nước Câu-Tất-La. Ngài bảo ông rằng

chư Phật chỉ ưng những nơi thanh tịnh. Ông hiểu ý Ngài và thưa rằng ông sẽ tìm một nơi an tịnh gần Xá-Vệ.

Về đến nhà, sau khi cố gắng, ông tìm được một khu rừng thưa cây gần thành Xá-Vệ thuộc quyền sở hữu của thái tử Kỳ Đà, con vua Ba-Tư-Nặc. Ông hỏi mua nhưng thái tử không có ý bán. Thấy ông khẩn khoản mãi, thái tử ra giá thật cao, cốt ý cho ông thoái chí. Không ngờ ông ưng thuận điều kiện trải vàng kín cả khoảng đất mà ông muốn mua. Thái tử phải chịu vậy. Ông Cấp Cô Độc bèn cho gia nhân chở vàng đến phủ kín đất nhưng chỉ vừa đủ đất để xây chùa mà thôi nên phải về chở thêm.

Hết sức xúc động trước đạo tâm và hạnh bố thí cúng dường của vị thí chủ ấy, thái tử Kỳ Đà bảo ngưng chở vàng và chính ông cũng phát tâm cúng dường vùng đất cùng cây cối còn lại. Hơn thế nữa, khi ông Cấp Cô Độc cho thợ xây cất chính điện, tịnh thất và giảng đường, trai đường, tăng phòng, đường kinh hành với mọi căn nhà phụ thuộc cùng ao sen, giếng nước v.v... thì thái tử sai xây cất mọi thứ ngoại vi như tường bao, cổng ra vào, sân cỏ, vườn cảnh với hoa lá màu sắc xinh tươi. Chính vì lý do này mà sách vở về sau gọi tên nơi này là Kỳ thụ Cấp Cô Độc Viên nghĩa là cây của thái tử Kỳ Đà, vườn của ông Cấp Cô Độc. Người ta cũng gọi ngắn là Kỳ Viên.

Xong việc xây cất, ông Cấp Cô Độc cung thỉnh đức Phật tới nơi làm lễ lạc thành để ông dâng hiến ngôi chùa có tính cách quan trọng trong lịch sử Phật giáo. Đức Phật thuyết pháp độ sinh trong 45 năm, Ngài đã nhập hạ (*kiết hạ) 19 lần ở Kỳ Viên, việc ấy cho chúng ta thấy rằng nơi này quả thật có tính cách thiêng liêng.

Khi đức Phật và chư Tăng an trú tại Kỳ Viên thì ông Cấp Cô Độc cùng gia đình và gia nhân chăm lo về mọi phương diện. Danh từ Phật học nói gọn là tứ sự cúng dường, nghĩa là thức ăn, quần áo, nơi ở giường nằm và thuốc men. Trong thực tế, ông Cấp Cô Độc còn chú ý đến nhiều chi tiết khác như săn sóc vườn hoa cây cảnh, cây cối lớn nhỏ, giếng nước cùng hồ tắm v.v... Không những ông là một đại hộ pháp của chùa Kỳ Viên mà ông còn là đại hộ pháp của chư tăng không cư ngụ trong Kỳ Viên: ông thường cúng dàng trai tăng, có khi trong nhà ông có tới hàng ngàn vị được cung thỉnh, như thế ta

biết rằng dinh cơ biệt thự của ông lớn đến chừng nào.

Ban ngày thiện nam tín nữ tới lui tấp nập, tối lại chỉ còn những bóng người lặng lẽ kinh hành, quán tưởng dưới tàn cây u-tịch.

Có một lần, địa phương của ông Cấp Cô Độc bị một cơn bão lụt lớn, tài sản của ông coi như tiêu tán: nhà cửa bị đổ nát, tiền bạc bị cuốn trôi. Dù bị đẩy vào cảnh nghèo khó, ông vẫn tận tâm cúng dàng Tăng Bảo trong phạm vi tài lực của mình. Nhưng do sức phù hộ của các thiên thần hay nói cách khác, do phúc nghiệp vĩ đại của ông, chẳng bao lâu ông lại trở nên giàu có, mà giàu có hơn trước nữa, để tiếp tục công việc hộ pháp của mình.

Không phải lúc nào đức Phật cũng trụ tại Kỳ Viên vì Ngài còn phải đi hoằng pháp nhiều nơi khắp lưu vực sông Hằng. Những lúc ấy, ông Cấp Cô Độc không thể hàng ngày đến lễ bái hầu hạ Ngài được. Ông bèn xin với chư Thánh tăng giúp ông có cách gì để hàng ngày nhớ đến đức Phật, chiêm ngưỡng và lễ bái. Ngài A-Nan bạch chuyện ấy với đức Thế Tôn và được Ngài dạy rằng có ba hình thức là bảo tháp tức đền thờ, thánh địa tức nơi ghi dấu các di tích và cuối cùng là nơi lưu giữ những vật kỷ niệm. Suy nghĩ kỹ, ông Cấp Cô Độc chọn cách thứ ba là đem trồng một nhánh cây bồ-đề tại cổng của Kỳ Viên. Ngài Mục-Kiền-Liên dùng thần thông giúp ông việc này: ngài tới Khổ Hạnh Lâm, cạnh sông Ni-Liên-Thiền, bẻ một nhánh cây bồ-đề là nơi đức Phật ngồi nhập định trước khi thành đạo, đem về cho ông. Ông Tu-Bồ-Đề được vua Ba- Tư-Nặc nhường cho cái vinh dự trồng cây bồ-đề này. Nhà vua nghĩ rằng tuy đất nằm trong lãnh thổ của nhà vua nhưng với việc gieo mầm Phật giáo trên cả nước thì rõ ràng là ông Cấp Cô Độc là người xứng đáng nhất để nhận vinh dự ấy.

Khi ông Cấp Cô Độc bị bệnh nặng thì hai thánh tăng là trưởng lão Xá-Lợ- Phất và tôn giả A-Nan đến thăm. Ngài Xá-Lợ-Phất nhận thấy ông Cấp Cô Độc sắp lìa đời bèn thuyết pháp cho ông, đại ý khuyên ông dứt khoát buông xả sự dính mắc với lục căn, tách rời tâm thức ra khỏi lục trần, không cho lục thức duyên theo lục trần nữa. Ngài A- Nan khuyên ông giữ tâm bình thản, thanh tịnh.

Khi Ngài Xá-Lợ-Phất cho ông biết rằng những lời thuyết pháp ấy chỉ để dành cho các vị xuất gia nhưng nay đem thuyết cho ông vì tâm của ông không khác gì tâm của một vị đại sa-môn, ông Cấp Cô Độc thỉnh cầu đức Phật và chư Thánh tăng ban cho hàng cư sĩ tại gia nhiều phạm hạnh được nghe các bài pháp nhiệm mầu như vậy. Sau đó, ông Cấp Cô Độc nhập chánh định và xả báo thân ngũ uẩn, giác linh của ông được lên cõi trời Đâu-Suất.

Phật học Từ điển của Đoàn Trung Còn ghi rằng: “Trong Soạn tập bá duyên kinh đức Phật có thọ ký cho ông Cấp Cô Độc quả bồ-đề vô thượng, mách rằng

trong ba a-tăng-kỳ kiếp, ông Cấp Cô Độc sẽ thành Phật hiệu là Abhayaprada (Cấp cho sự yên ổn)”.

Cuốn sách nhỏ nhan đề Sự tích Tu-Đà Cấp Cô Độc của Hellmut Hecker, do Nguyễn Điều dịch, cho biết rằng: “Điều đáng tưởng niệm và ngưỡng mộ vị cố đại ân nhân Phật giáo ở

đây là sau khi gia nhập Thiên chúng, "ông" là vị thiên thần hộ trì Tam Bảo nhiệt thành nhất. Theo kinh sách kể lại thì chùa Kỳ Viên, sau lễ hỏa táng Tu-Đà, có nhiều đêm được Thiên chúng viếng thăm. Hào quang sáng rực. Vị dẫn đầu chư Thiên thần ấy dĩ nhiên là giác linh cố cư sĩ Tu-Đà Cấp Cô Độc".

Sách ấy còn cho biết: "Trong mười tám bài pháp nói đến Tu-Đà Cấp Cô Độc ghi trong Tạng kinh, có mười bốn bài do đức Phật tùy cơ duyên tự nói ra, một bài Phật thuyết do Tu-Đà đặt câu hỏi, một bài khác Phật giảng sau khi nghe Tu-Đà thuật chuyện đã đối thoại với những đạo sĩ Bà-la-môn giáo. Và sau cùng là hai bài pháp do tôn giả A-Nan và trưởng lão Xá-Lỵ-Phất đến bên giường bệnh của Tu-Đà để nhắc nhở. Mười tám bài pháp này chứng tỏ rằng trong kho tàng Phật giáo, hẳn đã có một phần quan trọng dành riêng cho người cư sĩ hay Phật tử tại gia, khi họ muốn đạt đến thánh quả mà không cần sống trong Giáo Hội!"

*Kiết hạ là an cư trong ba tháng mưa, từ rằm tháng 6 đến 16 tháng 9. Trong 45 năm, đức Phật kiết hạ tại Kỳ-Viên 19 mùa. ---ooOOoo---

Anathema - lời nguyền rủa, người bị ghét cay ghét đắng

Anatman – "no-self", anatman refers to an important Buddhist teaching (SKT) according to which any notion of an eternal principle that is thought to constitute the real self of our existence is rejected.

It is one of central teachings of Buddhism; it says that no self exists in the sense of a permanent, eternal, integral (toàn bộ) and independent substance within an individual existence. Thus the ego in Buddhism is no more than a transitory (nhất thời) and changeable empirical (do kinh nghiệm) personality put together from the five aggregates (ngũ uẩn).

The meaning of non-self isn't that nothing exists, or that what you perceive with your senses isn't real. Conditions come together, resulting in the

phenomena we experience. These phenomena exist – they just don't exist independently of the conditions that caused them.

Vô Ngã – Trong Phật học, một lý thuyết quan trọng nhất là lý duyên khởi hay duyên sinh. Lý này xác nhận rằng bất cứ cái gì cũng phải do nhiều thứ hợp lại mà thành, chứ không phải tự nó có. Nói theo chữ nhà Phật thì mọi pháp trên thế gian này đều do các duyên hợp lại với nhau mà thành. Tóm lại mọi pháp không tự có mà đều do duyên sinh.

Khi đã nhận rằng cái gì cũng do duyên sinh tức là cái gì cũng phải tùy thuộc vào cái khác mà thành thì người ta nói thêm rằng cái đó không có tự thể, không có tự tính, không có cái gì là chính nó cả. Vì thế mới có chữ vô ngã. Vậy vô ngã là chẳng có tự thể, tự tính mà phải phụ thuộc vào cái khác.

Thuyết Duyên Khởi – Quan trọng trong Phật Giáo "mọi sự vật, mọi hiện tượng trên thế giới và xã hội đều hình thành và phát biểu do những điều kiện nhất định mà Phật Giáo

gọi là NHÂN DUYÊN".

Theo thuyết Duyên Khởi: giải thích sự tương quan, tương liên của tất cả mọi hiện tượng tâm lý và vật lý. - Mọi hiện tượng đều không có bản thể độc lập (vô ngã). - Chỉ là tổng hợp cuả nhiều yếu tố (nhân duyên). - Tương quan, tương liên với nhau, luôn luôn biến động (vô thường). - Từ trạng thái này sang trạng thái khác.

Tóm tắt nội dung:
• Cái này có thì cái kia có
• Cái này sinh thì cái kia sinh
• Cái này không thì cái kia không
• Cái này diệt thì cái kia diệt
Đạo lý Duyên khởi chống phá ba lý thuyết sai lệch sau đây : 1. Túc mạng luận: tất cả đều do hành động đời trước (Định mệnh luận) 2. Thần ý luận: tất cả do thần linh sáng tạo và cai quản. 3. Ngẫu nhiên luận: sự vật có ra là tình cờ hay may rủi mà không do nhân duyên.

Dựa trên đạo lý Duyên khởi, Phật trình bày sự thật về con người và vũ trụ một cách như thật. Nếu nhìn sự vật đúng theo đạo lý Duyên khởi thì chúng ta sẽ thấy rõ sự thật mà không bị sai lầm theo ba lý thuyết trên.

Giải thích thêm về đạo lý Vô ngã, Vô thường - Thích Thiện Châu

a) Vô ngã (anatta) - do tưởng về sự thay đổi nơi sự vật gây ra ảo tưởng về bản chất thường còn nơi sự vật hay linh hồn bất tử nơi con người. Trong thật tế, sự vật và con người liên tục biến chuyển từ trạng thái này qua trạng thái khác chứ không hề có sự thay đổi hình thể bên ngoài mà bản chất hay linh hồn vẫn tồn tại.

Không có bản chất của một cái bàn, ngoài cái bàn; cũng như không có linh hồn ngoài sự sống con người. Cái bàn là một tổng hợp của gỗ, đinh, sơn, nhân công... Người là tổng hợp của sắc, thọ, tưởng, hành và thức.

Không hề có bản chất độc lập thường còn của cái bàn hay linh hồn bất tử của con người. Chính tánh cách liên tục của hành động có cố ý (karma) của con người làm cho con người hiện hữu.

Bảo rằng có bản chất thường còn nơi sự vật hay linh hồn bất tử nơi con người là quan niệm sai lầm gây ra bởi sự quan sát cẩu thả hay sự mê chấp theo tín điều. Hiểu đạo lý Vô ngã tức là giác ngộ sự thật qua chiều ngang của sự vật (không gian).

b) Vô thường (anicca) - Vũ trụ là một thác nước chẩy xiết chứ không phải là vũng nước đọng. Sự vật sinh diệt, diệt sinh không ngừng như những ngọn sóng nhô lên hạ xuống trên mặt biển. Người cũng vậy, sống chết từng ngày từng phút. Tuy vô thường song sự vật và con người không hề bị tiêu diệt mà biến đổi từ trạng thái này qua trạng thái khác và không có sự cách biệt quá rõ ràng giữa những trạng thái khác nhau trong dòng liên tục. Nói cách khác, sự vật và con người không hề "là" mà luôn luôn "trở nên". Không những không thể có "một con suối" để chúng ta có thể tắm hai lần, mà cũng

không có "một con người" để có thể tắm hai lần trên một dòng suối.

Quan niệm về bản chất của thời gian qua những ý niệm trước hay sau về một sự vật đồng nhất là một quan niệm rất quen thuộc nhưng cũng rất sai lầm. Hiểu đạo lý vô thường tức là giác ngộ sự thật qua chiều dọc của sự vật (thời gian).

Với ánh sáng đạo lý Duyên khởi, đức Phật nhìn cuộc đời như thế nào?

- Đối với cuộc đời, Phật chủ trương cuộc sống của loài người vốn không hoàn toàn và có nhiều khổ đau, nhất là không chắc thật và thường thay đổi, và do

đó cần phải thay đổi cuộc sống đau khổ thành cuộc sống an lành. Phật có nói: "Ta chỉ dạy một điều: Khổ và Khổ diệt". Thái độ ấy được diễn tả qua bốn chân lý cao đẹp sau đây:

A. Khổ (dukkha)

a. Đau khổ thông thường như khổ vì sinh, già, bịnh, chết; khổ vì sống với oán thù, vì xa lìa người thân yêu, vì không thỏa mãn những điều mong muốn.

b. Đau khổ do lầm tưởng cuộc đời là thường còn, trong khi cuộc đời là biến chuyển.

c. Đau khổ do lầm tưởng cuộc đời là chắc thật, trong khi cuộc đời là giả hợp.

Nghĩa thứ nhất rất dễ hiểu. Song phải hiểu nó trong những thể hiện cụ thể nơi con người và trong cuộc sống qua nhiều khía cạnh khác nhau.

Hai nghĩa sau mang nhiều tính chất triết lý, song cũng có thể tìm thấy nơi đời sống hàng ngày... Cuộc đời là khổ, bởi vì cuộc đời vốn là vô ngã, vô thường, nhất là vì con người với vô minh, luôn luôn hiểu lầm rằng cuộc đời là thật có và thường còn cho nên bằng mọi cách cố thỏa mãn tánh tham lam và lòng hờn giận của mình; do đó gây thêm phiền não cho mình và cho người. Ví dụ, khi thấy người thân từ trần, chúng ta quá buồn phiền đến nỗi mất trí. Sự buồn phiền này, một phần lớn do lầm tưởng rằng người thân ấy là cái gì chắc thật và không bao giờ chết. Nỗi khổ của chúng sanh không những là nhiều mà còn kéo dài từ đời này qua kiếp khác.

B. Nhân khổ (samudaya)

Đau khổ của loài người không do định mệnh hoặc thần linh, hoặc rủi may, mà do chính con người hay chúng sinh gây ra với tất cả hành động thúc đẩy bởi ái dục (tanha). Có ba thứ ái dục:

a. Ái dục thỏa mãn dục lạc. b. Ái dục mở rộng cái ta. c. Ái dục phá hoại điều mình không thích.

Ái dục do vô minh (không sáng suốt) thúc đẩy. Vô minh và Ái dục là nguyên nhân chủ yếu của đau khổ. Không nên hiểu Ái dục một cách trừu tượng mà phải hiểu qua sự thể hiện của nó trong mọi sinh hoạt của con người hay chúng

sinh trong phạm vi chính trị, kinh tế, xã hội... và ngay cả trong phạm vi tôn giáo. Ví dụ, Ái dục có thể thể hiện trong chính trị độc tài, áp bức, trong kinh tế bóc lột, trong xã hội

thối nát. Trong nhiều trường hợp, nên tìm hiểu Ái dục phát xuất từ người nào hay tập thể nào để tránh lầm lẫn người phát sinh Ái dục và nạn nhân của Ái dục.

Sự thể hiện của Ái dục qua hành động gọi là Nghiệp (Karma). Vì hầu hết hành động của loài người đều do Vô minh và Ái dục thúc đẩy, nhưng chỉ những hành động có cố ý (cetana) của thân, miệng, ý mới trở thành sức mạnh sáng tạo cuộc sống riêng (biệt nghiệp) và chung của con người (cộng nghiệp). Chúng ta gặt hái những gì chúng ta đã gieo trồng. Hành động lành ích cho chúng ta những kết quả tốt đẹp. Hành động xấu hại khiến chúng ta chịu lấy kết quả khổ đau. Luật nhân quả tự nó đã có sự "thưởng phạt", vì thế không cần thêm một đấng thiêng liêng nào khác để thưởng phạt nữa. Luật nhân quả diễn biến liên tục trong thời gian: quá khứ, hiện tại, tương lai mà không bị giới hạn trong hiện tại. Do dó, có những quả báo đến ngay sau khi gây nhân, và cũng có những quả báo sẽ đến sau một thời gian, dài hay ngắn, tùy theo nghiệp nhân mạnh hay yếu.

Đạo Phật cũng không hề nói đến "lương tâm" do trời phú cho, vì lương tâm chỉ là một tâm thái do kinh nghiệm về điều lành trong quá khứ mà có. Vì thế có những người không có hoặc mất cả lương tâm.

Có hai thứ nghiệp có ảnh hưởng đến đời sống của con người:

Biệt nghiệp (hành động cá nhân) và Cộng nghiệp (hành động của tập thể).

Biệt nghiệp ảnh hưởng nhiều đến đời sống cá nhân. Cộng nghiệp ảnh hưởng nhiều đến đời sống gia đình và xã hội. Tuy nhiên kết quả của cộng nghiệp và biệt nghiệp không hề tách rời nhau. Cá nhân thiếu sáng suốt, không tự chủ, yếu hèn thì sẽ bị cộng nghiệp chi phối. Trường hợp biệt nghiệp chi phối tập thể, gia đình và nhất là xã hội có thể có nhưng rất hiếm. Do đó muốn cải tạo cuộc sống cá nhân hay cộng đồng xã hội thì không những chỉ cải tạo biệt nghiệp mà còn phải cải tạo cộng nghiệp.

Tu dưỡng nghĩa là chuyển nghiệp, theo nghĩa hẹp là cải tạo cá nhân bằng cách thay đổi biệt nghiệp, theo nghĩa rộng là cải tạo gia đình và xã hội bằng cách đổi cộng nghiệp. Tu dưỡng còn có nghĩa là thay đổi cuộc sống si mê ràng buộc thành cuộc sống giác ngộ giải thoát, thay đổi cuộc sống khổ đau thành cuộc sống an lành cho hiện tại và tương lai. Tin tưởng nghiệp như là sức mạnh tiền

định, không thể chuyển đổi: "Kiếp xưa đã vụng đường tu, kiếp này quyết phải đền bù mới xong" là tin tưởng của ngoại đạo có chủ trương Túc mạng luận mà không phải là nhận thức đúng đắn theo đạo lý Duyên khởi và Nghiệp của đạo Phật.

C. Khổ diệt (Nirodha).

Sự tiêu diệt của khổ đau hay là an lành khi nguyên nhân đau khổ (Vô minh và Ái dục) bị tiêu diệt. Sự an lành có thể thực hiện ngay ở đây và bây giờ. Sự tiêu diệt của khổ đau cũng gọi là Niết bàn (Nirvana).

Niết bàn là mục đích của Phật tử. Ước mong cao nhất của Phật tử là thực hiện Niết Bàn, vì "Niết Bàn là sự an lành tuyệt đối". Muốn biết rõ nước mát, lạnh thế nào phải tự uống nước. Cũng vậy, muốn biết Niết bàn an lành như thế nào, cách tốt nhất là phải tu

dưỡng và thực hiện Niết bàn. Tất cả sự diễn tả về Niết bàn của Phật hay của người khác chỉ là những khái niệm hết sức trừu tượng về Niết bàn đối với chúng ta. Tham lam, giận hờn, si mê là sức mạnh gây ra đau khổ. Nếu ba căn này bị tiêu diệt thì khổ đau không còn và an lành thể hiện. Ngài Buddhaghosa trong Visuddhimagga có kể một câu chuyện để chứng minh rằng Niết bàn không phải là "hư vô diệt tịch":

"Có một làng nọ, từ lâu bị bọn cướp quấy phá. Dân làng điêu đứng khổ sở. Một hôm, làng được quân lính nhà vua về lùng bắt và giết sạch bọn cướp. Từ đó dân làng được yên ổn làm ăn". Ý nghĩa của ví dụ là tham, sân, si bị tiêu diệt thì con người được an lành chứ không có nghĩa là sự sống của con người cũng bị tiêu diệt.

Hơn nữa, Niết bàn có hai mức độ: Niết bàn toàn phần nơi các bậc giác ngộ hoàn toàn và Niết bàn từng phần nơi những người đang tu dưỡng. Từ Niết bàn từng phần đến Niết bàn toàn phần có bốn phẩm vị gọi là bốn quả:

1. Dự lưu (vào dòng): tức là người trừ được sự chấp có ta, nghi ngờ, mê tín lễ nghi và giới điều. 2. Nhất lai (sanh lại một lần): tức là người trừ bớt được một phần của tham dục và tàn bạo. 3. Bất lai (không sanh lại): tức là người trừ hết năm điều trên. 4. A la hán (vô sanh): tức là người trừ thêm năm điều nữa: tham muốn sanh cõi sắc, tham muốn sanh cõi vô sắc, kiêu ngạo, loạn động và vô minh.

Niết bàn trong đời sống hiện tại gọi là Niết bàn còn dư thừa và sau khi thân này chết đi gọi là Niết bàn không dư thừa hay là Niết bàn trọn vẹn (parinivana).

Những điều trình bày trên cho chúng ta thấy Niết bàn là an lành mà trong ngay đời này chúng ta có thể thực hiện và an hưởng chứ không phải chỉ là những gì cho đời sau.

D. Con đường đưa đến khổ diệt (magga)

Con đường đưa đến khổ diệt là sự tu dưỡng theo giới (sila): những qui tắc sống khôn ngoan và cao đẹp, định (samadhi): những phương pháp tập trung và huấn luyện tâm trí và Tuệ (panna): những cách thức khai sáng trí tuệ để nhìn sự vật đúng như thật.

Ba điều học này được giải rộng trong con đường chánh gồm tám nẻo (bát chánh đạo):

1. Chánh kiến: hiểu biết đúng đắn sự thật của cuộc đời, nhất là hiểu rõ bốn chân lý theo hai hệ thống đau khổ và an lành. 2. Chánh tư duy: suy nghĩ những điều cao đẹp cởi mở, từ thiện và thân hữu. 3. Chánh ngữ: lời nói chân thật, hòa ái. 4. Chánh nghiệp: làm những việc lành ích cho mình và cho người. 5. Chánh mạng: nuôi sống thân mạng với nghề nghiệp lương thiện. 6. Chánh tinh tấn: siêng năng trong chiều hướng tiến bộ, tu dưỡng bản thân và phục vụ chúng sanh. 7. Chánh niệm: ý thức và kiểm soát động tác của thân, miệng, ý, nhớ rõ các pháp lành. 8. Chánh định: tĩnh tâm, cải tạo tư tưởng và trau dồi trí tuệ.

Ý nghĩa của con đường chính gồm tám nẻo có thể tóm tắt trong bài kệ sau đây:

"Không làm mọi điều ác
Thành tựu các hạnh lành
Tâm ý giữ trong sạch

Chính lời chư Phật dạy"
(Pháp cú, 183) ---oOo---
Duyên Khởi và Vô Ngã

Duyên khởi là gì? Thế Tôn định nghĩa:

"Do vô minh, có hành sinh; do hành, có thức sinh; do thức, có danh sắc sinh; do danh sắc, có lục nhập sinh; do lục nhập, có xúc sinh; do xúc, có thọ sinh; do thọ, có ái sinh; do ái, có thủ sinh; do thủ, có hữu sinh; do hữu, có sinh sinh; do sinh, có lão tử, sầu, bi, khổ, ưu, não sinh, hay toàn bộ khổ uẩn sinh. Đây gọi là Duyên khởi (hay Duyên sinh)." (Tương Ưng Bộ Kinh II, tr. 1-2).

"Do đoạn diệt tham ái, vô minh một cách hoàn toàn, hành diệt; do hành diệt nên thức diệt;... lão tử, sầu, bi, khổ, ưu, não diệt. Như vậy là toàn bộ khổ uẩn đoạn diệt. Này các Tỳ-kheo, như vậy là đoạn diệt."

Khi mười hai nhân duyên sinh khởi thì đồng nghĩa với toàn bộ khổ uẩn khởi. Khi mười hai nhân duyên diệt hay gọi là mười hai nhân duyên đoạn diệt thì đồng nghĩa với toàn bộ khổ uẩn đoạn diệt. Tất cả đó gọi là Duyên khởi, là sự thật về sự có mặt của các pháp, đã được Thế Tôn xác nhận:

"Pháp Duyên khởi ấy, dù có Như Lai xuất hiện hay không xuất hiện, an trú là giới tánh ấy, pháp quyết định tánh ấy, y duyên tánh ấy. Như Lai hoàn toàn chứng ngộ, chứng đạt định lý ấy. Sau khi hoàn toàn chứng ngộ, chứng đạt, Như Lai tuyên bố, tuyên thuyết, khai triển, khai thị, phân biệt, minh hiển, minh thị."

Ngài dạy:

"Duyên vô minh, này các Tỳ-kheo, có các hành, v.v... Như vậy, này các Tỳ- kheo, ở đây là như tánh, bất hư vọng tánh, bất dị như tánh, y duyên tánh ấy. Này các Tỳ-kheo, đây gọi là Duyên khởi."

Về bốn danh từ nói về lý Duyên khởi ở trên, được tập sớ giải thích như sau: lý Duyên sinh này trú như vậy, không có một sanh, già, chết, v.v... nào không có duyên sinh (paccaya). Do duyên nên có các pháp khởi lên, tồn tại, do vậy nên gọi là Pháp trú tánh ấy (Dhammatthitata). Các duyên ra lệnh hay an trú các pháp, do vậy được gọi là pháp quyết định tánh. Các duyên của sanh già v.v... là các duyên đặc biệt gọi là y duyên tánh. Thế nào là duyên sinh pháp (hay pháp do duyên sinh)?

-- "Gọi là duyên sinh pháp là các pháp được tác thành, hữu vi, biến hoại, tan rã, đoạn diệt, vô thường."

Trong Kinh Phật Tự Thuyết (Tiểu Bộ I, tr. 291), nguyên lý Duyên khởi đã được Thế Tôn tóm tắt:

-- Do cái này có mặt nên cái kia có mặt.
-- Do cái này không có mặt nên cái kia không có mặt.
-- Do cái này sinh nên cái kia sinh.
-- Do cái này diệt nên cái kia diệt.

Trong kinh Đại Duyên (Trường Bộ III), khi Tôn giả A-nan ca ngợi giáo lý Duyên khởi thâm thúy, thì Thế Tôn lại nhấn mạnh hơn: "Này Ananda, chính vì không giác ngộ, không thâm hiểu giáo pháp Duyên khởi này mà chúng sanh hiện tại bị rối loạn như một tổ kén, rối ren như một ống chỉ, giống như cỏ munja và lau sậy babaja, không thể nào ra khỏi khổ xứ, ác thú, đọa xứ, sinh tử." (tr. 56)

Để hiểu rõ Duyên khởi hơn, chúng ta cần đi vào ý nghĩa của từng chi phần trong mười hai duyên, và đi vào một số vấn đề được đặt ra với Duyên khởi.

-- Lão, tử (Jaramarana): "Cái gì thuộc các loài chúng sinh bị già, yếu, suy nhược, răng rụng, tóc bạc, da nhăn, tuổi thọ lớn, các căn chín muồi thì gọi là già. Cái gì thuộc các loài chúng sinh bị từ bỏ, hủy hoại, tiêu mất, các uẩn tàn lụn, thân thể vứt bỏ, tử vong thì gọi là chết."

-- Sinh (Jati): "Cái gì thuộc các loài chúng sinh bị sanh, xuất sinh, giáng sinh, đản sinh, xuất hiện các uẩn, thành tựu các xứ thì gọi là sinh." (Tương Ưng II, tr. 3).

-- Hữu (Bhava): "Dục hữu, sắc hữu và vô sắc hữu, gọi là hữu." (Tương Ưng II, tr. 3).

-- Thủ (Upadana): "Có bốn thủ: dục thủ, kiến thủ, giới cấm thủ và ngã luận thủ."

-- Ái (Tanha): "Sắc ái, thanh ái, hương ái, vi ái, xúc ái, pháp ái; hay dục ái, sắc ái và vô sắc ái."

-- Thọ (Venada): "Có sáu thọ, thọ do nhãn xúc sinh, ... và thọ do ý xúc sinh."

-- Xúc (Phassa): "Có sáu xúc: nhãn xúc, nhĩ xúc, tỷ xúc, thiệt xúc, thân xúc và ý xúc."

-- Sáu xứ (chabbithana): "Gồm sáu nội xứ (nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân và ý căn) và sáu ngoại xứ (sắc, thanh, hương, vị, xúc và pháp)."

-- Danh sắc (Nama-rupa): "Danh gồm xúc, tác ý, thọ, tưởng và tứ đại (có nơi trình bày Danh gồm có thọ, tưởng, hành và thức uẩn). Sắc là tứ đại và các pháp do tứ đại sanh."

-- Thức (Vinanana): "Nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức và ý thức."

-- Hành (Sankhara): "Gồm có thân hành, khẩu hành và ý hành."

-- Vô minh (Avijja): "Không hiểu rõ Tứ đế gọi là vô minh (Tương Ưng II, tr. 4). Có thể phát biểu cách khác rằng, không hiểu Duyên khởi, vô ngã là vô minh."

Khi Thế Tôn giảng về Duyên khởi, Tôn giả Moliya Phagguna hỏi, "Bạch Thế Tôn, ai cảm xúc? Ai thọ? Ai khát ái? Ai chấp thủ?" (Tương Ưng II, tr. 15-16). Thế Tôn dạy: "Như Lai chỉ dạy xúc, thọ, ái, thủ..., chớ không dạy người nào xúc, thọ..., nên các câu hỏi đó không phù hợp với định lý Duyên khởi. Câu hỏi phù hợp lý Duyên khởi phải là: Do duyên gì xúc sinh, thọ sinh? v.v..." (Tương Ưng II, tr. 16).

(Thích Chơn Thiện Trích "Phật Học Khái Luận") ---oOo--- Ancillary - phụ thuộc, lệ thuộc

Androgynous – mixed genders = lưỡng tính (vừa nam vừa nữ - như linh hồn, do đó khi đầu thai có thể đàn ông hay đàn bà)

Anecdote – giai thoại, chuyện vặt

Anguish - nỗi đau đớn, nỗi thống khổ

Angulimala: A Story of the Power of Compassion (As told by Ven. Walpola Piyananda Thera in Love in Buddhism)

There was once the son of a Brahmin (the highest "priestly" caste in India) in the court of King Pasenadi of Kosala, whose name was Ahimsaka. He was sent to Taxila for his studies. Ahimsaka was intelligent and obedient to his teacher; therefore he was liked by both the teacher and his wife. This made the other pupils jealous of him. So they went to the teacher and falsely accused Ahimsaka of having an immoral relationship with the teacher's wife. At first, he did not believe them, but after hearing it a number of times, he thought it was true and vowed to have revenge on Ahimsaka. He thought that to kill him would reflect badly on him. His rage prompted him to suggest the unthinkable to the young and innocent Ahimsaka. He told his pupil to kill a thousand human beings and to bring the right thumb of each as payment for teaching him. Of course the youngster would not even think of such a thing, so he was banished from the teacher's house and returned to his parents.

When his father learned why Ahimsaka had been expelled, he became furious with his son, and would hear no reason. On that very day, with the rain pouring down, he ordered Ahimsaka to leave the house. Ahimsaka went to his mother and asked her advice, but she could not go against the will of her husband. Next Ahimsaka went to the house of his betrothed (in accord with the ancient custom in India calling for betrothal of children long before their actual marriage), but when the family learned why Ahimsaka had been turned out of school, they drove him off. The shame, anger, fear, and despair of Ahimsaka drove him out of his mind. His suffering mind could only recollect the teacher's order: to collect 1,000 human thumbs. And so he started killing, and as he killed, the thumbs he collected were hung on a tree, but as they were destroyed by crows and vultures, he later wore a garland of the fingers to keep track of the number.

Because of this he came to be known as Angulimala (finger garland) and became the terror of the countryside. The king himself heard about the exploits of Angulimala, and he decided to capture him. When Mantani, Ahimsaka's mother, heard about the king's intention, she went to the forest in a desperate bid to save her son. By this time, the chain around the neck of Angulimala had 999 fingers in it, just one finger short of 1,000.

The Buddha learned of the mother's attempt to dissuade her son from, and reflected that if he did not intervene, Angulimala, who was on the lookout for

the last person to make up the 1,000, would see his mother and might kill her. In that case, he would have to suffer an even longer period for his evil kamma. Out of compassion, the Buddha left for the forest.

Angulimala, after many sleepless days and nights, was very tired and near exhaustion. At the same time, he was very anxious to kill the last person to make up his full quota of 1,000 and so complete his task. He made up his mind to kill the first person he met. As he looked down from his mountain perch, he saw a woman on the road below. He wanted to fulfil his vow to complete the 1,000 thumbs, but as he approached, he saw it was his mother. At the same time, the Buddha was approaching, and Angulimala had just enough presence of mind to decide to kill the wandering monk instead of his mother. He set out after the Blessed One with his knife raised. But the Buddha kept moving ahead of him. Angulimala just could not catch up with him. Finally, he cried out, "O Bhikkhu, stop, stop!" And the Enlightened One replied, "I have stopped. It is you who have not stopped." Angulimala did not catch the significance of these words, so he asked, "O bhikkhu! Why do you say that you have stopped while I have not?"

The Buddha replied, "I say that I have stopped because I have given up killing all beings. I have given up ill-treating all beings, and have established myself in universal love, patience, and knowledge through reflection. But you have not given up killing or ill treating others and you are not yet established in universal love and patience. Hence, you are the one who has not stopped." On hearing these words Angulimala was recalled to reality, and thought, these are the words of a wise man. This monk is so very wise and so very brave that he must be the leader of the monks. Indeed, he must be the Enlightened One himself! He must have come here specially to make me see the light. So thinking, he threw away his weapons and asked the Blessed One to admit to the Order of the bhikkhus, which the Buddha did.

When the king and his men came to capture Angulimala, they found him at the monastery of the Buddha. Finding that Angulimala had given up his evil ways and become a bhikkhu, the king and his men agreed to leave him alone. During his stay at the monastery, Angulimala ardently practiced meditation.

Angulimala had no peace of mind because even in his solitary meditation he used to recall memories of his past and the pathetic cries of his unfortunate victims. As a result of his evil kamma, while seeking alms in the streets he would become a target of stray stones and sticks and he would return to the

Jetavana monastery with broken head and blood flowing, cut and bruised, to be reminded by the Buddha: "My son Angulimala. You have done away with evil. Have patience. This is the effect of the evil deeds you have committed in the existence. Your evil kamma would have made you suffer through innumerable existences had I not met you."

One morning while going on an almsround in Savatthi, Angulimala heard someone crying out in pain. When he came to know that a pregnant lady was having labor pains and facing difficulty to deliver the child, he reflected, all worldly beings are subject to suffering. Moved by compassion, he reported the suffering of this poor woman to the Buddha who advised him to recite the following words of truth, which later came to be

known as Angulimala Paritta. Going to the presence of the suffering woman, he sat on a seat separated from her by a screen, and uttered these words:

Sister, since the day I became an arahat
I have not consciously destroyed
The life of any living beings.
By this truth, may you be well
And may your unborn child be well.
Instantly the woman delivered her child with ease. Both the mother and child were well and healthy. Even today many resort to this paritta.

Angulimala liked living in solitude and in seclusion. Later he passed away peacefully. As an arahant, he attained parinibbana.

Other bhikkhus asked the Buddha where Angulimala was reborn, and when the Blessed One replied, my son Angulimala has attained parinibbana, they could hardly believe it. So they asked whether it was possible that such a man who had in fact killed so many people could have attained parinibbana. To this question, the Buddha replied, "Bhikkhus, Angulimala had done much evil because he did not have good friends. But later, he found good friends and with their help and good advice he became steadfast and mindful in practicing the dhamma and meditation. Thus, his evil deeds have been overwhelmed by good kamma and his mind has been completely rid of all defilements."

The Buddha said of Angulimala:

"Whose evil deed is obscured by good,

he illumines this world like the

moon freed from a cloud."

The power of love and compassion are stronger than any evil, and are absolute conditions for awakening.

Angulimala – “Ngón tay tròng cổ” tức Ngài Vô Não

Tại Savatthi (Xá-Vệ) trong một hạ, Đức Phật có tế độ một tên sát nhân, cuồng tín theo tà giáo, đã gây kinh khủng cho dân xứ Kosala. Kẻ sát nhân ấy tên Angulimala (Ngón tay tròng-cổ), con của một vị Đại thần tại Savatthi. Chàng được gởi đến thọ giáo với một vị Đạo sĩ danh tiếng. Rất thông mình, văn hay võ giỏi, chàng được thầy yêu mến, trọng đãi hơn các bạn học. Bọn này sanh lòng ganh tị, bao phen lập kế, mét thót với thầy rằng Angulimala âm mưu phản thầy. Ông đạo sĩ không tin nhưng ba lượt thúc giục phải xua đuổi Angulimala ra khỏi nhà, để tránh tai hại về sau. Nghe theo lời nịnh bợ bất chính, ông thầy lập kế đưa Angulimala vào chốn lao tù, mới kêu bảo rằng:"Này con, thầy thấy con võ nghệ tinh thông, thầy muốn truyền cho con một phép mầu nhiệm để sau này con nhờ lấy đó mà lập thân; nhưng trước khi truyền phép huyền bí cho con, con phải giết cho đủ một ngàn người, cắt lấy ngón tay, xỏ làm một xâu tràng hoa đem về đây".

Angulimala tuy thông minh nhưng tham vọng rất nhiều, không suy nghĩ, phần ỷ lại tài nghệ xuất chúng, liền từ giã thầy đi tìm giết cho đủ 1000 người. Ai đi vào rừng cùng, đi lẻ loi nơi vắng vẻ đều bị Angulimala giết chết và cắt ngón tay xỏ xâu đeo lên cổ.

Tiếng đồn dân chúng kinh sợ. Vua Pasenadi (Ba-Tư-Nặc) định đem binh đi bắt tên sát nhân về trị tội. Lúc ấy Angulimala đã giết được 999 người, càng giết cảng hăng máu không gớm tay, mong mau có đủ số, để sớm trở về cho thầy truyền đạo. Cùng lúc ấy bà mẹ của Angulimala dò hỏi tin tức, biết tên sát nhân là con của bà. Bà liền vào rừng tìm Angulimala để khuyên giải và báo tin cho con bà hay rằng đức Vua sắp gọi binh đến bắt chàng. Thấy mẹ Angulimala bị tội ác ám ảnh, định giết mẹ cho đủ 1000 người. Bà mẹ kinh hồn chạy trở lại, liền khi ấy đức Phật hiện ra chậm rãi đi trước mặt, chận đường Angulimala, để cho bà mẹ chàng thoát thân. Tên sát nhân liền đổi ý, định giết ông Sa-Môn, nỗ lực chạy đến gần để hạ thủ. Đức Phật mang bát từ từ bước trở ra, tên sát nhân chạy theo sau như tên bay, trên cả ba do tuần, mà không theo kịp.

Tức mình, Angulimala kêu:

"Kìa ông Sa-Môn, sao ông không dừng chân lại?" Đức Phật ngoái lại mĩm cười đáp:

"Này Angulimala, Như-Lai đã dừng bước đã từ lâu rồi, chỉ có ngươi chưa chịu dừng bước đó thôi".

Angulimala hỏi lại:"Ông nói ông đã dừng bước, sao tôi chạy theo ông không kịp. Ông là người nói dối". Đức Phật đáp:

"Như-Lai đã dừng bước trên con đường tội lỗi. Như-Lai đã bỏ hết gươm giáo từ lâu rồi".

Nghe được có bấy nhiêu lời Angulimala chợt tỉnh cơn lầm lạc, hối ngộ ăn năn, liệng cả gươm dao, quỳ lạy đức Phật, xin ra tay tế độ.

Đức Phật liền vỗ về an ủi giải thích cho Angulimala biết rằng: "Tiền kiếp ngươi đã dày công tu hành và có duyên lành gặp chánh pháp, nếu Như Lại không đến cứu ngươi thì ngươi đã phạm tội giết mẹ. Với cái ngỗ nghịch đại tội ấy, ngươi phải sa vào vô gián địa ngục, biết đời kiếp nào chuộc cho xong". Đức Phật dắt Angulimala về Tịnh xá Cấp-Cô-Độc cho xuất gia làm tỳ-kheo.

Vua Pasenadi trước khi gởi binh nã tróc tên sát nhân vào thành tôn ý của đức Phật, vì Ngài biết đủ mọi việc quá khứ vị lai. Hơn nữa, tiếng đồn Angulimala là một võ tướng vô địch, binh sĩ nghe tiếng chàng đều khiếp sợ nên đức Vua không muốn mạo hiểm, sợ phải hao binh tổn tướng nhiều. Đức Phật biết trước nên khi vua Pasenadi vào đến nơi đức Phật hỏi:" Tâu Đại Vương, tên sát nhân đã gây tội tày trời, đối với luật nước Đại Vương sẽ trừng trị để làm gương. Nhưng khi kẻ ấy biết ăn năn hối lỗi, hồi đầu hướng thiện, xin vào đây xuất gia tu hành, như các ông Tỳ-Kheo của Như-Lai đây, thì Đại Vương sẽ đối xử với kẻ ấy như thế nào?"

"Bạch đức Thế-Tôn, nếu kẻ sát nhân ấy, thật tâm ăn năn vào xuất gia dưới sự hướng dẫn của đức Thế-Tôn, thì không chi quý báu bằng. Chừng ấy, Trẫm sẽ lễ bái cúng dường, như Trẫm lễ bái cùng dường chư vị Tỳ-Kheo, môn đệ của đức Thế-Tôn vậy".

Đức Phật mĩm cười, đưa tay chỉ vào nhóm Tỳ-Kheo mà nói rằng: "Tâu Đại Vương, đây là Angulimala, là người mà Đại Vương sắp đem binh nả tróc".

Vua Pasenadi ngạc nhiên mọp đảnh lễ ông Tỳ-Kheo Angulimala. Khi ấy binh tướng ngồi chung quanh hầu vua, giật mình, len lét dòm người võ tướng vô địch, nổi tiếng hung ác, đương ngồi chễm chệ trong oai nghi đạo đức...

Sự kiện Angulimala cho thấy, cửa Đạo Từ Bi mở rộng cho tất cả mọi người, không phân biệt giàu sang, nghèo hèn và đẳng cấp xã hội. Một tướng cướp như Angulimala, nếu thành tâm hối lỗi, cũng có thể xuất gia, tinh tấn tu học và chứng Thánh quả cao nhất. Một lòng tin thuần thành, và một nỗ lực lớn nhất: đó là điều kiện cơ bản để đi vào đạo Thánh và trở thành bậc Thánh trên thế giới này. Đạo Phật không đòi hỏi một điều kiện nào khác. ---oOo--- Anicca (Pali) – Impermanent = vô thường

Anicca is a Pali word for "impermanent." The Buddha taught that everything conditioned is impermanent. To be conditioned is to be dependent on or affected by something else, and Buddhism teaches that all phenomena, including beings, are conditioned.

The transitory nature of all conditioned things is the basis of life. Because all phenomena are in a state of flux, change is possible. New life is possible, and enlightenment is possible, because of anicca.

The Buddhist Concept of Impermanence

Early Buddhism dealt with the problem of impermanence in a very rationale manner. This concept is known as anicca in Buddhism, according to which, impermanence is an undeniable and inescapable fact of human existence from which nothing that belongs to this earth is ever free.

Buddhism declares that there are five processes on which no human being has control and which none can ever change. These five processes are namely, the process of growing old, of not falling sick, of dying, of decay of things that are perishable and of the passing away of that which is liable to pass. Buddhism however suggests that escape from these is possible and it's through Nirvana.

Hinduism also believes in the impermanent nature of life. But it deals with this problem differently. According to Hinduism, impermanence can be overcome by locating and uniting with the center of permanence that exists

within oneself. This center is the Soul or the self that is immortal, permanent and ever stable.

According to Hinduism, Atman is the fundamental truth that exists in every being, while at the microcosmic level it is Brahman who is the fundamental and supreme truth of all existence. He who realizes Atman verily becomes Brahman and attains immortality.

The Buddha differed radically with this most fundamental concept of Hinduism and in line with his preaching the early Buddhists did not believe in the existence of a permanent and fixed reality which could be referred to as either God or soul. According to them what was apparent and verifiable about our existence was the continuous change it undergoes.

Thus early Buddhism declares that in this world there is nothing that is fixed and permanent. Every thing is subject to change and alteration. "Decay is inherent in all component things," declared the Buddha and his followers accepted that existence was a flux, and a continuous becoming.

According to the teachings of the Buddha, life is comparable to a river. It is a progressive moment, a successive series of different moments, joining together to give the impression of one continuous flow. It moves from cause to cause, effect to effect, one point to another, one state of existence to another, giving an outward impression that it is one continuous and unified movement, where as in reality it is not. The river of yesterday is not the same as the river of today. The river of this moment is not going to be the same as the river of the next moment. So does life. It changes continuously, becomes something or the other from moment to moment.

Take for example the life of an individual. It is a fallacy to believe that a person would remain the same person during his entire life time. He changes every moment. He actually lives and dies but for a moment, or lives and dies moment by moment, as each moment leads to the next. A person is what he is in the context of the time in which he exists. It is an illusion to believe that the person you have seen just now is the same as the person you are just now seeing or the person whom you are seeing now will be the same as the person you will see after a few moments.

Even from a scientific point of view this is true. We know cell divisions take place in each living being continuously. Old cells in our bodies die and yield

place continuously to the new ones that are forming. Like the waves in a sea, every moment, many thoughts arise and die in each individual.

Psychologically and physically he is never the same all the time. Technically speaking, no individual is ever composed of the same amount of energy. Mental stuff and cellular material all the time. He is subject to change and the change is a continuous movement.

Impermanence and change are thus the undeniable truths of our existence. What is real is the existing moment, the present that is a product of the past, or a result of the previous causes and actions. Because of ignorance, an ordinary mind conceives them all to be part of one continuous reality. But in truth they are not.

The various stages in the life of a man, the childhood, the adulthood, the old age are not the same at any given time. The child is not the same when he grows up and becomes a young man, nor when the latter turns into an old man. The seed is not the

tree, though it produces the tree, and the fruit is also not the tree, though it is produced by the tree.

The concept of impermanence and continuous becoming is central to early Buddhist teachings. It is by becoming aware of it, by observing it and by understanding it, one can find a suitable remedy for the sorrow of human life and achieve liberation from the process of anicca or impermanence.

Định Nghĩa của từ vô thường - (skt. anitya; pali. anicca)

Vô thường nghĩa là không bình thường, không có sự vật nào mãi mãi ở yên trong một trang thái nhất định mà luôn luôn thay hình đổi dạng, đi từ trạng thái hình thành đến biến dị rồi tan rã. Các giai đoạn thay đổi đó gọi là: Thành, trụ, hoại, không hay sanh, trụ, dị, diệt. Tất cả các sự vật trong vũ trụ từ nhỏ như hạt cát, đến lớn như trăng sao, đều phải tuân theo bốn giai đoạn ấy cả, nên gọi là Vô thường – Khoa học đã chứng minh rằng, trong thân thể ta, các tế bào thay đổi luôn, và trong mỗi thời kỳ 7 năm, là các tế bào cũ hoàn toàn đổi mới. Sự thay đổi ấy làm cho thân người chóng lớn, chóng già và chóng chết. Thân năm trước không phải là thân năm nay, thân ban mai không phải là thân buổi chiều, mỗi phút giây trong thân ta đều có sanh và có chết.

Giáo lý vô thường rất quan trọng cho toàn cơ sở triết lý và thực hành trong Phật giáo. Nó mang đến một sự xác nhận như một sự phát hiện chân chính, đó

là tất cả những hiện tượng – dù thuộc tâm lý, hay thuộc ngoại cảnh tự nhiên, không có ngoại hạng – đều là vô thường. Mặc dù chân lý này hoàn toàn hiển nhiên, có thể chứng nghiệm được mọi nơi, mọi lúc, nhưng chúng ta vẫn bị màn vô minh (skt. avidya) vây phủ, không nhận thức được chân lý này một cách chân chính. Sự chuyển tiếp từ trạng thái không hiểu biết đến trạng thái ý thức (và thừa nhận) tính chất vô thường của vạn vật, cùng với sự thừa nhận hai tính chất kia, lập nên con đường tu học, và con đường này được Phật vạch ra trong giáo lý của mình.

Hoàn cảnh chung quanh ta có vô thường không?

Hãy dẫn chứng. - Luật vô thường chi phối tất cả. Chẳng những thân, tâm là vô thường mà hoàn cảnh chung quanh ta như ruộng vườn, nhà cửa, lâu đài thành quách cho đến sơn hà đại địa cũng vô thường. - Chúng ta thường nghe câu: “Thương hải biến vi tang điền” (Bãi bể biến thành ruộng dâu). Đọc trong sử sách chúng ta thấy biết bao cảnh “vật đổi, sao dời” hay những câu thơ như “Dấu xưa xe ngựa hồn thu thảo, Nền củ lâu đài bóng tịch dương” đã đủ nói lên sự vô thường của hoàn cảnh.

Vô thường có phải là chân lý tuyệt đối không?

Đứng về mặt hiện tượng vật chất thì hoàn toàn chính xác. Không có sự vật nào thoát khỏi sự chi phối của luật vô thường, vì thế trong kinh nói “vô thường thị thường”. Đứng về mặt bản thể, thì “Vô thường” của đạo Phật chỉ là một phương pháp chỉ rõ mặt trái của đời, để bài trừ những sư mê lầm, ngăn chặn người chạy theo vật dục, nó chưa phải là thuyết tuyệt đối. Đức Phật cũng như vị lương y tùy theo chứng bịnh mà cho thuốc. Với bịnh “chấp thường còn không mất” thì dùng phương thuốc “vô thường” để đối trị,

khi lành bịnh thì Phật lại cho thứ thuốc bổ khác quí báu hơn, là "thuyết chơn thường bất biến". Trong kinh Lăng nghiêm đức Phật đã dùng tiếng chuông để chỉ bày cho ngài A Nan phân biệt cái "biến đổi tiêu diệt" với cái "thường còn không thay đổi" đó là Tánh Giác của chúng sanh. ---oOo---

Animosity - sự thù oán, tình trạng thù địch

Annealing – tôi ủ thép

Annihilate – to cause to be no effect, reduce to nothing = tiêu diệt, tiêu hủy

Annihilated – no effect, nullified = bị triệt tiêu, tiêu diệt, tiêu hủy

Annihilation - sự tiêu hủy

Anomic - thiếu tiêu chuẩn đạo đức

Anonymity – tình trạng giấu tên, nặc danh

Antagonistic – Adversary, opponent = phản đối, đối lập, tương phản

Antagonized – struggled act in an opposition = gây phản tác dụng, đối kháng

Anthrology - tuyển tập

Anthropoid – a person resembling an ape = người vượn

Anthropologist – nhà nhân loại học - An anthropologist is a person with an extensive knowledge of anthropology who uses this knowledge in their work, typically to solve problems specific to humanity.

Anthropomorphic – thuộc thuyết hình người

Anthropomorphize – nhân hình hóa, nhân tính hóa

Antidote – a remedy for counteract the effect of poison = thuốc giải độc

Antipode - đối lập hoàn toàn, tương phân tuyệt đối

---ooOOoo---

Anuruddha – A Nậu Lâu Đà - Anuruddha was one of the ten principal disciples and a cousin of Gautama Buddha.

Definition

Anuruddha was an eminent disciple and cousin of the Buddha, renowned for his magical powers (iddhi), divine vision (dibbacakkhu), and ability to forgo sleep.

Early Life

Anuruddha was one of the Buddha's eminent disciples. He was the son of Amitodana, the brother of King Suddhodana who was the father of Siddhartha Gautama. Amitodana had five children from different wives, namely, Mahanama, Ananda, Anuruddha, Bhagu, and Rohini. When he was young, Anuruddha lived amid luxuries

and had three palaces, one for each seasons, winter, summer, and rainy (Vol. ii, p. 280). The Dhammapada commentary records that he had never even heard the phrase “there isn’t any (natthi)” for whatever he might want; his desire would immediately be fulfilled. Thus, Anuruddha lived his early life in wanton luxury and gave little thought to the meaning and purpose of existence.

According to Xuanzang, there is some difficulty in knowing whether Anuruddha was a cousin of the Buddha, being a son of Amitodana, or he was Anuruddha who was a personal attendant of the Buddha at the time of his death. Asvaghosa derives the name of this person from a + nuruddha (not stopped), in agreement with the Tibetan ma hgagspa. In Mahayana texts, Anuruddha’s name appears as Aniruddha and sometimes spoken of as a son of Dronodana.

Entry into Saṃgha and His Experiences

The turning point in the life of Anuruddha came shortly after the Buddha visited Kapilavatthu (Sanskrit: Kapilavastu) and preached to the Sakyans. When members of other Sakyan families decided to join the Samgha, Mahanama was grieved that none had done so from his own family. He, therefore, suggested to his brother, Anuruddha, that one of them should leave the household life and join the Samgha. Anuruddha was at first reluctant to agree, but when he was informed by Mahanama of the endless round of household cares, etc., the very thought of endless cycles of rebirth into a life of never-ending toil took hold on him and this prompted him to follow the Buddha and try to break through the cycle of continuous becoming. Anuruddha was converted together with the other Sakyan princes including Devadatta, Bhaddiya, Ananda, Bhagu, Kimbila, and their barber, Upali, and all of them sought ordination under the Buddha at the Anupiya Mango Grove (Vol. ii, pp. 182–183). This event must have taken place in the 20th year of the Buddha’s ministry, as is shown by a comparison of the Theragatha 1039 with Vinaya Pitaka (Vol. ii, p. 286). The latter passage gives us information that Ananda (one of the six) attained Arhatship in the year of the Buddha’s death; the former states that he had been 25 years in the Samgha before he did so. Twenty-five years before the Buddha’s death brings us to the 20th year of his ministry. Anuruddha attained it before he became an Arahant. Anuruddha’s spiritual path was marked by two prominent features which are his mastery over divine eye (dibbacakkhu) and cultivation of Satipatthana or four foundations of mindfulness. Dibbacakkhu, the ability to see beyond the range of the physical eye, was acquired by Anuruddha before the rainy season (vassavasa) was over (Vol. ii, pp. 180–183). As a result, he was able to call up a thousand kappas (Sanskrit: kalpa, aeon) of past and future and able to know the universe and its making. The divine eye which is of a mundane (lokiya) character can be obtained by one who has reached the fourth meditative absorption jhana and takes this meditation as the basis for further development as described in the Visuddhimagga.

According to the Anguttara Nikaya, Anuruddha received teachings from Sariputta on the eight thoughts of a great man (pacinavamsadaya) of which he mastered seven, but could not learn the eighth. The Buddha, being aware of this, visited him and taught it, and thereafter he developed insight and realized Arhatship in the highest grade. It is mentioned that once when the Buddha spending a rainy season in Tavatimsa preached the Abhidhamma, it was Anuruddha who kept the people on earth informed of his doings and it is also stated that the Buddha went to Tavatimsa at Anuruddha's request. From the Pali literature it appears that Anuruddha, in contrast to such monks as Sariputta, Mahamoggallana, and Ananda, preferred a life of quiet seclusion to one of active involvement in the affairs of the Samgha. Thus, he did not appear as frequently as the above-named elders in the events connected with the Buddha's ministry. His verses in the Theragatha also suggest that he was strongly inclined to ascetical practices. He is also known to have engaged in discussions on the Dhamma with other monks and with knowledgeable lay followers.

Depiction in Buddhist Literatures

Anuruddha is depicted in Buddhist literature as an affectionate and loyal Bhikkhu of the Buddhist Saṃgha. The Buddhist literature is full of events on which Anuruddha had discussions with the Buddha and he was consulted by disciples, both Bhikkhus and lay people, on the points of doctrine and practice. Evidence of this is quite clearly available in the Anuruddha Sutta in which he had a discussion with the king's carpenter, Pancakanga, on the issue of Cetovimutti and Mahaggata (Vol. iii, p. 144f). On another occasion, when the

Buddha was disgusted with the arguments of the Bhikkhus at Kosambi, he retreated to Pacinavamsadaya to stay with Anuruddha and specially preached the Upakkilesa Sutta to him (Vol. iii, p. 153f). In another incidence in the Nalakapana Sutta (Vol. i, p. 462ff), in the presence of a large number of distinguished Bhikkhus, the Buddha directly addresses his questions to Anuruddha and it is he who answers on behalf of the Samgha. Similar references are also found in Cula-Gosinga Suttas and the Maha-Gosinga Suttas. According to the Theragatha, Anuruddha is said to have not slept for 25 years at all, and slept only during the last watch of the night during his last 30 years.

His Past Lives

As many as 23 Jatakas relate stories pertaining to Anuruddha's earlier births. In these stories, Anuruddha was born 15 times as a deity, 7 times as a human being, and once as an animal in his previous births. In the time of the Padumuttara Buddha, he had been a wealthy householder. Hearing one of the monks declared best among possessors of the celestial eye, he desired a similar honor. He performed acts of merit, including holding a great feast of light in front of the Buddha's tomb. In the Kassapa Buddha's era, he had reincarnated and was born in Varanasi; one day he placed bowls filled with clarified butter around the Buddha's tomb and set them alight,

circumscribed the tomb throughout the night, bearing on his head a lighted bowl. All these diverse and colorful stories have a common feature which shows several characteristic qualities of Anuruddha, namely, his strong active striving for virtue, his strength of character, skill in meditation, mastery of supernormal faculties, as well as his concern for the welfare of common man.

Association with Women

In a number of Pali texts, Anuruddha is mentioned as being associated with a number of women. It seems that despite his own inner purity of heart and complete detachment from sensuality, Anuruddha, endowed with the physical bearing of a noble warrior by birth, emanated a personal charisma that made him attractive for women, not only of the human world but of the celestial worlds as well. Some of these encounters also no doubt stemmed from Kammic relationships formed in earlier lives, which were still affecting him even though he himself had transcended them. Anuruddha's previous lives also refer to his relationship with women. According to the Theragatha, Jalini, his wife in a previous birth, sought to tempt him with the joy of heaven.

Unfortunately, she was not able to tempt him and he told her that he had no lust for such things since he had attained freedom from rebirth.

In the Saṃyutta Nikaya, Anuruddha is depicted as questioning the Buddha about how women were born in happy states and woeful purgatory (Vol. iv, pp. 240–245). Anuruddha had been visited by some Manapakayika devas, who had played and sung to him and shown their power of changing their complexions at will. He came to the Buddha and asked how women could be born among these devas (Vol. iv, p. 262ff). In Anuruddha's life as a monk, there was one incident which led to the promulgation of a disciplinary rule by the Buddha. Anuruddha and his brother Ananda were the only ones among the close circle of the Buddha's disciples who occasioned the setting forth of a Vinaya rule. In both cases it concerned women.

Anuruddha had a sister, Rohini, who suffered from a skin disease and, therefore, remained indoors and even refused to meet Anuruddha but he insisted on seeing her and persuaded her to sell her ornaments and build a resting hall for the Buddha and his monks. She later became a stream-enterer and was reborn as Sakka's consort.

Life After the Buddha

According to the Mahaparinibbana Sutta of the Digha Nikaya, Anuruddha was present at the time of the death of the Buddha at Kusinara and knew the exact time of his death, which is evident from the verse he uttered on the occasion of the Buddha's Mahaparinibbana. It shows thoughtful and philosophic calm in contrast with that of Ananda (Vol. ii, pp. 156–157). He was foremost in consoling the monks and admonishing their future course of action, reminding them of the Buddha's decree to follow the dharma. As the Buddha was reclining and going through the jhanas, Ananda said to Anuruddha: "The Exalted One has attained final Nibbana, Venerable Sir."

Anuruddha stated that the Buddha was absorbed in the state of “cessation,” but had not yet died. The Mallas of Kusinara consulted Anuruddha in connection with the Buddha’s last rites (Vol. ii, p. 160f). In the Lalitavistara, it is mentioned that he was wearing the Bodhisattva’s ornaments at the time when the latter renounced the world.

Later on, Anuruddha played an important role in the first Buddhist Council (Sangiti) and was entrusted with recitation of the Anguttara Nikaya with his disciples. According to the Tibetan Dulva, it was Anuruddha who, finding

Ananda still asekha, got him turned out of the First Council until he became an arahant. Finally, Anuruddha breathed his last at the Veluvagama in the Vajji country, at the age of 150 years. ---oOo---

Anuruddha - Tôn Giả A Na Luật hay A Nậu Lâu Đà

Đức Phật có năm thượng thủ đại Tôn đồ, sắp theo thứ tự là:

1. Đại Ca Diếp (Maha Kassapa).
2. Xá Lợi Phất (Sariputta).
3. Đại Mục Kiền Liên (Maha Moggallana).
4. A Na Luật (Anuruddha), và
5. A Nan Đà (Ananda).

ANURUDDHA Thiên Nhãn Đệ Nhất

Sau khi thành đạo Đức Phật xuống núi, đi giáo hóa khắp nơi, Đức Phật cũng không quên trở về thành Ca Tỳ La Vệ thuyết pháp cho hàng vương tôn công tử, và đã khuyến hóa được nhiều thân thuộc xuất gia. Trong số 7 vương tử đi xuất gia có A Na Luật là bậc Thiên Nhãn Đệ Nhất.

Dòng Họ A Na Luật

A Na Luật (Anuruddha), là em ruột của Ma Ha Nam (Ma Ha Bạt Đề), con thứ của Cam Lộ Phạn Vương dòng Sát Đế Lợi. Ma Ha Nam đã được Phật Thích Ca đưa lên ngôi vua nước Ca Tỳ La Vệ, sau ngày vua Tịnh Phạn băng hà. Cam Lộ Vương là em thứ hai của Tịnh Phạn Vương, do đó A Na Luật là đường đệ của Phật Thích Ca. Lúc tuổi thơ, A Na Luật là một cậu bé được nhiều người thương mến. Ngài rất thông minh, hoạt bát, có tài âm nhạc hay ca hát, làm điệu bộ trước đám đông khiến ai cũng yêu quý. A Na Luật dược nuông chiều nuôi dưỡng trong hoàng cung, và bạn cùng chơi với Bạt Đề và Kiếp Tân Na một cách ngây thơ, hồn nhiên.

Khi đến tuổi trưởng thành A Na Luật có vóc dáng anh dũng, diện mạo khôi ngô tuấn tú, nên được nhiều thiếu nữ mơ tưởng đeo đuổi, nhưng với bản tính đoan chính, A Na Luật chẳng hề bị sắc dục làm xao động. Lúc Đức Phật về Ca Tỳ La Vệ thuyết pháp, thấm nhuần mưa pháp xem nhẹ lạc thú trần gian, A Na Luật cùng với anh là Ma Ha Bạt Đề và A Nan, Đề Bà, Kiếp Tân Na, Bà Sa Nam Đề và La Hầu La quyết tâm theo Phật xuất gia học đạo. Cả 7 vương

tử kéo theo Ưu Ba Ly, một thợ cạo râu tóc thuộc giai cấp Thủ Đà La đi theo. Được Phật chấp nhận, Ưu Ba Ly cạo bỏ râu tóc cho 7 vương tử. Khi về đến Tinh Xá, để thử xem các vương tử đã thật sự loại được tâm đắm say lạc thú hay chưa, Đức Phật bảo cả 7 vị vào tịnh thất tĩnh tọa 1 tuần lễ rồi mới cho nhập giáo đoàn.

Đạo Nghiệp của A Na Luật

Cự tuyệt thiếu nữ cầu hôn

Sau khi xuất gia và đã thông hiểu đạo lý giải thoát, A Na Luật được Phật phân công du hóa phương xa. Một hôm trên đường đến núi Kiều Tát La thuyết pháp, giữa đường gặp trời mưa, đêm tối, nhưng không có một cảnh già lam nào dành cho các Tỳ kheo tạm trú, A Na Luật đành đến nhà thường dân gõ cửa xin tạm tá túc một đêm. Ra mở cửa, thấy A Na Luật có hình tướng khôi ngô tuấn tú, trẻ đẹp, thiếu nữ rất vui mừng niềm nở mời vào. Trong nhà không có ai cả chỉ một mình thiếu nữ giữ nhà. Tấn thối lưỡng nan, cửa ngoài đã đóng kỹ, thế chẳng đặng đừng A Na Luật đành ở lại. Nhưng để giữ phẩm hạnh A Na Luật không nằm nghỉ mà ngồi kiết già nhất tâm tĩnh tọa.

Đến nửa đêm, dưới ánh sáng mông lung của ngọn đèn, thiếu nữ đến gạ gẫm chuyện với lời lẽ cợt nhã. A Na Luật một mực nín lặng không dám hé môi, mở mắt. Thiếu nữ kể lễ có nhiều trưởng giả đến cầu hôn nhưng nàng từ chối. Theo thiếu nữ, chuyện duyên nợ ba sinh nay mới đến thời điểm, nàng hết lời ca ngợi A Na Luật, nào là diện mạo khôi ngô tuấn tú, nào là da dẻ hồng hào, thân hình cân đối... So với nàng thật là xứng đôi vừa lứa mong được kết tóc xe tơ. Thiếu nữ yêu cầu A Na Luật ở luôn tại nhà này, cha mẹ nàng sẽ mừng rỡ vô cùng, thiếu nữ càng van xin khẩn khoản, A Na Luật càng nhắm kỹ đôi mắt, cố giữ tâm bất động. Thấy A Na Luật một mực kiên trì không lay động, thiếu nữ choàng tay qua thân Ngài.

Thấy tình thế nguy ngập đến nơi A Na Luật mở mắt nhìn thẳng vào thiếu nữ và nói lời phản đối dữ dội. Thiếu nữ vô cùng thẹn thùng, xấu hổ và thất vọng, nằm vật xuống đất khóc than, gần như một người mắc bệnh tâm thần. Biết thiếu nữ có thể đã rối loạn thần kinh, A Na Luật đổi giọng ngọt ngào khuyên bảo và giảng giải cho thiếu nữ biết tham ái là gốc của sanh tử, người tu hành cần đem lưỡi gươm trí tuệ chặt đứt ái dục, thoát khỏi vòng luẩn quẩn sinh tử luân hồi. Nghe Ngài giảng giải thiếu nữ từ từ tỉnh ngộ, và vô cùng cảm mến đạo hạnh của Ngài. Trước khi trời sáng A Na Luật sửa soạn hành trình, thiếu nữ quỳ lạy sám hối và xin được quy y làm đệ tử.

Chứng Thiên Nhãn

Nhờ nghiêm trì phạm hạnh không bị nữ sắc cám dỗ, A Na Luật rất được mọi giới kính ngưỡng, nhưng A Na Luật chưa loại trừ được ma mê ngủ. Mỗi khi vào giảng đường nghe Phật thuyết pháp dù đã hết sức cố gắng, A Na Luật vẫn thường ngủ gục. Vài ba lần A Na Luật đã bị Phật quở trách. Một hôm Phật gọi A Na Luật đến bảo rằng:

· Này A Na Luật! Ông xuất gia học đạo vì sợ phép nước hay sợ trộm cướp.

· Bạch Thế Tôn! Không phải như vậy.

· Thế vì lý do gì mà ông xuất gia?

· Bạch Thế Tôn vì con chán cảnh sinh, lão, bệnh, tử và muốn giác ngộ, giải thoát hết các khổ não.

· Này A Na Luật! Ông là con người đoan chính, phạm hạnh không sa ngã bởi nữ sắc, cho nên được giáo đoàn kính trọng. Tính háo sắc, người đời khó trừ được còn ông là người không mù quáng, thế tại sao tính ham ngủ ông lại không dẹp bỏ được? Trong lúc nghe pháp mà ngủ thì bao giờ mới chứng đạo giải thoát?

Nghe Phật quở, A Na Luật quỳ lạy sám hối và phát lời thề rằng:

· Bạch Thế Tôn con xin sám hối tội hay ngủ gục trong lúc nghe pháp, cúi xin Đức Thế Tôn lượng thứ. Từ nay về sau con sẵn sàng chịu mọi cực hình miễn sao diệt trừ được tật xấu ngủ gục.

Từ đó Tôn giả quyết tâm không ngủ. Lúc nào cũng mở to đôi mắt nhìn vào khoảng không, từ đầu hôm đến sáng, từ sáng đến chiều không chớp mắt. Sức người có hạn, sau những giờ làm việc mệt nhọc, con người cần có giấc ngủ để lấy lại sức lực. Sự vận hành của thiên nhiên giữ cho con người được thăng bằng. Mặt trời xuất hiện soi sáng mọi vật, giúp con người hoạt động. Mặt trời đi ngủ khiến không khí mát mẻ, bóng đêm tràn ngập, giúp con người ngủ nghĩ để tâm hồn bình thản, trái với thiên nhiên, con người mất hết sức lực. Mất ngủ là một bệnh, cơ thể dã dượi, hai mắt sưng húp. A Na Luật đã cải thiên nhiên, ngồi chong mắt hết ngày nọ đến ngày kia, khiến hai mắt sưng vù.

Từ trên pháp tòa, nhìn thấy A Na Luật đã sưng vù hai mắt, Phật rất lo lắng gọi đến và dạy rằng:

· Này A Na Luật! Người tu hành hãy tránh hai thái cực: Bất cập hoặc thái quá đều chẳng đạt đạo. Dây đàn căng quá hoặc chùng quá khiến đàn không kêu, dây đàn vừa phải, tiếng đàn mới thánh thót. Sự tu hành phải đi theo con đường trung đạo. Ông không nên hành đạo theo con đường thề độc của ông, nguy hiểm lắm đạo chưa đạt mà mắt đã mù, sẽ chịu thiệt hại nhiều thứ.

· Bạch Thế Tôn! Con không thể trái nguyện, xin Thế Tôn cho con được giữ tròn.

· Này A Na Luật! Sống trong đời con mắt rất cần yếu, mắt bị mù sẽ không thấy biết gì hết. Con người sống được nhờ ăn, có ngủ nghĩ con mắt mới tinh sáng. Giấc ngủ là thức ăn của con mắt, ông không ngủ tức là bắt mắt nhịn đói, đói ngủ nó sẽ mù sức khỏe của ông cũng sẽ kiệt, sức kiệt thì làm thế nào tiến đến Niết Bàn, ông nên biết Niết Bàn cũng cần thức ăn.

· Bạch Thế Tôn! Thế thức ăn của Niết Bàn là gì?

· Thức ăn của Niết Bàn là không buông lung (bất phóng dật), người không buông lung mới đạt Niết Bàn.

Mặc dù Phật từ mẫn khuyên bảo, Tôn giả vẫn không nghe cứ tiếp tục cố mở mắt, một thời gian ngắn, đôi mắt bị mù. Một hôm Tôn giả mặc một tấm áo, biết có chỗ rách bèn ngồi vá áo, nhưng không biết mượn ai xâu chỉ vào kim, Phật đến trước A Na Luật và

nói:

· Để ta xâu giúp cho.

Tình thương của Phật thật bao la, A Na Luật rất cảm động. Xâu chỉ xong, Phật trao kim lại nhưng A Na Luật cũng chẳng thấy để may, tay cứ mân mê cái áo. Thấy thế Đức Phật lại bảo:

· Để ta giúp cho.

Suốt ngày Phật nắm tay A Na Luật hướng dẫn để mũi kim lên xuống đều đặn, mãi đến chiều ba y đã vá xong. Để giúp cho A Na Luật không cần mắt thịt vẫn thấy xuyên suốt ba ngàn thế giới, Phật dạy A Na Luật phương pháp nhập định, luyện phép thiên nhiên. Bản chất vốn hay cương quyết, lại tuyệt đối tin

Phật, A Na Luật chứng được Thiên Nhãn Thông. Được giáo đoàn suy tôn là bậc Thiên Nhãn Đệ Nhất trong hàng Thánh chúng.

Tám Điều Giác Ngộ Của Bậc Đại Nhân

Sau khi chứng Thiên nhãn thông Tôn giả đến trước Phật tỏ lòng biết ơn rồi thưa rằng:

· Bạch Thế Tôn! Bước đầu của người xuất gia là loại trừ tham sân, ngã mạn, tật đố, để bản thân có phẩm hạnh vô ngã, vị tha, và đem lại cho mọi người được nhiều phước lạc. Nhưng để tiến xa hơn đến chân trời giác ngộ, giải thoát và niết bàn, người xuất gia còn phải thực hành những gì xin Thế Tôn chỉ giáo.

· Đức Phật hoan hỷ dạy rằng:

· Hay thay! Hay thay! Người xuất gia cần phải hạ hóa thượng cầu. Ngoài việc làm lợi ích cho con người, cho xã hội, để giải thoát hàng Tỳ kheo cần phải thực hành "Tám điều giác ngộ của bậc đại nhân". Đó là:

· Thứ nhất: Giác ngộ thế gian vô thường, đất nước nguy khốn, bốn đại khổ không, năm ấm không ngã, thảy đều sinh diệt, hư dối không thật, tâm là gốc tội, thân thể biến hoại. Quán sát như vậy dần lìa sinh tử.

· Thứ hai: Giác ngộ tham dục gốc khổ dẫn vào sanh tử, thiểu dục vô vi thân tâm tự tại.

· Thứ ba: Giác ngộ lòng tham không đáy, càng có càng cầu, càng thêm tội ác. Bồ tát ngược lại, ít muốn biết đủ, vui đạo quên nghèo, bồi đắp trí tuệ.

· Thứ tư: Giác ngộ, lười biếng trụy lạc điều đáng tủi hổ, luôn luôn tinh tấn phá trừ phiền não, hàng phục tứ ma chống khỏi địa ngục giam hãm.

· Thứ năm: Giác ngộ, ngu si là đầu mối của sanh tử, Bồ tát chăm lo học rộng nghe nhiều, tăng trưởng trí huệ sớm được biện tài, giáo hóa chúng sinh là niềm vui lớn.

· Thứ sáu: Giác ngộ, nghèo khổ sinh hận tạo thêm duyên dữ, Bồ tát không oán không ghét người ác, oán thân bình đẳng.

· Thứ bảy: Giác ngộ, dục là nguồn họa, còn ở thế gian, tâm không đắm dục, tâm chí hướng về chí hạnh xuất gia giữ hạnh thanh bạch, cầu hạnh thanh tịnh thương khắp mọi loài.

· Thứ tám: Giác ngộ, lửa sinh lửa tử, ngày đêm thiêu đốt, biển khổ không bờ, phát tâm độ sinh, thảy hết chúng sinh, chịu vô lượng khổ khiến đều an vui.

Này A Na Luật! Chư Phật thường khai thị tám điều trên đây. Muốn được giác ngộ cần vận dụng tâm từ bi rộng lớn làm nền tảng cho vấn đề tu phước và huệ. Người được như thế tất sẽ thành đạt cứu cánh Niết Bàn, thường lạc ngã tịnh.

Nhận Thức và Kết Luận

Trong nhân loại, giữa nam và nữ, nam mang tính lý trí và năng động, còn nữ thiên về tình cảm nên nặng tính thụ động và đặc biệt là tôn giáo tính. Bởi thế trong các cuộc lễ tôn giáo phái nữ chiếm nhiều hơn, người đi tu cũng chiếm đa số. Còn nếu xét về giai cấp thì từ xưa đến nay chỉ có Phật Thích Ca là vị xuất thân từ dòng dõi vua chúa, trong số đệ tử của Phật đa phần là giai cấp thấp hoặc từ đạo sĩ Bà La Môn chuyển hướng. Còn giai cấp Sát Đế Lợi ngoài Đức Phật chỉ có 8 vương tôn công tử, trong đó có A Na Luật người dám bỏ lạc thú trần gian để theo Phật xuất gia. Việt Nam có vua Trần Nhân Tông.

A Na Luật là con người đoan chính lại rất ý chí, nên đã không bị nữ sắc lung lạc, lại giữ ý chí đến như cực đoan, trong vấn đề ma ngủ đến mù cả hai mắt. Lại cũng nhờ quyết chí A Na Luật đã chứng thánh, đạt được thiên nhãn thông. Được thế nhưng không dừng lại ở đó, Tôn giả lại thỉnh vấn Phật phương pháp giác ngộ và giải thoát cao hơn. Do đó Đức Phật đã vì A Na Luật mà nói kinh Tám Điều Giác Ngộ của Bậc Đại Nhân. Với kinh này không chỉ là phương pháp giúp sự tu hành cho A Na Luật xưa kia mà ngày nay chúng ta cũng cần học để tiến tu. Sinh vào thời điểm mạt pháp, đạo nghiệp chúng ta rất yếu, trong lòng còn nhiều tham ái, tật đố, ngu si, lười biếng, ích kỷ... Chúng ta nên noi gương Tôn giả A Na Luật, tâm niệm tư tưởng 8 điều giác ngộ, giữ tâm đoan chính, lập chí vững chắc để đừng bị tình đời lôi cuốn, hầu nâng cao phẩm hạnh đạo đức giúp ích cho đạo, lợi lạc cho đời và làm tư lương cho con đường tiến lên chân trời giác ngộ và giải thoát. (Thích Minh Tuệ) ---oOo---

Anuttara Samyak Sambodhi (SKT) – Vô thượng chánh đẳng chánh giác

Supreme perfect enlightenment, the unsurpassed enlightenment of a Buddha. Anuttara means supreme, highest, incomparable, unsurpassed, or peerless. Samyak means right, correct, true, accurate, complete, or perfect, and sambodhi means enlightenment. The expression samyak-sam-bodhi by itself is also used to mean perfect enlightenment. Bodhi and sambodhi also mean wisdom or perfect wisdom. In this sense, anuttara-samyak-sambodhi means supreme perfect wisdom.

Vô Thượng Chánh đẳng Chánh giác

Nước trong bốn biển chỉ có một vị đó là vị mặn. Đạo của Như Lai cũng chỉ có một vị đó là vị giải thoát. Mê thì mọi gút thắt trói buộc ngày càng chặc. Giác thì mọi gút thắc được giải khai. Đã gọi là Giác tức không còn mê, nên khó có cái giác nào hơn hay kém cái

giác khác, nên gọi là Đẳng giác là Vô Thượng.

Chư Bồ Tát thánh chúng trợ giáo cho đức Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật, mỗi vị đóng một vai trò khác nhau tạo điều kiện cho Như Lai thế tôn thuyết Vi Diệu Pháp đưa chúng sanh lìa bờ mê đến bến giác một cách thiết thực và nhiệm màu. Mười đại đệ tử tiêu biểu trong hàng Bồ Tát, hàng Thanh Văn, hàng Duyên Giác, hàng ưu Bà Tắc, hàng Ưu Bà Di, hàng Tỳ Kheo, Tỳ Kheo Ni thể hiện tính ứng dụng linh hoạt giáo lý giải thoát khế cơ khế lý và khế thời nêu cao tinh thần phá chấp, tinh thần vô sở trụ trong bất cứ hoàn cảnh và trường hợp nào.

Là Phật Tử không ai là không biết hai bậc Long Tượng trong giáo đoàn ngày Phật còn tại tiền là ngài Mục Kiền Liên và Xá Lợi Phất, hai ngài là bạn thâm giao với nhau, thuở chưa xuất gia quý ngài đều là bậc Trí Thức Uyên Bác, cả hai đều có những cái giống nhau một cách kỳ đặc mà nghiền ngẫm sâu sắc chúng ta có thể rút ra những bài học đặc sắc như là:

- Hai ngài cùng sinh đồng giờ, đồng ngày, đồng tháng, đồng năm. - Gia cảnh giàu có. Đồng mồ côi cha, là con độc nhất. - Mẹ của quý ngài đều là người tà kiến, theo ngoại đạo. - Trong hoàn cảnh khác nhau, nhưng cả hai đều tạo điều kiện độ cho mẫu thân trước khi vào niết bàn. - Cả hai đều thị tịch trước Như Lai.

Trong kinh TỨ BIỆN TÀI có ghi lại rằng trong khi cầm lấy xá lợi của ngài Xá Lợi Phất đựng trong bình do Sa Di quân đầu dâng lên. Thế tôn đưa bình

Xá Lợi lên cao và bảo đại chúng: Học hạnh TÀI THÍ và Hiển Giáo Bố Ma hàng phục ngoại đạo của hai đệ tử tả hữu của ta là Mục Kiền Liên và Xá Lợi Phất và thành tâm cúng dường quý ngài. A Nan là thị giả nhiều ân tình sa lệ quỳ bạch:

- Bạch Thế Tôn! Nay hai bậc thầy chí kính của chúng con đều đã diệt độ, làm sao chúng con có dịp cúng dường.

Như Lai bảo A Nan đứng dậy, chớ bi luỵ có bốn hạng người trong nhân gian nên dựng tháp thờ và cúng dường, không khác cúng dường hai đại đệ tử của ta khi còn tại tiền đó là: - Chuyển Luân Thánh Vương - A La Hán Lậu Tận - Bích Chi Phật và Như Lai. A Nan cung kính bạch Thế Tôn nghĩa ấy thế nào? Phật dạy:

- Bởi Chuyển Luân Thánh Vương trọn đời nêu gương tốt khuyên bảo chúng sanh xa lìa mười ác hạnh, siêng chăm thực hiện thập thiện đạo nghiệp. - A La Hán thanh tịnh tam nghiệp, dứt trừ kiết sử, xuất ly sanh tử. - Bích Chi Phật, không thầy mà tự ngộ, trừ kiết sử, ra khỏi luân hồi tử sanh. - Còn Như Lai công đức vô lượng, luôn làm nhiêu ích hữu tình và lợi lạc quần sanh.

Nói tóm lại: Phục vụ chúng sanh là cúng dường chư Phật chư Bồ Tát, Thánh chúng, bởi quý ngài đều là bậc vô lậu và từ đây chúng ta sẽ hiểu rõ quả vị VÔ THƯỢNG CHÁNH ĐẲNG GIÁC là thế nào để y giáo phụng hành. (THỊ NGUYÊN) ---ooOOoo---

Apathetic – no feeling of emotion = lảnh đạm, thờ ơ

Apex – uppermost point = đỉnh, ngọn

Apocalyptic – theo kinh sách khải huyền

Apocryphal – làm giả mạo, ngụy tác

Apogee – the farthest or highest point = cực điểm

Apologue - chuyện ngụ ngôn

Apostasy - sự bỏ đạo, sư bội giáo

Apostolate - chức tông đồ, sự lãnh đạo trong cuộc tuyên truyền vận động

Apothecary - người bào chế thuốc, người bán thuốc

Appamana – Immeasurables (Vô lượng) – Gotama transformed these four (Sanskrit) Jhanas by fusing them with what he called the Immeasurables: 1st Immeasurable corresponded to the first Jhana, he cultivated a feeling of friendship for everybody and everything. nd 2 Immeasurable corresponded to the second Jhana, he learned to suffer with other people and things and to emphathize with their pain, as he had felt the suffering of the grass and insects under the rose-apple tree when he was a child… rd 3 Immeasurable corresponded to third Jhana, he fostered a sympathetic joy which rejoices at the happiness of others, without reflecting upon how this might redound upon himself th 4 Immeasurable corresponded to fourth Jhana, he immersed in the object of his contemplation that he was beyond pain and pleasure, feeling neither attraction nor antipathy… (Jhana – state of serene contemplation attained by meditation.)

Apparatus – equipment, material = dụng cụ, vật liệu

Apparition - sự xuất hiện, ma quỷ hiện hình

Appease – khuyên giải, an ủi

Appellation – identifying name or title =danh xưng, tên gọi, chức vụ

Appendage – phần phụ thuộc

Appendicitis - bệnh viêm ruột

Apprehend - bắt, tóm; hiểu rõ, thấy rõ

Apprehension – hiểu, lĩnh hội

Aptitude – năng khiếu, năng lực

Aquamarine – biển màu ngọc xanh

Aquiline – chim ưng

Arama – Pleasure Park, Bamboo Grove of Veluvana - Trúc Lâm Tịnh Xá Bimbisara welcomed the whole sangha with generous donations of alms and asked the Buddha to accept for the Sangha his favorite pleasure garden the Kalandakanivapa bamboo grove. This was the very first piece of land accepted by the Buddha for refuge and were later termed arama. It is mentioned in Pali commentaries after this incidence it was

widely accepted to devote lands for monks for such arama.

Trúc-lâm: một khu tịnh xá rộng lớn gần thành Vương-Xá, do Vua Tần-bà- sa-la cúng hiến cho Phật và chúng Tăng. Trong khu vườn này cây cối được sửa sang ngay thẳng, hoa lá tươi xanh, có nhiều bụi tre già lớn ở phía trong. Có lẽ vì thế mà được gọi là Trúc Lâm tịnh xá. Một hồ nhỏ, nước trong xanh, nghiêng mình soi bóng những hàng cây, được xem là hồ Kalandaka, nơi Đức Phật thường tắm. Ngài Huyền Trang có nói đến hồ này trong ký sự. Bên hồ có một tượng Phật đứng trong một ngôi tháp trống vuông do Chính phủ Ấn dựng lên để kỷ niệm. Ngài Huyền Trang còn cho biết thêm rằng Trúc Lâm tịnh xá cách cửa thành phía Bắc độ một dặm. Rất nhiều khóm tre mọc khắp vùng, Đức Phật ở nhiều tháng tại tịnh xá này. Sau đây là một vài bộ kinh được Phật thuyết tại đây: Mahakassapa, Mahamoggallana và Mahacun- dabhojihangasutta. Trúc lâm Tịnh Xá cũng chính là nơi ngài Mục-kiền-liên bị ngoại đạo ám sát và Đức Phật đã chỉ cho một chỗ để xây dựng một ngôi tháp thờ Ngài.

Archaeology – khoa khảo cổ học

Archaic - cổ xưa

Archetypal – nguyên mẫu, nguyên hình

Archivist – chuyên viên lưu trử văn thư

Ardent – cháy, nóng rực, nồng nhiệt

Ardor – nóng rực

Arhat –“foe destroyer”, Arhat refers to a person who has destroyed (SKT) her/his delusions and is freed from cyclic existence.

Arhat – the individual who achieves enlightenment for him or herself and enters nirvana alone.

Arhat (Sanskrit: “one who is worthy”) , Pali arahant, in Buddhism, a perfected person, one who has gained insight into the true nature of existence and has achieved nirvana (spiritual enlightenment). The arhat, having freed himself from the bonds of desire, will not be reborn.

In China, as well as in Korea, Japan, and Tibet, arhats (Chinese lohan, Japanese rakan) were often depicted on the walls of temples in groups of 16 (later enlarged to 18, or even 500). They represent 16 close disciples of the Buddha who were entrusted by him to remain in the world and not to enter nirvana until the coming of the next buddha, in order to provide people with objects of worship

Arhat - A-la-hán

Theo thứ tự từ thấp lên cao, tứ quả là: tu đà hoàn, tư đà hàm, a-na hàm, a- la-hán. Căn cứ 3 nghiã sau đây để giải nghĩa a-la-hán: - Sát tặc, đã giết hết giặc phiền não. - Ứng cúng, xứng đáng được thiên và nhân cúng dường và đã dứt hết các lỗi lầm. - Bất sinh, chẳng còn sinh ra ở thế gian nữa. 500 vị La hán ở kỳ I, 700 vị ở kỳ II, 1000 vị ở kỳ III.

Ngoài ra 16 vị La hán đi ra nước ngoài để quảng bá đạo Phật, thập lục La hán, có nơi tới 18 vị La hán.

The 18 Lohan / Arhats

Buddhism is one of the world's most popular religions, and this Hindu-based belief system is moving from its traditional base in Asia and being adopted by many people in North America and Europe. Buddhist mythology centers around the teachings of "the Buddha," who attained spiritual peace and enlightenment. While Buddhists do not worship the Buddha or any other deities or icons, icons and art have become an important part of Buddhist beliefs and practice. While the figure of Buddha sitting with hands clasped is perhaps the most famous of these icons, the 18 Lohans or Arhats are also an important part of any Buddhist temple.

Lohans are followers of Buddhism's "Eightfold Path" who have achieved full spiritual fulfillment. They have reached "Nirvana," the state of absolute freedom from worldly cravings, and because of this they are no longer subject to reincarnation. Their eternal status makes them akin to guardian angels, adept at warding off evil. Figures or paintings of the 18 Lohan adorn the entranceway of Buddhist temples, protecting those within from evil and allowing them to open themselves to meditation and spiritual exploration. There were originally only 16 Lohan; two were added in the Chinese Tang dynasty, which was when the first paintings of the 18 Lohan were created. The 18 Lohan are the most prominent Lohan – up to 500 "lesser" Lohan aid the 18 in warding off evil.

The 18 Lohan were first painted in 891 A.D. by Chinese Buddhist monk Guan Xiu, who is said to have been visited by the Lohan in his dreams. The 18 Lohan are generally presented in they are said to have appeared to Guan Xiu: Deer Sitting, Happy, Raised Bowl, Raised Pagoda, Meditating, Oversea, Elephant Riding, Laughing Lion, Open Heart, Raised Hand, Thinking, Scratched Ear, Calico Bag, Plantain, Long Eyebrow, Doorman, Taming Dragon and Taming Tiger. The names of these figures provide insight into their attributes, special skills, or spiritual message. These attributes have been passed down through legends, and although Guan Xiu's paintings are considered to be the definitive images of the Lohans, other artists have sought to create their own interpretation of these figures. Thus images of the 18 Lohans vary between Buddhist nations and can depend on the time period in which they were created.

Paintings and images of the 18 Lohans are mostly used in Buddhist temples, but many new Buddhists or art collectors have sought to have these figures as a part of their home. Small statues, paintings, tracings, and engravings of the 18 Lohans are available from many different sources, and can make your home's entranceway more interesting and colorful. They can also form an invaluable part of your collection of Asian art.

Sự tích 18 Vị La Hán - Thập Bát La Hán tượng trưng cho tín ngưỡng đặc thù dân gian. Cuộc đời của các Ngài siêu nhiên kỳ bí nhưng rất mực gần gũi chúng sanh.

Tranh tượng Bồ-tát trình bày một thế giới trang nghiêm hương hoa nhã nhạc. Tranh tượng La-hán trình bày những nét sống động của các bậc Thánh hết sức hồn nhiên phụng hiến năng lực của mình.

1. La-hán Thác Tháp - Tên của Ngài là Tô-tần-đà (Subinda). Thường ngày, Ngài tu tập rất tinh nghiêm, giúp người nhiệt tình nhưng ít thích nói chuyện. Tôn giả ít khi đi theo đức Phật ra ngoài, Ngài chỉ ở yên nơi tịnh xá đọc sách hoặc quét sân. Có người phê bình cách nói chuyện của Ngài không hay, đức Phật biết được an ủi:

– Này Tô-tần-đà! Nói chuyện hay hoặc dở không liên quan gì đến vấn đề giác ngộ. Mọi người chỉ cần y theo lời ta dạy mà thực hành, dù không nói câu nào cũng thành tựu sự giải thoát.

Đúng thật là Tôn giả hiếm khi lãng phí thời gian vào việc tán gẫu, chỉ dành trọn thời gian tọa thiền nên chứng quả A-la-hán rất sớm.

Đương thời vua nước Án-đạt-la muốn xây dựng một tịnh xá u tịch tại núi Hắc Phong, nhưng tìm không ra những tảng đá lớn. Tôn giả chỉ cần vận thần thông trong một đêm, mang đến vô số đá rất lớn từ bên kia sông Hằng. Quốc vương lại muốn tạo một pho tượng thật lớn bằng vàng tôn trí trong tịnh xá nhưng kho lẫm quốc gia không đủ cung ứng. Tôn giả chỉ cần nhỏ vài giọt nước xuống mấy phiến đá, chúng đều biến thành vàng. Quốc vương vui mừng gọi thợ giỏi nhất, đến lấy vàng đúc tượng để nhân dân chiêm lễ.

Năm trăm năm sau Phật diệt độ, Tôn giả nhiều lần hiện thân tại nước Kiện- đà-la để giáo hóa. Hình tượng Ngài được tạo với bảo tháp thu nhỏ trên tay, tháp là nơi thờ xá-lợi Phật, giữ tháp bên mình là giữ mạng mạch Phật pháp, vì thế Ngài được gọi là La-hán Nâng Tháp.

Theo Pháp Trụ Ký, ngài Tô-tần-đà là vị La-hán thứ tư, thường cùng 700 vị A- la-hán phần nhiều trụ ở Bắc Câu Lô châu.

2. La-hán Thám Thủ - Hình tượng đưa hai tay lên rất sảng khoái của một vị La-hán sau cơn thiền định. Ngài tên là Bán-thác-ca (Panthaka), Trung Hoa dịch: Đại lộ biên sanh. Ngài là anh của Châu-lợi-bàn-đặc. Tương truyền hai anh em đều sanh ở bên đường, khi mẫu thân trở về quê ngoại sinh nở theo phong tục Ấn Độ.

Bán-thác-ca lớn lên là một thanh niên trí thức, nhân mỗi khi theo ông ngoại đi nghe Phật thuyết pháp, bèn có ý định xuất gia. Được gia đình chấp thuận, Ngài gia nhập Tăng đoàn, trở thành một vị Tỳ-kheo tinh tấn dõng mãnh, chẳng bao lâu chứng quả A-la-hán. Nhớ đến em mình là Châu-lợi-bàn-đặc. Ngài trở về hướng dẫn em xuất gia. Rất tiếc, thời gian đầu thấy em mình quá dốt nên Ngài khuyên em hoàn tục. Đó cũng là vì tình thương và trách nhiệm nên Tôn giả đối xử như thế, hoàn toàn không phải giận ghét.

Về sau, khi Châu-lợi-bàn-đặc chứng Thánh quả, chính Tôn giả Bán-thác-ca là người mừng hơn ai hết. Cả hai anh em dẫn nhau về pháp đường, đại chúng cảm động tán thán ngợi khen, Đức Phật dạy:

– Này Bán-thác-ca và Châu-lợi-bàn-đặc, khó ai được như hai anh em các ông, vừa cùng xuất gia học đạo, vừa tận trừ phiền não lậu hoặc, chứng quả A-la- hán. Sau này hai ông nên đồng tâm hiệp lực lưu lại nhân gian để hoằng dương Phật pháp. Hai tôn giả vâng lời Phật nên thường tùy hỷ hóa độ chúng sanh.

Theo Pháp Trụ Ký, Tôn giả Bán-thác-ca là vị La-hán thứ mười, Ngài thường cùng 1.100 vị A-la-hán trụ ở Tất-lợi-dương-cù-châu.

3. La-hán Khai Tâm - Hình tượng vạch áo bày ngực để hiển lộ tâm Phật. Ngài tên là Thú-bác-ca (Jivaka). Thú-bác-ca vốn là một Bà-la-môn nổi danh, nghe nói thân Phật cao một trượng sáu, Thú-bác-ca không tin nên chặt một cây trúc dài đúng một trượng sáu để đích thân đo Phật. Lạ thay, dù đo bất cứ cách nào, thân Phật vẫn cao hơn một chút. Thú-bác-ca tìm một cây thang dài rồi leo lên thang đo lại, kết quả cũng vậy. Đo đến mười mấy lần, không còn cây thang nào dài hơn mà thân Phật vẫn cao hơn. Lúc này ông thiệt tình khâm phục và xin quy y làm đệ tử.

Sau khi xuất gia, trải qua bảy năm khổ hạnh, Ngài chứng quả A-la-hán, vì muốn kỷ niệm nhân duyên đo Phật mà xuất gia ngộ đạo. Ngài lấy cây sào lúc trước, đi đến chỗ cũ nói:

– Nếu Phật pháp là chân lý ngàn đời thì xin cây sào này mọc lại và sinh trưởng ở đây.

Nói xong, Ngài cắm cây sào xuống đất. Cây sào bỗng nẩy chồi ra lá. Thời gian sau từ chỗ đó mọc lên một rừng trúc tốt tươi lan rộng cả vùng, người ta gọi nơi ấy là Trượng Lâm. Quần chúng Phật tử kéo đến chiêm bái chứng tích mầu nhiệm cây gậy đo Phật. Nơi đây rừng núi khô cằn hoang dã, thiếu nước uống nghiêm trọng, tôn giả Thú-bác-ca liền vận thần thông biến ra hai suối nước một nóng, một lạnh để mọi người tha hồ sử dụng. Hai suối này nằm cách mười dặm về phía Tây Nam của Trượng Lâm. Dân chúng vùng này mãi nhớ ơn đức của Tôn giả. Theo Pháp Trụ Ký, Ngài Thú-bác-ca là vị La-hán thứ chín, thường cùng 900 vị La-hán trụ trong núi Hương Túy.

4. La-hán Hỷ Khánh - Ngài tên là Ca-nặc-ca-phạt-tha (Kanakavatsa), còn gọi là Yết-nặc-ca-phược-sa. Đức Phật thường khen Ngài là vị La-hán phân biệt thị phi rõ ràng nhất. Khi chưa xuất gia Ngài là người rất tuân thủ khuôn phép, giữ gìn từ lời nói đến hành động, một ý nghĩ xấu cũng không cho phát khởi. Sau khi xuất gia, Ngài càng nỗ lực tinh tấn tu tập, nhờ thiện căn sâu dày Ngài chứng quả A-la-hán rất mau.

Ngài thường đi du hóa khắp nơi với gương mặt tươi vui và dùng biện tài thuyết pháp để chiêu phục chúng sanh. Thấy mọi người thường vô ý tạo nhiều nghiệp ác hằng ngày, tương lai bị quả khổ địa ngục nên khi thuyết pháp Ngài thường xiển hình giáo lý nhân quả thiện ác, giúp chúng sanh phân biệt rõ ràng để sửa đổi. Một lần nọ đi ngang qua thôn trang, thấy một gia đình đang giết vô số trâu dê gà vịt để làm lễ mừng thọ. Ngài ghé lại, thuyết giảng một hồi về phương pháp chúc thọ, về cách mừng sinh nhật là ngày khó khăn khổ nhọc của mẹ, nên phận làm con không được ăn uống vui chơi, trái lại nên tịnh tâm suy niệm ân đức cha mẹ, quyết chí tu tập thành tựu đạo nghiệp.

Bằng cách giảng dạy chân thật, Tôn giả suốt đời như ngọn hải đăng đem ánh sáng Phật pháp soi rọi nhân sinh.

Theo Pháp Trụ Ký, Ngài là vị La-hán thứ hai, thường cùng 500 vị La-hán trụ tại nước Ca-thấp-di-la (Kashmir).

5. La-hán Tĩnh Tọa - Tên của Ngài là Nặc-cù-la (Nakula). Trên vách hang thứ 76 của động Đôn Hoàng có vẽ hình tượng Ngài ngồi kiết già trên phiến đá. Theo truyền thuyết, Ngài thuộc giai cấp Sát-đế-lợi sức mạnh vô song, đời sống chỉ biết có chiến tranh chém giết. Khi theo Phật xuất gia, Ngài đạt quả A-la-hán trong tư thế tĩnh tọa.

Đương thời của Tôn giả, có ngoại đạo Uất-đầu-lam-tử, công phu thiền định cao, từng biện bác với hy vọng chinh phục Tôn giả theo pháp thuật của mình. Nhưng với niềm tin chân chánh, Tôn giả khẳng định rằng chỉ có công phu tọa thiền, quán chiếu bằng trí tuệ, sức nhẫn nhục bền bỉ, nghiêm trì tịnh giới mới đạt được định lực không thối chuyển. Pháp tu luyện ngoại đạo chỉ được định lực tạm thời, không thể an trú vĩnh viễn trong pháp giải thoát, khi gặp cảnh bên ngoài quấy nhiễu sẽ bị hủy hoại.

Sau này quả nhiên Uất-đầu-lam-tử thọ hưởng sự cúng dường nồng hậu vua nước Ma-kiệt-đà, vì khởi vọng tâm mà toàn bộ công phu tiêu tán, sau khi chết lại rơi vào địa ngục. Tôn giả Nặc-cù-la dùng thiên nhãn thấy rõ điều ấy, một lần nữa cảnh giác với vua Ma-kiệt-đà:

– Đó chính là pháp tu không rốt ráo của ngoại đạo, những phiền não căn bản của con người chưa được diệt trừ hết. Vua nghe Tôn giả giải thích mới hiểu được Phật pháp chân chánh đáng quý, phát khởi niềm tin nơi Tôn giả. Theo Pháp Trụ Ký, Tôn giả Nặc-cù-la được xếp vào vị trí La-hán thứ năm, Ngài thường cùng 800 vị A-la-hán trụ ở Nam Thiệm Bộ Châu.

6. La-hán Ba Tiêu - Tên của Ngài là Phạt-na-bà-tư (Vanavasin). Theo truyền thuyết khi mẹ Ngài vào rừng viếng cảnh, mưa to dữ dội và bà hạ sanh Ngài trong lúc ấy. Sau khi xuất gia với Phật, Ngài thích tu tập trong núi rừng, thường đứng dưới các cây chuối nên còn được gọi là La-hán Ba Tiêu.

Có lần, đức Phật hàng phục con yêu trong một cái đầm sâu. Cảm phục ân đức của Phật, yêu long xin Ngài lưu lại chỗ của mình để được gần gũi cúng dường. Phật dạy Ngài không thể ở một nơi lâu, nên cử năm vị Đại A-la-hán đến, đó là các vị Xá-lợi-phất, Mục-kiền-liên, Nhân-kiệt-đà, Tô-tần-đà và Phạt-na-bà- tư. Khi tôn giả Phạt-na-bà-tư đến tiếp nhận lễ vật cúng dường, Ngài thường thích tọa thiền trên phiến đá lớn bên cạnh đầm, khi thì ngồi suốt tuần, lúc ngồi cả nửa tháng.

Theo lời phó chúc của đức Phật, Tôn giả lưu tâm hóa độ vua Ca-nị-sắc-ca. Nhân dịp nhà vua đi săn, Tôn giả hóa làm con thỏ trắng dẫn đường cho vua đến gặp một mục đồng đang lấy bùn đất nặn tháp Phật. Mục đồng nói rằng Phật thọ ký 400 năm sau vua Ca-nị-sắc-ca sẽ xây tháp thờ Phật tại đây. Mục đồng ấy cũng chính là Phạt-na-bà-tư hóa hiện. Từ đó, vua trở nên bậc đại quân vương hoằng dương Phật pháp, xây chùa tháp tự viện, ủng hộ cúng dường Tăng chúng, tổ chức kiết lập kinh điển Phật giáo lần thứ tư tại

thủ đô Ca-thấp- di-la. Tất cả những thành tựu này đều nhờ thâm ân giáo hóa của tôn giả Phạt- na-bà-tư. Theo Pháp Trụ Ký, tôn giả Phạt-na-bà-tư là vị La-hán thứ mười bốn, ngài và 1.400 vị La-hán thường ở trong núi Khả Trụ.

7. La-hán Tiếu Sư - Tên của Ngài là Phạt-xà-la-phất-đa-la (Vajraputra). Tương truyền khi còn ở thế tục, Ngài làm nghề thợ săn, thể lực rất tráng kiện, một tay có thể nâng một con voi, hoặc nắm một con sư tử ném xa hơn 10 mét. Mỗi khi muông thú chạm mặt Ngài, chúng đều hoảng sợ lánh xa. Sau khi xuất gia, Ngài nỗ lực tu tập, chứng quả La-hán. Lại có một con sư tử thường quấn quít bên Ngài, do đó Ngài biệt hiệu La-hán Đùa Sư Tử.

Về phía Bắc tịnh xá Trúc Lâm có ao Ca-lan-đà, nước trong mát có thể trị lành được nhiều bịnh, đức Phật vẫn thường đến đó thuyết pháp. Sau khi Phật diệt độ, nước ao bỗng khô cạn, ngoại đạo bèn phao tin rằng Phật pháp đã suy vi. Tôn giả Phạt-xà-la-phất-đa-la từ châu Bát-thích-noa bay đến, lấy tay chỉ xuống ao, lập tức nước đầy trở lại. Tôn giả bảo mọi người rằng:

– Nước ao cạn khô vì mọi người không có niềm tin kiên cố nơi Phật pháp. Nếu tất cả đều vâng lời Phật dạy, một lòng tin thọ phụng hành như khi Phật còn tại thế thì tôi bảo đảm nước trong ao sẽ không bao giờ cạn khô.

Mọi người nghe Tôn giả nói, ngưỡng vọng uy thần và nhiệt tâm hộ trì Phật pháp của Tôn giả nên phát khởi lòng tin Tam bảo. Từ đó nước ao luôn trong xanh và tràn đầy. Qua câu chuyện trên chúng ta có thể thấy các bậc La-hán luôn ở tại nhân gian để xiển dương pháp Phật.

Theo Pháp Trụ Ký. Ngài là vị La-hán thứ tám, thường cùng 1.100 vị La-hán trụ ở châu Bát-thích-noa.

8. La-hán Tọa Lộc - Ngài tên là Tân-đầu-lô-phả-đọa (Pindolabharadvaja), xuất thân dòng Bà-la-môn, là một đại thần danh tiếng của vua Ưu Điền. Ngài thích xuất gia nên rời bỏ triều đình vào rừng núi nỗ lực tu tập, sau khi chứng Thánh quả cõi hươu về triều khuyến hóa vua, nhân đó được tặng danh hiệu La-hán Cõi Hươu.

Nhân một hôm Tôn giả dùng thần thông lấy cái bát quý treo trên cây trụ cao của một trưởng giả, bị Phật quở trách việc biểu diễn thần thông làm mọi người ngộ nhận mục đích tu học Phật pháp. Phật dạy Tôn giả phải vĩnh viễn lưu lại nhân gian để làm phước điền cho chúng sanh, vì thế trong các pháp hội Tôn giả thường làm bậc ứng cúng. Một lần ở thời Ngũ Đại, triều vua Ngô Việt thiết trai, có một Hòa thượng lạ, tướng mạo gầy ốm, lông mày dài bạc trắng bay đến ngồi vào chỗ dành cho khách quý mà ăn uống vui vẻ. Ăn xong Ngài tuyên bố Ngài là Tân-đầu-lô. Dưới thời vua A-dục và vua Lương Võ Đế, Ngài đích thân hiện đến giáo hóa, làm tăng trưởng lòng tin. Thời Đông Tấn ngài Đạo An là bậc cao tăng phiên dịch kinh điển thường lo buồn vì sợ chỗ dịch của mình sai sót. Ngài khấn nguyện xin chư Hiền Thánh hiển lộ thần tích để chứng minh. Tối hôm đó Ngài nằm mộng thấy một vị Hòa thượng lông mày trắng nói:

– Ta là Tân-đầu-lô ở Ấn Độ, lấy tư cách là một đại A-la-hán, ta bảo chứng những kinh điển ông dịch đều rất chính xác. Tôn giả Tân-đầu-lô là một vị La-hán rất gần gũi nhân gian, Pháp Trụ Ký xếp Ngài là vị La-hán thứ nhất, thường cùng 1.000 vị La-hán trụ ở Tây Ngưu Hóa Châu.

9. La-hán Trường Mi - Tên của Ngài là A-thị-đa (Ajita) thuộc dòng Bà-la- môn nước Xá-vệ. Theo truyền thuyết khi Ngài mới sanh ra đã có lông mày dài rủ xuống, điều báo hiệu kiếp trước Ngài là một nhà sư. Sau khi theo Phật xuất gia, Ngài phát triển thiền quán và chứng A-la-hán.

Ngài cũng là một trong những thị giả Phật, khi chứng quả xong vẫn thường du hóa trong dân gian. Một hôm đến nước Đạt-ma-tất-thiết-đế, nhân dân nước này không tin Phật pháp, chỉ thờ quỷ thần sông núi. Thái tử nước này bệnh nặng, vua cho mời danh y trị bệnh và thỉnh giáo các nhà tu ngoại đạo. Các vị ấy bảo: “Đại vương chớ lo, bệnh của Thái tử không cần uống thuốc cũng khỏi.” Khi gặp Tôn giả A-thị-đa, vua hỏi thử thì Tôn giả bảo rằng bệnh không qua khỏi. Vua rất tức giận bỏ đi. Một tuần sau, Thái tử chết thật, vua tạm thời không tổ chức tang lễ, ngày hôm sau vua đi gặp tôn giả A-thị-đa, Ngài chia buồn với vua, còn vua khi gặp các ngoại đạo thì lại nghe chúc mừng Thái tử hết bệnh. Điều này chứng tỏ các ngoại đạo không có dự kiến đúng đắn. Nhà vua từ đó quy ngưỡng Phật pháp. Nhờ sự hoằng dương của Tôn giả mà Phật pháp hưng thịnh ở nước này.

Đã hơn 2.000 năm, nhưng tại Ấn Độ vẫn còn tin rằng tôn giả A-thị-đa còn đang trị bệnh cho người hay tọa thiền trên núi.

Pháp Trụ Ký xếp Ngài là vị La-hán thứ mười lăm, thường cùng 1.500 A-la- hán trụ trong Linh Thứu Sơn.

10. La-hán Hàng Long - Ngài tên là Nan-đề-mật-đa-la (Nandimitra), Trung hoa dịch Khánh Hữu, ra đời sau Phật diệt độ 800 năm, cư trú tại nước Sư Tử.

Ngài là vị Đại La-hán thần thông quảng đại, đạo hạnh trang nghiêm. Tương truyền có một lần cả đảo Sư Tử bị Long Vương dâng nước nhận chìm, Tôn giả ra tay hàng phục rồng nọ và được tặng hiệu La-hán Hàng Long. Khi Ngài sắp thị tịch, mọi người buồn thương lo sợ vì thế gian sẽ không còn bậc La- hán. Ngài cho biết có 16 vị La-hán vâng lệnh Phật lưu trụ cõi Ta-bà để ủng hộ Phật pháp. Lời dạy của Ngài được ghi chép thành bộ “Pháp Trụ Ký”. Nói “Pháp Trụ Ký” xong, tôn giả Khánh Hữu bay lên không trung hóa hiện vô số thần biến, rồi dùng chơn hỏa tam-muội thiêu thân. Xá-lợi ngũ sắc rơi xuống như mưa, mọi người tranh nhau lượm mang về tôn thờ cúng dường.

Tuy đã thiêu thân, nhưng Tôn giả không rời nước Sư Tử, Ngài bay về động đá trên núi để tọa thiền. Thời gian thoáng chốc đã hơn 400 năm, khi Tôn giả xuất định, Ngài ôm bát xuống núi khất thực thì thấy phong cảnh đã đổi khác. Ngài nhẩm tính lại và khám phá ra mình đã toạ thiền hơn 400 năm bèn bật cười ha hả. Sau đó Ngài thường xuất hiện khắp nơi, khi thì trì bát, lúc thì giảng kinh… Mọi người vẫn còn tin rằng Ngài vĩnh viễn không rời thế gian mà luôn luôn cùng 16 vị La-hán kia tiếp tục hoằng hóa.

*Dị Bản: Tôn giả Nan-đề-mật-đa-la là vị La-hán thứ 17, do mọi người tưởng nhớ công ơn ngài nói ra Pháp Trụ Ký.

11. La-hán Bố Đại - Tên của Ngài là Nhân-yết-đà hay Nhân-kiệt-đà (Angada). Theo truyền thuyết Ngài là người bắt rắn ở Ấn Độ, xứ này nhiều rắn độc hay cắn chết người. Ngài bắt chúng, bẻ hết những răng nanh độc rồi phóng thích lên núi. Hành động ấy phát xuất bởi lòng từ cao độ, nên Ngài được xem như biểu trưng của từ bi. Sau khi đắc đạo, Ngài thường mang một túi vải bên mình để đựng rắn, cũng trùng hợp như Hòa thượng Bố Đại ở Trung Hoa.

Nhân có một người nước Ô-trượng-na muốn tạc tượng Bồ-tát Di-lặc, nhưng chưa được thấy diện mạo Bồ-tát nên không dám làm. Ông lập hương án trong vườn hoa chí thành khấn nguyện, cung thỉnh một vị Hiền Thánh đến để giúp ông. Khấn xong thì có một vị La-hán xuất hiện xưng tên là Nhân-yết-đà, đến đưa ông lên cung trời Đâu-xuất để gặp Bồ-tát Di-lặc. Tôn giả đã đưa người này lên cung trời trước sau cả thảy ba lần để chiêm ngưỡng chân tướng trang nghiêm của Bồ-tát. Tượng Bồ-tát tạo xong được bảo tồn tại thủ đô nước Ô- trượng-na, đó là nhớ công ơn của Tôn giả.

La-hán là một bậc bất sanh bất diệt, đến đi tự tại, các Ngài du hóa nhân gian dưới mọi hình thức. La-hán Bố Đại có hình tướng mập mạp, bụng to, túi vải lớn bên mình như là hiện thân của Bồ-tát Di-lặc, trong câu chuyện trên đã có ít nhiều liên hệ.

Theo Pháp Trụ Ký, Ngài là vị La-hán thứ mười ba, thường cùng 1.300 vị A- la-hán trụ trong núi Quảng Hiếp.

12. La-hán Khoái Nhĩ - Ngài tên là Na-già-tê-na (Nagasena) hay còn gọi là Na Tiên. Nagasena theo tiếng phạn nghĩa là đội quân của rồng vàà

băng bó. Tín chủ cúng cho Ngài một tịnh thất, ít lâu sau đòi lại đem cúng người khác, Ngài cũng bình thản dọn ra khỏi phòng.

Sau khi chứng quả A-la-hán, Ngài lặng lẽ tu tập. Đức Phật khen tặng Ngài là Mật hạnh đệ nhất và chọn Ngài vào trong số 16 La-hán lưu lại nhân gian. Với đức tánh lặng lẽ, Ngài được tặng danh hiệu La-hán Trầm Tư.

Sau Phật diệt độ, vua nước Câu-thi-na không tin Phật pháp, đập phá chùa viện, thiêu hủy kinh tượng, số người xuất gia giảm sút. Có một Hòa thượng ôm bát vào thành khất thực, nhưng cả thành chẳng ai để ý tới, khó khăn lắm Ngài mới gặp một gia đình tin Phật cúng cho bát cháo nóng. Hòa thượng hớp xong miếng cháo thở dài, thí chủ hỏi thăm thì được Hòa thượng kể lại thời Phật còn tại thế, Ngài cũng từng theo Phật đến đây khất thực, lúc ấy nhà nhà tranh nhau cúng dường, khác hẳn ngày nay. Hòa thượng tiết lộ thân thế mình chính là La- hầu-la, mấy trăm năm nay dốc lòng hoằng dương Phật pháp.

Theo Pháp Trụ Ký, Ngài là vị La-hán thứ mười một, thường cùng 1.100 vị A- la-hán trụ ở Tất-lợi-dương-cù-châu.

14. La-hán Kháng Môn - Tên của Ngài là Chú-trà-bán-thác-ca, hay Châu- lợi-bàn-đặc (Cullapatka). Truyền thuyết Phật giáo nhắc đến Ngài như một tấm gương cần cù nhẫn nại. Vì không thông minh như anh nên khi xuất gia Ngài không tiếp thu được Phật pháp, kể cả xếp chân ngồi thiền cũng không xong. Về sau được sự chỉ dạy lân mẫn của Thế Tôn, Ngài thực hành pháp môn quét

rác với cây chổi trên tay. Nhờ sự kiên trì, dốc tâm thực hành lời dạy của Phật, quét sạch mọi cấu uế bên trong lẫn bên ngoài, Ngài đã chứng Thánh quả.

Một hôm đại thần Kỳ-bà thành Vương Xá thỉnh Phật và các vị A-la-hán đến nhà thọ trai. Tôn giả Bán-thác-ca không biết em mình đã chứng quả nên không phát thẻ tham dự. Đến khi chuẩn bị thọ trai, Phật bảo Bán-thác-ca về tịnh xá xem có sót người nào. Tôn giả về Trúc Lâm thì thấy cả ngàn vị Hòa thượng đang tọa thiền rải rác trong vườn. Ngạc nhiên và dùng thiên nhãn quán sát, mới vỡ lẽ ra đó là trò đùa của em mình, Tôn giả mừng rỡ xúc động, tán thán công phu của Châu-lợi-bàn-đặc.

Theo truyền thuyết, khi đi khất thực Tôn giả gõ cửa một nhà nọ và làm ngã cánh cửa cũ hư. Điều này cũng gây bối rối! Về sau, Phật trao cho Tôn giả một cây gậy có treo những chiếc chuông nhỏ để khỏi phải gõ cửa nhà người. Nếu chủ nhân muốn bố thí thì sẽ bước ra khi nghe tiếng chuông rung. Cây gậy gõ cửa trở thành biểu tượng của Tôn giả, và là hình ảnh quen thuộc trong sinh hoạt Phật giáo. Theo Pháp Trụ Ký, Tôn giả là vị La-hán thứ mười sáu, cùng với 1.600 vị A- la-hán thường trụ tại núi Trì Trục.

15. La-hán Kỵ Tượng - Tên của Ngài là Ca-lý-ca (Kalica), trước khi xuất gia làm nghề huấn luyện voi. Khi Tôn giả chứng quả A-la-hán, đức Phật bảo Ngài nên ở tại quê hương mình (Tích Lan) để ủng hộ Phật pháp.

Phật đến Tích Lan thuyết kinh Lăng Già, Tôn giả cũng là một trong số đệ tử đi theo. Đức Phật sắp rời đảo, vua Dạ-xoa cung thỉnh đức Phật để lại một kỷ niệm tại đảo để làm niềm tin cho hậu thế. Thế Tôn ấn dấu chân của mình trên một ngọn núi, nơi đó trở thánh Phật Túc Sơn, và bảo tôn giả Ca-lý-ca gìn giữ thánh tích này. Phật Túc Sơn nổi tiếng khắp nơi, mọi người đua nhau chiêm lễ. Trải qua thời gian nó bị chìm vào quên lãng, con đường dẫn lên núi bị cỏ hoang phủ kín. Trong dịp vua Tích Lan là Đạt-mà-ni-a-ba-á bị kẻ địch rượt đuổi nên chạy trốn vào hang núi, Tôn giả hóa thành một con nai hoa rất đẹp dụ dẫn nhà vua lên núi để hiển lộ lại dấu chân Phật. Sau nhiều triều đại kế tiếp, Phật Túc Sơn lại không người viếng thăm. Tôn giả một phen nữa hóa thành thiếu nữ bẻ trộm hoa trong vườn của vua. Khi bị bắt, thiếu nữ chỉ tay lên ngọn núi phủ sương mờ, bảo rằng mình hái hoa cúng Phật ở trên ấy. Phật Túc Sơn từ đó khắc sâu hình ảnh trong lòng người, mỗi năm đến ngày 15 tháng 3 âm lịch, quần chúng kéo nhau đi lễ bái thành tích rằm rộ không ngớt.

Theo Pháp Trụ Ký, Tôn giả Ca-lý-ca là vị La-hán thứ bảy, cùng với 1.000 vị A-la-hán luôn thường trụ tại Tăng Già Trà Châu (Tích Lan).

16. La-hán Quá Giang - Tên của Ngài là Bạt-đà-la (Bhadra). Bạt-đà-la còn gọi là Hiền, vì mẹ Ngài hạ sanh Ngài dưới cây Bạt-đà, tức là cây Hiền.

Theo truyền thuyết, Tôn giả rất thích tắm rửa, mỗi ngày tắm từ một lần đến mười lần, và như vậy rất mất thời gian đồng thời trễ nải công việc. Chẳng hạn khi mọi người thọ trai, Ngài lại đi tắm, khi lên ăn thì cơm rau đã hết. Nhiều buổi tối, Ngài lén đi tắm khi mọi người đang tọa thiền. Thậm chí ngủ giữa

đêm cũng thức dậy đi tắm, có khi một đêm tắm năm, sáu lần! Việc này đến tai đức Phật, Thế Tôn kêu Tôn giả đến bên, chỉ dạy cách tắm rửa thiết thực, nghĩa là ngoài việc tẩy rửa thân thể còn phải tẩy rửa cấu uế trong tâm, gột sạch các tham sân phiền não để cả thân tâm đều thanh tịnh.

Tiếp nhận lời Phật dạy, Tôn giả hành trì theo ý nghĩa đích thực của việc tắm rửa, siêng năng gột rửa tâm nên chẳng bao lâu chứng quả A-la-hán. Từ đó tắm rửa là một pháp tu hữu dụng thiết thực mà Tôn giả thường khuyên dạy mọi người. Các tự viện Trung Hoa thường thờ hình tượng Ngài trong nhà tắm để nhắc nhở ý nghĩa phản tỉnh tư duy.

Tôn giả cũng thường dong thuyền đi hoằng hóa các quần đảo của miền đông Ấn Độ như Java, Jakarta... nên được mang tên La-hán Quá Giang.

Theo Pháp Trụ Ký, Ngài là vị La-hán thứ sáu, thường cùng 900 vị A-la-hán trụ tại Đam-một-la-châu.

17. La-hán Phục Hổ - Tên của Ngài là Đạt-ma-đa-la (Dharmatrata), người ở núi Hạ Lan tỉnh Cam Túc. Thuở nhỏ Đạt-ma-đa-la đến chùa, rất thích chiêm ngưỡng hình tượng 16 vị La-hán thờ trong điện. Sư phụ cũng hay kể cho cậu bé nghe những chuyện thần kỳ của các vị La-hán, dần dần trong tánh linh trẻ thơ in đậm hình ảnh các Ngài, thậm chí khi ngủ cũng mơ thấy.

Một hôm trong khi chiêm lễ, Đạt-ma-đa-la bỗng thấy các hình tượng La-hán cử động, vị thì quơ tay, vị thì chớp mắt như người thật. Ngỡ mình hoa mắt, Đạt-ma-đa-la định thần nhìn kỹ lại, lần này thấy rõ hơn, một số vị còn cười tươi tắn. Từ đó Đạt-ma-đa-la càng thêm siêng năng lễ kinh, và ngày nào cũng được chứng kiến các kỳ tích cảm ứng. Đạt-ma-đa-la theo hỏi một vị La-hán cách tu tập để được trở thành La-hán. Ngài chỉ dạy cậu nên siêng năng tọa thiền, xem kinh, làm các việc thiện. Đạt-ma-đa-la phát tâm tu hành, thực hiện lời dạy của bậc La-hán nên chẳng bao lâu chứng quả.

Thành một A-la-hán thần thông tự tại. Ngài thường du hóa trong nhân gian, giảng kinh thuyết pháp, gặp tai nạn liền ra tay cứu giúp. Tôn giả ba lần thu phục một con hổ dữ đem nó về núi cho tu, đi đâu thì dẫn theo. Bên cạnh hình tượng Ngài người ta vẽ thêm một con hổ, Ngài thành danh La-hán Phục Hổ. La-hán Hàng Long và La-hán Phục Hổ là hai vị được đưa thêm vào danh sách Thập Lục La-hán, để trở thành một truyền thuyết vĩnh viễn được tôn thờ.

18. La-hán Cử Bát - Tên của Ngài là Ca-nặc-ca-bạt-ly-đọa-xà (Kanakabharadvaja). Ngài là vị Đại đệ tử được đức Phật giao phó giáo hóa vùng Đông Thắng Thần Châu.

Quốc vương nước Tăng-già-la ở Nam Hải không tin Phật pháp, Tôn giả Ca- nặc-ca tìm cách hóa độ. Một sớm mai, khi đang cầm gương soi mặt, quốc vương giật mình kinh sợ vì trong gương không có mặt mình mà có hình dạng vị đại sĩ Bạch Y. Đây là do phép

thần biến của Tôn giả. Theo lời khuyên của quần thần, nhà vua cho tạc tượng Bồ-tát Quan Thế Âm để thờ phụng và từ đó hết lòng tin Phật.

Ngài Huyền Trang khi sang Ấn Độ, trụ tại chùa Na-lan-đà nghe kể câu chuyện sau: Sau khi đức Phật Niết-bàn vài trăm năm sau, quốc vương nước Ma-kiệt- đà làm lễ lạc thành ngôi chùa Đại Phật, thỉnh mấy ngàn vị Hòa thượng đến cúng dường. Khi mọi người bắt đầu thọ trai, bỗng nhiên có hai vị Hòa thượng từ không trung bay xuống. Cả hội chúng kinh ngạc, vua hỏi lai lịch thì một vị xưng là Tân-đầu-lô ở Tây-cù-đa-ni châu, một vị xưng là Ca-nặc-ca ở Đông Thắng Thần Châu. Vua vui mừng thỉnh hai Tôn giả chứng minh trai phạn. Thọ trai xong, hai vị cười nói:

– Này các vị, 16 La-hán chúng tôi sẽ mãi mãi lưu lại thế gian, cùng tu tập với tất cả Phật tử chí thành đời sau.

Tôn giả Ca-nặc-ca thường mang một cái bát sắt bên mình khi du hành khất thực, nên được gọi là La-hán Cử Bát.

Theo Pháp Trụ Ký ngài là vị La-hán thứ ba, thường cùng 600 vị A-la-hán trú tại Đông Thắng Thần Châu. (Thiền Viện Viên Chiếu)

---oOo---

The ten principal disciples

The ten principal disciples were the main disciples of Gautama Buddha. Depending on the scripture, the disciples included in this group vary. The Vimalakirti Sutra includes:

1.Shariputra

Sariputra (Sanskrit), or Sariputta (Pa

6.Katyayana

Katyayana or Mahakatyayana (Skt.) or Mahakaccana (Pali). He understood Shakyamuni Buddha's lecture the best. Although he had only five master in the rural areas, he was permitted to learn Vinaya by the Buddha.

7.Anuruddha

Anuruddha (Pali) or Aniruddha (Skt.) was a top master of clairvoyance and the practice of the four foundations of mindfulness (satipatthana). Aniruddha was a cousin of Shakyamuni Buddha. He and Ananda became monks at the same time.

8.Upali

Upali (Skt. & Pali) was a top master of Vinaya. He was born in the Shudra class and worked as a barber, ayurveda vaidya. Buddha had denied the class system, he ranked his disciples according to the order in which they joined. So Upali was ranked ahead of the ex-princes. In the First Buddhist council, the Vinaya was compiled based on his memory.

9.Rahula

Rahula (Skt. & Pali) was the only son of the Buddha (when he was still Prince Siddhartha) and his wife Princess Prthi. He was a scrupulous, strict and shrewd person. When the Buddha went to his hometown, he became the first Samanera (novice monk).

10.Ananda

Ananda (Skt. & Pali) listened to the Buddha's teachings the most among the disciples. He was a cousin of the Buddha. Ananda means great delight. After he became a monk, he took care of the Buddha for 25 years, until the Buddha died. In the First Buddhist council, the suttas/sutras were compiled based on his memory. He lived to 120 years old.

10 đệ tử cuả Phật - Thập đại đệ tử:

1. Ngài Xá Lỵ Phất, trí huệ đệ nhất 2. Ngài Mục Kiền Liên, thần thông đệ nhất

3. Ngài Ma La Ca Diếp, đầu đà đệ nhất
4. Ngài A Na Luật, thiên nhãn đệ nhất
5. Ngài Tu Bồ Đề, giải không đệ nhất
6. Ngài Phú Lâu Na, thuyết pháp đệ nhất
7. Ngài Ca Chiên Diên, luận nghiã đệ nhất
8. Ngài Ưu Bà Ly, trì luật đệ nhất
9. Ngài La-Hầu-La, mật hạnh đệ nhất
10. Ngài A-Nan-Đà, đa văn đệ nhất

Aristocracy – nhóm quý tộc thành viên trong nhóm cai trị

Arousal - suốt ngày đêm

Arrogance – attitude of superiority = kiêu ngạo, kiêu căng

Articulate - nối khớp

Arya – a noble one who has attained high levels of spiritual realization, (SKT) especially direct insight into the ultimate nature of reality. - Superior being = siêu nhân

Aryadeva - Bồ-tát Thánh Thiên

This article for the Great Masters Series focuses on Aryadeva, the second of what His Holiness the Dalai Lama refers to as the Seventeen Pandits of Nalanda, whose works form the foundation for Mahayana Buddhist philosophy.

Birth and Training

While early biographies vary in detail and timing, traditional accounts such as those by Taranatha, Buton in his History of Buddhism, and Chandrakirti identify Aryadeva as being born in Sri Lanka in a royal family in the late first or early second century C.E. He rejected the throne and took monastic ordination and mastered all the Tripitaka (Sutra, Vinaya, and Abhidharma) as well as non

Lúc bấy giờ, tại Bắc Ấn, có đạo sĩ ngoại đạo tên là Durdharsa-kala. Người này thông hiểu giáo thuyết của nhiều tôn giáo đương thời và có tài tranh biện. Ông đi diễn thuyết nhiều nơi và mỗi khi diễn thuyết, ông luôn công kích Phật giáo. Nghe Nalanda là một trung học thuật có tiếng của Phật giáo, ông đến Nalanda và gởi lời mời tranh biện. Nhưng tại đây, không có Thầy Tỳ-kheo nào đủ khả năng tranh biện với đạo sĩ Durdharsa-kala. Các Thầy ở Nalanda gởi thư trình bày sự việc đến Bồ-tát Long Thọ và có ý muốn thỉnh Bồ-tát Thánh Thiên lên Nalanda. Sau khi thỉnh ý Bồ-tát Long Thọ, Bồ-tát Thánh Thiên du hành đến Nalanda. Tại Nalanda, ngài đã tranh biện với Durdharsa- kala trong suốt ba ngày với sự tham dự của hàng nghìn thức giả của nhiều tôn giáo và trường phái triết học. Ngài Thánh Thiên đã thắng tuyệt đối trong suốt ba ngày tranh biện. Sau ba ngày, Durdharsa-kala cầu Bồ-tát Thánh Thiên làm Thầy và có pháp danh là Matrceta. Sau khi xuất gia theo Phật, Thầy Matrceta sáng tác nhiều trường ca ca ngợi những sự vĩ đại của đức Phật và tiền thân đức Phật. Trong đó nổi bật nhất là tác phẩm Satapancasatka Stotra (“150 bài tụng ca”). Bồ-tát Thánh Thiên lưu lại và giảng dạy ở Nalanda thêm một thời gian. Sau đó, ngài trở về và hoằng pháp tại Nam Ấn cho đến ngày viên tịch. Đại luận sư Thánh Thiên trước tác nhiều tác phẩm để xiển dương luận thuyết Tánh không của Bồ-tát Long Thọ và giáo nghĩa Bồ-tát của Đại thừa. Nổi bật nhất là hai tác phẩm Bách luận (Sata-sastra) và Quảng bách luận (Catuhsataka). Quảng bách luận được ngài Huyền Trang dịch sang tiếng Hán và được hai ngài Nguyệt Xứng (Candrakirti) và Hộ Pháp (Dharmapala) viết chú giải. Một số chương của hai bản chú giải được lưu giữ trong Hán tạng. Một phần của Quảng bách luận trong tiếng Sanskrit được Haraprasada tìm thấy và đã xuất bản. Bách luận được Đại sư Cưu-ma-la-thập dịch sang tiếng Hán. Bách luận là một trong ba điển phạm lập tông của Tam luận tông Trung Hoa và Nhật Bản.

Cũng như Bồ-tát Long Thọ, Thánh Thiên đả phá quyết liệt giáo thuyết Thực tại luận của Nhất thiết hữu bộ và một số giáo điển mà ngài cho là “Tiểu thừa” của một số bộ phái Phật giáo. Ngài cũng chỉ trích mạnh mẽ luận thuyết thần ngã và một số luận thuyết khác của Bà-la-môn giáo, đặc biệt là của hai phái Số luận và Thắng Luận của tôn giáo này. Bồ-tát Thánh Thiên dấn thân không mệt mỏi để “tồi tà phụ chánh” và xiển dương giáo nghĩa Đại thừa. Nhờ sự dấn thân của ngài mà Đại thừa được phát triển sâu rộng hơn tại Ấn Độ. Và vì để bảo vệ giáo thuyết của Phật giáo nói chung và Phật giáo Đại thừa nói riêng, ngài không khoan nhượng với những luận thuyết chống lại Phật giáo của một số tôn giáo khác. Vì vậy, theo Đề-bà Bồ-tát truyện, một số tu sĩ và tín đồ cực đoan của một đạo sư ngoại đạo rất căm hận ngài, nhiều lần muốn ám sát ngài. Và rồi cuối cùng họ đã ám sát ngài. Lúc ngài sắp viên tịch, chúng đệ tử vân

tập đông đủ. Trong số họ, một vài đệ tử còn nhiều sân hận có ý định trả thù. Biết được ý định này, ngài khuyên dạy chúng đệ tử, “này các con, các con hãy từ bỏ có ý niệm trả thù. Nếu các con thấu hiểu bản chất của các pháp, các con sẽ biết rằng không có người bị giết, cũng không có người giết. Ai là bạn? Ai là thù? Ai là kẻ giết người? Và ai là người bị giết? Chẳng có ai cả. Các con đang khóc là bởi các con đang bị thúc đẩy bởi tà kiến. Các con không nên có những hành động sai trái bằng cách lấy hận thù để diệt hận thù, lấy đau khổ để trả thù đau khổ.” Khuyên dạy chúng đệ tử và giao việc hướng dẫn các

thầy tỳ-kheo trẻ cho ngài Rahulabhadhra xong, Bồ-tát Thánh Thiên an nhiên thị tịch. Ngài Rahulabhadhra thay Bồ-tát Thánh Thiên hướng dẫn chúng Tăng, tiếp tục công việc trước tác và hoằng pháp của ngài. (Thích Nguyên Lộc) ---oOo---

Aryan – the tribesmen came out of central Asia and reached the Mediterranean by the end of the third millennium, were established in India and Iran by about 1200 BC and were in China by the end of second millennium.

The Aryan Migration

Before the time of the Aryan migration into the Indian subcontinent, there was a highly developed civilization in ancient India known as the Indus Valley Civilization, which was located in what is Pakistan and northwest India today, on the fertile flood plain of the Indus River and its vicinity. The earliest evidence of religious practices in this area dates back approximately to 5500 BCE, farming settlements began around 4000 BCE, and around 3000 BCE there appeared the first signs of urbanization. By 2600 BCE, dozens of towns and cities had been established and between 2500 and 2000 BCE the Indus Valley Civilization was at its peak. The evidence suggests that the Indus Valley Civilization had social conditions comparable to Sumeria and even superior to the contemporary Babylonians and Egyptians. By 1500 BCE the Aryans migrated into the Indian subcontinent. Coming from central Asia, this large group of nomadic cattle herders crossed the Hindu Kush Mountains and came in contact with the Indus Valley Civilization. This was a large migration and used to be seen as an invasion, which was believed by some scholars to be behind the collapse of the Indus Valley Civilization; this hypothesis is not unanimously accepted today.

Chủng tộc Aryan - Khoảng 2000 năm TCN, người Aryan thuộc chủng Á – Âu (Eurasian), là những bộ lạc du mục rất thiện chiến từ Iran kéo vào xâm

lăng Ấn Độ. Đây là cuộc chiến khốc liệt. Người Aryan tiêu diệt và bắt người Dravidian làm nô lệ. Không chỉ cướp đoạt tài sản, người Aryan còn chiếm khối lượng lớn đất canh tác của dân bản địa và dồn họ xuống phía nam. Là dân du mục có nền văn minh khá cao, người Aryan mang tới Ấn Độ chữ Phạn, xã hội chia đẳng cấp và đạo Balamôn, một đa thần giáo với những kinh sách khẳng định việc phân chia giai cấp.

Asana – sitting straight back and crossed legs = Posture of meditation. - is a body position, typically associated with the practice of Yoga, originally identified as a mastery of sitting still. In the context of Yoga practice, asana refers to two things: the place where a practitioner (or yogin, in general usage), yogi (male), or yogini (female) sits and the manner (posture) in which he/she sits.

Asana - Cách Ngồi - Nếu không ngồi xuống sàn nhà được thì có thể ngồi trên ghế. Điều quan trọng là ngồi ngay thẳng, không cúi ra trước, hay ngà ra sau, không nghiêng sang phải, sang trái, đầu cổ và sống lưng làm thành một đường thẳng.

Khi ngồi để thiền, hai bàn tay để mở đặt lên hai gót chân, tay phải hoặc trái ở trên, hai ngón cái chạm vào nhau. Nếu hai gót chân không cao bằng nhau có thể để một cái

khăn mỏng ở bên thấp.

Asanga - Bồ Tát Vô Trước - Asanga was born as the son of a Ksatriya father and Brahmin mother in Purusapura (present day Peshawar in Pakistan), which at that time was part of the ancient kingdom of Gandhara. Current scholarship places him in the fourth century CE. In the record of his journeys through the kingdoms of India, Xuanzang wrote that Asanga was initially a Mahisasaka monk, but soon turned toward the Mahayana teachings. Asanga had a half- brother, Vasubandhu, who was a monk from the Sarvastivada school. Vasubandhu is said to have taken up Mahayana Buddhism after meeting with Asanga and one of Asanga's disciples.

Asanga spent many years in serious meditation, during which time tradition says that he often visited Tusita Heaven to receive teachings from Maitreya Bodhisattva. Heavens such as Tusita Heaven is said to be accessible through meditation, and accounts of this are given in the writings of the Indian Buddhist monk Paramartha, who lived during the 6th century CE. Xuanzang tells a similar account of these events.

Asanga went on to write many of the key Yogacara treatises such as the Yogacarabhumi-sastra, the Mahayanasamgraha and the Abhidharma- samuccaya as well as other works, although there are discrepancies between the Chinese and Tibetan traditions concerning which works are attributed to him and which to Maitreya...

Bồ Tát Vô Trước (Asanga) - Theo truyền thống Tây Tạng, Vô Trước sinh ra ở Purusapura, thủ phủ của Gandhara, từ một phụ nữ Bà La Môn xem như thông thạo trong giáo huấn của Đạo Phật, người đã dạy cho ngài "mười tám khoa học" là những điều ngài tiếp thu rất dễ dàng. Ngài đã trở thành một vị tu sĩ và sau năm năm thực hành cẩn trọng, ngài đã thuộc lòng một trăm nghìn bài kệ Pháp Bảo mỗi năm và thấu hiểu một cách chính xác ý nghĩa của chúng.

Cùng với thầy của mình là Bồ Tát Di Lặc, Vô Trước là khai tổ của Du Già Tông, hay Duy Thức Tông, một trường phái của Đại Thừa Phật Giáo.

Ba người con trai lớn nhất, đều gọi là Thiên Thân (Vasubandhu), sinh ra ở Purusapura (Peshwar), là những thành viên của gia đình Kiều Thi Ca (Kausika) thuộc dòng dõi Bà La Môn, Ấn Độ. Tất cả ba người đều đã trở thành những Tỳ Kheo Phật Giáo. Người em trai út của Vô Trước được biết là Tỉ- Lân-Trì-Bạt-Bà (Virincivatsa), trong khi người em giữa được biết đơn thuần là Thiên Thân (Vasubandhu), tác giả của Duy Thức Tam Thập Tụng.

Vô Trước là một người được phú cho những đặc tính bẩm sinh của một vị Bồ Tát. Ngài trở thành một vị Tỳ Kheo của Thuyết Nhất Thuyết Hữu Bộ (Sarvastivada), mà sau này thực hành thiền quán và giải thoát khỏi tham dục. Mặc dù ngài khảo sát lý thuyết của tính không, nhưng không thể thấu hiểu. Ngài định tự tử. Pindola, một vị a la hán, người ở Đông bộ Purvavideha, nhận biết điều này, đã đến gặp ngài tại vùng ấy và giảng giải lý thuyết tính không đặc thù của Tiểu Thừa. Ngài đã điều chỉnh lại tư tưởng của ngài phù hợp với những gì ngài đã được dạy và lập tức lĩnh hội được. Mặc dù ngài đã đạt

được giáo thuyết tính không đặc thù của Tiểu Thừa, tuy thế, ngài không tìm thấy sự thoãi mái trong ấy. Nghĩ rằng sẽ không đúng nếu từ bỏ vấn đề hoàn toàn, ngài đã lên cung trời Đâu Suất sử dụng tất cả những thần thông đặc biệt của Tiểu Thừa và hỏi Bồ Tát Di Lặc, (vốn lắng nghe Giáo Pháp một cách thân cận khi Đức Phật tại thế, và sau này lên cung trời Đâu Xuất để giảng dạy cho chư Thiên ở đấy) người đã giảng giải chi tiết cho ngài giáo thuyết tính không thuộc Đại Thừa. Khi ngài trở lại Diêm Phù Đề (Jambudvipa), ngài khảo sát tương hợp với những phương pháp đã giải thích cho ngài và chẳng bao lâu đã chứng ngộ. Trong khi ngài tiến hành khảo sát, trái đất bắt đầu chuyển động trong

cách (theo cách của nó). Từ khi ngài thông hiểu giáo thuyết tính không, ngài tự gọi mình là "Vô Trước" (Asanga), có nghĩa là "không chấp trước". Sau đó ngài thường lên cung trời Đâu Xuất nhằm để hỏi Di Lặc về những lý thuyết của Đai Thừa Kinh Điển. Bồ Tát đã giải thích chi tiết cho ngài. Bất cứ khi nào ngài đạt được bất cứ sự thông hiểu mới nào, ngài sẽ trở lại Diêm phù Đề và giảng dạy cho người khác. Hầu hết những người nghe ngài giảng dạy đã không tin ngài. Vô Trước, Giáo Thọ Pháp Bảo, thế rồi đã cầu nguyện, nói rằng, "Con nay muốn đưa tất cả chúng sinh tin tưởng hoàn toàn trong giáo thuyết của Đại Thừa. Con chỉ cầu nguyện đến Thầy, Ôi Đại Sư, xin hãy xuống Diêm phù Đề để khai triển Đại Thừa để cho tất cả chúng sinh có thể hoàn toàn được thuyết phục với chân lý của nó." Di Lặc, ngay sau đó, theo lời cầu nguyện của ngài, đã đến Diêm phù Đề vào ban đêm, tràn ngập ánh đại quang minh, có một chúng hội lớn của những ai liên hệ với Phật Pháp quy tụ trong giảng đường, và bắt trì tụng kinh Thập Thất Địa (Saptadasabhumi-sutra). Sau khi trì tụng một đoạn, ngài giảng giải ý nghĩa của nó. Mười Bảy Địa được hoàn tất vào ban đêm trong bốn tháng. Mặc dù tất cả đều cùng ở trong giảng đường nghe thuyết pháp kinh luận, tuy nhiên, chỉ riêng Vô Trước, Giáo Thọ của Pháp Bảo, thân cận với Bồ Tát Di Lặc, trong khi những người khác chỉ có thể nghe ngài từ xa. Vào ban đêm, tất cả đều cùng nghe luận điển từ Di Lặc, trong khi vào ban ngày, Vô Trước - Giáo Thọ của Pháp Bảo, luận giải một lần nữa, vì lợi ích những người khác, trên những gì mà ngài đã được dạy bảo bởi Di Lặc Bồ Tát. Trong cách này tất cả mọi người có thể nghe và tin tưởng giáo pháp Đại Thừa. Di Lặc Bồ Tát đã dạy Vô Trước - Giáo Thọ của Pháp Bảo, học hỏi "nhật quang" tam muội. Khi ngài nghiên cứu theo những gi ngài được dạy, sau đó ngài đã đạt được sự thâm nhập vào tam muội ấy. Sau khi nhập vào tam muội ấy, tất cả những gì xưa kia ngài không thể thấu hiểu đã trở nên dễ hiểu. Bất cứ điều gì ngài đã nghe hay đã thấy không bao giờ quên mất, sức nhớ của ngài trở nên dai dẳng. Bất cứ nơi nào, trước đây ngài không thể thấu hiểu hoàn toàn những kinh điển của Đại Thừa, chẳng hạn như kinh Hoa Nghiêm, được Đức Phật thuyết giảng xưa kia, Di Lặc Bồ Tát đã giải thích cho ngài tất cả những điều này ở cung trời Đâu Suất. Sau đó ở Diêm Phù Đề, ngài đã viết vài bộ luận về kinh điển, trong ấy ngài đã trình bày chi tiết tất cả giáo thuyết Đại Thừa được Đức Phật thuyết giảng. Vô Trước Tôn Giả tiếp nhận giáo huấn từ Di Lặc Bồ Tát và truyền bá khắp thế giới. Ngài giao phó truyền thừa Giáo Pháp này cho Thiên Thân. Giáo huấn Tịnh Độ được truyền đạt từ Di Lặc Bồ Tát cho Vô Trước Tôn Giả và rồi từ Vô Trước đến Thiên Thân Tôn Giả. Thụ nhận sự truyền thừa này Thiên Thân đã trước tác Tịnh Độ Luận...

Để dâng hiến cho sự hiện thực những giáo huấn này, Vô Trước đã trở lại trái đất và xây dựng một ngôi chùa nhỏ trong rừng. Đầu tiên chỉ một vài học nhân

đến học hỏi giáo huấn từ ngài, nhưng dần dần danh tiếng giáo thuyết của ngài lan rộng và trường phái Du Già được thành lập. Ngài đã trở thành Viện trưởng của Na Lan Đà và sống khỏe mạnh đến hơn 100 tuổi, nhưng trông ngài luôn luôn trẻ trung, không có tóc bạc và da nhăn.

Ngài đã biên soạn nhiều công trình Đại Thừa quan trọng bao gồm những gì đã được biết như Năm bộ luận của Di Lặc. Những bộ sách này bao gồm

1- Hiện Quán Trang Nghiêm Luận, Abhisamayalamkara 2- Đại Thừa Trang Nghiêm Kinh Luận, Mahanaya Sutralankara 3- Trung Biên Phân Biệt Luận, Madhyanta-vibhanga 4- Pháp Bảo – Pháp Tính Phân Biệt Luận, Dharma-dharmata-vibhaga 5- Tương Tục Tối Thượng, Uttaratantra Các tác phẩm nổi tiếng của ngài, 6- Đại Thừa Nhiếp Luận Tông, Mahayana-samparigraha 7- A Tỳ Đạt Ma Tập Luận, Abhidarma-samuccaya 8- Du Già Sư Địa Luận, Yogacharabhumi-shastra (Nguyên tác: The Story of Arya Asanga, Tuệ Uyển chuyển ngữ)

Asatic – ascetic = khổ hạnh = relating to or having a strict and simple way of living that avoids physical pleasure…

Asavukkhaya Nana – Lậu tận thông: Chúng ta vì sao chưa thành Phật? Bởi vì chúng ta vẫn còn "lậu hoặc"! Chúng ta vì sao chưa thể làm Bồ Tát? Bởi vì "lậu hoặc" vẫn tồn tại trong chúng ta! Chính vì lậu hoặc mà chúng ta phải trầm luân trong Tam Giới - Dục Giới, Sắc Giới và Vô Sắc Giới. Chẳng những thế, các lậu hoặc này còn khiến cho chúng ta bị lưu lạc, nổi trôi trong chín Pháp Giới. Chín Pháp Giới là gì? Đó là chín cõi giới của Bồ Tát, Thanh Văn, Duyên Giác, Thiên (Trời), Nhân (Người), A Tu La, Địa Ngục, Ngạ Quỷ và Súc Sanh. Chúng sanh trong chín Pháp Giới này chưa thể thành Phật được là vì họ còn có lậu hoặc; nếu không còn lậu hoặc nữa thì nhất định sẽ thành Phật.

Asceticism – pháp tu khổ hạnh (Ascetic - người tu khổ hạnh)

Ascribe – gán cho

Ashoka – (300-232 BC) Ashoka was born to the Mauryan Emperor Bindusara and his Queen Dharma. He was grandson of Chandra- Gupta Maurya founder of Mauryan Dynasty. Ashoka known as Ashoka the Great who ruled almost all of the Indian subcontinent

from 269 BC to 232 BC. (A-Dục Vương)
After the brutality of the conquest led him to adopt Buddhism and made Buddhism his state religion around 260 BC…

---oOo---

Ashoka
Đại Đế A-Dục

Ashoka was the third ruler of the illustrious Maurya dynasty and was one of the most powerful kings of the Indian subcontinent in ancient times. His reign between 273 BC and 232 B.C. was one of the most prosperous periods in the history of India. Ashoka's empire consisted most of India, South Asia and beyond, stretching from present day Afghanistan and parts of Persia in the west, to Bengal and Assam in the east, and Mysore in the south.

Buddhist literature document Ashoka as a cruel and ruthless monarch who underwent a change of heart after experiencing a particularly gruesome war, the Battle of Kalinga. After the war, he embraced Buddhism and dedicated his life towards dissemination of the tenets of the religion. He became a benevolent king, driving his administration to make a just and bountiful environment for his subjects. Owing to his benevolent nature as a ruler, he was given the title 'Devanampriya Priyadarshi'. Ashoka and his glorious rule is associated with one of the most prosperous time in the history of India and as a tribute to his non-partisan philosophies, the Dharma Chakra adorning the Ashoka stambha has been made a part of the Indian National Flag. The emblem of the Republic of India has been adapted from the Lion Capital of Ashoka.

Early Life

Ashoka was born to Mauryan King Bindusara and his queen Devi Dharma in 304 B.C. He was the grandson of the great Chandragupta Maurya, the founder emperor of the Maurya Dynasty. Dharma (alternatively known as Subhadrangi or Janapadkalyani) was the daughter of a Brahmin priest from the kindom of Champa, and was assigned relatively low position in the royal household owing to politics therein. By virtue of his mother's position, Ashoka also received a low position among the princes. He had only one younger sibling, Vithashoka, but, several elder half-brothers. Right from his childhood days Ashoka showed great promise in the field of weaponry skills as well as academics. Ashoka's father Bindusara, impressed with his skill and knowledge, appointed him as the Governer of Avanti. Here he met and married Devi, the daughter of a tradesman from Vidisha. Ashoka and Devi had two children, son Mahendra and daughter Sanghamitra.

Ashoka quickly grew into an excellent warrior general and an astute statesman. His command on the Mauryan army started growing day by day. Ashoka's elder brothers became jealous of him and they assumed him being favoured by King Bindusara as his successor to the throne. King Bindusara's eldest son Sushima convinced his father to send Ashoka far away from the capital city of Pataliputra to Takshashila province. The excuse given was to subdue a revolt by the citizens of Takshashila. However, the moment Ashoka reached the province, the militias welcomed him with open arms and the uprising came to an end without any fight. This particular success of Ashoka made his elder brothers, especially Susima, more insecure.

Accession to the Throne

Susima started inciting Bindusara against Ashoka, who was then sent into exile by the emperor. Ashoka went to Kalinga, where he met a fisherwoman named Kaurwaki. He fell in love with her and later, made Kaurwaki his second or third wife. Soon, the province of Ujjain started witnessing a violent uprising. Emperor Bindusara called back Ashoka from exile and sent him to Ujjain. The prince was injured in the ensuing battle and was treated by Buddhist monks and nuns. It was in Ujjain that Ashoka first came to know about the life and teachings of Buddha.

In the following year, Bindusura became seriously ill and was literally on his deathbed. Sushima was nominated successor by the king but his autocratic nature made him unfavourable among the ministers. A group of ministers, led by Radhagupta, called upon Ashoka to assume the crown. Following

Bindusara's death in 272 B.C., Ashoka attacked Pataliputra, defeated and killed all his brothers, including Sushima. Among all his brothers he only spared his younger brother Vithashoka. His coronation took place four years after his ascent to throne. Buddhist literatures describe Ashoka as a cruel, ruthless and bad-tempered ruler. He was named 'Chanda' Ashoka meaning Ashoka the Terrible, due to his disposition at that time. He was attributed with building Ashoka's Hell, a torture chamber manned by an executioner to punish offenders.

After he became the emperor, Ashoka launched brutal assaults to expand his empire, which lasted for around eight years. Although the Maurya Empire that he inherited was quite sizable, he expanded the borders exponentially. His kingdom stretched from Iran-Afghanistan borders in the West to Burma in the east. He annexed the whole of Southern India except Ceylon (modern day Sri Lanka). The only kingdom outside his grasp was Kalinga which is the modern day Orissa.

The Battle of Kalinga and Submission to Buddhism

Ashoka launched an assault to conquer Kalinga during 265 B.C. and the battle of Kalinga became a turning point in his life. Ashoka personally led the conquest and secured victory. On his orders, the whole of province was plundered, cities were destroyed and thousands of people were killed.

The morning after the victory he went out to survey the states of things and encountered nothing except burnt houses and scattered corpses. Having brought face to face with the consequences of war, for the first time he felt overwhelmed with the brutality of his actions. He saw flashes of the destruction that his conquest had wrought even after returning to Pataliputra. He experienced an utter crisis of faith during this period and sought penance for his past deeds. He vowed never to practice violence again and devoted himself completely to Buddhism. He followed the directives of Brahmin Buddhist gurus Radhaswami and Manjushri and started propagating Buddhist principles throughout his kingdom. Thus Chandashoka morphed into Dharmashoka or the pious Ashoka.

Administration of Ashoka

The administration of Ashoka after his spiritual transformation was focused solely on the well-being of his subjects. The emperor was at the helm of the

administration following the established model put forward by Mauryan Kings before Ashoka. He was closely assisted in his administrative duties by his younger brother, Vithashoka and a group of trusted ministers, whom Ashoka consulted before adopting any new administrative policy. The most important members of this advisory council included the Yuvaraj (Crown Prince), the Mahamantri (Prime Minister), the Senapati (general), and the Purohita (priest). Ashoka's reign saw introduction of a large number of benevolent policies as compared to his predecessors. He adopted a paternalistic view on administration and proclaimed "All men are my Children", as evident from the Kalinga edict. He also expressed his indebtedness to his subjects for bestowing with their love and respect, and that he considered it his duty to serve for their greater good.

His kingdom was divided into Pradesha or provinces which were subdivided into Vishyas or subdivisions and Janapadas, which were further subdivided into villages.The five chief provinces under Ashoka's reign were the Uttarapatha (Northern Province) with its capital at Taxila; Avantiratha (western province) with its headquarters at Ujjain; Prachyapatha (eastern province) with its centre at Toshali and the Dakshinapatha (southern province) with its capital as Suvarnagiri. The central province, Magadha with its capital at Pataliputra was the administrative centre of the empire. Each province was granted partial autonomy at the hand of a crown prince who was responsible for controlling the overall law enforcement, but the emperor himself retained much of the financial and administrative controls. These provincial heads were altered from time to time to prevent any one of them exerting power over a long period of time. He appointed several Pativedakas or reporters, who would report to him the general and public affairs, leading the king to take necessary steps.

Although Ashoka built his empire on the principles of non-violence, he followed the instructions outlined in the Arthashastra for the characters of the Perfect King. He introduced legal reforms like Danda Samahara and Vyavahara Samahara, clearly pointing out to his subjects the way of life that is to be led by them. The overall judicial and administration were overseen by Amatyas or civil servants whose functions were clearly delineated by the Emperor. The Akshapataladhyaksha was in charge of currency and accounts of the entire administration. The Akaradhyaksha was in-charge of mining and other metallurgical endeavours. The Sulkadhyaksa was in charge of collecting the taxes. The Panyadhyaksha was controller of commerce. The Sitadhyaksha was in charge of agriculture. The emperor employed a network of spies who

offered him tactical advantages in diplomatic matters. The administration conducted regular census along with other information as caste and occupation.

Religious Policy: Ashoka's Dhamma

Ashoka made Buddhism the state religion around 260 B.C. He was perhaps the first emperor in history of India who tried to establish a Buddhist polity by implementing the Dasa Raja Dharma or the ten precepts outlined by Lord Buddha himself as the duty of a perfect ruler. They are enumerated as:

1.To be liberal and avoid selfishness

2. To maintain a high moral character

3. To be prepared to sacrifice one's own pleasure for the well-being of the subjects

4. To be honest and maintain absolute integrity

5. To be kind and gentle

6. To lead a simple life for the subjects to emulate

7. To be free from hatred of any kind

8. To exercise non-violence

9. To practice patience

10. To respect public opinion to promote peace and harmony

Based on these 10 principles preached by Lord Buddha, Ashoka dictated the practice of Dharma that became the backbone of his philanthropic and tolerant administration. Dharma was neither a new religion nor a new political philosophy. It was a way of life, outlined in a code of conduct and a set of

He got these 14 edicts engraved in stone pillars and slabs and had them placed at strategic places around his kingdom.

Role in Dissemination of Buddhism

Throughout his life, 'Ashoka the Great' followed the policy of non-violence or ahimsa. Even the slaughter or mutilation of animals was abolished in his kingdom. He promoted the concept of vegetarianism. The caste system ceased to exist in his eyes and he treated all his subjects as equals. At the same time, each and every person was given the rights to freedom, tolerance, and equality.

The third council of Buddhism was held under the patronage of Emperor Ashoka. He also supported the Vibhajjavada sub-school of the Sthaviravada sect, now known as the Pali Theravada.

He sent missionaries to far of places to propagate the ideals of Buddhism and inspire people to live by the teachings of Lord Buddha. He even engaged members of the royal family, including his son and daughter, Mahendra and Sanghamitra, to carry out duties of Buddhist missionaries. His missionaries went to the below mentioned places - Seleucid Empire (Middle Asia), Egypt, Macedonia, Cyrene (Libya), and Epirus (Greece and Albania). He also sent dignitaries all over his empire to propagate his ideals of Dhamma based on Buddhist philosophy. Some of these are listed as follows:

Kashmir - Gandhara Majjhantika Mahisamandala (Mysore) - Mahadeva Vanavasi (Tamil Nadu)

Trước đây, khi các nhà khảo cổ chưa khai quật được những thánh tích và bia ký thì các nguồn sử liệu thường viết bị lệch về dòng dõi, năm sinh của Đức Phật cũng như của Asoka. Vì thế không xác nhận được rõ ràng về con người và thân thế của Đại đế cũng như sự nghiệp vĩ đại của người. Về sau, cách đây không lâu thì sự việc được sáng tỏ, bởi đã phát hiện, khai quật được những Thánh tích, bia ký do tự tay Đại đế Asoka khắc lên trên đá và bị vùi sâu vào lòng đất. Lấy những bút ký đó đem so sánh vào kinh luận thì có một số đồng nhưng cũng không tránh được chỗ dị biệt mà ranh giới không quá xa. Âu đó cũng chỉ là một trong những vấn đề quan trọng mà chúng ta tìm hiểu sau đây:

1. Thân thế:

Về niên đại xuất thế của Đại đế Asoka có nhiều nguồn sử liệu ghi chép khác nhau, nhưng đại khái là nằm trong khoảng thế kỷ thứ III trước Tây lịch. Căn cứ vào pháp sắc trên bia đá lớn đã ghi rằng: "Các vua của năm vương quốc Hy Lạp tại vị cùng đồng một số năm là 261 BC hoặc trong khoảng 272 - 258 BC". Do đó quán đảnh lên ngôi trong khoảng 270 BC. Như vậy năm sanh cách đó không bao xa. Theo các tài liệu như: Tiểu sử Asoka, Asokava - dana, Dviyavadana hoặc Vamsathakasinì thì cho rằng: Ông nội của Asoka là Chandragupta (Chiên-đà-la Cấp-đa), vị vua khai sáng vương triều Khổng Tước. Thân phụ người là Bindusara (Tân-đầu Sa-ra). Thân mẫu là bà Àsokavadana (A-dục Vi-đạt-na).

Triều đại Khổng Tước trị vì được ba đời, nhưng hưng thịnh và nổi bậc nhất là đến đời Asoka. Nhà vua lúc còn nhỏ tính tình rất cuồng bạo, tướng tá lại không khôi ngô nên không được vua cha yêu mến. Vả lại ngài là con thứ, là 1 trong 101 người con, thì làm sao được chiều chuộng như những hoàng tử khác? Thế nhưng Asoka có tài xuất chúng, thông minh và mưu mô hơn những hoàng tử kia.

2. Hoàn cảnh đất nước trước khi tức vị:

Vào đời ông nội của Asoka là Chandragupta đã nhiều lần đem quân dẹp những trận quấy nhiễu của Đại đế Alexander I và II ở nước Hy Lạp nằm về phía Tây Ấn. Đến đời thân phụ của người là Bindusara khéo léo trị vì, hòa hiệp thỏa thuận với vương quốc Hy Lạp, tạo thành nền văn minh phồn thịnh cho Ấn Độ đương thời. Thế nhưng, ở giữa vùng Bắc và Trung Ấn thường có những trận nhiễu loạn, vua Bindusara phải tuyển chọn những người thông minh tài giỏi trong hàng vương tử phong làm Thái thú để đi nhiếp loạn. Đồng thời, vùng Tây Ấn là một nơi có địa thế rất hiểm trở và quan trọng. Ở đấy có thành

Ujjayant (Ô-xà-diễn-ni), các nước phương Tây hay dòm ngó đến, bởi nơi đây có một nền kinh tế tập trung, rất phong phú. Để chọn người ra đó coi sóc, Asoka được bổ nhiệm làm Thái thú ở Bắc Ấn và các vương tử đã phân bố bộ hạ cai trị thành Ujjayant. Việc đi dẹp loạn của Asoka do Bindusara sai đi nhằm mục đích là muốn để cho Asoka bị chết trong chiến trận. Thế nhưng Asoka đã bình định được quân phản loạn, quyền uy và

tiếng tăm vang lừng.

Sau đó vài năm, Asoka được tin cấp báo là phụ vương bị bệnh nặng nên lập tức trở về Hoa Thị thành. Sau khi vua cha băng hà, người kế vị là con trai trưởng Susima vào năm 272 BC. Susima vì vụng về nhiếp chính nên khiến cho dân chúng nhiễu loạn ở Takkasila, ở trong triều lại tranh nhau ngôi vị và kéo dài suốt bốn năm trường. Cuối cùng Asoka được thắng lợi. Đồng thời được sự giúp đỡ của Tể tướng Radhagypta cùng các nhân vật cao cấp trong triều đình, tất cả đã đồng tình suy cử Asoka lên ngôi. Lúc ấy vào năm 268 BC, sau Đức Thế Tôn nhập Niết-bàn 218 năm.

Lại có chỗ cho rằng Asoka trước khi lên ngôi đã giết tất cả 99 người anh em, và tính tình rất cuồng bạo. Khi lên ngôi xong, vẫn còn giết những vị đại thần và phụ nữ, xây dựng lao ngục, tàn hại nhân dân vô tội. Vì thế ông bị nhân dân mỉa mai đặt tên là Candasoka (A-dục bạo ác). Nhưng "Theo chương 4-5-6 của pháp sắc khắc trên vách đá lớn, chương 7 trong pháp sắc khắc trên trụ đá và trong pháp sắc của Hoàng hậu đều chép rằng: Thời gian vua Asoka trị vì còn có anh em, chị em. Cho nên những truyền thuyết trên có thể do đời sau nói quá". (Dẫn theo Từ Điển Phật Học Huệ Quang, quyển I, tr. 23).

3. Asoka sau khi lên ngôi và gặp Phật pháp:

a/. Sau khi lên ngôi: Asoka lên ngôi trong vòng 9 năm, vì mục đích thống nhất toàn cõi Ấn Độ nên đem quân chinh phạt các nước lân cận như Kalinga thuộc nam Ấn Độ (nước này là một cường quốc, rất mạnh về kinh tế và quân sự) và các nước khác như Peshawar, Puri, Ganja, Thana, Bhopal, Hyderabad, Mysore, Bihar, Afghanistan, Népal ... Asoka đã chinh phục toàn bộ cõi Ấn. Nhưng sau khi chiến tranh kết thúc, với sự đẫm máu này, Đại đế thấy ghê tởm chiến tranh. Nhà vua thấy cảnh chiến tranh như thế lấy làm buồn thảm và hối hận về thảm họa đó. Biết bao nhiêu người dân vô tội bị giết hại, cô nhi quả phụ phải bị tai ương. Vì thế Asoka quyết định bỏ vũ lực, không động đến binh đao nữa.

Cuộc chiến tranh kết thúc. Asoka đã thống nhất thiên hạ cõi Ấn và một nửa nước Đại Hạ, phía Nam Án-đạt-la, phía Đông đến bờ biển, dọc ngang mỗi chiều vài ngàn dặm, và lấy Hoa Thị thành làm thủ đô.

Bởi do hối hận cuộc chiến tranh đẫm máu, Asoka muốn được sám hối và ăn năn những tội lỗi đã gây ra. Vì thế nhà vua quyết định trở về quy y Phật đạo và trở thành một Phật tử. Do tâm thành sám hối những tội lỗi đã gây ra cũng như sự học hỏi Phật pháp được mở rộng, lòng tin Tam bảo ngày càng tăng trưởng, nên nhà vua rất nhiệt tình ủng hộ Phật pháp. Vào năm thứ 12 (sau khi tức vị) và trở về sau, Asoka ban bố nhiều sắc lệnh chấn hưng Phật giáo. Vua đã tự mình giữ gìn trai giới, bỏ sự săn bắn và ăn chơi xa xỉ, mà còn hạ lệnh cấm sát sanh, bảo hộ các sinh vật, tiết kiệm không phung phí, bỏ bớt xa hoa, thỉnh Tăng cúng dường, thuyết pháp và tu tập. Nhà vua tại vị được 41 năm, thọ 70 tuổi. Những sự nghiệp của Asoka đối với quốc gia Ấn Độ rất to lớn, nhưng đối với đạo Phật càng to lớn hơn, điều này được trình bày rõ về sau.

b/. Về năm tháng Asoka quy y Phật: Có nhiều thuyết nói khác nhau. Nhưng căn cứ vào chương 8 của pháp sắc được khắc trên đá lớn có ghi: "Quán đảnh lên ngôi hơn 10 năm thì đến với Tam Bồ-đề", nên biết vua trở thành Ưu-bà- tắc vào khoảng năm thứ 7 sau khi lên ngôi. Vì trong vòng ba năm đầu tuy đã quy y Tam bảo nhưng vua chưa dốc lòng tin Phật, sau đó mới thân cận chư tăng và trở thành người Phật tử nhiệt thành.

Từ khi trở về quy y Tam bảo, nhà vua đem tất cả khả năng của mình để phụng sự xã hội hầu chuộc lại tội lỗi ngày xưa. Vì thế Asoka đã thi hành chính sách cai trị thích hợp với quần chúng, bằng cách lồng giáo lý Đức Phật vào quốc chính, dốc hết tâm lực vào việc giáo dục xã hội, ban bố những điều lệ, những sắc lệnh rất phù hợp với nhân dân, giảm bớt những khắt khe cho nhân dân, lấy lòng dân làm lòng mình, dụng tinh thần bác ái ưa chuộng chân lý để đem lại sự bình an hạnh phúc cho nhân dân, đồng thời tôn trọng tự do tín ngưỡng, khéo léo hòa giải những sự xung đột của các giáo phái tôn giáo khác nhau, cấm những nghi lễ giả dối, cung cấp vật dụng cho dân nghèo. Asoka quả là một ông vua nhân từ, ít có trong lịch sử Ấn Độ. Ông là một vị vua có công rất lớn đối với nền hòa bình Ấn Độ thời bấy giờ.

II. Sự nghiệp Asoka đối với Phật giáo:

Ngoài những công cuộc cai trị đất nước, nhà vua còn tự mình xin thọ giới Ưu- bà-tắc, nghe pháp, lễ Phật, tu tập. Đặc biệt là đối với nền tảng chấn hưng Phật giáo, vua có những sự nghiệp lớn lao như sau:

1. Ban bố những sắc lệnh quan trọng:

Trong sự nghiệp chấn hưng Phật giáo, từ năm thứ 12 cho đến năm thứ 39, gần 28 năm nhà vua thường ban bố những sắc lệnh rất quan trọng để chấn hưng Phật giáo. Những sắc lệnh được khắc trên các bia đá, hang núi và các trụ đá rải rác nhiều nơi trên cõi Ấn Độ được phát kiến bởi các nhà khảo cổ gần đây. Những sắc lệnh này là những mốc lịch sử quý báu cho các Sử gia cũng như sự tồn tại của Phật giáo ngày hôm nay, đồng thời để biết được Phật giáo thời bấy giờ ảnh hưởng đến giới vua chúa, thế lực trong xã hội như thế nào; điển hình là các trụ đá ở vườn Lâm-tỳ-ni (Lumpinivattu) và các bia ký, vách núi khác.

Những lời lẽ pháp sắc được khắc trên trụ đá, những bản văn khắc trên bia ký cũng như vách núi phần nhiều ăn khớp với những dữ kiện ghi trong Đại sử và Đảo sử của Tích Lan. Niên đại của những bản khắc văn này vào khoảng năm 250 BC. Văn tự này là một thứ tiếng địa phương, gần với tiếng Pali và Sankrit. Hiện nay phát hiện có năm loại vách đá lớn, bảy loại vách đá nhỏ, mười trụ đá, bài minh khắc trong hang đá và bảng đá ... Theo Từ Điển Phật Học Huệ Quang, trong mười trụ đá được phát hiện có sáu trụ cao từ 10 - 13m, kích cỡ không đồng nhau, trên mặt trụ có khắc những pháp sắc của Asoka. Nội dung nói về việc tôn trọng Phật pháp, khuyên làm việc lành, đoạn trừ các điều ác, cấm sát sanh và làm những việc phước lợi nhân từ bình đẳng ... Đặc biệt, trên trụ đá có khắc sự tích của Asoka ... Còn bốn trụ đá kia chiều cao khoảng 7, 5m, ghi lên những việc đích thân vua Asoka đảnh lễ các Phật tích và các pháp sắc khác, như cấm phá hòa hiệp Tăng ... Ngoài những trụ đá còn có rất nhiều pháp sắc được khắc trên

vách đá lớn, nhỏ khác nhau và trải rộng khắp Ấn Độ. Trên những bài minh có ghi tên của Asoka cũng như "Thiên Ái Thiện Kiến" - niên đại của Asoka. Trong đó đa số những pháp sắc trên đá nhỏ thì lấy tên Asoka, còn các loại pháp sắc khác đều lấy tên niên hiệu là Thiên Ái Thiện Kiến.

Nói chung, nội dung được khắc lên đá là những lời đúng với lời dạy của Đức Phật cũng như lịch sử của Ngài, đồng thời trong đó cũng có khắc lên ý nghĩa phục vụ mục tiêu chính trị dựa trên nền tảng giáo lý Phật-đà để cai trị nhân dân. Thực hiện chính sách khoan dung độ lượng với nhân dân trên tinh thần Phật giáo.

2. Truyền bá đạo Phật:

Asoka năm thứ 13 - 14, nhà vua đã phái các nhà truyền đạo, các bậc chánh pháp đại quan đi truyền bá giáo pháp khắp toàn cõi Ấn và ra nước ngoài như Hy Lạp, Ai Cập, Siria, các nước châu Phi và Viễn đông, các địa phương phương Đông, bờ biển Địa Trung Hải, các nước phương Bắc, Nam. Đặc biệt là Asoka cho con trai của mình là Mahinda xuất gia và truyền đạo tại Tích Lan. Có thuyết viết, sau khi kết tập kinh điển lần thứ ba xong, Mahinda đem cả Tam tạng Thánh điển Pali qua Tích Lan truyền giáo, và Mahinda là người dày công xây dựng nền móng cho Thượng tọa bộ Nam phương Phật giáo.

3. Từ thiện xã hội:

Công việc từ thiện là một công việc được nhà vua rất chú trọng đến. Asoka đã ban hành những sắc lệnh như: Trồng các loại cây thảo dược để trị bệnh cho nhân dân, đào giếng nước để cung cấp nguồn nước cho mọi người sinh hoạt, bố thí các vật dụng cho những người nghèo đói. Đặc biệt, nhà vua đã ra sắc lệnh tổ chức các "Thí liệu viện" nhằm cung ứng cho việc trị bệnh và có nơi chốn cho những kẻ già yếu, hoạn nạn, tật nguyền. Ngoài ra còn ban hành sắc lệnh cho quan và dân mở hội "Thí vô già". Hàng năm thường cúng dường các bậc Phạm hạnh, đồng thời đem giáo lý Phật-đà dạy dỗ cho dân chúng, phổ cập trong xã hội bằng những hình thức như thực hành năm giới tại gia, sống tri túc, hòa giải và an lạc. Điều đáng chú trọng là đích thân nhà vua trai giới, khuyên mọi người không nên sát sanh, dạy mọi người biết sống theo nếp sống văn hóa, tôn trọng lẫn nhau, kính trọng những người già cả, cha mẹ anh em, thương yêu kẻ tàn tật, tôi tớ, và khuyến khích làm việc thiện.

Qua đó cho chúng ta thấy rằng, con người Asoka là một con người thấm nhuần chánh pháp, và là một vị vua có tâm Bồ-tát vì lợi ích cho muôn dân, tấm lòng khoan dung không chút hẹp hòi. Có như vậy mới thật là xứng đáng với địa vị của một ông vua Phật tử. Công lao gầy dựng nền hòa bình an lạc của xã hội Ấn Độ thời bấy giờ thật là lớn lao mà lịch sử không thể lãng quên được.

4. Asoka chiêm bái Phật tích:

Ngoài những công việc chính trị cũng như Phật sự ra, Asoka còn dành thời gian để chiêm bái các Thánh địa - Phật tích. Người đã thỉnh các bậc Cao tăng Thạc đức thuyết pháp nhằm đáp ứng sở hành tu tập cho mọi người. Đặc biệt Asoka đến chiêm bái Tứ

Động Tâm - nơi di tích của bậc Đại giác đã để lại, đến đâu vua ra lệnh khắc bia đá để làm dấu ấn đến đó. Nhờ những dấu tích bia ký truyền lại cho đến ngày nay mà Phật giáo nói chung và Phật giáo Ấn Độ nói riêng có nơi y cứ một cách chính xác và thuận tiện cho việc lưu truyền,

tạo niềm tin vào chánh pháp được rộng rãi và dễ dàng hơn. Tại Bồ-đề đạo tràng, Asoka cho dựng những trụ đá lớn, trên đầu trụ còn có khắc chạm hình sư tử. Nghệ thuật điêu khắc trên những đầu trụ đá rất tinh xảo, cho đến ngày hôm nay giới điêu khắc cũng phải kính phục.

Hơn nữa, Đại đế Asoka còn cho xây dựng nhiều tự viện, bảo tháp để tôn thờ xá-lợi của Phật. Theo Kinh A-dục Vương quyển 1 nói: "Vua nhờ Tỳ-kheo Hải mà biết việc Phật huyền ký, bèn đến thành Vương Xá lấy bốn thăng xá-lợi do vua A-xà-thế chôn. Lại lấy hết xá-lợi chôn ở sáu chỗ khác (sáu chỗ này có lẽ là nằm quanh vùng thuộc thành Vương Xá hay thuộc các thành khác chưa được rõ), rồi làm 84.000 cái hộp báu, mỗi hộp bỏ một viên xá-lợi. Lại làm 84.000 chiếc bình báu, 84.000 cái lọng báu, 84.000 xấp lụa và xây 84.000 ngôi tháp để tôn thờ". Việc này chúng ta có thể xác nhận rằng đây là việc làm có thật; bởi vì Asoka là một vị Hoàng đế đem hết tâm lực để vào việc hoằng truyền Phật pháp. Công lao của Asoka đóng góp vào nền văn hóa Ấn Độ, đặc biệt là đối với nền văn hóa Phật giáo là vô cùng lớn lao. Thế nhưng cho đến ngày hôm nay, những ngôi tháp này trải qua thời gian dài bị mai một, hầu như không còn nữa. Vả lại, trong giai đoạn Phật giáo đang diễn ra sự phân chia bộ phái, Asoka đã làm chấm dứt được sự phân hóa trong nội bộ Phật giáo, đồng thời ông được giới Phật giáo ghi nhớ nhất là việc kết tập kinh điển lần thứ ba mà sau đây chúng ta tìm hiểu đến.

5. Kết tập kinh điển lần thứ ba:

Trong lúc Phật giáo bắt đầu có sự phân hóa để đáp ứng việc phát triển nên không tránh khỏi những bất đồng trong nội bộ về một số kinh luận. Đại đế Asoka đã góp công chỉnh đốn lại một phần nào. Tương truyền Asoka đã làm chấm dứt tình trạng phân hóa của 60.000 tăng sĩ tại chùa Asoka đã kéo dài 7 năm. Trước tiên, nhà vua ra lệnh chư tăng tại chùa làm lễ Bố tát chung. Asoka đã cử các đại thần trong triều đến tại chùa để đốc thúc việc thi hành vương lệnh. Thế nhưng các vị Thượng tọa trưởng lão ở đây không chịu hành lễ chung cùng với đại chúng vì cho đó là tà giáo ngoại đạo. Điều này cho ta thấy, đây là nền tảng phân phái chia rẽ thành Bộ phái về sau.

Sau khi có một số vị Cao tăng bị chết oan, nhà vua đích thân đến chùa để xem xét việc này. Asoka đã hỏi chư tăng do đâu mà có sự cố này, và tội lỗi này có phải do nhà vua gây ra không? Trước ý kiến bất đồng của chư tăng không thể phân định được, Asoka sai sứ triệu thỉnh ngài Moggaliputtatisa (Mục-liên-đế- tu tôn giả), bấy giờ đang ẩn tu tại núi Ahoganga. Ngài từ chối, nhưng do sự khẩn thiết thưa thỉnh đến lần thứ ba nên Ngài đã nhận lời. Ngài hạ sơn, xuôi

theo dòng sông Hằng đến thành Hoa Thị. Qua những nghi vấn của Asoka, ngài Moggaliputta đã trả lời: "Không có tội lỗi nếu không có ác tâm trong khi hành động". Nhờ đây mà Asoka gột sạch được những nghi ngờ cũng như hối hận. Nhân đó nhà vua

ra lệnh mở đại hội kết tập kinh điển tại Hoa Thị thành kéo dài suốt 9 tháng.

Đại hội kết tập được sự chủ tọa của ngài Moggaliputta, Asoka ngồi sau một bức rèm chắn để nghe chư tăng trình bày về các điểm sai khác trong giáo pháp. Đồng thời nêu lên 62 kiến chấp của ngoại đạo mà Đức Phật đã nêu và lên án trong Kinh Phạm Võng. Nhà vua nghe xong, phân biệt được đâu là chánh, đâu là tà, là chơn, là ngụy. Từ đó Asoka ra lệnh trục xuất một số Tăng sĩ vốn là ngoại đạo đội lốt để phá hoại ra khỏi giáo đoàn, buộc họ trở về đời sống cư sĩ. Lệnh này được khắc vào văn ở Kiều-thưởng-di vào năm 26 và 27 niên hiệu Asoka trị vì.

Sau khi thanh lọc xong, nhà vua cầu thỉnh ngài Moggaliputta chọn lấy 1000 vị thông hiểu Tam tạng thánh điển để kết tập lại kinh điển. Có lẽ tạng Luận được ghi đầu tiên là vào dịp này, và cũng có thể do Moggaliputta là tác giả bộ luận có tên "Sách Luận" hay "Thuyết Sự" nhằm bài xích các tà thuyết.

Đại hội kết tập kinh điển này lấy tên là "Hoa Thị thành kết tập" và được ghi chép vào khoảng cách 236 năm sau Phật Niết-bàn, tức là năm 250 trước Công nguyên, nhằm vào năm thứ 18 niên hiệu Thiên Ái Thiện Kiến. Đại hội kết tập lại năm bộ Nikaya và một số kinh luận khác.

III. Nhận định:

1. Asoka, cương vị một người lãnh đạo đối với đất nước:

Ngài Huyền Trang đã nhận xét sau khi tham cứu các sử liệu đáng tin cậy, Ngài viết: "Chính cảnh đau thương, tàn hại của cuộc chiến Kalinga đã đánh thức Đại đế Asoka ra khỏi giấc mơ quyền lực, quay về với chánh pháp. Đấy là giọt nước mắt cuối cùng tràn đầy ly nước tỉnh giác". Đúng thế, sau khi lên làm vua, Asoka quay về đường chánh, quy y Tam bảo, nên đã áp dụng triệt để giáo lý Phật-đà vào việc cai trị đất nước. Ông đã lấy lòng nhân từ làm chính yếu và việc thưởng phạt được phân minh, khuyến khích giúp đỡ dân chúng, dùng chánh nghĩa để loại bỏ ác nghiệp. Việc đối đãi vua tôi và thần dân không phân biệt giai cấp hay chủng tộc, tín ngưỡng. Asoka đã gầy dựng cho xã hội Ấn Độ một nền tảng hòa bình, hạnh phúc, ấm no. Công lao ấy thật là lớn lao mà lịch sử đã khẳng định.

2. Trách nhiệm của một Phật tử đối với đạo pháp:

Như trên đã trình bày, sau khi quay về với chánh pháp, quy y Tam bảo, thọ trì Ưu-bà-tắc giới, tu tập giới định tuệ, nhà vua đồng thời là một Phật tử rất nhiệt thành, dốc hết tâm lực để hoằng dương chánh pháp, đó là công việc lớn lao nhất mà Đại đế đã nhận lãnh và hoàn thành trách nhiệm một cách tốt đẹp (điều này đã được chứng minh qua việc khắc ghi những pháp sắc trên những trụ đá, hang đá, bia ký ... làm mốc lịch sử cho Phật giáo), đồng thời kết tập kinh điển, truyền bá giáo pháp phổ cập nhân gian. Đặc biệt là phái người ra nước ngoài để truyền bá Phật pháp, làm cho ngôi nhà Phật pháp được lan rộng ra cho đến ngày hôm nay mang tính toàn cầu. Sáng kiến truyền bá Phật pháp này rất quả cảm và trí tuệ.

3. Những thành tựu của Asoka:

Asoka đã xây dựng một đất nước được thành công trên mọi lãnh vực như chính trị, xã hội, giáo dục, văn hóa. Ông đã kiến tạo một xã hội yên bình an lạc và đem lại lợi ích rất thiết thực cho nhân dân như chiến dịch trồng cây, cung cấp nước sạch, xây dựng và bảo vệ môi sinh, sự sống của hữu tình. Điều này trên bia ký của Đại đế vẫn còn nghe rất thân thiết đối với thời đại cũng như nền văn minh hiện tại. Chủ trương tôn trọng tín ngưỡng dân gian, khoan dung, bất bạo động vẫn mãi mãi là những nét đẹp của văn hóa loài người.

Thành công xuất sắc nhất là việc truyền bá mạng mạch Phật pháp bằng những dòng bia ký, kết tập kinh điển ... Đại đế đã cho xây dựng Phật tích, dựng những trụ đá khắc ghi dấu ấn của sự hiện diện ngôi Tam bảo tại thế gian, làm an lạc hạnh phúc cho cuộc đời. Hình thức tín ngưỡng Phật pháp từ đây được phát triển. Tam tạng thánh điển còn được giữ lại tại Tích Lan cho đến ngày hôm nay. Đây là nguồn văn hóa lớn lao của nhân loại đã một thời làm hưng thịnh tại xứ Ấn, chủ trương giới thiệu chánh pháp, chánh trí, chánh hạnh và thống nhất các dị biệt giữa 18 bộ phái Phật giáo vì an lạc hạnh phúc cho đời.

Đại đế Asoka đã từ giã cõi Ấn suốt cả 23 thế kỷ trôi qua mà cuộc đời và sự nghiệp vẫn còn sáng mãi ở trần gian. Đó là thành quả lớn nhất của Asoka đã đóng góp cho đời lẫn đạo mà trang sử không bao giờ lãng quên được. Đúng như lời người xưa đã tán thán:

"Mỗi bước chân là một bản đạo ca hùng tráng, Mỗi bước chân là một trang sử oai hùng, Mỗi bước chân làm chấn động khắp non sông,

Mỗi bước chân làm lợi ích muôn loài trên hoàn vũ".

Tài liệu tham khảo:
- Từ Điển Phật Học Huệ Quang.
- Lịch Sử Phật Giáo Ấn Độ (HT. Thanh Kiểm.
- Sử Phật giáo Ấn Độ (tài liệu dạy các trường CBPH Đồng Nai - Đại Tòng
Lâm do Giáo thọ Thích Giải Quảng biên soạn.
- Một số tài liệu khác.
---oooOOOooo---
CHÍN ĐOÀN TRUYỀN GIÁO TRONG THỜI ĐẠI VUA A DỤC Thích Trung Định

Sau khi quay trở về với Phật giáo, A Dục vương dóc hết lòng hộ trì và xiển dương Phật pháp. Từ một ông vua được gọi là Ác vương nay trở thành Thiện Kiến vương, tức từ một ông vua cực ác trở thành một vị vua cực thiện hết lòng hộ trì Phật pháp. Trên cương vị của mình, ông hộ trì Phật pháp một cách tích cực và hiệu quả. Cuộc kết tập kinh điển lần thứ ba khoảng năm 250 BCE tại Hoa Thị Thành (Paṭaliputta) là một trong những cuộc kết tập quan trọng được sự bảo hộ của vua A Dục. Lịch sử ghi lại rằng tam tạng kinh, luật và luận được kết tập trọn vẹn và được ghi chép bằng văn bản. Trong cuộc kết tập này, ngoài sự thanh lọc Tăng đoàn thì một vấn đề quan trọng nữa đó là đem giáo pháp của đức Phật truyền ra các nước bên ngoài Ấn Độ. Cụ thể là có 9 đoàn đi đến những vùng khác nhau để truyền bá Chánh pháp.

Chín đoàn truyền giáo ra nước ngoài

Theo biên niên sử Tích Lan, trong triều đại của A Dục Vương gồm có chín đoàn truyền giáo ra nước ngoài theo lời đề nghị của Ngài Mục Kiền Liên Tử Đế Tu. Những vị tăng xuất chúng được cử đi chín vùng để truyền bá Phật pháp. Tất cả họ đều là những vị Tăng sỹ đã thông thạo Tam tạng kinh điển, uyên thâm Phật pháp và có khả năng diễn giảng giáo pháp một cách thông thạo. Đây được xem như lần đầu tiên trong lịch sử Phật giáo Ấn Độ, Phật giáo được truyền ra khỏi lãnh thổ. Từ đó Phật giáo bắt đầu có mặt trên khắp các lục địa Á, Âu.

Đây được xem như những sự kiện đặt nền mống đầu tiên cho việc hoằng truyền Phật giáo trên thế giới. Chin đoàn truyền giáo cụ thể:

1. Đoàn thứ nhất đi đến vùng Kashmir và Gandhara, do ngài Majjhantika dẫn theo 5 vị Tăng sĩ khác. Tại đây, đoàn đã sử dụng năng lực thần thông để quy phục một con rồng dữ và truyền dạy cho dân chúng lời dạy của đức Phật qua bài kinh Asivisupama và Asivisa trong Tương Ưng bộ kinh. Bài kinh Asivisupama tựa như một câu chuyện ngụ ngôn về sức mạnh của những điều xấu ác mà con người ý thức được. Và dạy một bài kinh khác có tên Asivisa, nói về sự nguy hiểm của tâm sân hận.

Kashmir và Gandhara thuộc vùng sâu, vùng xa của Ấn Độ thời đó, nên rất ít chư Tăng hành hóa. Do vậy, tại những vùng này trong giới luật khai mở hơn, có thể từ 5 vị Tăng là tiến hành được một Đại giới đàn truyền giới. Đây là trường hợp dành cho giới tử ở những nơi biên địa không có đông đảo Tăng chúng cư ngụ. Trong trường hợp này phải có ít nhất là một vị trì Luật và hiểu các pháp Yết-ma. Còn ở những vùng khác Phật giáo vững mạnh thì phải có đầy đủ Tam sư, Thất chứng mới cử hành được một Đại giới đàn.

2. Đoàn truyền giáo thứ 2 do ngài Rakkhita đến Varanasi để giảng dạy bài kinh Anamattagiya nhằm chuyển hóa những người còn đầy dẫy tâm vô minh và lòng tham ái. Hay nói cách khác, bài kinh này để đối trị với bốn thứ phiền não căn bản của con người đó là: ngã si, ngã ái, ngã mạn và ngã kiến.

3. Đoàn truyền giáo thứ 3 do ngài Mahadeva đến vùng Mahisamandala để giảng bài kinh Đề Bà Đạt Đa. Đất nước này ngày nay thường được gọi là Mysore. Có nơi gọi Mahissati là thủ đô của một hòn đảo trên dòng sông Narbada.

4. Đoàn truyền giáo thứ 4 do ngài Dhamma Rakkhita đến vùng Aparantaka bờ biển phía Tây Ấn Độ để giảng bài kinh Agghikhandupama. Bài kinh này nhấn mạnh trên hành vi đạo đức của con người. Theo Mahavamsa, trong lần truyền giáo này có hơn 37 ngàn người quay trở về với Phật giáo và hơn ngàn người xuất gia vào trong hàng ngũ Tăng đoàn. Trong đó phải nói đến ngài Na Tiên Tỷ kheo một nhân vật nổi tiếng gắn liền với bài kinh Milindapanna cũng là đệ tử của Ngài Dhamma Rakkhita.

Nước Aparantaka được xác định là nằm về phía Tây của Tiểu lục địa Ấn Độ, bao gồm bắc Gujarat, Kathiawar, Kachch và Sindh. Khu vực này cộng đồng người Hi lạp có thể đã tập trung. Ngày nay thành phố Gujarat được đặt tên là Junagadh gọi là “Thành phố của người Hy Lạp”.

5. Đoàn truyền giáo thứ 5 do ngài Mahadhammarakkhita đến vùng Maharattha để giảng bài kinh Mahanaradakassapa trong Jataka. Trong đó nhấn mạnh về lòng từ bi và hỷ xả, bỏ ác, làm lành mang lại sự an lạc hơn là tham đắm trong các thú vui dục lạc.

6. Đoàn truyền giáo thứ 6 do ngài Maharakkhita đến vùng Yonaloka trong đất nước Thổ Nhĩ Kỳ để giảng kinh Kalakarama. Trong đó đức Phật nhấn mạnh đến niềm tin phải thông qua lý trí. Không nên tin tưởng một cách mù quáng.

7. Đoàn thứ 7 do ngài Majhima đến vùng Hi Mã Lạp Sơn để giảng kinh Chuyển pháp luân. Bài thuyết pháp đầu tiên của đức Phật tại vườn Lộc Uyển về sự thật bốn chân lý: Khổ, Tập, Diệt và Đạo và con đường Trung đạo (Thánh đạo Tám nghành) đưa đến giải thoát.

8. Đoàn truyền giáo thứ 8 do 2 ngài Sonaka and Uttara đến vùng Tam giác vàng thuộc Miến Điện để giảng kinh Brahmajala. Trong đó, phân tích về sự suy đoán của triết học và nhấn mạnh đến hành vi đạo đức của con người. Theo Mahavamsa cũng đề cập đến việc hoàng đế A Dục gởi 2 vị tăng sĩ là Sona và Uttara đến vùng Suvannabhumi để truyền bá Phật giáo.

9. Đoàn thứ 9 do ngài Mahinda đến đảo Tích Lan để giảng kinh Culahatthipadopama và một số bài kinh khác. Trong đó, nhấn mạnh đến sự niềm tin chân chính vào Tam bảo.

Tên gọi về chín đoàn truyền giáo cũng thấy xuất hiện trong cuốn Samantapasadika, nơi mà những chi tiết thú vị đã được đưa ra.

Theo Sasanavamsa đề cập đến 5 nơi ở vùng Đông Nam châu Á, nơi mà đoàn truyền giáo của A Dục vương thuyết giảng kinh Phật và làm lễ quy y Tam bảo cho hàng Phật tử. Đó là Kasmira và Gandhara là ở phía Nam của Kabul; Mahisamandala là ở Andhra; Vanavasa là ở vùng quanh Prome; Aparantaka là ở trên phíaTây của Irrawaddy; Maharattha là Thái Lan, Yona là đất nước của bộ tộc Shan và Suvannabhumi (vùng tam giác vàng) là Thaton nay thuộc cộng hòa Miến Điện.

Kết quả của sự truyền giáo

Một trong những thành tựu quan trọng nhất được gắn với truyền thống của Phật giáo Theravada đó là sự kết tập giáo pháp của đức Phật. Những thành

tựu lớn lao này kéo dài hàng thế kỷ đó là do Hoàng đế A Dục gởi những nhà sư thành thạo về Tam tạng kinh điển và có thể đọc tụng thuộc lòng để truyền dạy trong chín quốc gia và vùng lảnh thổ khác nhau.

Trong đó phải nói đến sự truyền giáo đến Tích Lan, Kashmir và Gandhara là rất thành công. Kết quả là dẫn đến một thời gian dài Phật giáo hiện diện và thống trị tại các vùng đó. Sự thành công nhất của vua A Dục đó là việc đưa Mahinda con trai của mình đến Tích Lan cùng với 4 vị tu sĩ khác cùng một tiểu tăng. Đoàn truyền giáo này đã thành công trong việc chuyển hóa nhà vua Tích Lan thời bấy giờ trở thành một Phật tử hộ trì Phật pháp, và là nơi lưu giữ Tam tạng kinh điển Pāli cho đến ngày nay. Một thành công khác nữa đó là phái đoàn truyền giáo đến vùng đất Ai Cập và Hi Lạp. Tại đây có sự lẫn

trộn giữa tư tưởng của người Hi Lạp và giáo lý Phật giáo ngay tại thời điểm đó. Do vậy, đã có sự hiện diện một cộng đồng người theo Phật trong xã hội Hi Lạp cổ đại, đặc biệt là có những tu viện đầu tiên được xây dựng trước kỷ nguyên của Ki Tô Giáo. Vai trò của các nhà sư Hi Lạp cho sự phát triển của Phật giáo tại đây là rất quan trọng. Trong đó phải nói đến triều đại Menander được đề cập trong Mahavamsa. Ở đó, xuất hiện một bài kinh quan trong nằm trong Hậu tạng đó là Kinh Na Tiên Tỷ Kheo. Kinh này chủ yếu mô tả về cuộc vấn đáp giữa thầy Na Tiên và trò vua Di Lan Đà. Nội dung đối thoại nầy được truyền tụng, các giới Phật tử tôn thờ gần ngang hàng với các kinh do kim khẩu Phật nói ra. Đặc biệt với Phật Giáo Miến Điện, kinh này được nhiếp thâu vào Tiểu Bộ Kinh tức bộ thứ năm trong Ngũ Bộ Kinh của Giáo điển Nguyên Thủy. Niên đại xuất hiện của kinh nầy sớm nhất là vào khoảng thế kỷ I trước Tây lịch. Và nơi chốn xuất hiện lần đầu tiên hẳn phải là miền Tây Bắc Ấn Độ, trên lưu vực Ngũ Hà, nơi đã xảy ra cuộc đối thoại ấy.

Có một điều đáng nói ở đây, đó là sự uyển chuyển của các nhà sư truyền giáo trong giai đoạn này quá thành công bởi việc sử dụng phương tiện quyền xảo để giáo hóa chúng sanh. Phật giáo truyền vào mỗi quốc gia đều hòa nhập với truyền thống văn hóa, phong tục tập quán của vùng miền đó. Chính sự hòa nhập này đã làm cho Phật giáo dần dần có chỗ đứng vững chắc và để phát triển bền vững tại mỗi địa phương.

Như vậy, chúng ta có thể nói rằng A Dục vương có một vai trò rất lớn trong việc truyền bá chánh pháp của đức Phật không những trong đất nước Ấn Độ mà còn lan rộng ra các nước khác trên thế giới. Chín đoàn truyền giáo đều có bảo hộ của vua A Dục, nên họ khá dễ dàng trong việc truyền tải lời Phật dạy đến với dân chúng. Và dần dần ăn sâu bám rể trở thành những trung tâm Phật giáo phát triển vững mạnh về sau.

Về Moggaliputta Tissa, nhân vật trung tâm trong các hoạt động truyền giáo của vua A Dục mà dòng chữ “Sappurisasa Mogaliputasa” được khắc trong bia ký, Cho thấy vai trò vô cùng quan trọng của Ngài đối với Vua A Dục. Người có khả năng chuyển đổi nhà vua từ việc lấy chiến chinh xâm lược và tàn sát làm thú vui trở thành một vị vua hộ trì và truyền bá Phật pháp vĩ đại nhất trong lịch sử Phật giáo thế giới mà cho đến nay ai cũng thừa nhận.

Tài liệu tham khảo:

H.G. Wells, The Outline of History, London, 1920. Mahavamsa. Dr. A. K. Singh, Nine Missions and its importance in spread of Buddhism.

Thích Trung Định ---oooOOOooo---

Aspirant - người khao khát muốn nổi tiếng, hành giả (aspire = mong mỏi)

Assent - chuẩn y, phê chuẩn

Assert – đòi quyền lợi; xác định, quả quyết

Assessment - định giá để đánh thuế

Assiduous – siêng năng, chuyên cần

Assimilation - sự đồng hoá (Assimilate – make similar)

Assuaging – soothing, calming = làm dịu bớt (Assuage = làm khuây khoả)

Astern – phía sau tàu

Astounded – làm ngạc nhiên, làm sững sờ

Astral – sao; gồm những vì sao (Astral projection – out of body experience = Astral body is thought to disengage from the physical body while remaining connect- ed to it by the so-called “silver cord”).

Astral world – or the spiritual realm. The astral world is the next plane of existence from the physical, and it is the place every soul must pass through when making the transition to the other side. There are seven realms in the astral world, and depending on the light (energy) we have earned while on Earth, we will find ourselves in one of these seven realms when we cross over…

What is Life on the Astral Plane Like?

There are many levels in the astral world, and they are all much more stable than the earth plane. Spending time in the astral plane is exactly like living within the earth plane, though in some of the higher worlds thought is more evidently a force. We are born into those worlds and work out karma in them just as we do here. Of course, there is much more learning done there and some people spend centuries in the astral equivalent of study. The lower astral worlds are so much like the earth that the people even live in buildings and there are changes in weather. In the higher worlds this is not so, and things remain more unvarying. Also, communication becomes increasingly non- verbal as we ascend to higher levels.

Many of the same things that are done on earth are also done in the astral worlds–negative as well as positive. Yogananda in his autobiography speaks of wars going on in the astral planes with mantric power being used instead of bombs. The astral world may seem advantageous to our earthbound minds, but in reality it is a terrible place, being both more intense and more binding than the earth plane.

It is very difficult for people to extricate themselves from astral involvement. This is why many people while incarnated on the earth are addicted to so- called astral travel.

CẢNH GIỚI: CÕI THIÊN - ATULA

Dù được hưởng phước báo sung sướng trên các cõi trời, nhưng chưa phải nơi đã được giải thoát hoàn toàn, cho nên người Phật tử chân chinh cần nên có thái độ dứt khoát để chọn nghiệp sau này.

Các loài đều được coi như có sự bình đẳng trong việc cấu tạo nên thân mạng, dù chúng mang lớp gì đi nữa, chỉ có đạo Phật mới chủ trương được như thế mà thôi.

CÁC CÕI THIÊN CÓ LỐI SINH HOẠT NHƯ THẾ NÀO?

Thiên là trời, tiếng dùng để gọi chung cho tất cả các cảnh giới trên thế giới của loài người. Các cõi trời được ghi nhận gồm có 33 cảnh giới khác nhau. Nhờ tu theo pháp Thập thiện (10 điều lành), sau khi mãn báo thân nầy ở đời, con người được sanh lên các cõi trời Sắc-

hộ, chở che. Những anh hùng, chí sĩ khi chết trên tên đạn một cách oan ức thường hiện thành thần và được dân chúng cúng bái đầy đủ, cũng có những ý niệm về loài quỷ thần, không còn xa lạ đối với chúng ta.

Cảnh của A-tu-la không có hình tướng nhất định và loài quỷ thần cũng biến dạng thay hình rất nhanh chóng. Ngoài ra, thần cũng có thể bay đi tự tại được trong thế giới như chỗ không người mà ít có ai thấy được hình dung.

A-tu-la nhiều khi được người ta kính nể, có lẫn sự căm thù do nhiều nguyên nhân khác nhau, cho nên dù được coi trọng, chúng cũng phải ở dưới loài người một bậc. (PHẬT MÔN TỔNG LUẬN) ---oOo---

Astray - lạc đường, lạc lối

Astrolabe - dụng cụ đo độ cao thiên thể thời cổ

Astrophysics – vật lý thiên thể

Astute – tinh khôn, láu lỉnh

Atheism - chủ nghiã vô thần - The term atheism originated from the Greek (atheos), meaning "without god(s)", used as a pejorative term applied to those thought to reject the gods worshipped by the larger society.

Atheism is, in a broad sense, the rejection of belief in the existence of deities. In a narrower sense, atheism is specifically the position that there are no deities. Most inclusively, atheism is the absence of belief that any deities exist. Atheism is contrasted with theism, which in its most general form is the belief that at least one deity exists.

Atisha – 11th century Indian Buddhist scholar, who was invited to Tibet by the King of Ngari. He is credited with reviving the Buddhism in Tibet. A prolific writer and reknowned teacher, he composed the Lamp for the path to enlightenment…prototype for the lam rim teaching.

Atisha - The great Indian Buddhist Master Atisha (982-1054 AD) was responsible for reintroducing pure Buddhism into Tibet.

Ngã mạn - thường song hành với các tâm lý cố chấp, bảo thủ và độc đoán. Cống cao, ngã mạn, khinh người là con đẻ của sự chấp ngã thân này là thật ta và của ta. Nghiệp dụng của nó là luôn coi trọng mình mà hay khinh khi, miệt thị người khác.

Atrium – tâm nhĩ, khoang tai ngoài

Atrocity – wickedness, cruelty

Attain – obtain = đạt đến

Attribute - thuộc tính, vật tượng trưng

Attune – làm hòa hợp, hợp âm

Aura – the external energy system enveloping all living things = hương tỏa ra, ánh sáng thoát ra

Aura – is like the blueprint of the soul because it shows how we are using God's infinite power (God - ý nói Đấng cao cả).

In parapsychology and many forms of spiritual practice, an aura is a field of subtle, luminous radiation surrounding a person or object (like the halo or aureola in religious art).

Vùng hào quang chúng ta thường thấy trên các bức tranh Chúa Phật... Đây là một loại năng lực toát ra từ một người...

Auspice – điều lành

Auspicious – Favorable: thích hợp (auspicious kalpa = good eon (vĩnh cữu)) "Groupings of eight auspicious symbols (Ashtamangala in Sanskrit) were originally used in India at ceremonies such as an investiture or coronation of a king. An early grouping of symbols included: throne, swastika, handprint, hooked knot, vase of jewels, water libation flask, pair of fishes, lidded bowl. In Buddhism, these eight symbols of good fortune represent the offerings made by the gods to Shakyamuni Buddha immediately after he gained enlightenment."

The Eight Auspicious Symbols in Buddhism

The Eight Auspicious Symbols of Buddhism originated in Indian iconography. In ancient times, many of these same symbols were associated with the coronations of kings. In Buddhist legend, the symbols represent offerings the gods made to the Buddha after his enlightenment.

The symbols can be found in the art of most schools of Buddhism, especially in Tibetan Buddhism. In some monasteries in China the symbols are placed on lotus pedestals in front of statues of the Buddha.

Right-coiled White Conch

The white conch which coils to the right symbolises the deep, far-reaching and melodious sound of the Dharma teachings, which being appropriate to different natures, predispositions and aspirations of disciples, awakens them from the deep slumber of ignorance and urges them to accomplish their own and others' welfare.

“Symbolizes the far-reaching melodious sound of the spiritual teachings.”

Precious Umbrella

The precious umbrella symbolises the wholesome activity of preserving beings from illness, harmful forces, obstacles and so forth in this life and all kinds of temporary

and enduring sufferings of the three lower realms, and the realms of men and gods in future lives. It also represents the enjoyment of a feast of benefit under its cool shade.

“Protects from suffering, destructive emotions, illness, harm and obstacles.”

Victory Banner

The victory banner symbolises the victory of the activities of one's own and others body, speech and mind over obstacles and negativitities. It also stands for the complete victory of the Buddhist Doctrine over all harmful and pernicious forces.

“Means victory over all disagreement, disharmony or obstacles, and the attainment of happiness, both temporary and ultimate.”

Golden Fish

The golden fish symbolises the auspiciousness of all living beings in a state of fearlessness, without danger of drowning in the ocean of sufferings, and migrating from place to place freely and spontaneously, just as fish swim freely without fear through water.

“They stand for fearlessness, freedom and liberation, as well as happiness, fertility and abundance.”

Dharma Wheel

The golden wheel symbolises the auspiciousness of the turning of the precious wheel of Buddha's doctrine, both in its teachings and realizations, in all realms and at all times, enabling beings to experience the joy of wholesome deeds and liberation.

“Symbolizes the teaching of Buddha, and is the source of spiritual values, wealth, love and liberation.”

Auspicious Drawing or The Glorious Endless Knot

The auspicious drawing symbolises the mutual dependence of religious doctrine and secular affairs. Similarly, it represents the union of wisdom and method, the inseparability of emptiness and dependent arising at the time of path, and finally, at the time of enlightenment, the complete union of wisdom and great compassion.

“The sign of interdependence, of how everything in the universe is interconnected.”

Lotus Flower

The lotus flower symbolises the complete purification of the defilements of the body, speech and mind, and the full blossoming of wholesome deeds in blissful liberation.

“Stands for purity of mind and heart, and transformation, as well as compassion, and all perfect qualities.”

Vase of Treasure

The treasure vase symbolises an endless rain of long life, wealth and prosperity and all the benefits of this world and liberation

“An inexhaustible source of long life, wealth, and prosperity, which fulfils all one’s spiritual and material wishes.”

Eight Auspicious Symbols in Buddhism

Conch Umbrella Banner Golden Fish

Dharma wheel Knot Lotus Vase ---oOo--- Austere life - cuộc sống kham khổ (austere = khổ hạnh; austerity=sự khổ hạnh) Authenticity – Chính thống

Autonomy - tự trị, quyền tự trị, nước tự trị, tự chủ

Avalokiteshvara – Phật Quan thế Âm (Chenrezig = Quan thế Âm Tây Tạng, (Sanskrit) hiện thân Đức Đạt Lai Lạt Ma thứ 14)

Avalokiteshvara (Sanskrit) – Quan Thế Âm According to Tibetan legend, the bodhisattva Avalokiteshvara was born from the ray of white light from the eye of the Bud- dha Amitabha after he emerged from a session of deep medit- ation. Avalokiteshvara was given the task of working to alle- viate the suffering of all creatures. In this task, he is aided by his ability when necessary to take on any shape: a household (layperson), a monk, a nun, a young child of either sex or even a non-human creature. One legend tells how he took the form of a cuckoo so that other birds could hear the sublime Dharma taught by the Buddha.

Another story describes the origin of the eleven heads form

of Avalokiteshvara. It is said that the bodhisattva became so distressed at the quantity of suffering he encountered within the world that his head shattered into ten parts. However, Amitabha fashioned the parts into ten new heads, surmount- ing them with his own, so that he could look out for suffering in all directions and contemplate the different ways to help…

Avalokiteshvara - The Bodhisattva of Infinite Compassion

Avalokiteshvara, the Bodhisattva of Infinite Compassion, may be the most well-known and beloved of the iconic bodhisattvas. Throughout all schools of Mahayana Buddhism, Avalokiteshvara is venerated as the ideal of karuna. Karuna is the activity of compassion in the world and the willingness to bear the pain of others.

The bodhisattva is said to appear anywhere, even in hell realms, to help all beings in danger and distress.

The Bodhisattva's Name

The Sanskrit name "Avalokiteshvara" is interpreted many ways -- "The One Who Hears the Cries of the World"; "The Lord Who Looks Down"; "The Lord Who Looks in Every Direction."

The bodhisattva goes by many other names. In Indochina and Thailand, he is Lokesvara, "The Lord of the World." In Tibet he is Chenrezig, also spelled Spyan-ras gzigs, "With a Pitying Look." In China, the bodhisattva takes a female form and is called Guanyin (also spelled Quanyin, Kwan Yin, Kuanyin or Kwun Yum), "Hearing the Sounds of the World." In Japan, Guanyin is Kannon or Kanzeon; in Korea, Gwan-eum; in Vietnam, Quan Am.

The Bodhisattva's Gender

Most scholars say that until the time of the early Sung Dynasty (960-1126) the bodhisattva was portrayed in art as male. From the 12th century on, however, in much of Asia Avalokiteshvara took the form of a mother-goddess of mercy. Exactly how this happened is not clear.

(Here's an utterly unsupported and probably off-the-wall speculation: The rise of the veneration of mother goddess Guanyin happened at the same time --

12th and 13th centuries -- that the cult of the Virgin Mary was gaining popularity in Europe. Was there some cultural cross-pollination the historians don't know about? Or some other factor that made mother goddesses particularly appealing during that time?)

Sometimes the bodhisattva is pictured with features of both genders. This is symbolic of the bodhisattva's transcendence of dualities, such as male-female gender distinctions. Further, the Lotus Sutra says that the bodhisattva can manifest in whatever form is best suited for the situation.

The Bodhisattva's Appearance

There are more than 30 iconographic representations of Avalokiteshvara in Buddhist art. These are distinguished by the number of heads and arms the bodhisattva displays, the bodhisattva's body position, and by what is carried in the bodhisattva's hands.

In some schools, Avalokiteshvara is thought to be a manifestation of Amitabha Buddha, who represents mercy and wisdom. There is often a small figure of Amitabha gracing the bodhisattva's head. This buddha may hold a lotus, mala beads, or a vase of nectar. He may be standing, in meditation, or seated in a "royal ease" pose.

The bodhisattva often has multiple heads and arms, which symbolize his limitless capacity to perceive suffering and to help all beings. According to legend, when Avalokiteshvara first heard the suffering of the world his head burst from pain. Amitabha, his teacher, took the pieces of his head and remade eleven heads in its place. Then Amitabha gave Avalokiteshvara a thousand arms with which to ease all suffering.

The Bodhisattva Is Us

You may look for the bodhisattva in the form of a white-robed woman, or an angel, or an unseen spirit… Do not think of the bodhisattva as a being separate from yourself. When we see and hear the suffering of others and respond to that suffering, we are the heads and arms of the bodhisattva. (Barbara O'Brien) ---ooOOoo---

Bồ-tát Quán-thế-âm hay Quan-âm Bồ-tát

Tức là một tên của Bồ-tát Avalokiteshrava được dịch thành hai tên khác nhau: Quán-tự-tại khi nói đến quan sát cuộc đời (sự hiện hữu – existence) một cách triết lý; Quán-thế-âm khi nói đến lắng nghe các âm thanh đau khổ của thế gian để mà cứu độ mọi chúng sinh. Tức là một tên thì thuộc về trí, một tên thì thuộc về tim, của cùng một người.

Khi Bồ-tát Quán-tự-tại thực hành trí tuệ Bát Nhã giải thoát. Đây không phải là trí tuệ chúng ta có bình thường về toán, văn, lý luận đúng sai, triết lý sai đúng… mà là trí tuệ của Người tỉnh thức đã có thể thấy bằng "trực giác" "cuộc đời như chính nó".

"Trực giác" là biết trực tiếp mà không cần suy nghĩ hay lý luận gì cả. Ví dụ: Tôi thấy đóa hoa màu vàng. Tức là, tôi biết có một đóa hoa vàng trước mặt tôi, và tôi thấy nó. Các sự "biết" này không cần lý luận, lý giải gì cả.

"Cuộc đời như chính nó" hay "sự hiện hữu như chính nó", tức là nhìn cuộc đời và thấy cuộc đời như chính nó, mà không cần lý luận. Ví dụ: Ta thấy A và B đánh nhau. Ta tự động hỏi tại sao hai người này đánh nhau, ai làm gì ai, ai kiếm chuyện trước, ai lỗi ai phải, cần phải giúp ai đây… Đó là lý luận, lý giải, phán xét… Thường không chính xác, mà đôi khi lại kéo ta vô cuộc đánh nhau. Trí tuệ Bát Nhã là trí tuệ thấy hai người này đánh nhau chí tử, sao mà tội nghiệp quá, họ si mê quá, họ cần được học biết Phật pháp để biết tĩnh lặng và không còn tham sân si. Tức là, thấy cuộc đời với bản chất thật của nó, như nó là (as it is), là si mê và đau khổ, và thấy nhu cầu cần cảm hóa trái tim mọi người, không loại trừ ai.

Vấn đề của chúng ta là: Làm sao để ta có thể sống "vô ngã", trong khi điều gì thì cũng liên hệ đến "tôi" – tôi ăn, tôi làm việc, tôi đi thi, tôi ngủ, tôi làm quyết định, tôi thưởng, tôi phạt, đây là ý kiến của tôi… Ngày nào ta còn thở thì ngày đó ta luôn là "tôi" trên đời, làm sao mà sống như "không tôi" được?

Câu trả lời là: "Vô ngã" là một thái độ sống, thái độ tập trung vào lợi lạc cho người khác, cho các chúng sinh, chứ không phải cho ta.

Nếu ta dạy học hằng ngày để nuôi dưỡng trí tuệ của các em để các em nên người tốt, thì đó là vô ngã. Nếu ta dạy học vì làm thầy thì có uy, đó là chấp ngã.

Nếu ta ăn để ta mạnh khỏe để làm việc cho đời, đó là vô ngã. Nếu ta ăn tràn ngập đủ mọi thứ cho sướng miệng mà không cần hậu quả, thì đó là chấp ngã.

hóa độ, dùng nước cam lồ mà

Avatar – Hindu's term which refers to those rare people who embody such spiritual power that they are expressions on earth of those qualities which we associate with

God. For the Hindus, such individuals are more than saints, they are direct incarnations of God. Such this may be difficult for the west mind to accept, we can speak of them as perfect symbols of God…

Aversion – turning away, unwilling = ghét, ác cảm, không thích

Avidity – khao khát, thèm khát

Avijjasava (Pali) – vô minh lậu - không hiểu biết các chân lý cao thượng…

Avijjasava - lack of understanding on the fundamental level, (such as not understanding the nature of life, aging and death and how they should be related to), aging and death cause the unenlightened being to experience fear, melancholy, despair and superstitious grasping.

Vô-Minh-Lậu - Lộc cao, tước trọng, thanh danh, uy quyền, giàu sang, vinh hiển, ái tình, dục lạc, hạnh phúc gia đình cho đến tất cả những thú vị, những vui sướng của người được đặc biệt ưu đãi trên thế gian như Bổ-tát, đều liên tiếp biểu hiện những tranh cảnh rất cám dỗ, làm cho Bồ-tát bị cảm kích, siêu lòng, tấn thối lưỡng nan. Đây gọi là Vô-Minh-Lậu Phiền-Não (Avijjasava).

Avowal - thừa nhận

Awakening - Sanskrit and Pali: “awakening” or “enlightenment”) In Buddhism, the final enlightenment that ends the cycle of death and rebirth and leads to nirvana. This awakening transformed Siddhartha Gautama into the historical Buddha. Bodhi is achieved by ridding oneself of false beliefs and the hindrance of passions through the discipline of the Eightfold Path. Though not supported in canonical texts, commentaries give a threefold classification of bodhi: that of a perfectly enlightened one, or a Buddha; that of an independently enlightened one; and that of an arhat…

Awakening - Giác ngộ - mở mang được sự sáng suốt cùng tột để nắm được chân lý, sự vật trên thế gian nầy đúng như thế nào thì thấy biết được như thế, không lầm lạc.

Trong hàng đắc đạo có Thanh Văn, Duyên Giác, Bồ Tát, Phật.

- Thanh Văn, Duyên Giác là bậc tự giác. - Bồ Tát là bậc tự giác, giác tha - Phật là bậc toàn giác, người ta tôn ngài là giáo vương, giác hoàng, giác hùng.

Tu sĩ Cô Đàm (Đức Phật) phát nguyện không rời chỗ ngồi dưới gốc cây tất- bà-la (bồ đề) khi chưa thành đạo. Vào canh 1 trong đêm ngài đạt được túc mạng minh, khả năng siêu phàm nhờ đó ngài đã nhớ lại được nhiều kiếp đã qua.

Đến canh giữa đêm, ngài đạt được thiên nhãn minh, một khả năng nhờ đó ngài thấy được sự sinh tử luân hồi của chúng sinh.

Sau cùng ngài chứng được lậu tận minh, một khả năng hiểu biết cách giải thoát mọi khổ đau, tức là ngài chứng ngộ “Tứ Diệu Đế” và trở thành vị Tam Miệu Tam Bồ Đề là bậc Toàn Giác.

Thirty-Seven Factors of Enlightenment - 37 Dharmas of the Bodhisattvas

A. Phase of Accumulation

Phase of Accumulation represents the efforts that those endowed with mahayana potential have to make in the practice of virtue. The accumulation of virtue serves to make one's mind a suitable vessel in which realisations can arise.

Four States of Mindfulness / Four Trainings in Mindfulness / Four Contemplations

From the Mahayana point of view the result of four mindfulnesses is the realisation of two fold egolessness, the selflessness of self and the selflessness of phenomena.

1. Contemplation of the body (skandha of form)

- Ordinarily, in worldly terms we regard the body as pure and we have fixation on the body as being true or real. - In the sutrayana (mahayana or bodhisattvayana), the body is regarded as impure.

- Instead of struggling between the purity and impurity of the body, tantra presents the body as manifestation of emptiness.

2. Contemplation of feelings (skandha of feeling)

- Ordinarily, we regard our feelings as pleasant. - In the sutrayana the feelings are regarded as unpleasant, as suffering. - In the tantrayana it is not necessary to reject feelings as suffering, yet you should not cling to them by thinking they are pleasant. Instead you should make your feelings into a tool to give birth or enrich your wisdom. For example if one understands that suffering is fear of being afraid one can look at the fear instead of being paranoid about it.

3. Contemplation of the mind (skandha of consciousness)

- Ordinarily we believe our minds are permanent. - The contemplation of the 37 dharmas of the bodhisattvas involves reflecting on the truth that mental events are impermanent. - According to the tantrayana, the mind is the wisdom of self-realization; therefore it is unnecessary to struggle between permanence and impermanence of the mind.

4. Contemplation of phenomena / dharmas (skandhas of perception and concept)

- In our ordinary, or mundane, viewpoint, we regard all phenomena as real or solid; therefore we believe in the existence of self. - In accordance with the 37 dharmas, phenomena have no concrete, solid identity and they are selfless. - In the tantrayana, all phenomena are presented as being the union of skilful means and wisdom, and this understanding goes beyond the struggle between substantiality or insubstantiality, or having or lacking a self.

Through mindfulness of body we realise the truth of suffering Through mindfulness of feeling we realise the truth of the origin of suffering. Through mindfulness of the mind we realise the truth of cessation. Through mindfulness of phenomena we realise the truth of the path.

Four Abandonments / Four Right Practices

5. to get rid of existing evils and non-virtues 6. never to give rise to evils and non-virtues that are presently absent 7. to give rise to virtuous remedies not yet present 8. to assure the increase of those virtues which are already developed

Four Elements of Supernatural Power / Four Roads to Power / Four Supports of Miraculous Apparition

9. profound absorption through longing
10. profound absorption through diligence
11. profound absorption through intention
12. profound absorption through analysis

B. Phase of Integration

A breakthrough in understanding which is conducive to realisation of the Four Truths. Integration refers to integration into a direct realisation of truth.

Subphases:

Warming - one first warms to the real meaning of voidness.

Summit - one sees a panoramic view. The earth (defilements) has diminished to a point, whereas space (voidness) becomes more and more present. At peak one stands between heaven and earth, phenomena and voidness.

Forbearance - as an aspiration to certainty about phenomena and the skill needed to face up voidness and its implications.

The Highest Worldly Point - This is the highest point and the end of samsara. After this subphase there will be no more samsaric rebirth. The whole quality of experience will change. The subsequent Phase of Insight has nothing to do with worldliness.

Five (Moral or Controlling) Faculties

13. trust
14. diligence
15. recollection
16. deep absorption
17. profound wisdom

The five faculties are employed during the sub phases of warming and summit. In the sub phases of forbearance and highest worldly point these become five powers.

Five (Moral) Powers

18. the power of trust
19. the power of diligence
20. the power of recollection / mindfulness
21. the power of deep absorption / concentration

22. the power of profound wisdom

C. Phase of Insight

For the first time one gains authentic insight into the Truths of the Realised. There are four aspects for each truth, 16 altogether. For example having understood the suffering of the sense dimension of existence one furthers this understanding to incorporate the sufferings of the form and formless dimensions. During that stage one is endowed with seven aspects of enlightenment.

Seven Limbs or Aspects of Enlightenment

23. right mindfulness
24. right discerning appreciation / investigation
25. right diligence / energy
26. right joy / interest
27. right proficiency / tranquillity
28. right profound absorption / concentration, one-pointedness
29. right equanimity / elimination of mind's tendency to wander

D. Phase of Cultivation

One cultivates familiarity with meditation which rests within the universal essence realised through the Phase of Insight. During this stage one is endowed with the Noble Eightfold Path which is based upon right view. This is the first of the eight and the remaining seven represent the pure way in

which something of this sublime view can be communicated to others through concepts and examples.

30. right view
31. right intention
32. right expression
33. right limits of action
34. right livelihood
35. right effort
36. right mindfulness
37. right profound absorption

E. Phase of Complete Accomplishment

When the training has been completed there are ten qualities without training. They are the eight qualities of the eightfold path plus total liberation and immaculate primordial wisdom. These ten factors form five groups of untainted aggregates:

1. right conduct

- training-free right expression, - training-free right action - training-free right livelihood.

2. profound absorption

- training-free right mindfulness - training-free right profound absorption

3. highest wisdom

- training-free right view - training-free right intention - training-free right effort

4. perfect liberation

- training-free total liberation

5. primordial wisdom insight of total liberation

- training-free immaculate primordial wisdom Points of difference in the basic Buddhist view (Hinayana) of mindfulness and the Mahayana view:

- In the Mahayana the antidote is to overcome the clinging to a self of a person and phenomena. In the Hinayana path the antidote overcomes only clinging to a self of a person.

- In the Hinayana path one enters alone, in the Mahayana state we do not enter alone but we enter with all sentient beings.

- Through practising the basic mindfulness practice in the Hinayana, the attainment is cessation, the nirvana which is complete state of thoughtlessness, complete state of mindfulness. In the Mahayana the result is the state of enlightenment beyond simple cessation and the notion of nirvana as being peace.

- In the Mahayana path mindfulness is practised in accordance with what is appropriate for all sentient beings and what is appropriate for the whole environment, rather than practising it for the sake of oneself alone.

- In the Mahayana the body is understood as illusory body, feelings are dream- like, mind is like space and phenomena are understood to arise suddenly like clouds.

- The Hinayana arhats leap out of samsara, leave it behind completely. In the Mahayana sense, we attain the power of transcending our emotions even though we constantly come back to the samsaric world to benefit sentient beings. We have attained the power of not being attached to samsaric world even though we live in it. We live with emotions and use them as a path without being attached to our own emotions and without being attacked by them.

- The qualities of a Mahayana practitioner outshine all achievements of any other realisation by the simple seed of bodhicitta. Even though we have done very little practice and as a result our achievement is small, because of the power of courageous heart, love and compassion and the method of being skilful, there is greatness in the achievement.

- The result of the Mahayana path is the ten bhumis or stages of a bodhisattva. We progress through the ten stages and attain Buddhahood at the end of the tenth bhumi.

This takes a very long time.

Vajrayana (tantrayana or mantrayana) offers many methods to attain enlightenment more swiftly. Vajrayana practitioners become siddhas instead of arhats or bodhisattvas. The great Indian mahasiddhas are famous for their unconventional behaviour and special methods through which they have liberated beings effectively. Tantric teachings are especially meant for the Dark Age, when other methods are ineffective. In the vajrayana one does not need to deliberately accomplish the ten good actions. The practice of good actions will occur spontaneously from the realization that comes from meditation. Similarly, the ten unvirtuous actions will be spontaneously avoided without any need to deliberately control one's actions. With the realization of the nature of mind one does not need to have contrived conduct. There will also be no need to deliberately contrive remedial actions, to engender realization through effort. If one rests relaxed in the natural state of the mind, the realization of clarity and emptiness will naturally arise. Vajrayana should be practised under a qualified guru only.

Sources: Gems of Dharma, Jewels of Freedom. The classic handbook of Buddhism by Jé Gampopa, translated by Ken and Katia Holmes.

Teachings of Dzogchen Ponlop Rinpoche , Khenchen Thrangu Rinpoche and Khenpo Karthar Rinpoche.

Đạo Phật dạy ta cách diệt khổ, gồm 37 phần trợ đạo:

1. Tứ niệm xứ (4) 2. Tứ chánh Cần (4) 3. Tứ như ý túc (4) 4. Ngũ căn (5) 5. Ngũ lực (5) 6. Thất bồ đề phần (7) 7. Bát chánh đạo (8)

Ba mươi bảy Phẩm Trợ Đạo - hay ba mươi bảy Bồ Đề Phần, những Yếu Tố Cần Thiết cho sự Giác Ngộ, mà những ai muốn trau giồi thiền vắng lặng và thiền minh sát phải tận lực và quyết chí thực hành, nhằm tạo cho mình cơ hội hiếm hoi được tái sanh vào cảnh người trong thời kỳ có Giáo Huấn của vị Phật hiện tại (present Buddha Sasana).

Tứ niệm xứ là 4 điều mà người tu phải luôn luôn nhớ tới, nghĩ tới 4 điều ấy là:

1.Quán thân bất tịnh (quán thân là không trong sạch) - tập trung tư tưởng để nhận xét kỷ lưỡng, tường tận về sự nhơ bẩn cuả thân thể chúng ta, để phá lòng dục...

2.Quán tâm vô thường (quán tâm là không thường có) - tập trung tư tưởng để xem xét kỷ lưỡng, tường tận về sự thay đổi liên tục của cái tâm. Tâm là hợp thể cuả mấy thứ khác, là thọ tưởng hành thức (sắc, thọ, tưởng, hành, thức gọi là ngũ uẩn), chúng hợp duyên với nhau, đủ duyên thì có, hết duyên thì tan, không trường tồn, không vĩnh cữu. Quán tâm vô thường để phá sự chấp ngã. Hết cái ta, cái ngã, đó là điều kiện để chứng ngộ Niết Bàn.

3.Quán thọ thị khổ (quán thọ là khổ) – là tập trung tư tưởng để xem xét kỹ lưỡng, tường tận rằng có nhận lãnh là có khổ...đủ thứ khổ tinh thần, vật chất. Mục đích để diệt lòng tham, chính là ba cái độc tham sân si lôi ta vào vòng luân hồi.

4.Quán pháp là vô ngã (quán các pháp là vô ngã) - tập trung tư tưởng để xem xét kỹ lưỡng, tường tận rằng vạn pháp không có tự thể.

Chữ pháp trong đạo Phật, chỉ mọi vật trong vũ trụ, cả hữu tình lẫn vô tình. Pháp nào cũng là một hợp thể, đủ duyên thì hợp, hết duyên thì tan. Đó là pháp vô ngã, không còn bị nội tâm dằn vặt, không bị cảnh ngoài chi phối ảnh hưởng, vì vạn pháp không có tự thể, giả cả, huyền ảo, mộng...

Tứ Chánh Cần là bốn phép siêng năng Tinh tấn hợp với chánh đạo. Bốn phép Tinh tấn ấy là:

1. Tinh tấn ngăn ngừa những điều ác chưa phát sinh: Tâm mình chưa mộng tưởng điều ác thì mình phải ráng giữ gìn, đừng cho nó phát khởi lên, cũng như sợi dây buộc mũi con trâu, kìm nó, không cho ăn lúa.

2. Tinh tấn dứt trừ những điều ác phát sinh: Trong đời sống của chúng ta, nhất là khi chưa hiểu biết Phật pháp và không tu hành, chúng ta đã phạm rất nhiều tội ác. Những tội ác này làm cho tâm của ta càng ngày càng tối tăm, lu mờ, như một tấm gương bỏ lâu ngày, không ai chùi rửa, không thể soi được nữa. Nay chúng ta đã nhận thấy cái nguy hại của những điều ác, thì chúng ta phải quyết tâm dứt trừ. Điều ác không ở đâu xa, chúng phát sinh trong thân, khẩu, ý của mỗi chúng ta. Vậy, trừ tội ác tức là ngăn chặn không cho thân, khẩu, ý chúng ta tiếp tục tạo nghiệp dữ nữa. Nhưng cái đà tội lỗi, như cái đà một chiếc xe xuống dốc, càng xuống càng mau, càng mãnh liệt, cho nên muốn diệt trừ

tội lỗi, chúng ta phải vận dụng nhiều nghị lực, nhiều cố gắng, phải luôn luôn siêng năng, tinh tấn để ngăn chặn cái đà tội lỗi, Phật tử chúng ta phải luôn luôn nhớ nghĩ như vầy:

Sát sanh là điều ác đã gây tội lỗi cho mình phải mắc nợ máu thịt và mạng sống, lại làm hại cho người lẫn vật.

Trộm cướp làm khổ cho người bị nghèo đói, rách rưới, buồn rầu, đau khổ không thể kể xiết.

Tà dâm là điều không hợp lễ tiết, thường gây sự rối ren trong gia đình và nhất là mang tiếng xấu hổ, làm mất phẩm giá con người.

Nói dối mất lòng tin cậy.

Nói thêu dệt làm chia lìa ân nghĩa.

Nói lưỡi hai chiều làm tăng trưởng oán thù.

Nói lời hung ác, trước dơ miệng mình, sau chiêu lấy họa.

Ham muốn quá sức (tham) thấy mình thiếu mãi, càng khổ thân nhọc trí.

Giận hờn tức tối, lửa sân nổi lên, làm hư công hỏng việc và bao nhiêu rừng công đức đều tiêu tan.

Si mê không rõ chánh tà, mờ ám chân lý gây đủ các tội.

Xét như vậy rồi, nếu tội ác đã trót lỡ sanh, thì bất cứ tội nào chẳng hạn, chúng ta phải đoạn trừ tận gốc rễ, đừng cho nó đâm chồi nảy nhánh nữa. Trong lúc đó, chúng ta lại huân tập các hạt giống lành thay thế vào tạng thức, thì lần hồi, chúng ta sẽ trở thành người thuần thiện.

3. Tinh tấn phát triển những điều lành chưa phát sinh: Nhiều khi chúng ta có những ý định hay đẹp, muốn giúp ích người này, nâng đỡ người khác, nhưng vì tánh giải đãi, hay thiếu nghị lực, chúng ta không thực hiện được những ý định tốt đẹp ấy. Như thế, dù có thiện chí bao nhiêu, cũng không đem lại lợi ích gì cho ta và cho người chung quanh cả. Muốn tạo những thiện nghiệp, như nói lời hòa nhã với mọi người trong mọi trường hợp, bố thí cho người nghèo túng, giúp đỡ cho người có công ăn việc làm, thì chúng ta đừng chần chờ, mà

trái lại, phải hăng hái, tinh tấn làm ngay. Ta phải luôn luôn thúc đẩy ta, biến những ý nghĩ tốt thành hành động. Người Pháp có câu tục ngữ rất có ý nghĩa, để châm biếm những người có dự định tốt mà không bao giờ thực hiện: "Địa ngục lót đầy những dự định tốt". (L'enfer est pavé de bonnes intentions). Thật đúng như vậy, ở đời có bao nhiêu người có nhiều thiện chí, có ý định làm điều hay điều phải, nhưng cho đến chết vẫn chưa thực hiện được, và mang theo xuống địa ngục.

Vậy chúng ta phải luôn luôn hăng hái làm phát triển những điều lành, mỗi khi chúng vừa móng khởi trong tâm, đừng chần chờ, giải đãi cho đến khi tử thần đến gõ cửa, mới ân hận là mình chưa gây tạo được cho mình những nhân lành gì cả, nên phải rơi vào địa ngục.

4. Tinh tấn tiếp tục phát triển những điều lành đã phát sinh: Những điều lành khi đã phát lộ ra hành động rồi, chúng ta đừng cho thế là vừa, là đủ, không cần phải cố gắng làm thêm nữa.

Khi chúng ta làm điều trọn lành, chúng ta có lợi về hai phương diện: một mặt, ngăn chặn điều ác không cho tác hại; một mặt, làm điều thiện có lợi ích cho mình và cho người. Chẳng hạn, như khi chúng ta thọ giới bất sát sinh và thực hành theo giới ấy, là chúng ta vừa ngăn chận sự giết hại người và vật, mà vừa chuộc người và phóng sinh nữa. Các giới khác cũng vậy, nghĩa là một mặt vừa "chỉ ác", một mặt vừa "tu thiện", rồi cứ như thế mà siêng năng tinh tấn luôn luôn mới được. Chúng ta phải tập làm điều thiện cho thật thuần thục, cho thành thói quen, cho đến khi mỗi ý nghĩ, mỗi lời nói, mỗi việc làm đều thiện cả mới được.

Tứ Như Ý Túc còn gọi là Tứ Thần Túc. Tứ Như Ý Túc là bốn điều ước nguyện phải đạt được kết quả đầy đủ như ý. Mặc dù Tứ Như Ý Túc có nhiều cách giải thích, trình bày cách khác nhau trong những kinh luận, nhưng chung quy không ngoài những nội dung dưới đây:

Dục Như Ý Túc: khi phát nguyện thọ trì, thì bất cứ giá nào phải đạt cho được như ý. Dục ở đây chỉ cho ước muốn, và nên phân biệt rõ ràng những mong muốn này với giải

thoát hay vô minh?

Tinh Tấn Như Ý Túc: tinh tấn giữ gìn tư tưởng tốt, loại bỏ tư tưởng xấu, một cách nhất tâm để đạt đến kết quả viên mãn như ý. Đây là điều kiện tốt nhất và thuận lợi nhất cho việc năng hóa giải tận gốc rễ các việc mập mờ, khiến con người hiểu biết sai lầm.

Tinh tấn siêng năng nổ lực không phải chỉ là sự hăng hái, bồng bột trong nhất thời, mà là sự thực tập không bao giờ gián đoạn. Trong kinh Di Giáo Đức Phật có nói: "...Như người dùi cây lấy lửa, cây chưa nóng đã thôi, tuy muốn được lửa, nhưng khó thể được".

Tư Duy Như Ý Túc: nghiên cứu đạo lý và tư duy hay quán chiếu yếu chỉ của các pháp môn tu tập một cách thông suốt như ý muốn, như một người nói tiếng mẹ đẻ của mình không cần để ý đến việc tìm chữ, để diễn đạt tư tưởng, nhưng nói không sai một chữ. Đức Phật có nói trong kinh Di giáo: " Chú tâm vào một chỗ, không việc gì không thành".

Niệm Như Ý Túc hay Thiền Định Như Ý Túc: khi tu tập phải dùng trí tuệ quán sát tư duy lý pháp mình đang tu và, nhờ đó mà định phát sinh. Khi định đã có thì định tuệ quân bình. Khi quán trí này do định phát sanh thì, trí này là tịnh trí, chính vì nhờ tịnh cho nên nó có thể thông đạt thật nghĩa của các pháp trong vũ trụ một cách như thật.

Nếu gió không thổi, nước không chảy, mặt trời không mọc lên và lặn xuống, tất cả vạn vật đều dừng thì đây là sự bất động của vũ trụ. Trong việc tu hành, nếp sống đạo là nếp sống luôn luôn tỉnh thức, không buông trôi, không phóng túng. Cái gương mà Đức Phật nói, không phải là cái gương soi mặt, mà là cái gương tâm hồn soi chiếu lại mọi ý nghĩ, lời nói và việc làm của mình.

Ngũ căn và Ngũ lực là hai pháp môn rất quý báu trong 37 môn trợ đạo của Đạo đế. Chính nó đã đóng một vai trò thật quan trọng để giúp người tu hành từ địa vị phàm phu đến các thánh quả vị trong tam thừa. Chúng là những phương tiện thực tiển có thể giúp chúng ta thăng tiến trên bước đường tu đạo và chứng quả. Do đó chúng ta phải chuyên tâm học hỏi và tinh tấn thực hành những pháp môn nầy.

Trước hết chúng ta tìm hiểu thế nào là Ngũ căn?

Ngũ căn là năm căn và là cội nguồn để tất cả các thiện pháp phát xuất. Năm căn đó là: Tín căn, Tấn căn, Niệm căn, Định căn và Huệ căn.

1)Tín căn: là lòng tin tưởng thật vững chắc. Chúng ta tin tưởng ở đây có nghĩa là dùng trí tuệ để xét đoán việc mình làm và không tin tưởng một cách mù quáng. Chúng ta nên tin tưởng vào Giác, Chánh, Tịnh. Giác là giác ngộ bởi vì chỉ có giác thì chúng ta mới đạt đến sự giác ngộ và phá bỏ tất cả si mê vọng tưởng. Chánh là chánh tri, chánh kiến. Có nghĩa là chúng ta phải nhìn sự việc

cũng như nghĩ về bất cứ việc gì một cách chính xác để phân biệt đâu là chánh và đâu là tà. Còn Tịnh có nghĩa là tâm thanh tịnh. Thanh tịnh ở đây là làm cho lục căn thanh tịnh để không còn bị ô nhiễm. Một khi tinh thần không còn ô nhiễm, tâm lý không còn ô nhiễm, tư tưởng không còn ô nhiễm và kiến giải không còn ô nhiễm thì tâm của chúng ta sẽ trở về với thanh tịnh.

2)Tấn căn: là dũng mảnh tinh tấn trên con đường tu tập. Một khi mà chúng ta đã thực sự tin tưởng vào con đường đạo pháp thì chúng ta phải cố gắng bằng mọi giá để thực hiện những điều chúng ta tin tưởng, bằng không thì chúng ta chẳng đạt được gì cả mà chỉ phí thì giờ thôi. Con đường tu đạo không phải là dễ dàng. Nó đòi hỏi ở chúng ta một ý chí kiên trì và một năng lực dũng mảnh để tiến lên con đường đạo pháp. Càng học hỏi thì chúng ta hăng say, càng thêm sức lực và càng phấn chí không bao giờ mệt mỏi. Khi chúng ta càng thấu hiểu sự huyền diệu của giáo lý này thì chúng ta càng cố gắng tu học và đừng an phận ở những quả vị thấp. Vì với sự kiên trì chúng ta có nhiều hy vọng đạt đến những thành quả khá hơn.

3)Niệm căn: là phải ghi nhớ trong ta. Vậy chúng ta phải ghi nhớ những gì? Chúng sinh nên phát tâm từ bi của mình bằng cách áp dụng Bố thí Ba-la-mật trong bất cứ cơ hội nào. Đem tài sản, tiền bạc bố thí cho kẻ bần cùng, khốn khổ. Đem chánh pháp giúp cho người si mê khiến cho họ được thức tỉnh sáng suốt và cuối cùng là đem giáo lý giúp kẻ lo âu hết sợ hãi.

Đối với người tu hành thì trì giới là khuôn vàng thước ngọc để giúp cho họ giữ vững lòng tin mà tu hành để đạt được thánh quả. Trì giới là một điều tối quan trọng cho việc thành công hay thất bại trên con đường tu đạo. Do đó chúng ta phải luôn luôn ghi nhớ những quy luật nầy.

4)Định căn: định là yên tịnh do đó định căn là lắng tâm yên tịnh để chuyên chú vào chánh pháp mà dụng tâm tu tập. Có ba loại định:

¨ An trụ định: là để tâm an trụ vào định cảnh, đừng cho tán loạn thì phiền não sẽ được tiêu trừ.

¨ Dẫn phát định: Nếu có thể đoạn sạch phiền não thì phát sinh các công đức thù thắng.

¨ Thành sở tác sự định: Khi đã phát khởi các công đức thì nên làm lợi ích cho tất cả chúng sinh, giúp họ hướng về giải thoát giác ngộ.

5)Huệ căn: là trí tuệ sáng suốt. Trí tuệ nầy không có sự phân biệt bởi vì phân biệt là tác dụng của vọng thức đưa đến sự mê lầm. Phân biệt là do vọng thức tác dụng làm tâm con người bất định mà chạy theo tham-sân-si. Chẳng hạn khi thấy chiếc xe thì tâm liền phân biệt là chiếc xe đẹp, hay xấu…Nếu chỉ biết chiếc xe là chiếc xe như trăm ngàn chiếc xe khác thì tâm an định tức là chúng ta đang sống với chân tâm. Nhưng một khi tâm có sự phân biệt tức là chân tâm biến mất và được thay thế bằng vọng thức làm tâm bất định.

Trí tuệ có ba thứ:

· Vô phân biệt gia hạnh huệ: Mặc dù quán trí nầy không còn thấy có sự phân biệt, nhưng còn có gia hạnh. Vì thế chúng sinh còn phải tu hành để thành tựu hoàn toàn vô phân biệt trí.

· Vô phân biệt huệ: Vì không còn sự phân biệt nên không còn mê vọng. Với thứ trí tuệ nầy sẽ giúp chúng sinh được an vui tự tại và chứng được chân như.

· Vô phân biệt hậu đắc trí: Sau khi chứng được chân như thì trí tuệ nầy hoàn toàn sáng suốt, tỏ ngộ được thật nghĩa của các pháp.

Tóm lại huệ căn là thứ trí tuệ do thiền định đã làm lắng sạch các vọng tưởng, các phân biệt để nhận chân được chân lý của nhân sinh vũ trụ. Ngũ căn thì như thế còn ngũ lực thì thế nào?

Ngũ lực là năm năng lực vĩ đại và là năm thần lực của ngũ căn. Nói một cách khác chúng ta có thể coi Ngũ căn là năm ngón tay còn Ngũ lực là sức mạnh của năm ngón tay đó. Nếu không có sức mạnh thì năm ngón tay kia không còn hiệu nghiệm nữa. Vậy Ngũ lực thì gồm có:

1)Tín lực: là thần lực của đức tin hay là sức mạnh do lòng tin tưởng phát sinh.

2)Tấn lực: là sức mạnh kiên cố để có thể san bằng mọi trở lực và sức mạnh nầy là do tấn căn phát sinh.

3)Niệm lực: là thần lực của sự ghi nhớ và là sức mạnh vĩ đại bền chắc của niệm căn.

4)Định lực: là thần lực của sự tập trung tư tưởng và là sức mạnh vô song của định căn.

5)Huệ căn: là thần lực của trí tuệ và là sức mạnh vô biên của huệ căn. Vậy Ngũ lực là sức mạnh tiếp nhận bởi sự kiên trì tu luyện của Ngũ căn. Và nó chính là ngọn lửa bùng lên sau khi chúng ta đã chú tâm hoàn tất năm điều căn bản của thiện pháp.

Cuối cùng chúng ta phải lấy trí tuệ làm nền tảng và tinh tấn để thực hành những chánh pháp nầy. Chúng ta phải luôn luôn ghi nhớ phát tâm bố thí để giúp đời và giúp mình, cố gắng tập trung tư tưởng để diệt trừ vô minh vọng tưởng cũng như loại phá mọi phiền não và đạt cho được trí tuệ không phân biệt để sau cùng chứng được chân như.

Với những thần lực vĩ đại do ngũ căn tạo ra thì chúng ta đã có đủ phương tiện cần thiết để đạt đến mục tiêu cuối cùng là chứng được Niết Bàn và thoát ra khỏi vòng sinh tử trầm luân. Hơn thế nữa, một khi đã đến được nơi nầy thì chúng ta sẽ là ánh sáng của chúng sinh và cũng là ruộng phước để chúng sinh gieo mầm an lạc. Cuối cùng, với lòng từ bi vô lượng, chúng ta có đủ cơ năng để giúp chúng sinh trở thành những kẻ hoàn toàn giải thoát và hoàn toàn giác ngộ.

Thất bồ đề phần: Những lời Đức Phật nói là nền tảng căn bản thực nghiệm, dùng làm những phương tiện để trợ giúp cho con người vượt khỏi những bế tắc trong đời sống mà họ gặp phải. Ngoài Tứ niệm xứ, Tứ chánh cần, Tứ như ý túc, Ngũ căn, Ngũ lực, còn có Thất giác chi hay Thất bồ đề phần. Nội dung của Thất giác chi gồm có :

Trạch pháp giác chi là sự phân tích, biết phân biệt đúng sai, để chọn lựa pháp môn tu tập phù hợp với trình độ căn cơ của chính mình. Trong kinh Sa Di Thập Giới nói: "Cái khổ ở địa ngục, của con lừa, con lạc đà chở nặng chưa phải là khổ, không tìm thấy được hướng đi mới thực sự là khổ".

Niệm giác chi là phương pháp được Đức Phật đề cập nhằm giúp cho con người phát triển tuệ giác, đồng thời có công năng làm cho các vọng niệm không dấy khởi.

Tinh tấn chi giác là nỗ lực đòi hỏi người tu tập phải kiên trì, để vượt qua mọi thử thách. Trong Kinh Pháp cú, Đức Phật có nói: "Hết ngày này qua tháng khác, người thợ vàng phải nỗ lực công phu mới lọc được vàng ròng. Con người i;ng] M

The perfect buddhas, who are the source of all benefit and joy, Come into being through accomplishing the sacred Dharma. And since this in turn depends on knowing how to practise, I shall now describe the practices of all the buddhas' heirs.

1.The practice of all the bodhisattvas is to study, reflect and meditate, Tirelessly, both day and night, without ever straying into idleness, In order to free oneself and others from this ocean of samsara, Having gained this supreme vessel—a free, well-favoured human life, so difficult to find.

2.The practice of all the bodhisattvas is to leave behind one's homeland, Where our attachment to family and friends overwhelms us like a torrent, While our aversion towards enemies rages inside us like a blazing fire, And delusion's darkness obscures what must be adopted and abandoned.

3.The practice of all the bodhisattvas is to take to solitary places, Avoiding the unwholesome, so that destructive emotions gradually fade away, And, in the absence of distraction, virtuous practice naturally gains strength; Whilst, with awareness clearly focused, we gain conviction in the teachings.

4.The practice of all the bodhisattvas is to renounce this life's concerns, For friends and relatives, long acquainted, must all go their separate ways; Wealth and prized possessions, painstakingly acquired, must all be left behind; And consciousness, the guest who lodges in the body, must in time depart.

5.The practice of all the bodhisattvas is to avoid destructive friends, In whose company the three poisons of the mind grow stronger, And we engage less and less in study, reflection and meditation, So that love and compassion fade away until they are no more.

6.The practice of all the bodhisattvas is to cherish spiritual friends, By regarding them as even more precious than one's own body, Since they are the ones who will help to rid us of all our faults, And make our virtues grow ever greater just like the waxing moon.

7.The practice of all the bodhisattvas is to take refuge in the Three Jewels, Since they will never fail to provide protection for all who call upon them, For whom are the ordinary gods of this world ever capable of helping,

As long as they themselves are trapped within samsara's vicious cycle?

8.The practice of all the bodhisattvas is never to commit a harmful act, Even though not to do so might put one's very life at risk, For the Sage himself has taught how negative actions will ripen Into the manifold miseries of the lower realms, so difficult to endure.

9.The practice of all the bodhisattvas is to strive towards the goal, Which is the supreme state of changeless, everlasting liberation, Since all the happiness of the three realms lasts but a moment, And then is quickly gone, just like dewdrops on blades of grass.

10.The practice of all the bodhisattvas is to arouse bodhicitta, So as to bring freedom to all sentient beings, infinite in number. For how can true happiness ever be found while our mothers, Who have cared for us throughout the ages, endure such pain?

11.The practice of all the bodhisattvas is to make a genuine exchange Of one's own happiness and wellbeing for all the sufferings of others. Since all misery comes from seeking happiness for oneself alone, Whilst perfect buddhahood is born from the wish for others' good.

12.Even if others, in the grips of great desire, should steal, Or encourage others to take away, all the wealth that I possess, To dedicate to them entirely my body, possessions and all my merits From the past, present and future— this is the practice of all the bodhisattvas.

13.Even if others should seek to cut off my head, Though I've done them not the slightest wrong, To take upon myself, out of compassion, All the harms they have amassed—this is the practice of all the bodhisattvas.

14.Even if others should declare before the world All manner of unpleasant things about me, To speak only of their qualities in return, With a mind that's filled with love—this is the practice of all the bodhisattvas.

15.Even if others should expose my hidden faults or deride me When speaking amidst great gatherings of many people, To conceive of them as spiritual friends and to bow

Before them in respect—this is the practice of all the bodhisattvas.

16.Even if others whom I have cared for like children of my own, Should turn upon me and treat me as an enemy, To regard them only with special fondness and affection, As a mother would her ailing child—this is the practice of all the bodhisattvas.

17.Even if others, equal or inferior to me in status, Should, out of arrogance, disparage me, To honour them, as I would my teacher, By bowing down my head before them—this is the practice of all the bodhisattvas.

18.Even though I may be destitute and despised by all, Beset with terrible illness and plagued by evil spirits, Still to take upon myself all beings' ills and harmful actions, Without ever losing heart—this is the practice of all the bodhisattvas.

19.Even though I may be famous and revered by all, And as rich as Vaiśravaṇa, the god of wealth himself, To see the futility of all the glory and riches of this world, And to remain without conceit—this is the practice of all the bodhisattvas.

20.The practice of all the bodhisattvas is to subdue the mind, With the forces of loving kindness and compassion. For unless the real adversary—my own anger—is defeated,

Outer enemies, though I may conquer them, will continue to appear.

21.The practice of all the bodhisattvas is to turn away immediately From those things which bring desire and attachment. For the pleasures of the senses are just like salty water: The more we taste of them, the more our thirst increases.

22.The practice of all the bodhisattvas is never to entertain concepts, Which revolve around dualistic notions of perceiver and perceived, In the knowledge that all these appearances are but the mind itself, Whilst mind's own nature is forever beyond the limitations of ideas.

23.The practice of all the bodhisattvas is to let go of grasping When encountering things one finds pleasant or attractive,

Considering them to be like rainbows in the summer skies— Beautiful in appearance, yet in truth devoid of any substance.

24.The practice of all the bodhisattvas is to recognize delusion Whenever one is confronted by adversity or misfortune. For these sufferings are just like the death of a child in a dream, And it's so exhausting to cling to delusory perceptions as real.

25.The practice of all the bodhisattvas is to give out of generosity, With no hopes of karmic recompense or expectation of reward. For if those who seek awakening must give even their own bodies, What need is there to mention mere outer objects and possessions?

26.The practice of all the bodhisattvas is to observe ethical restraint, Without the slightest intention of continuing in saṃsāric existence. For lacking discipline one will never secure even one's own wellbeing, And so any thought of bringing benefit to others would be absurd.

27.The practice of all the bodhisattvas is to cultivate patience, Free from any trace of animosity towards anyone at all, Since any potential source of harm is like a priceless treasure To the bodhisattva who is eager to enjoy a wealth of virtue.

28.The practice of all the bodhisattvas is to strive with enthusiastic diligence The source of all good qualities—when working for the sake of all who live; Seeing that even śrāvakas and pratyekabuddhas, who labour for themselves alone, Exert themselves as if urgently trying to extinguish fires upon their heads.

29.The practice of all the bodhisattvas is to cultivate concentration, Which utterly transcends the four formless absorptions, In the knowledge that mental afflictions are overcome entirely Through penetrating insight suffused with stable calm.

30.The practice of all the bodhisattvas is to cultivate wisdom, Beyond the three conceptual spheres, alongside skilful means, Since it is not possible to attain the perfect level of awakening Through the other five pāramitās alone, in wisdom's absence.

31.The practice of all the bodhisattvas is to scrutinize oneself

Continually and to rid oneself of faults whenever they appear. For unless one checks carefully to find one's own confusion, One might appear to be practising Dharma, but act against it.

32.The practice of all the bodhisattvas is never to speak ill Of others who have embarked upon the greater vehicle, For if, under the influence of destructive emotions, I speak of other bodhisattvas' failings, it is I who am at fault.

33.The practice of all the bodhisattvas is to let go of attachment To the households of benefactors and of family and friends, Since one's study, reflection and meditation will all diminish When one quarrels and competes for honours and rewards.

34.The practice of all the bodhisattvas is to avoid harsh words, Which others might find unpleasant or distasteful, Since abusive language upsets the minds of others, And thereby undermines a bodhisattva's conduct.

35.The practice of all the bodhisattvas is to slay attachment And the rest—mind's afflictions—at once, the very moment they arise, Taking as weapons the remedies held with mindfulness and vigilance. For once the kleshas have become familiar, they'll be harder to avert.

36.In short, no matter what one might be doing, By examining always the status of one's mind, With continuous mindfulness and alertness, To bring about the good of others - this is the practice of all the bodhisattvas.

37.The practice of all the bodhisattvas is to dedicate towards enlightenment All the virtue to be gained through making effort in these ways, With wisdom that is purified entirely of the three conceptual spheres, So as to dispel the sufferings of the infinity of beings.

Here I have set down for those who wish to follow the bodhisattva path, Thirty-seven practices to be adopted by all the buddhas' heirs, Based on what is taught in the sutras, tantras and treatises, And following the instructions of the great masters of the past.

Since my intellect is only feeble and I have studied but a little,

This is not a composition likely to delight the connoisseurs, Yet since I've relied upon the sutras and what the saints have taught I feel these are indeed the genuine trainings of the buddhas' heirs.

Still, the tremendous waves of activity of the bodhisattvas Are difficult for simple-minded folk like me to comprehend, And I must therefore beg the indulgence of all the perfect saints For any contradictions, irrelevancies or other flaws this may contain.

Through whatever merit has here been gained, may all beings Generate sublime bodhicitta, both relative and absolute, And through this, come to equal Lord Avalokiteśvara, Transcending the extremes of existence and quiescence.

This was composed in a cave near Ngulchu Rinchen by the monk Tokme, a teacher of scripture and reasoning, for his own and others' benefit.

(Translated by Adam Pearcey, 2006)

37 PHÁP HÀNH BỒ TÁT ĐẠO
Đại sư Ngulchu Gyelsay Thogme Sangpo biên soạn
Bảo-Thanh-Tâm chuyển Việt-ngữ theo lời yêu cầu của đại sư Garchen Triptul Rinpoche, Drikung Mahayana Center, Maryland, Hoa Kỳ vào tháng Tư năm 2001.
Nam mô Quán Tự Tại Bồ Tát

Con đem thân khẩu ý chí tâm đảnh lễ vị đạo sư vô thượng và (thủ hộ chủ) ngài Quán Tự Tại Bồ Tát. Trong khi quán chiếu sự bất lai bất khứ của vạn pháp, ngài chuyên tâm nỗ lực đem lại lợi lạc cho chúng sinh.

Chư Phật toàn giác, cội nguồn của tất cả an vui hạnh phúc, là nơi phát sanh sự thành tựu các giáo lý tối thắng. Đấy là nhờ do sự hiểu biết các pháp hành đạo, bởi vậy tôi sẽ giảng giải về pháp hành Bồ tát đạo.

1. Đã được thân người quý hiếm đầy đủ sự tự do và may mắn, vậy hãy chuyên cần lắng nghe, suy tư và thiền quán bất kể ngày đêm để giải thoát cho chính mình và chúng sanh khỏi biển khổ luân hồi - Đấy là pháp hành Bồ tát đạo.

2. Vì quyến luyến người thân, ta bị khuấy động như sóng nước. Vì hận ghét kẻ thù, ta bị thiêu đốt như lửa cháy. Bởi vậy trong bóng tối của sự hỗn độn, ta quên bẳng những gì nên làm và những gì không nên làm. Hãy từ bỏ bản ngã - Đấy là pháp hành Bồ tát đạo.

3. Xa lánh các đối tượng xấu, phiền não sẽ dần giảm thiểu. Gìn giữ không để thất niệm, các pháp thiện sẽ tự nhiên trong sáng, đức tin ở giáo lý sẽ phát khởi. Hãy tu tập thanh tịnh - Đấy là pháp hành Bồ tát đạo.

4. Thân bằng quyến thuộc lâu năm vẫn sẽ phải chia tay. Tài sản tạo dựng bằng mồ hôi nước mắt cũng sẽ phải bỏ lại. Thần thức, khách trọ trong căn nhà thân xác, rồi sẽ phải ra đi. Đừng bám víu vào kiếp sống này - Đấy là pháp hành Bồ tát đạo.

5. Liên hệ với ác tri thức/bạn xấu sẽ làm tam độc gia tăng trong những lúc ta học hỏi, suy tư và tu tập. Họ sẽ làm tâm từ bi của ta thối thất. Hãy tránh xa ác tri thức/bạn xấu - Đấy là pháp hành Bồ tát đạo.

6. Nương cậy nơi đạo sư/thiện tri thức, lỗi lầm của ta sẽ tiêu trừ, và đức hạnh ta sẽ viên mãn (tiến triển như trăng tròn). Hãy quý trọng các vị đạo sư hơn cả thân xác của mình - Đấy là pháp hành Bồ tát đạo.

7. Bị trói buộc trong ngục tù của luân hồi sanh tử, làm sao những vị trời phàm tục có thể mang lại sự hộ trì cho ta được? Bởi vậy có quy y thì hãy quy y nơi Tam Bảo, nơi nương tựa chân thật - Đấy là pháp hành Bồ tát đạo.

8. Đấng Toàn Giác từng nói tất cả những nỗi thống khổ không thể tả trong ba đường ác đều là hậu quả của ác nghiệp. Bởi vậy dù có mất mạng, ta quyết không làm điều ác [gây nghiệp xấu] - Đấy là pháp hành Bồ tát đạo.

9. Như giọt sương trên đầu ngọn cỏ, lạc thú trong ba cõi chỉ trong thoáng chốc rồi tan biến. Hãy phấn đấu đạt đến trạng thái tối thượng của giải thoát - Đấy là pháp hành Bồ tát đạo.

10. Khi những bà mẹ từng yêu thương ta từ vô thỉ đang chịu khổ đau, thì hạn] Ớ#Ôợ hịu

27. Đối với những vị Bồ tát muốn vun bồi công đức, thì những kẻ làm hại họ lại là những bảo vật quý báu. Bởi vậy hãy tập nhẫn nhục với tâm không hận thù - Đấy là pháp hành Bồ tát đạo.

28. Ngay như hàng Thanh văn và Độc giác, chỉ mong cầu tự giác, cũng gắng công tu tập miên mật như đang khẩn trương dập tắt lửa cháy trên đầu. Bởi vậy nỗ lực tinh tấn để lợi lạc cho chúng sanh là căn nguyên của mọi thiện căn - Đấy là pháp hành Bồ tát đạo.

29. Nên biết rằng các phiền não đều bị tiêu trừ bởi thiền chỉ và thiền quán. Hãy luyện tập chú tâm để siêu việt bốn cõi vô sắc - Đấy là pháp hành Bồ tát đạo.

30. Có năm Ba la mật mà thiếu Trí tuệ ba la mật thì không thể dẫn đến đạo quả. Bởi vậy hãy tập luyện các phương tiện thiện xảo cùng với trí tuệ để khỏi lạc vào ba cõi - Đấy là pháp hành Bồ tát đạo.

31. Nếu không chịu tự quán xét lỗi lầm, tức là ta chỉ mang danh là hành giả mà không có thực hành. Bởi vậy, hãy luôn luôn quán xét và loại trừ lỗi lầm của mình - Đấy là pháp hành Bồ tát đạo.

32. Nếu vì sự thôi thúc của phiền não mà ta vạch lỗi lầm của người khác, thì chính ta tự hại mình. Bởi vậy đừng khơi dậy lỗi lầm của những hành giả khác - Đấy là pháp hành Bồ tát đạo.

33. Danh lợi chỉ gây ra sự tranh chấp, làm cho sự học hỏi, suy tư và tu tập suy thoái. Bởi vậy hãy từ bỏ đừng dính mắc đến thân quyến bạn hữu, những mối tương quan, thí chủ, v.v... - Đấy là pháp hành Bồ tát đạo.

34. Ác khẩu làm xáo động tâm trí kẻ khác và làm hư hoại Bồ tát hạnh. Bởi vậy hãy tránh những lời lẽ khắc nghiệt gây ra sự bất an cho kẻ khác - Đấy là pháp hành Bồ tát đạo.

35. Phiền não khi đã được huân tập thì thật khó ngăn chận bằng các pháp đối trị. Hãy trang bị bằng các vệ binh chánh niệm và tỉnh giác, diệt trừ những phiền não như tham ái - Đấy là pháp hành Bồ tát đạo.

36. Nói tóm lại, bất luận đang làm gì, ta phải tự hỏi “Tâm ta đang ở trạng thái nào?” Hãy luôn giữ chánh niệm và tỉnh giác để lợi lạc cho chúng sanh - Đấy là pháp hành Bồ tát đạo.

37. Giải trừ nỗi thống khổ của vô lượng chúng sanh, thấu suốt sự thuần tịnh của ba cõi. Hãy dùng công đức của những nỗ lực này để hồi hướng đến giác ngộ - Đấy là pháp hành Bồ tát đạo. ********** Tôi đã soạn ba mươi bảy Pháp Hành Bồ Tát Đạo cho tất cả những ai muốn đi trên con đường Bồ tát, theo lời giảng giải ý nghĩa kinh điển, mật điển và luận điển của chư vị tổ sư.

Vì trí tuệ kém cỏi cũng như sự hiểu biết thiếu sót nên lời lẽ tôi không được văn hoa hấp dẫn đối với các học giả, tuy nhiên tôi đã dựa trên kinh điển và lời giáo huấn của các bậc tổ sư nên tôi nghĩ rằng các pháp hành Bồ tát đạo này không có gì sai trái.

Tuy nhiên, đại hạnh của chư vị Bồ tát thật khó lường cho những người tâm trí thô thiển như con. Con cúi xin các ngài lượng thứ cho những khuyết điểm của con, chẳng hạn như sự mâu thuẫn và những ý nghĩa thiếu mạch lạc.

Công đức này nguyện chúng sanh đạt được Bồ đề tâm (chí hướng vị tha, chân đế lẫn tục đế) và nhờ đó sẽ trở thành Bồ tát Quán Tự Tại, vị Bồ tát thoát khỏi hai kiến chấp (chấp thế gian và chấp an lạc xuất thế gian).

Bài này được soạn ra bởi tỳ kheo Thogme, một luận sư về kinh điển và lý giải trong một hang động ở Ngulchu Rinchen để tự lợi và lợi tha.

Thogme Zangpo (1295–1369)

Also known as Gyalsä Ngulchu Thogme. A great master of the Nyingma and Sakya traditions and author of Thirty-seven Practices of a Bodhisattva and a famous commentary on Shantideva’s Guide. ---oooOOOooo--- Awakening vs. Enlightenment: Giác ngộ, tỉnh thức vs. Đạt được, chứng đạo

Giác ngộ (SKT., pali. bodhi), danh từ được dịch nghĩa từ chữ bodhi (bồ-đề) của Phạn ngữ, chỉ trạng thái tỉnh thức, lúc con người bỗng nhiên trực nhận tính Không (SKT. sunyata), bản thân nó là Không cũng như toàn thể vũ trụ cũng là Không. Chỉ với trực nhận đó, con người mới thấu hiểu được thể tính mọi hiện tượng. Tính Không hiểu ở đây không phải sự trống rỗng thông thường mà nói về một thể tính vô biên không thể dùng suy nghĩ, cảm nhận để đo lường, nằm ngoài cặp đối đãi có-không. Tính Không này không phải là

một đối tượng để một chủ thể tiếp cận đến vì bản thân chủ thể cũng thuộc về nó. Vì vậy, giác ngộ là một kinh nghiệm không thể giãi bày.

Người giác ngộ hoàn toàn là vị Phật lịch sử Thích-ca Mâu-ni, cũng là người bắt đầu giáo hoá cho nên đạo Phật cũng được gọi là "đạo giác ngộ".

Awareness – Reflect on all the ways your mind is shoring up the notion of self. Examine all the “I wants”and “I needs” – all the likes and dislikes, all the thoughts and emotions that feed your self-concept. Be mindful of your experience as it arises. Observe it, without grasping it or labeling it “mind.” As you become less self-referential, your awareness will expand.

Awe - sợ hãi

Awl – cây dùi của thợ giày

Awning - tấm vải bạt để che nắng

Awry - hỏng, thất bại, không như ý muốn

Axial age – historians called this period which extended from 800-200 BC, it marks the beginning of humanity, men and women became conscious of their existence, their own nature and their limitations in an unprecedented way…

Axiom - sự thật hiển nhiên, chân lý; Axiomatic– rõ ràng, hiển nhiên ---oooOOOooo--- Nam Mô Đại Từ Đại Bi Cứu Khổ Cứu Nạn Quán Thế Âm Bồ Tát

B

Baffle - cản trở, trở ngại; màng ngăn, vách ngăn

Baleful – tai họa, không m

trình tan rã đưa đến của cái chết (Chikai Bardo), (5) của kinh nghiệm trải qua sau khi chết (Chonyi Bardo), và (6) của sự tái sinh trở lại (Sipai Bardo).

Riêng trong trường hợp để chuẩn bị cho cái chết và sau khi chết thì theo truyền thống Phật Giáo Tây Tạng, người quá cố thường được chư tăng tụng đọc cho nghe toàn bộ giáo lý của "Tử Thư" trong suốt 49 ngày để nhắc nhở họ về cái chết, về chu kỳ tan rã của ngũ đại (đất, nước, gió, lửa và khí), về những diễn biến trong cõi trung giới sau khi thân và tâm đã tách lìa, giúp người chết tìm ra nẻo thoát. Đây chính là giải thoát qua việc lắng nghe.

Nhưng giải thoát qua việc lắng nghe là cũng chỉ một trong Sáu Pháp Giải Thoát mà đức Liên Hoa Sanh đã giảng dạy, gồm có: 1. Giải thoát qua cái nghe (liberation through hearing) 2. Giải thoát qua cái mặc (liberation through wearing) (*) 3. Giải thoát qua cái thấy (liberation through seeing) 4. Giải thoát qua sự hồi nhớ (liberation through remembering) 5. Giải thoát qua vị nếm (liberation through tasting) 6. Giải thoát qua sự chạm xúc (liberation through touching)

(*) Ở đây ám chỉ áo mặc, hoặc phủ, hoặc đắp trên thân, mà cũng có thể là pháp bảo mà ta có thể đeo trên người.

Bardo (Tibet) – the immediate stage between death and rebirth

Vào thế kỷ thứ VIII sau TL, một vị người Ấn độ là tổ Padmasambhava, dịch là Liên Hoa Sanh, đắc đạo, nhiều thần thông, có thể hàng phục các hung thần ác quỷ, được vua Tây Tạng thỉnh tới cất ngôi chùa đầu tiên ở Tây Tạng. Ngài dùng thần thông theo rõi thần thức của người mới chết và ghi lại vào cuốn Bardo Thodol, cuốn này chỉ được mật truyền mà thôi. Sau ngài Rigzin Karma Lingpa tìm thấy và cuốn ấy lưu truyền trong Mật tông cho đến ngày nay. Bardo Thodol tạm dịch là "Cách giải thoát do nghe Kinh thân trung ấm". Ông Evans-Wentz dựa vào bản tiếng Anh của một vị lạt-ma Tây tạng.

Thần thức trải qua ba giai đoạn:

1/ giai đoạn lâm chung (chikhai bardo)

2/ giai đoạn tiếp dẫn (choniyid bardo)

3/ giai đoạn tái sanh (sidpa bardo)

CHẾT
VÀO THÂN TRUNG ẤM
VÀ TÁI SINH
THEO PHẬT GIÁO TÂY TẠNG
Đại sư Lati Rinbochay & Jeffrey Hopkins
Vì bị kiềm chế bởi tam độc tham, sân, si nên con người luôn tạo nghiệp ác và do đó tạo ra trong tâm thức những nghiệp lực dưới dạng tiền định lực, trói buộc tâm thức. Khi mạng sống chấm dứt, người bị kiềm chế bởi những tiền định lực ấy sẽ phải đi theo nghiệp lực của mình để tái sinh trong cõi luân hồi với một tâm thức và thân thể của kiếp sống mới, phù hợp với các nghiệp nhân đã tạo tác ra trong quá khứ.

Có người chết đi sau khi đã kéo dài mạng sống đúng với thọ mạng của mình để trả các nghiệp lực gây ra từ các đời trước, các lực đó là nhân làm thành nền tảng của kiếp sống này. Cũng có người chết đi trước kỳ hạn thọ mạng của mình vì không hội đủ các nhân duyên để giữ mạng sống lại, ví dụ như thiếu những điều kiện tối thiểu để thọ mạng tiếp tục. Chết như thế gọi là chết ngoài kỳ hạn, hoặc chết do thọ báo công đức đã kiệt tận; nghiệp lực để tạo ra đời này vẫn còn đó, nhưng các ngoại duyên do công đức tích tập từ các đời trước thì không còn nữa.

Con người luôn luôn chết đi với một trong các trạng thái tâm thức: thiện, ác hoặc vô ký (tức là không thiện không ác). Trong trường hợp đầu, người sắp chết mang trong tâm thức của mình một đối tượng thiện, ví dụ như Tam Bảo (Phật, Pháp và Tăng) hay là vị thầy Bổn sư của mình và làm phát khởi tín tâm vào Phật pháp. Hoặc có khi người sắp chết phát khởi tâm xả vô lượng, và thoát ra khỏi tất cả tham ái và sân hận đối với mọi chúng sinh hữu tình. Hoặc giả người sắp chết thiền quán nhập vào tánh Không hay phát khởi tâm từ bi. Quán tưởng được như thế là bởi vì người sắp chết nhớ lại công phu hành trì của mình lúc còn sống hoặc là nhờ có người ở bên cạnh nhắc nhở thúc đẩy. Nếu người sắp chết phát khởi được các tâm thiện kể trên vào lúc lâm chung thì người đó tạo được cận

tử nghiệp thiện và sẽ đi tái sinh trong các cảnh giới cao tốt hơn. Lúc lâm chung được như thế thì rất tốt.

Nhưng đôi khi, tuy không cố tình chọc giận, nhưng vì tâm thần hoảng hốt kích động nên những người chung quanh đã làm cho người sắp chết nổi cơn giận dữ. Cũng có khi bạn bè quyến thuộc tụ họp bên giường của người sắp chết khóc than đến nỗi người sắp chết phát khởi lên một tâm tham ái rõ rệt. Dầu là tham ái hay giận dữ, nếu người đang lâm chung chết đi trong một trạng thái tâm thức bất thiện vốn thường phát khởi trong quá khứ, thì điều này rất nguy hiểm cho người ấy.

Có người chết đi trong trạng thái tâm vô ký, không phát khởi đối tượng thiện hoặc ác nào trong tâm và cũng không sinh tâm giận dữ hoặc tham ái.

Ba trạng thái này, tức là lâm chung trong trạng thái tâm thiện, bất thiện hay vô ký, sẽ diễn ra cho đến khi người lâm chung đi vào cõi tâm vi tế của tiến trình chết. Theo hệ thống của Kinh điển, tâm vi tế sau cùng này nhất thiết phải là tâm vô ký vì trong hệ Kinh điển không giảng dạy cách sử dụng pháp môn chuyển hóa tâm vi tế thành tâm thiện như trong hệ thống Mật điển, mà chỉ đưa ra các pháp môn đối trị những trạng thái tâm thức thô. Ngược lại, một vị cao tăng Mật tông [hành giả Mật tông] có thể chuyển hóa các tâm vi tế xuất hiện trong giờ phút lâm chung thành tâm thức thiện. Khi tu tập đến mức này, hành giả đã đạt được trình độ rất cao sâu.

Dù sao, trạng thái của tâm thức lúc lâm chung (gọi là cận tử nghiệp) rất quan trọng bởi vì ngay cả một người có tu tập, dẫu đã đạt đến mức độ trung bình, vẫn có thể phát khởi tâm tham ái hay sân hận rõ rệt khi bị kích động phiền não lúc gần chết. Đó là vì tất cả chúng ta đều còn có các tiền định lực do ác nghiệp quá khứ tạo tác, chỉ chực chờ phát tác khi gặp các hoàn cảnh bất lợi. Chính các tiền định lực này là nghiệp lực lôi kéo ta đọa sinh xuống các cõi như súc sinh v.v... Cũng tương tự như thế, ta cũng có các phước đức do các thiện nghiệp tạo tác trong quá khứ,

khi gặp các hoàn cảnh thuận lợi, là nghiệp lực sẽ mang ta tái sinh vào các kiếp luân hồi cao như cõi người v.v... Các tiềm năng có sẵn trong thần thức này được nuôi từ tham dục và chấp trước, dẫn đến các cảnh giớI tái sinh xấu hoặc tốt. Như thế, nếu các tiền định lực đúc kết bởi các ác nghiệp được phát động thì người chết sẽ đi tái sinh trong cảnh giới súc sinh, ngạ quỷ hay địa ngục.

Tương tự, nếu một người luôn tạo ác nghiệp trong đời sống, nhưng lại chết trong một trạng thái tâm thức thiện thì người này sẽ rất có thể được đi tái sinh trong cảnh giới tốt. Vì thế, người lâm chung cũng như thân nhân bên giường bệnh phải tránh kích thích tâm chấp trước hay giận dữ, mà trái lại, bằng mọi cách, nên nuôi dưỡng một trạng thái tâm thức thiện. Điều này rất quan trọng, cần được hiểu rõ.

Những người chết đi trong trạng thái tâm thức thiện sẽ có cảm giác đi từ chỗ tối vào vùng ánh sáng, giải thoát khỏi mọi lo lắng bất an và thấy hiện ra các hình tượng lành. Đã có nhiều trường hợp người bệnh rất nặng, nhưng lúc lìa đời lại nói rằng cảm thấy vô cùng sảng khoái mặc dù đang mang bệnh khổ. Có người khác tuy mang bệnh nhẹ nhưng lại lâm vào tình trạng sợ hãi ghê gớm, hơi thở nặng nề khó khăn đau đớn.Những người này đang bị chìm đắm trong những tư tưởng bất thiện, có cảm giác đi từ nơi sáng sủa vào vùng tăm tối và thấy xuất hiện các hình ảnh dữ.

Còn có người bị bệnh hoạn làm cho nhiệt độ trong thân hạ xuống thấp, khởi tâm ham muốn hơi ấm, vì thế phát động lực khởi nghiệp đi tái sinh trong cảnh giới địa ngục nóng, và thác sinh vào một cõi cực kỳ nóng bức. Người khác, lại vì dính mắc trong sự ham muốn một cảm giác mát mẻ, ví dụ như ham muốn uống một ly nước lạnh, làm phát động lực khởi nghiệp đi tái sinh trong cảnh giới địa ngục lạnh, và do đó tạo sự liên kết để đi thác sinh như thế. Do đó, khi lâm chung, quan trọng nhất là phải tránh đừng

khởi tâm tham ái và hãy cố hướng tâm về các đối tượng lành.

Trong đời sống thường ngày, các tâm rất quen thuộc như tham lam, sân hận, đố kỵ... chỉ cần chút ít kích thích là đã nổi lên tự nhiên trong ý thức. Nhưng có những tâm thức khác mà chúng ta ít quen thuộc, cần nhiều cố gắng hơn mới kích thích lên được như là khi ta muốn suy tưởng, lý luận về một đề tài gì. Tương tự, khi lâm chung các tâm thức đã quen thuộc thường hiện hành trước tiên và chi phối nẻo tái sinh. Vì lý do này, tâm chấp ngã khởi lên mạnh mẽ vì ta sợ hãi cái ngã của ta không còn hiện hữu. Chính tâm chấp ngã này làm sợi dây liên kết dẫn ta đi vào cõi trung ấm, cõi này là trạng thái giữa lúc chết và lúc đi tái sinh. Tâm ham muốn có được thân mới tiếp theo đó lại chính là cái nhân để tạo tác thành thân trung ấm.

Với những người chuyên tạo ác nghiệp thì hơi ấm của thân thường thất thoát ở phần trên của thân trước tiên và sau đó mới thất thoát ở các phần khác của thân. Ngược lại, người chuyên tạo nghiệp thiện, thì hơi ấm thường thất thoát từ dưới chân trước tiên. Trong cả hai trường hợp trên, hơi ấm sau cùng tụ lại ở nơi tim, và từ đấy lìa khỏi thân. Các phần tử vật chất này, gồm tinh cha và huyết mẹ kết hợp lại, là nơi thần thức nhập vào lúc đầu tiên để vào tử cung mẹ khi bắt đầu sự sống. Các phần tử vật chất này biến thành trung tâm luân xa tim, và chính từ điểm này mà thần thức cuối cùng lìa khỏi thân lúc lâm chung. Ngay khi thần thức lìa luân xa tim, thân trung ấm bắt đầu - trừ trường hợp của các vị tu hành cao, thác sinh trong cảnh trời vô sắc của các cõi không vô biên giới, thức vô biên giới, các “cõi Không” hoặc là các cảnh giới cao nhất của cõi luân hồi, thì đi tái sinh ngay sau khi chết. Những người thác sinh vào các cõi dục giới và sắc giới thì vẫn phải trải qua thân trung ấm, ở trong đó những người này sẽ mang hình dạng của thân tái sinh tương lai. Thân trung ấm có đầy đủ 5 giác quan và có cả nhãn thông, có khả năng đi xuyên qua vật chất, và bay ngay lập tức đến nơi mình muốn. Thân trung ấm cũng có thể thấy được các thân trung ấm khác cùng thể loại (tức là cùng cõi đi tái sinh). Các thể loại khác nhau là địa ngục, ngạ quỷ, súc sinh, người, a tu la và trời. Các đồng cốt cũng có khả năng thấy được thân trung ấm.

Khi thân trung ấm chưa tìm được nơi đi tái sinh thích hợp với nghiệp lực của mình sau 7 ngày thì nó sẽ phải trải qua sự chết của trung ấm và tái sinh trong một thân trung ấm mới. Tái sinh trung ấm chỉ có thể diễn ra nhiều nhất là 6 lần, có nghĩa là thần thức chỉ có thể trải qua tối đa là 49 ngày trong cõi trung ấm. Điều đó cũng có nghĩa là khi một thần thức sau khi chết đi một năm trời, hiện ra và cho biết vẫn chưa được tái sinh, không còn ở trong cõi trung ấm nữa, thì thần thức đó đã tái sinh thành ma.

Khi tái sinh thành người, thần thức sẽ thấy cảnh cha mẹ ăn nằm với nhau. Nếu tái sinh thành thân nam, cảnh này sẽ làm thần thức khởi tâm ham muốn người mẹ và ghét bỏ người cha - còn nếu phải tái sinh thành thân nữ thì thần thức sẽ khởi tâm ngược lại. Vì tham ái, thần thức nhào xuống để hưởng dục lạc, nhưng xuống đến chỉ thấy bộ phận sinh dục của người mà mình tham ái. Thần thức sẽ nổi cơn sân hận, làm chấm dứt kiếp trung ấm và bắt đầu liên kết với kiếp sống mới. Thần thức lúc đó chui vào trong bụng mẹ và bắt đầu một kiếp người. Khi tinh cha và huyết mẹ kết hợp với sự sống này - hay là với thần thức, thì tất cả sự hòa hợp tự nhiên và dần dần phát triển để trở nên các

thành phần của một thân người.

Vì tham ái, thần thức bị lôi kéo đến nơi tái sinh tương lai, dẫu cho đó là địa ngục. Lấy thí dụ như thần thức người đồ tể sẽ thấy cảnh đàn cừu ở xa như trong một giấc mộng, bèn vội vàng chạy đến để giết chúng, nhưng khi đến nơi tất cả liền biến mất. Thần thức nổi cơn giận dữ, khiến kiếp thân trung ấm chấm dứt liền ngay đó và kiếp mới trong địa ngục bắt đầu. Phần trước cũng đã nói về sự tái sinh vào các địa ngục nóng vì khởi tâm ham muốn hơi nóng và địa ngục lạnh vì khởi tâm ham muốn hơi mát mẻ. Cảnh giới trung ấm của kẻ sẽ phải đi tái sinh vào nẻo dữ tự nó rất khủng khiếp đáng sợ; cuối cùng thần thức xông đến chốn tái sinh và khi thấy ý nguyện không toại, bèn nổi cơn giận dữ; ngay lúc đó, thân trung ấm chấm dứt và kiếp sống mới bắt đầu. Do đó, sự liên kết với một kiếp sống mới được tạo ra từ ảnh hưởng của tham lam, sân hận và si mê. Trừ khi các

phiền não này được tiêu trừ, ta như bị trói buộc bằng một sợi dây xích sắt, không được tự do. Tuy có những nơi tái sinh cao, tốt và có nơi tái sinh xấu, thấp, nhưng khi còn bị trói buộc trong luân hồi sinh tử, ta vẫn phải chịu gánh nặng của các uẩn thuộc sắc và tâm dưới sự kiềm chế của nghiệp ác và phiền não. Quá trình tái sinh này không phải chỉ diễn ra một lần mà là mãi mãi, luân hồi không ngừng nghỉ.

Để vượt qua, siêu thoát khỏi đau khổ của luân hồi, sinh, lão, bệnh, tử, các tà kiến tham lam, sân hận và si mê cần phải được tiêu trừ. Căn gốc của nó chính là si mê tà kiến cho rằng có một tự ngã riêng biệt của ta và của mọi hiện tượng (tức là các pháp) thật sự hiện hữu. Thuốc uống ngoài chỉ chữa được bệnh khổ bề ngoài nhưng không chữa được căn bệnh chính yếu của nội tâm. Các pháp tu nội tâm - như là cầu viện đến các pháp môn đối trị tham ái và sân hận - hữu ích hơn nhiều, nhưng tác dụng của các giải pháp này cũng chỉ là tạm thời. Tuy nhiên, nếu ta có thể diệt trừ được tâm si mê - là căn gốc của ba độc - thì tất cả ba độc sẽ tự động tiêu tan.

Khi si mê bị tiêu trừ, các nghiệp ác tạo tác đặt căn bản trên si mê cũng chấm dứt. Hơn thế nữa, nếu không còn si mê, các tham ái dính mắc và chấp trước vốn tăng cường sức mạnh cho các tiền định lực cấu tạo bởi các nghiệp quá khứ cũng ngừng hoạt động. Từ đó, vòng tái sinh luân hồi sinh tử bất kham cũng chấm dứt theo. Bản dịch Việt ngữ: Giao Trinh Diệu Hạnh & Chân Giác Bùi Xuân Lý ------oooOooo------ Barnacle – con hàu, người bám dai như đỉa

Barque - thuyền ba cột bườm

Barren - cằn cỏi, không ra quả; hiếm muộn, không sanh đẻ

Barrister – lawyer = luật sư

Barrow – gò đất, nấm mồ

Bask – phơi nắng, tắm nắng, sưởi

Bauble - đồ trang sức lòe loẹt rẻ tiền

Be antidotal – Detoxicate = giải độc

Beatitude – blessedness = phúc lớn

Beckon - vẫy tay ra hiệu

Bedridden - nằm liệt giường

Bedstead – framework of the bed = khung giường

Beget – sinh ra, gây ra

Begrudge - bực dọc, ghen tị, thèm muốn

Beguile – làm tiêu khiển, làm khuây đi

Behest - chỉ thị, mệnh lệnh

Behold – Witness = chứng kiến

Behoove - phải có nhiệm vụ

Belatedly - chậm, muộn

Bellicose - hiếu chiến, thích đánh nhau

Bellowing of savages - tiếng kêu rống hoang dã

Bellwether - cừu đực đầu đàn; người lãnh đạo được người ta theo một cách mù quáng
Bemoan – than khóc, nhớ tiếc

Benefactor – ân nhân

Benevolence – lòng nhân từ, lòng từ thiện (Malevolence – ác tâm, ác ý)

Benign – nhân từ, ôn hoà

Berate – blame, scold = mắng mỏ, nhiếc móc

Bereavement – suffering the death of love one = sự mất đi một người thân

Bereft – bị tước đi, bị mất

Berth - giường ngủ trên tàu, xe lửa

Beseeching - cầu khẩn, van nài

Beset – bao vây

Bespattered - rắc, làm tung toé

Bestow - tặng cho, ban cho

Betrothal - sự hứa hôn, lời hứa hôn

Bewilderment - sự bối rối, hoang mang

Bhavasava - Ảo giác bộc lộ những háo thích về các lạc thú đã từng nếm trải, kích thích sự mến tiếc và mong ước được sống cho lâu dài, để tận hưởng mùi vị hương trần. Được biết sự tham sống là cội rễ, nhân sinh ra bản thân này và cũng là nguồn gốc của mọi sự

khổ não dính liền với thân. Bồ-tát gom thần lực Trí Tuệ, tẩy trừ những trần cấu, đã lâu đời chồng chất, tích trữ trong tâm khảm của Bồ-tát. Đây gọi là Tái-Sanh Lậu Phiền-Não (Bhavasava).

Bhikkhu (Sanskrit) – almsmen = tỳ kheo, người sống bằng cuả bố thí

Bhikkhu may be literally translated as "beggar" or more broadly as "one who lives by alms". It is philologically analysed in the Pali commentary of Buddhaghosa as "the person who sees danger (in samsara or cycle of rebirth)". He therefore seeks ordination to release from it. The Dhammapada states: He is not a monk just because he lives on others' alms. Not by adopting outward form does one become a true monk. Whoever here (in the Dispensation) lives a holy life, transcending both merit and demerit, and walks with understanding in this world - he is truly called a monk.

In Tibet, rabjung, getshul, gelong ordinations are usually taken at ages six, fourteen and twenty-one or older, respectively.

Bhikkhu - Tỳ-Kheo - là thầy tu chính thức trong Phật giáo, thường ngày đi trì-bình khất-thực để nuôi sống. Xin được món gì ăn món nấy, không được đòi hỏi cùng khen chê và mỗi ngày chỉ được phép ăn trước giờ ngọ. Có hai hàng tỷ kheo:

1.Trong thời đức Phật còn tại thế, những người đã có tu hành nhiều kiếp, được duyên dầy quả đủ, khi nghe đức Phật thuyết pháp liền chứng đạo quả Tứ- Thánh, từ Tu-đà-hoàn đến A-La-Hán và những người có nhiều duyên lành, gần đến thời kỳ chứng đạo quả, phát tâm trong sạch xin xuất gia theo Phật, liền được đức Thế-Tôn cho xuất gia. Lúc ấy chưa có điều luật, đức Phật chỉ nói:"Vào đây thầy Tỳ-Kheo, để thực nghiệm đời sống phẩm hạnh hầu diệt tận nguồn khổ". Liền khi ấy người xin xuất gia, nhiều ít chẳng hạn, dù là người cư sĩ hay ngoại đạo giàu sang hay nghèo hèn, mất hẳn sắc tướng trần tục của họ, trở thành vị Tỷ-Kheo xuất gia. Các vị này có biệt danh là Ehi Bhikkhu: Thiện-lai Tỳ-Kheo.

2. Sau số người xin vào đạo rất đông và có nhiều người không đủ điều kiện, đức Phật phải chế định ra qui tắc gắt gao. Người xuất gia ít nhất phải đúng 20 tuổi, phải có cha mẹ cho phép, phải có đầy đủ sức khỏe, không bệnh hoạn, truyền nhiễm như phong cùi, ho lao...không thiếu nợ nần, không bị án tiết, không trốn xâu lậu thuế và phải trải qua một thời gian tập sự, ít nhất là 4 tháng học giới luật, trau giồi hạnh kiểm, phải được một thầy Ty-Kheo kỳ cựu ít nhất 10 năm kinh nghiệm, thông suốt kinh luật đứng ra bảo đảm và trình diện, để chịu khảo thí trước một Giáo Hội có từ 10 vị Tỳ-Kheo sắp lên thông hiểu Phật- Pháp. Khi được Ban Giám khảo chấp thuận thì vị thầy tu liền được đặt vào một địa vị cao thượng. Địa vị ấy luôn luôn phải biểu hiện bằng cử chỉ, hạnh kiểm, hành động, lời nói, tư tưởng cao đẹp hơn người thế tục. Trong Phật giáo còn hàng Sa-di (Samanera) là những chú tiểu từ 7 tuổi sắp lên, được các vị trụ trì thâu nhận vào học kinh luật, chờ đúng tuổi xuất gia Ty- Kheo. Bhikkhus – The five brothers of the Bhikkhus: Kondanna, Vappa, Bhaddiya, Mahanama and Assaji = 5 anh em Tỳ kheo Kiều Trần Như:

Kondanna - Kiểu-Trần-Như hay Hỏa khí; Vappa - Thực-Lực hay Khởi Khí; Bhaddiya - Bạt-Đề hay Tiểu-Hiền; Mahanama - Ma-Nam hay Đại-Danh; Assaji - Át-Bệ hay Mã-Sư hay Mã-Thắng

Bhikkuni – Nun = Ni cô - A bhikkhuni (Pali) or bhiksuni (Sanskrit) is a fully ordained female Buddhist monastic. Male monastics are called bhikkhus. Both bhikkhunis and bhikkhus live by the vinaya. Bhikkhuni lineages enjoy a broad basis in Mahayana countries like Korea, Vietnam, China, and Taiwan.

According to Buddhist scriptures, the order of bhikkhunis was first created by the Buddha at the specific request of his foster-mother Mahapajapati Gotami, who became the first ordained bhikkhuni, relayed via his attendant Ananda (who also urged for the Buddha's acceptance of it). The bhikkhuni order spread to many countries.

Tỉ-khâu-ni - Tỳ Kheo ni

Tỉ-khâu-ni hay là Tỳ Kheo ni (skt. bhiksuni, pali. bhikkhuni) là nữ giới xuất gia, là nữ tu Phật giáo. Trong dân gian, một nữ tu xuất gia, còn được gọi là ni cô hay là ni sư.

Theo truyền thuyết, ni đoàn được mẹ kế của Phật sáng lập với sự ủng hộ của tôn giả A-nan-đà (skt. ananda). Cũng một phần vì điều này mà A-nan-đà bị khiển trách nặng nề trong lần Kết tập thứ nhất. Chính Phật cũng lo ngại sự có mặt của nữ giới sẽ làm Tăng-già khó tu hành và dự đoán là giáo pháp vì lý do đó, thay vì tồn tại 1000 năm, chỉ còn 500 năm.

Mặc dù, Phật Thích Ca không hoan hỉ trong việc cho phụ nữ xuất gia, nhờ sự can thiệp của A-nan-đà (Ananda) mà Phật chấp nhận thành lập ni đoàn,

Phật dạy đại đức rằng:

"Này Ananda, nếu phụ nữ không được phép xuất gia và sống trong Pháp và Luật của Ta, thì cuộc sống Thánh hạnh của các đệ tử của Ta có thể giữ vững dài lâu, Chánh pháp cao cả của Ta có thể duy trì một ngàn năm, nhưng vì phụ nữ được phép xuất gia, cuộc sống Thánh của các đệ tử Ta sẽ không duy trì dài lâu, và từ nay Chánh pháp cao cả của Ta chỉ còn tồn tại 500 năm nữa mà thôi".

"Cũng như, này Ananda, có những ngôi nhà có nhiều phụ nữ và ít đàn ông, những ngôi nhà đó rất dễ bị mất trộm. Nếu để phụ nữ xuất gia, sống trong Pháp và Luật của Như Lai, cuộc sống Thánh của các đệ tử sẽ khó mà duy trì dài lâu. Cũng như một người đắp một con đê để ngăn một bể nước lớn, không

để cho nước tràn qua. Ta cũng vậy, Ta chế định ra 8 giới điều nghiêm khắc trên là để ngăn ngừa không để cho Tỳ kheo ni vi phạm".

Giới luật

Quy định về đời sống của tỉ-khâu-ni khắc nghiệt hơn nhiều so với nam giới. Luật tạng có 227 giới cho Tỳ-kheo, 311 giới cho Tỳ-kheo ni, theo truyền thống Nguyên Thủy; 250 giới cho Tỳ-kheo, 348 giới cho Tỳ-kheo ni, theo truyền thống Đại thừa. Ngoài ra, giới Tỳ Kheo Ni phải chấp hành Bát Kỉnh Pháp, suốt đời không thay đổi, gồm có 8 điều sau:

1- Một Tỳ kheo ni, dầu có trăm tuổi hạ cũng phải đứng dậy chắp tay đảnh lễ trước một Tỳ kheo mới thọ giới Cụ túc (giới luật của Tỳ-kheo) được một ngày. 2- Một Tỳ Kheo ni không được an cư kiết hạ ở nơi nào không có Tỳ kheo ở. 3- Mỗi nửa tháng, Tỳ Kheo ni phải đến cầu xin thọ giáo cùng Tỳ kheo. 4- Khi an cư xong, phải đến Tỳ kheo cầu ba sự tự tứ: đã thấy gì, nghe gì, và nghĩ gì. 5- Nếu Tỳ kheo ni phạm trọng tội thì phải chấp hành sám luật trước hai bộ Tăng trong thời gian nửa tháng. 6- Tỳ Kheo ni phải tu tập 6 giới trong 2 năm rồi mới được xin thọ giới Cụ Túc trước hai bộ Tăng. 7- Một Tỳ kheo ni không được khiển trách hay nặng lời đối với một vị Tỳ kheo trong bất kỳ trường hợp nào. 8- Tỳ kheo ni không được nói lỗi của Tỳ kheo. Trái lại, Tỳ kheo được quyền cử tội Tỳ kheo ni. Quy định trục xuất của ni giới hết sức ngặt nghèo, ni giới không bao giờ đóng một vai trò quan trọng trong Tăng-già thời Phật tại thế.

SHORT NOTES OF SEVEN FOREMOST VENERABLE NUNS IN THE BHIKKHUNI ORDER

1.The Story about Elder Nun Mahapajapati Gotami

The first of the foremost nun disciples is the root and the most important also, as Mahapajapati was the founding member of the nuns' monastic order, and this story tells how she reached such an eminent position. It was a position that is not attained in one life alone, but over a great period of time, just as the Buddha's Awakening was also built on the acts performed during a great succession of lives.

The story of how she came to the title as senior-most of the nuns in many ways sets the pattern for the others that follow: she was born at the time of the previous Buddha Padumuttara, and saw that Buddha appoint a nun to a foremost position, did a great deed, normally consisting of some considerable personal sacrifice, and made an aspiration for the same position herself.

2.The Story about the Elder Nun Khema

Like Mahapajapati Gotami, and indeed all the nuns singled out in these stories, Khema's story begins at the time of the Buddha Padumuttara, who was the 13th of the 28 most recent Buddhas culminating in our Gotama Buddha.

At that time she saw one of Buddha Padumuttara's Chief Disciples, Sujata, and having sold her hair for cash, made a donation to the Elder on the same day. This is an example of one of the great deeds that all the disciples do before confirming their aspiration. Khema's aspiration in this case was to be foremost in great wisdom.

One thing to note is that most of the aspirants see a nun being appointed to a position of great eminence, and aspire to the same position, but here Khema sees the Buddha's Chief male disciple, and aspires to a similar wisdom as he has. In the Traditions (Apadana), however, it says she saw the Buddha appoint a nun to the position of great wisdom, and then made her aspiration.

As with Mahapajapati Gotami, she was in that life born as a slave girl and was owned by another. Again rank had no bearing on what the person could achieve if their aspirations were good and the energy sufficient, and, as in all of these life stories, the

energy for doing good deeds over many lives must have been dedicated indeed.

After she had completed a life of good deeds, she was reborn many times over a period of many thousands of aeons, where we must understand that she was also engaged in doing good deeds and abstaining from bad ones, which provided the foundation for her later achievements.

3.The Story about the Elder Nun Uppalavanna

Uppalavanna was considered to be one of the two chief female disciples of the Buddha, the other being Khema.

She was the daughter of a businessman from Savatthi (Shravasti). She was named Uppalavanna because her complexion was that of a blue lotus. She was so beautiful that when she came of age, powerful and wealthy suitors sent messengers to her father asking for her hand. Not wanting to displease so many people, he suggested that she become a bhikkhuni. She agreed and became a nun. She quickly progressed in meditation and became an Arahant (fully liberated)…

4.The Story about the Elder Nun Kisa Gotami

Kisa Gotami's story is another of the really memorable stories in this collection: having made the usual aspiration at the time of the Buddha Padumuttara, no further lives are recorded until she is born in her last life, to a poor family in Savatthi.

She gained a good marriage but was despised by the family until such time as she had a son, at which point she was treated with respect. Unfortunately this didn't last, as the young lad died while still a child.

Gotami, unable to face the fact that her child had died, which, besides the grief involved in losing a child, would also have the unwanted consequence of lowering her status again, wandered around asking for medicine for her dead child, which no one could supply.

One wise man thought to send her to the Buddha, who is a physician who could cure all ills, and she readily went along. The Buddha asked her to bring a mustard seed to him, but there is a catch, it must be from a household that never saw a death in the family.

Full of hope she went into town and started on her quest, but after a few houses she realised every house she went to has seen a death in the family, and that death is not for her son alone, but is a pervasive phenomena in life, and that this is a universal teaching.

She abandoned her child in the charnel ground and returned to the Buddha a wiser person than when she left, and he taught her with a verse, which saw her established in the first stage of Awakening. Later he taught her again, and that time she attained Liberation.

The reason why she attained her foremost position as one who wore rough robes, and it does not seem to be prefigured in the story. It is simply stated that was what she was good at, and eventually she was placed foremost for it.

The counterpart to this nun amongst the monks was Mogharaja.

5.The Story about the Elder Nun Sona

This is one of the most touching stories of the collection. Sona, also known as Many-Children Sona, after raising ten children, seeing them all married off, and distributing her wealth to them, finds herself despised by her children, and decides to go forth.

Even when she has gone forth no one respected her, so she took up insight meditation on the nature of the body and worked at it with great zeal. One day while working at her meditation subject, the Buddha projected an image of himself standing in front of her, and gave her encouragement.

She then attained Liberation, but realised she hadn't carried out her assigned duty to warm the water for the nuns' bath when they returned from alms round. Thinking that if someone spoke badly of her they may make demerit, upon their return she warmed the water through miraculous power, and this convinced them of her attainment.

The nuns begged for forgiveness and Ven. Sona became at long last a highly respected member of the Community, known as being zealous in making effort, and when the Buddha was placing the nuns in position, she was made foremost amongst those who were energetic.

Her male counterpart also had the same first name, and was known as Ven. Sona Kolivisa.

6.The Story about the Elder Nun Dhammadinna

The story in the commentary about this great nun is somewhat anomalous, as her story is said to have been similar to Ven. Khema's, even down to doing a deed for the Chief Disciple of the Buddha Padumuttara, the Elder Sujata, and aspiring for a similar position herself. But the commentary here seems somewhat confused, as in her Traditional verses, it clearly says she did a good deed for the Elder Sujata, and at a later time heard Buddha Padumuttara place

a nun in foremost position of those who talk about Dhamma, and aspired to that position herself, which is indeed the position she fulfilled, being the counterpart of Ven. Mantaniputta.

Later she was also one of the seven sisters who built a monastery for the Buddha Kassapa's monks, and was eventually reborn into her last life. Her birthplace is not stated here, but the Tradition states it was in Giribbaja (another name for Rajagaha), and she did indeed marry the merchant Visakha who was living in that city, and who

was a close friend of King Bimbisara.

Her husband Visakha was amongst the crowds of people who went out to greet the Buddha when he returned to Rajagaha around nine months after his Awakening, and there and then he attained the First Path, and later on he progressed through to the Third Path.

At that point he became incapable to living a normal household life, having transcended sensual desire, and he therefore informed his wife and gave her permission to choose her own future. Dhammadinna, not wishing to take up what he had thrown away, chose to go forth and after ordination went to a hermitage in the countryside, where she quickly attained Liberation.

Visakha was surprised by her quick return to Rajagaha and didn't know whether it was because she was dissatisfied with the life or not, so he decided to visit her to find out. Rather than asking what could be an embarrassing question though, he skilfully asked her about the teaching, deepening the questions as he received answers.

This showed him beyond doubt, that not only was she satisfied, but that her own personal experience was beyond his own; when he reported his conversation to the Buddha he confirmed Dhammadinna's greatness and attainment, and made her teaching his own by approving it as being the same as he himself would have taught. The discourse that was recorded on that occasion, the Small Discourse giving an Elaboration (MN 44), is one of the most outstanding discourses spoken by a disciple in the Tipitaka, and is justly famous. It was owing to this discourse that Ven. Dhammadinna was appointed to the position of foremost amongst those who talk on Dhamma.

7.The Story about the Elder Nun Sakula

This is the shortest of the stories, and the least informative too, which is strange, as a section of her story which is very relevant to her placement here has been omitted, even though it is found in the Traditions (Apadana) about her.

At the time of the Buddha Padumuttara she made her aspiration to gain foremost position amongst those with the divine eye, and during the Buddha Kassapa's time, having received some oil, with a faithful heart, she lighted up the Buddha's shrine with it for the whole night.

Because of that her body also shone forth, and she was famous and had penetrating vision in her next life in the Tavatimsa Heaven. Later, when she was reborn in Buddha Gotama's time she gained faith, went forth, and finally attained Liberation, and because of her past good deeds became adept in the divine eye, and attained the position as foremost in that skill in accordance with her aspiration.

The male disciple with this same quality was Ven. Anuruddha.

LƯỢC SỬ VỀ BẢY VỊ NI–ĐẠI ĐỆ TỬ CỦA PHẬT

1. MAHAPAJAPATI GOTAMI: Kinh nghiệm đệ nhất, người thay thế Phật lãnh đạo Ni đoàn

Kiều-đàm-di (Mahapajapati Gotami) sinh tại Devadaha, con của vua Thiện Giác (Suppabuddha), là dì ruột và là mẹ kế của thái tử Tất Đạt Đa (Siddhattha). Khi Thế Tôn trở về cung thành Ca-tỳ-la-vệ (Kapilavatthu) để độ cho vua Tịnh Phạn (Suddhodana), thân phụ của Ngài, đang hấp hối, nữ Tôn giả cùng với năm trăm Thích nữ khác xin phép Thế Tôn xuất gia và được thành lập Ni đoàn dưới sự chỉ dạy của Ngài, nhưng Thế Tôn từ chối. Tuy nhiên, nữ Tôn giả cũng như năm trăm Thích nữ không nản chí, tự xuống tóc, đắp cà-sa, đi bộ theo chân Thế Tôn đến Tỳ-xá-ly (Vesali) tiếp tục cầu xin, Thế Tôn lại từ chối. Sau đó, nhờ tôn giả Ananda khẩn khoản bạch xin Thế Tôn bằng nhiều cách, Thế Tôn mới thuận cho, với điều kiện tôn trọng "Tám pháp kính". Từ đó, nữ Tôn giả tinh tấn tu tập và đắc quả A-la-hán.

Thế Tôn xác nhận Kiều Đàm Di là Ni trưởng của chư Ni, người đạt Kinh nghiệm đệ nhất, là người sáng lập Ni đoàn. Thế Tôn cho phép Nữ Tôn giả thay thế Ngài lãnh đạo Ni đoàn.

2. KHEMA: Trí tuệ đệ nhất

Khema sinh tại Sagala, nước Ma-kiệt-đà (Magadha) trong dòng hoàng tộc, có nhan sắc tuyệt trần, được vua Tần-bà-sa-la (Bimbisara) tuyển làm hoàng hậu. Vì luôn hãnh diện với sắc đẹp của mình, nên Khema không dám diện kiến Thế Tôn, khi Ngài an trú tại vườn Trúc Lâm (Bamboo Grove), vì sợ Ngài sẽ chỉ trích việc ấy. Một hôm, nhà vua lập mưu, đưa Hoàng hậu đến gặp Phật. Phật dùng thần lực thị hiện cho Khema thấy tính chất phù du của sắc đẹp và sự phù phiếm của khát ái. Ngay tại đó, Khema chứng quả A-la-hán. Vua Tần- bà-sa-la chấp thuận cho Khema xuất gia, gia nhập Ni đoàn.

Đức Phật khen nữ Tôn giả là Tỳ-kheo-ni có Trí tuệ và Thiền quán đệ nhất.

3. UPPALAVANNA: Thần thông đệ nhất

Uppalavanna sinh tại thành Xá-vệ (Savatthi), con gái của vị trưởng khố giàu có, nhan sắc rất xinh đẹp. Nữ Tôn giả có nước da trông như màu nhuỵ hoa sen xanh, nên được đặt tên là Uppalavanna. Khi Uppalavanna đến tuổi trưởng thành, hàng vua chúa và thường dân đều tranh nhau hỏi cưới nàng. Không thể làm vừa lòng mọi người, vị trưởng khố yêu cầu Uppalavanna xuất gia. Vào Ni đoàn, nữ Tôn giả tinh tấn tu tập thiền định, đắc đại thần thông. Một hôm, trong khi thiền quán lửa của ngọn đèn, nữ Tôn giả chứng quả A-la-hán.

Thế Tôn khen nữ Tôn giả là nữ đệ tử Thần thông đệ nhất.

4. KISAGOTAMI: Thô y đệ nhất

Kisagotami sinh tại thành Xá-vệ (Savatthi), trong một gia đình nghèo khổ, tên là Gotami, vì nữ Tôn giả ốm yếu nên được gọi là Kisagotami (Gotami ốm yếu). Sau khi lập gia đình, Kisagotami hạ sinh một bé trai. Tuy nhiên, đứa trẻ đã chết khi vừa biết chạy, khiến Kisagotami đau khổ đến cuồng dại, bồng xác con đi từng nhà để xin thuốc chữa.

Cuối cùng, Kisagotami đến xin Thế Tôn cứu giúp. Thế Tôn dạy Kisagotami hãy đến nhà nào không có người chết lấy về một ít hạt mù tạc để làm thuốc. Trải qua một thời gian lâu đi bộ hỏi xin từng nhà, nhưng không được hạt nào, Kisagotami nhận ra quy luật vô thường và hiểu rõ cái chết là số phận của chúng sanh. Khi nghe Thế Tôn thuyết pháp, Kisagotami chứng quả Dự lưu, sau đó xin xuất gia, chứng A-la-hán.

Nữ Tôn giả tu hạnh khắc khổ, nên mặc thô y. Vì vậy, Thế Tôn xếp nữ Tôn giả vào hàng Thô y đệ nhất.

5. SONA: Tinh tấn đệ nhất

Sona sinh tại thành Xá-vệ (Savatthi), trong một gia đình quý tộc. Sona có mười người con nên được gọi là Sona đông con (Bahuputrika). Khi người chồng xuất gia, Sona giao gia sản cho con trai, con gái, không giữ gì cho thân mình. Các con trai và con dâu nuôi dưỡng Sona không bao lâu lại trở mặt khinh rẻ. Buồn cho cách ăn ở tồi tệ của các con, Sona xin gia nhập Ni đoàn. Ý thức mình đã lớn tuổi, nữ Tôn giả nỗ lực thiền quán và kiên trì học tập. Hạnh tinh tấn của nữ Tôn giả nổi tiếng trong đại chúng. Nhân nghe một bài kệ của Thế Tôn, nữ Tôn giả chứng quả A-la-hán.

Thế Tôn khen nữ Tôn giả là nữ đệ tử Tinh tấn đệ nhất.

6. DHAMMADINNA: Thuyết pháp đệ nhất

Dhammadinna sinh tại thành Vương-xá (Rajagaha), trong một gia đình trưởng giả, là vợ của Visakha, một người có địa vị cao trong xã hội. Sau khi Visakha nghe Phật thuyết pháp, chứng quả A-na-hàm, Dhammadinna xin phép chồng xuất gia. Vào Ni đoàn, nữ Tôn giả tinh tấn tu tập. Nhờ thiện duyên quá khứ, không lâu sau nữ Tôn giả chứng quả A-la-hán.

Trong dịp nữ Tôn giả trở về làng, tôn giả Visakha đến hỏi pháp. Nữ Tôn giả trả lời rất rõ ràng chính xác. Qua pháp thoại này, Thế Tôn xác nhận nữ Tôn giả là bậc Đại trí tuệ, Thuyết pháp đệ nhất.

7. SAKULA: Thiên nhãn đệ nhất

Sakula sinh tại thành Xá-vệ (Savatthi), trong một gia đình Bà-la-môn. Khi Đức Phật nhận tịnh xá Kỳ Viên (Jetavana), Sakula trở thành một tín nữ. Một hôm, nhân nghe và hài lòng với bài thuyết pháp của vị A-la-hán, Sakula xin gia nhập Ni đoàn, nỗ lực tu tập thiền quán, chẳng bao lâu chứng quả A-la-hán. Thế Tôn tán thán và xác nhận nữ Tôn giả là bậc Thiên nhãn đệ nhất trong số Tỳ-kheo-ni đạt được thiên nhãn. ---oOo---

Bhumi – the ten stages that bodhisattvas progressively move through on the path to become a Buddha.

Bhaisajyaguru – Buddha of medicine = Phật Dược Sư

Bhaisajyaguru - The Medicine Buddha (The Power of Healing)

Bhaiṣajyaguru is the Medicine Buddha or Medicine King. He is venerated in much of Mahayana Buddhism because of his powers of healing, both physical and spiritual. He

is said to reign over a pure land called Vaiduryanirbhasa.

Origins of the Medicine Buddha

The earliest mention of Bhaiṣajyaguru is found in a Mahayana text called the Bhaiṣajyaguruvaiḍuryaprabharaja Sutra, or more commonly the Medicine Buddha Sutra.

Sanskrit manuscripts of this sutra dating no later than the 7th century have been found at Bamiyan, Afghanistan and Gilgit, Pakistan, both of which were once part of the Buddhist kingdom of Gandhara.

According to this sutra, long ago the future Medicine Buddha, while following the bodhisattva path, vowed to do twelve things when he realized enlightenment.. These were:

1.He vowed that his body would shine with dazzling light and illuminate countless worlds. 2.His radiant, pure body would bring those dwelling in darkness into light. 3.He would provide sentient beings with their material needs. 4.He would guide those walking on deviant paths to find the way of the Great Vehicle (Mahayana). 5.He would enable countless beings to keep the Precepts. 6.He would heal physical afflictions so that all beings could be able-bodied. 7.He would cause those who are sick and without a family to have healing and a family to care for them. 8.He would cause women who are unhappy being women to become men. 9.He would liberate beings from the nets of demons and the bonds of "exterior" sects. 10.He would cause those who are imprisoned and under threat of execution to be liberated from worry and suffering. 11.He would cause those who are desperate for food and drink to be satiated,

12.He would cause those who are poor, without clothes, and plagued by cold, heat and stinging insects to have fine garments and enjoyable surroundings.

According to the sutra, the Buddha declared that Bhaisajyaguru would indeed have great healing power. Devotion to Bhaisajyaguru on behalf of those afflicted with sickness has been especially popular in Tibet, China and Japan for centuries.

Bhaisajyaguru in Iconography

The Medicine Buddha is associated with the semi-precious stone lapis lazuli. Lapis is an intensely deep blue stone that often contains gold-colored flecks of pyrite, creating an impression of the first faint stars in a darkening evening sky. It is mined mostly in what is now Afghanistan, and in ancient eastern Asia it was very rare and highly prized.

Throughout the ancient world lapis was thought to have mystical power. In eastern Asia it was thought to have healing power as well, especially to reduce inflammation or internal bleeding. In Vajrayana Buddhism, the deep blue color of lapis is thought to have a purifying and strengthening effect on those who visualize it.

In Buddhist iconography, the color lapis is nearly always incorporated into the image of Bhaisajyaguru. Sometimes Bhaisajyaguru himself is lapis, or he may be a gold color but surrounded by lapis.

He nearly always holds a lapis alms bowl or medicine jar, usually in his left hand, which is resting palm up in his lap. In Tibetan images, a myrobalan plant may be growing from the bowl. The myrobalan is a tree that bears a plum-like fruit thought to have medicinal properties.

Most of the time you will see Bhaisajyaguru.sitting on a lotus throne, with his right hand reaching down, palm out. This gesture signifies he is ready to answer prayers or give blessings.

A Medicine Buddha Mantra

There are several mantras and dharanis chanted to evoke the Medicine Buddha. These often are chanted on behalf of someone who is ill. One is:

Namo Bhagavate bhaisajya guru vaidurya prabha rajaya
Tathagataya
Arhate samyaksambuddhaya tadyatha
Om bhaisajye bhaisajye bhaisajya samudgate Svaha
This could be translated, “Homage to the Medicine Buddha, The Master of Healing, radiant like lapis lazuli, like a king.

The one thus-come, the worthy one, The fully and perfectly awakened one, hail to the healing, the healing, the healer. So be it."

Sometimes this chant is shorted to "Tadyatha Om bhaisajye bhaisajye bhaisajya samudgate Svaha." (by Barbara O'Brien)

Phật Dược Sư Lưu Ly Quang

Tìm Hiểu Về Đức Phật Dược Sư Chữa Bệnh Trong Phật Giáo

Đức Phật Dược Sư là một vị giác ngộ có lòng từ bi vĩ đại đối với tất cả chúng sinh. Ngài bảo vệ chúng sinh khỏi bệnh tật cả thể chất và tinh thần, những nguy hiểm, những chướng ngại trong cuộc sống, và giúp họ loại bỏ ba chất độc đó là sự dính mắc, hận thù và vô minh, đó là nguồn gốc của mọi đau khổ trên cõi đời này.

Nguồn Gốc Đức Phật Dược Sư

Đức Phật Dược Sư (tiếng Phạn: Bhaisajyaguru – tiếng Anh: Medicine Buddha) là một vị Phật nổi tiếng với khả năng chữa bệnh của mình. Ngoài tên gọi trên, Ngài còn được biết đến với những tên gọi khác như: Dược Sư Lưu Ly Quang Vương Phật (bhaisajyaguruvaidurya-prabha-buddha) hay Dược Sư Lưu Ly Quang Như Lai (Bhaisaijya guru vaiduria prabha rajaya tathagataya).

Sự đề cập sớm nhất về Phật Dược Sư được tìm thấy trong một văn bản của Phật giáo Đại Thừa là Kinh Phật Dược Sư (Bhaisajyaguru Sutra).

Các bản thảo tiếng Phạn (Sanskrit) của kinh này có niên hiệu vào thế kỷ thứ 7 đã được tìm thấy tại Bamiyan, Afghanistan và Gilgit, Pakistan, cả hai đều là một phần của vương quốc Phật giáo Gandhara.

Theo kinh điển, Đức Phật nói rằng, Phật Dược Sư là người có khả năng chữa bệnh tuyệt vời.

Đây là Phật Dược Sư đến từ cõi Tịnh Độ ở phương Đông gọi là Lapis Jewel Land. Đức Phật này là bản chất của trí tuệ và khía cạnh chữa bệnh của Lapis Lazuli.

Sự nương tựa vào Dược Sư Lưu Ly của những người bị bệnh tật đặc biệt phổ biến ở Tây Tạng, Trung Quốc và Nhật Bản trong nhiều thế kỷ kể từ đó.

Danh Hiệu Bảy Vị Phật Dược Sư

Theo kinh điển Phật giáo thì có 7 vị Phật Dược Sư được ghi nhận, và người thứ 8 là vị Phật lịch sử của chúng ta, Đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Sau đây là danh hiệu của các vị Phật Dược Sư:

Bhaisajyaguru: Dược Sư Lưu Ly Quang Như Lai

Abhiyaraja: Pháp Hải Thắng Huệ Du Hý Thần Thông Như Lai

Dharmakirtisagara: Pháp Hải Lôi Âm Như Lai

Asokottamasriraja: Vô Ưu Tối Thắng Cát Tường Vương Như Lai

Suvarnabhadradravimala: Kim Sắc Bảo Quang Diệu Hạnh Thành Tựu Như Lai

Svaragosaraja: Bảo Nguyệt Trí Nghiêm Quang Âm Tự Tại Vương Như Lai

Suparikirti-tanamasriraja: Thiện Danh Xưng Cát Tường Vương Như Lai

Bảy vị Phật Dược Sư có thể giúp chúng ta làm dịu những trở ngại cho việc đạt được hạnh phúc tạm thời, và cả hạnh phúc tối thượng của sự giác ngộ trọn vẹn.

Bảy chư Phật Dược Sư không chỉ có sức mạnh trong việc chữa bệnh, mà còn trong sự tịnh hóa, cho cả người sống và người chết. Việc thực hành Dược Sư có thể tịnh hóa ngay cả những người đã chết và giải thoát họ khỏi khổ đau. Nó cũng mạnh mẽ trong việc mang lại thành công, cả tạm thời và viên mãn.

Lý do họ mang lại thành công là trong quá khứ, khi họ là Bồ tát thực hành con đường dẫn đến giác ngộ, họ đã hứa và cầu nguyện rộng rãi để thực hiện tất cả những lời cầu nguyện của chúng sinh trong thời kỳ thoái hóa, khi những lời dạy của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đang suy tàn.

Họ tạo ra một ý định rất mạnh mẽ để trở nên giác ngộ vì lý do này. Đó là lý do tại sao mỗi ngày chúng ta nên cầu nguyện cho các vị Phật Dược Sư, không chỉ để chữa lành bệnh tật, mà còn cho sự thành công của việc thực hành Pháp của chúng ta và các hoạt động tích cực khác.

Biểu Tượng

Đức Phật Dược Sư thường được kết hợp với đá Lapis. Lapis là một hòn đá màu xanh dương đậm, bên trong có các đốm vàng pyrite, tạo ra ấn tượng về một bầu trời đầy sao trong đêm tối. Nó được khai thác chủ yếu ở Afghanistan, và ở Đông Á cổ đại, là một loại đá quý hiếm và có giá trị cao.

Trong suốt thời kỳ cổ đại, đá Lapis được cho là có sức mạnh thần bí. Ở Đông Á, người ta cũng cho rằng nó có khả năng chữa bệnh, đặc biệt là giảm viêm nhiễm hoặc tổn thương nội tạng. Trong Phật giáo Kim Cương Thừa, màu xanh thẳm của Lapis được cho là có hiệu quả thanh lọc tâm trí đối với những người mang theo nó.

Trong các biểu tượng Phật giáo, màu xanh của Lapis luôn được kết hợp với hình ảnh Đức Phật Dược Sư. Đôi khi toàn thân của Ngài là Lapis, hoặc có thể là màu vàng nhưng bao quanh bởi màu xanh của Lapis.

Phật Dược Sư thường giữ một cái bát trong tay trái và được đặt trên đùi của Ngài. Trong các biểu tượng thường thấy ở Tây Tạng, một loại cây trồng có tên là Myrobalan được Đức Phật Dược Sư cầm trên tay phải của mình. Myrobalan đại diện cho tất cả các cây thuốc tốt nhất, là một loại thảo mộc duy nhất trong dược phẩm Tây Tạng có thể giúp chữa ba loại chất độc là: bám víu, hận thù và vô minh. Điều này cũng giống như hành động của Đức Phật chữa bệnh, người có thể nhìn thấy nguyên nhân thực sự của bất kỳ phiền não nào, cho dù là thể chất hay tinh thần.

Bệnh tật có thể được giảm bớt nếu chúng ta tìm hiểu rõ nguyên nhân và điều chỉnh nó, và thay đổi các điều kiện phụ thuộc lẫn nhau gây ra bệnh tật và đau khổ. Phương pháp này thường được dùng trong y học hiện đại.

Giống như hình tượng của các vị Bồ tát và chư Phật khác, Phật Dược Sư Lưu Ly ngồi trên đài hoa sen, với tay phải của Ngài thả lỏng xuống, lòng bàn tay mở ra ngoài. Cử chỉ (mudra) này cho thấy Ngài đã sẵn sàng để tiếp nhận các lời cầu nguyện hoặc ban phước cho chúng sinh.

12 Lời Nguyện Của Dược Sư Lưu Ly Quang Như Lai

Mười hai lời thề nguyện của Dược Sư Lưu Ly, khi Ngài còn là một vị Bồ tát trước khi trở thành một vị Phật, là chìa khóa để hiểu được lòng từ bi vĩ đại của Ngài:

1. Tôi nguyện rằng cơ thể của tôi sẽ tỏa sáng như những tia sáng rực rỡ trên vũ trụ vô biên này, lấp đầy tất cả chúng sinh, để giải thoát họ khỏi sự thiếu hiểu biết và lo lắng. Xin cho tất cả chúng sinh giống như tôi, với một địa vị hoàn hảo và tính cách, tâm trí và tâm hồn chân chính, và cuối cùng đạt đến giác ngộ như Đức Phật.

2. Tôi nguyện rằng cơ thể tôi như những tinh thể, tinh khiết và vô định, ánh sáng lộng lẫy sẽ chiếu đến mọi ngõ ngách, sáng lên và soi sáng tất cả chúng sinh với sự khôn ngoan. Với sự ban phước của từ bi, tất cả chúng sinh có thể tăng cường sức mạnh tinh thần và năng lực thể chất của họ, để họ có thể hoàn thành ước mơ của mình theo con đường đúng đắn.

3. Tôi nguyện rằng tôi sẽ ban cho họ sự khôn ngoan vô hạn, tất cả chúng sinh với những thứ vô tận mà họ yêu cầu, và giải thoát họ khỏi mọi đau đớn và tội lỗi do những ham muốn vật chất. Mặc dù quần áo, thực phẩm, chỗ ở là điều thiết yếu, nhưng nó nên được sử dụng một cách khôn ngoan. Bên cạnh việc đáp ứng nhu cầu cần thiết cá nhân, số còn lại cần được chia sẻ rộng rãi với cộng đồng để mọi người có thể sống hòa hợp và hạnh phúc cùng nhau.

4. Tôi nguyện sẽ dẫn dắt những người lạc đường trở về con đường chân chính. Hãy để họ được sửa chữa và trở lại con đường Phật Pháp để giác ngộ.

5. Tôi thề rằng, tôi sẽ cho phép tất cả chúng sinh chấp hành giới luật về sự tinh khiết và đạo đức tinh thần. Nếu có tái phát hoặc vi phạm, họ sẽ được hướng dẫn để ăn năn. Với điều kiện họ thực sự hối hận về những hành vi sai trái của họ, và nguyện cho mọi sự thay đổi với những lời cầu nguyện liên tục và đức tin mạnh mẽ vào Đức Phật, họ có thể nhận được những tha thứ, phục hồi đạo đức đã mất của họ.

6. Tôi nguyện rằng tất cả chúng sinh bị khuyết tật về thể chất hoặc bệnh tật ở mọi khía cạnh đều được ban phước với sức khoẻ tốt, cả về thể chất và tinh thần. Tất cả những ai tôn kính Đức Phật đều sẽ được ban phước.

7. Tôi nguyện giảm mọi đau đớn và đói nghèo của những người ốm yếu và nghèo khó. Người bệnh được chữa khỏi, người nghèo được giúp đỡ.

8. Tôi nguyện giúp những phụ nữ đang trải qua những đau khổ, bất công và tìm kiếm sự chuyển đổi thành đàn ông. Bằng cách nghe danh của tôi, bày tỏ lòng tôn kính và cầu nguyện, mong muốn của họ sẽ được ban cho và cuối cùng đạt được Phật quả.

9. Tôi nguyện sẽ giải thoát tất cả chúng sinh khỏi những tư tưởng xấu xa và sự kiểm soát của nó. Tôi sẽ dẫn họ lên con đường của ánh sáng thông qua việc định hướng họ bằng sự công bằng và danh dự để họ đi theo đường của Phật.

10. Tôi thề sẽ cứu những tù nhân đã thực sự hối cải và các nạn nhân của thiên tai. Những người chân thành sẽ được ban phước bởi quyền năng tối cao của tôi và được giải thoát khỏi những đau khổ.

11. Tôi thề sẽ cứu vớt những người bị nạn đói và những người phạm tội vì ăn cắp thức ăn. Nếu họ nghe tên tôi và yêu mến nó, tôi sẽ dẫn họ đến những lợi ích của Pháp, ủng hộ họ bằng thức ăn tốt nhất và cuối cùng dẫn dắt đến cuộc sống yên bình và hạnh phúc.

12. Tôi nguyện sẽ cứu những người bị đói nghèo, bị muỗi và ong hành hạ ngày và đêm. Nếu họ gặp tên tôi, hãy trân trọng nó và thực hành pháp để tăng cường công đức, họ sẽ có thể đạt được ước muốn của họ.

Lợi Ích Khi Thực Hành Đức Phật Dược Sư

Thực hành Phật Dược Sư là một phương pháp chữa bệnh cho chính chúng ta và cho những người khác, và để vượt qua được tâm bệnh là chấp trước, hận thù và vô minh. Nếu chúng ta dựa vào Đức Phật Dược Sư bằng niềm tin thuần túy thì chắc chắn chúng

ta sẽ nhận được sự ban phước với những thành quả này.

“Nếu một người thực hành thiền định về Phật Dược Sư thì cuối cùng họ sẽ đạt được giác ngộ, nhưng trong lúc đó họ sẽ có nhiều quyền năng chữa bệnh

cho bản thân mình và cho người khác, giúp mọi người giảm bệnh tật cả về thể chất và tinh thần”. Lama Tashi Namgyal

Các giáo lý cổ đại cho chúng ta biết rằng, khi nhìn thấy Đức Phật Dược Sư trong trạng thái mơ mộng, hoặc thậm chí nhìn thấy một hình ảnh của Đức Phật Dược Sư treo trên tường, hoặc nghe tên của Ngài, cũng có thể đem lại những lợi ích đáng kể.

Phật giáo Tây Tạng coi việc thực hành tâm linh với Phật Dược Sư là một phương pháp mạnh mẽ nhất để chữa bệnh, giải phóng bệnh tật và đánh thức khả năng chữa bệnh bẩm sinh nằm trong mỗi cá nhân. Việc thực hành thiền định Phật Dược Sư (sadhana), với tất cả những cách kết nối với Đức Phật Dược Sư được cho là có hiệu quả.

Một số nghi thức có liên quan đến Phật Dược Sư được cho là có tác dụng chữa bệnh, tăng cường sức khoẻ cho người bệnh bao gồm việc thiền định trên màu xanh thẳm của đá Lapis Lazuli, làm lễ dâng hương hoa quả cho các vị Phật, vẽ Mạn-đà-la hoặc tụng niệm thần chú Phật Dược Sư Lưu Ly.

Ý nghĩa của Đức Phật Dược Sư như là liệu pháp chữa bệnh tối cao trong y học Tây Tạng, để giải phóng cá nhân khỏi đau khổ, là một phép ẩn dụ gương mẫu cho các yếu tố huyền bí vốn có trong quá trình chữa bệnh truyền thống. Những phương thức thực hành truyền thống thực sự là một cách tiếp cận toàn diện cho vấn đề đau khổ.

Thần Chú Phật Dược Sư Lưu Ly Quang Vương

Ngài Zasep Tulku Rinpoche giảng về Đức Phật Dược Sư

Đức Dược Sư Lưu Ly không chỉ nổi tiếng với khả năng chữa bệnh, Ngài còn được biết đến với khả năng tiêu trừ những nghiệp xấu trong quá khứ, để giúp đỡ chúng ta hoàn thiện trên con đường dẫn đến sự giác ngộ, ngay cả lời nguyện của Ngài để giải phóng những tù nhân ăn năn.

Thần chú mạnh mẽ của Đức Phật Dược Sư được các tu sĩ Phật giáo tụng niệm rất nhiều, đặc biệt là những người thuộc trường phái Mật Tông Tây Tạng, với những phương thức thực hành bí truyền và những câu thần chú bí mật trong Phật giáo.

Sau đây là thần chú Phật Dược Sư Lưu Ly phiên bản tiếng Phạn (một ngôn ngữ cổ của Ấn Độ):

Tadyatha Aum Bhaishajye Bhaishajye Maha Bhaishajye Bhaishajye Samudgate Svaha

Còn đây là thần chú Phật Dược Sư theo ngôn ngữ Tây Tạng:

Tayata Om Bhekandze Bekhandze Maha Bhekandze Bhekandze Randza Samungate Soha

Lợi ích của việc tụng niệm thần chú Phật Dược Sư là vô cùng to lớn, chúng ta nên hình dung hình ảnh của Ngài trong khi niệm chú hoặc thực hành thiền định thì hiệu quả rất cao. Một phần của hình ảnh hóa có thể bao gồm việc nhìn thấy ánh sáng thần chú phát ra từ Ngài.

Ngoài việc quán tưởng và niệm thần chú, một phương pháp chữa lành thông thường là niệm 108 lần thần chú của Dược Sư trên một ly nước. Các thầy thuốc Tây Tạng thường hô vang thần chú trong các buổi thực hành thường lệ, sau đó thổi trên mặt nước và đưa nó cho một người bệnh.

Nước sau khi được "làm phép" sẽ có khả năng chữa bệnh. Bệnh nhân cũng có thể được yêu cầu nói tên của Đức Phật Dược Sư 108 lần, hoặc hát thần chú, hay đọc kinh điển, hoặc chỉ ngồi ngắm nhìn hình ảnh yêu thương của Đức Phật Dược Sư. Nhiều phép chữa bệnh thần kỳ đã được xác nhận bởi người dân Tây Tạng.

Nếu chúng ta niệm thần chú của Đức Phật Dược Sư như là một thực hành hàng ngày, tất cả chư Phật và Bồ Tát đều quan tâm đến chúng ta, giống như một người mẹ quan tâm đến đứa con yêu quý của mình, và luôn hướng dẫn

chúng ta. Bồ tát Kim Cương Thủ (Vajrapani) sẽ hiện thân bảo vệ chúng ta khỏi sự quấy phá của ma quỷ. Thần chú sẽ giúp chúng ta thanh tẩy tất cả các nghiệp xấu và nhanh chóng làm lành các bệnh tật trong cơ thể, các tổn thương về mặt tinh thần. Nó cũng mang lại sự thành công trong cuộc sống, những mong ước tích cực của chúng ta sẽ thành tựu. (Kiến Thức)

Phật Dược Sư Lưu Ly Quang

Bias - độ xiên, dốc, nghiêng; khuynh hướng, thành kiến

Bier – đòn đám ma, kiệu khiêng áo quan

Bigotry – mù quáng, cố chấp

Bigwig – nhân vật quan trọng, quan to

Bimbisara – Vua Tần Ba Sa La

King Bimbisara - Royal Patron

King Bimbisara had once offered half his kingdom to the ascetic Gautama, who had turned down the bargain because he wanted to search for Enlightenment. Later, King Bimbisara had asked Gautama to promise to return to Rajagaha to enlighten him, should the ascetic find what he was looking for.

When Gotama became the Buddha, the Enlightened One, he did not forget his promise to come back. He decided to revisit Rajagaha with a large number of his disciples. His fame as a religious teacher was spreading in the city and it eventually reached the ears of King Bimbisara.

On hearing that the Buddha had arrived at his city's gateway, the king went out with a large number of his subjects to welcome the Buddha and his disciples. He approached

the Buddha and paid his respects, but some of his subjects did not know to whom they should pay their respects - the Buddha, or Venerable Kassapa. They wondered whether the Buddha was leading a holy life under Venerable Kassapa or the reverse, as both were highly respected religious teachers.

The Buddha read their thoughts and asked Venerable Kassapa why he had given up his fire sacrifice. Understanding the motive behind the question Venerable Kassapa explained that he preferred the peaceful state of nirvana to useless sensual pleasures. After this he fell at the feet of the Buddha and said, "My teacher, Lord, is the Exalted One: I am the disciple."

The devout people were very glad to hear of the conversion. The Buddha then preached the Dharma, and King Bimbisara attained the first stage of sainthood (sotapanna). After realising the doctrine, King Bimbisara addressed the Buddha. "Formerly, O Reverend Sir, when I was a prince, I had five wishes. They are now fulfilled. My first wish was to become king. My second wish was that a Fully Enlightened One should visit my country. My third wish was that I should associate with such an Enlightened One. My fourth wish was that he should preach to me the doctrine. My fifth wish was that I should understand that doctrine. Now all these five wishes are fulfilled."

Out of gratitude for this spiritual gift from the Buddha, King Bimbisara gave a park with a quiet bamboo grove for the use of the Buddha and his disciples. This park was named the Bamboo Grove. The Buddha spent three successive rainy seasons there and three other rainy seasons later.

After listening to the Dharma, the king became a good and pious ruler but, due to his past bad karma, he had to face an untimely and miserable death caused by his son's wickedness.

The Tragedy of King Bimbisara

King Bimbisara had a son, Prince Ajatasattu, who was a good friend of the Buddha's enemy, Devadatta. The two spent much time together and soon Devadatta had convinced the young prince to kill his father.

One silent and dark night, Prince Ajatasattu crept into the king's room with a knife tied to his thigh. He was creeping toward his sleeping father when the palace guards caught him and the king discovered the plan. Kind King Bimbisara thought to himself, "Ah, I have remained king for too long. It is time for me to step down and make Ajatasattu king so that he can rule in peace, and I can retire into a religious life." Instead of punishing Ajatasattu for his evil intentions, King Bimbisara made him king.

After Ajatasattu was made the new king he surprised everyone, including his father. Swift like a viper caught by its tail, he sprang round against his father and had him thrown into the darkest, coldest dungeon in the palace.

"Let him have no visitors other than my mother," ordered Ajatasattu. "And give him no food so that he will starve to death."

But King Bimbisara did not die. His loyal wife secretly brought him food hidden in her clothes. When Ajatasattu found out and stopped this, she carried food in her hair knot. Again Ajatasattu found out. Finally, the queen had to bathe her body and cover it with a mixture of honey, butter, ghee and sugar. By licking this food off her body, the good king survived. At last Ajatasattu found out his mother's plan and banned her from visiting his father at all. Now the king had no food at all to sustain him and would surely die.

Days passed and still the king did not die. Ajatasattu lost his patience and shouted out in rage, all through the palace, "Call the barber."

When the barber came, the king spoke to him in a fury, "I command you to go to Bimbisara's cell, cut open the soles of his feet with your razor, tear the skin away and put salt and oil on the raw flesh. Then I command you to force him to walk on burning charcoal until he dies."

When King Bimbisara saw the palace barber approaching, tears of joy watered his cheeks as he thought, "At last my son has realised his folly. Now he sends a barber to trim my beard and cut my hair before releasing me from prison." Instead, with the help of two soldiers, the barber carried out the orders of the new king Ajatasattu and the good king died in great pain.

On that very day, Ajatasattu received news that his wife had given birth to a son. Great was his joy at being a father and a thought came to his mind. He hurried to his mother and asked, "Tell me mother, did my father love me as much as I love my son?"

His mother turned around, stared at him in silence with her sorrowful eyes and then murmured in disbelief, "What did you say, Ajatasattu? You asked if your father loved you?"

"Ajatasattu, when you were in my womb, I wanted to drink blood from your father's hand. When he found this out, happily he cut his wrist for me to drink his blood for you. When the fortune-tellers predicted that you would be your father's enemy, I tried to have a miscarriage but he prevented me. Again I tried to kill you when you were born; he stopped me even though he knew that one day you would kill him. Is that not love?

"Do you see that scar on your thumb? That was a boil you had when you were small. You were crying from so much pain that nobody could put you to sleep. When your father heard this, he stopped from his royal duty and came running to see you. Gently he took you in his lap and sucked the boil until it burst open in his mouth. Oh my son, your father swallowed it out of love for you - that pus and blood. In what way did he not love you, Ajatasattu? Tell me, Ajatasattu, would you do for your son what your father did for you? This man who loved you, this man who you have killed."

When he heard this, Ajatasattu was choked with tears. He ordered his guards, "Run, run and release my father before he dies." But none of them moved. "Go, I command you. Release my father before he dies," Ajatasattu shouted.

Then his adviser stepped forward and said slowly, "Great king, your father died this morning." Ajatasattu fell to his knees and cried until his body jerked violently, uttering over and over, "Forgive me, father. Please forgive me."

Ajatasattu realised the love of a father only when he became a father himself. As for King Bimbisara, he was reborn as a deva in the Catummaharajika Heaven. (Life of the Buddha – Buddhanet)

Bimbisara (Tần Ba Sa La) - Bimbisara, còn gọi theo âm Hán-Việt là Tần-bà-sa-la hay Bình-sa vương (558 TCN - 491 TCN) là vua của vương quốc Magadha từ năm 543 TCN tới khi qua đời và là một thành viên của vương tộc

Haryanka. Ông lên ngôi năm 15 tuổi và gặp Phật Thích-ca Mâu-ni lần đầu tiên khi 25 tuổi. Tần-bà-sa-la là đệ tử đầu tiên của Phật Thích-ca trong hàng vua chúa, ông đã cúng dường cho Phật và Tăng đoàn ngôi tịnh xá Trúc Lâm gần thành Rajagkha, thủ đô xứ Magadha.

Quan hệ với Đức Phật

Khi thái tử Tất-đạt-đa Cồ-đàm thoát ly cuộc sống trần tục, vị sa-môn trẻ đã từng đi đến thành Vương-xá (Rajagkha) của Ma-kiệt-đà (Magadha). Một lần vua Tần-bà-sa-la trông thấy đạo sĩ Tất-đạt-đa Cồ-đàm đi khất thực trên đường phố Vương-xá trong bộ dạng từ tốn. Trong thấy tướng mạo oai nghi và tư cách trang nghiêm sang trọng của đạo sĩ, nhà vua lấy làm cảm kích và ông sai người đi dò thăm. Khi được biết rằng thừa bữa, sau khi độ ngọ thì vị đạo sĩ ngụ tại Pandavapabbata, ông cùng đoàn tùy tùng tới viếng đạo sĩ để hỏi thăm. Khi được hỏi thăm về thân thế, nơi chốn, đạo sĩ Tất-đạt-đa Cồ-đàm trả lời:

Ngay phía trước đây, tâu đại vương, trên vùng Himalaya, trong châu thành Kosala của những gia tộc cổ kính, một quốc gia trường thịnh và phong phú, tôi xuất thân từ triều đại Thái-dương, dòng Thích-ca. Tôi không luyến ái, chạy theo nhục dục ngũ trần. Nhận thức được hiểm họa của vui thú vật chất và thấy an toàn trong đời sống xuất gia, tôi đi tìm cái cao quý nhất và tâm tôi được an lạc.

Vua Tần-bà-sa-la cung thỉnh đạo sĩ Cồ-đàm sau khi chứng được đạo quả, sẽ trở lại viếng thăm vương quốc Ma-kiệt-đà. Đúng như lời hứa, sau khi thành tựu giác ngộ, nhà hiền triết Tất-đạt-đa Cồ- đàm tức Phật Thích-ca Mâu-ni đã đi cùng các đệ tử A-la-hán từ Gaya đến hóa độ thị dân Vương-xá. Tại đây, Phật cư ngụ trong một khu rừng gần điện Suppatittha.

Khi biết tin Phật đã trở lại kinh thành, Vua Tần-bà-sa-la liền dẫn vương hậu, thái tử, bá quan văn võ và hàng trăm giáo sĩ Bà-la-môn đến khu rừng để yến kiết nhà lãnh đạo tâm linh mới nổi này. Nghe Phật thuyết giảng, tâm tư quốc vương bừng sáng, bao nhiêu nghi nan chất chứa trong lòng bấy lâu đã bị giải tỏa. Ông sụp lạy Phật và thưa rằng:

“Bạch Thế Tôn! Thuở nhỏ trẫm có năm điều ước nguyện. Thứ nhất là được lên ngôi Vua; thứ hai là được gặp một thầy giác ngộ; thứ ba là có duyên may được kính ngưỡng vị giác ngộ ấy, thứ tư là được vị giác ngộ ấy dạy cho con đường chân chính; thứ năm là mình có đủ khả năng lãnh hội được giáo pháp

do vị giác ngộ ấy chỉ dạy. Bạch Thế Tôn! Đến hôm nay thì cả năm điều ước ấy đều thành sự thật. Trẫm đã lãnh hội được giáo lý mà ngài vừa dạy. Xin Thế Tôn thương xót nhận trẫm làm đệ tử tại gia của ngài!”

Đề xuất này được vị đạo sư vui vẻ chấp thuận. Sau đó, nhà vua lại thỉnh Phật và hàng ngàn tăng chúng tháp tùng vào vương cung để thọ lễ trai tăng do đích thân ông và vương hậu tổ chức cúng dường. Có cả sáu nghìn tân khách được nhà vua mời đến cùng tham dự lễ. Sau lễ trai tăng, Phật thuyết pháp trước vua quan và tân khách.

Vua Tần-bà-sa-la nhận thấy khu vườn Trúc Lâm (Veluvana) của ông chứa đựng những yếu tố then chốt của một nơi an cư lý tưởng cho Tăng đoàn, nên ông đã phát tâm cúng dường Phật và chư tăng khu rừng tre này, được gọi là "nơi trú ẩn của loài sóc" này. Khu rừng này không có nhà cửa lều cốc cho Phật và chư tăng, nhưng lại có nhiều cây to che bóng mát và chỗ ẩn dật kín đáo... Tại đây, giáo đoàn đã xây cất một tu viện đặt tên là Tịnh xá Trúc Lâm. Tại tu viện yên tĩnh này Phật nhập Hạ một lần ba năm liên tiếp và ba lần khác, vào ba Hạ xa cách nhau. Vua Tần-bà-sa-la rất siêng đến đây thăm Phật và nghe Phật pháp, và cho xây tại tu viện một giảng đường có thể chứa hơn 2000 người ngồi nghe Phật pháp.

Sau khi quy y, Tần-bà-sa-la sống đời gương mẫu của một đế vương. Theo sách "Đức Phật và Phật pháp" của hòa thượng Narada (1980), nhà vua đã hành trì tám giới (bát quan) trong sáu ngày giới (uposatha) một cách nghiêm chỉnh.

Hôn nhân

Vua Tần-bà-sa-la đã kết hôn với nhiều công chúa lân bang. Cụ thể hơn, chánh hậu của ông là công chúa Vaidehy, con gái vua Maha Kosala và em vua Prasenadi nước Kosala – một vương quốc khá mạnh nằm cạnh Magadha. Bà sinh hạ cho ông vua Ajatashatru tương lai. Vợ thứ của ông, Chellana, vốn là một công chúa của bộ tộc Licchavi đóng đô tại Vaishali. Vợ thứ ba của ông là con gái của tù trưởng bộ lạc Madra xứ Punjab. Một bà quý phi khác, Khema đã được quốc vương cảm hóa thành một đệ tử thuần thành của Phật tổ. Sau này bà Khema rời bỏ vương cung và gia nhập Tăng đoàn.

Chiến tranh

Dưới thời Tần-bà-sa-la, Magadha đã gây chiến với vương quốc Anga để mở mang lãnh thổ. Sử liệu ghi nhận rằng ông thắng trận, giết được vua Brahamatta

xứ Anga rồi sáp nhập Anga vào vương quốc Magadha. Ông còn phong thái tử A-xà-thế làm thống đốc cai trị Anga.

Bị Ajatashatru ám sát hụt

Khoảng năm 491 TCN, khi vua Tần-bà-sa-la đến 67 tuổi thì tai biến xảy ra: Thái tử A-xà-thế, do bị Đề-bà-đạt-đa xúi giục, âm mưu sát hại vua cha để chiếm ngôi. Một hôm, đang lúc đêm khuya, A-xà-thế đột nhập vào tẩm điện của vua cha. Thấy dáng vẻ khả nghi, ngự lâm quân liền giữ anh ta lại để xét, và tìm thấy một thanh gươm được giấu trong chéo áo của anh ta. Họ đưa A- xà-thế vào trình diện vua cha, kể lại tự sự, và dâng thanh gươm cho ông xem. Khi vua vặn hỏi thì A-xà-thế nói rằng, vì muốn làm vua nên định giết cha. Anh ta cũng nói rằng mình đã được Đề-bà-đạt-đa bày vẽ và sắp đặt mưu kế.

Vốn thầm nhuần đạo lý về Tứ tâm của Phật Thích-ca, Tần-bà-sa-la không giận cả con trai lẫn Đề-bà-đạt-đa. Đã vậy, ông còn quyết định hạ chiếu thoái vị, nhường ngôi cho thái tử A-xà-thế. Vị tân vương sẽ làm lễ 10 ngày sau đó. Làm như vậy, Tần-bà-sa-la hi vọng rằng A-xà-thế và Đề-bà-đạt-đa sẽ cảm thấy đức độ của mình mà hồi tâm hướng thiện.

Qua đời

Vậy mà, thay vì hồi tâm hướng thiện, hai ngày sau khi Tần-bà-sa-la ban chiếu thoái vị, A-xà-thế đã bắt giam Tần-bà-sa-la vào ngục thất. Sau khi đăng quang, A-xà-thế nhất quyết không chịu thả vua cha ra, lại còn quyết tâm bỏ đói cho ông chết dần. Chỉ một mình Thái hậu Vaidehy được phép vào thăm. Mỗi khi đi, bà giấu đồ ăn trong túi áo đem cho chồng. Việc này bị bại lộ và bà bị A- xà-thế quở trách. Về sau, bà lại giấu đồ ăn trong tóc. A-xà-thế cũng biết được. Cùng đường, bà tắm rửa sạch sẽ và thoa vào mình một thứ đồ ăn làm bằng mật ong, đường và sữa. Tần-bà-sa-la gợn lấy món ăn này để nuôi sống. Nhưng cũng bị A-xà-thế biết được. Anh ta cấm hẳn bà không được vào thăm vua cha nữa.

Lúc ấy, Tần-bà-sa-la vẫn cam chịu đói, không oán trách vua con. Nhớ lời Phật dạy, ông vẫn sống an lạc và bình thản, vẫn thiền hành theo hành lang nhà ngục, và thiền tọa nơi cửa sổ có chấn song sắt. Cửa số này ngó thẳng lên núi Linh Thứu (Gijjhakuta), vì vậy nên hằng ngày ông ngồi rất lâu ở chỗ đó để nhìn núi.

Sau lần Phật bị Đề-bà-đạt-đa lăn đá mưu hại ở núi Linh Thứu, thì vua Tần-bà- sa-la cũng chết trong ngục thất. Cái chết của ông rất thê thảm: nguyên vì thấy vua cha vẫn vui tươi, nên A-xà-thế hạ lệnh cho người thợ cạo vào khám, lấy dao bén gọt gót chân Tần-bà-sa-la, xát dầu và muối rồi hơ lên lửa nóng đến chết.

Khi thấy anh thợ cạo đến thì người cha bất hạnh mừng thầm, nghĩ rằng vua con đã ăn năn hối cải, cho người cạo râu tóc tới rước vua cha về. Nhưng, anh thợ cạo đến để thi hành lệnh của A-xà-thế. Vua Tần-bà-sa-la qua đời! Ông nhỏ hơn Phật Thích-ca 5 tuổi, ở ngôi được 52 năm và mất ở tuổi 67. (Bách khoa toàn thư) ---oOo---

Bindusara – who was the second Mauryan emperor (320-272 BC), ruled (298-272 BC) after Chandragupta Maurya. He had two well known sons: Susima and Ashoka (Tu-Tư-Ma và A-Dục)

Bindusara was the son of the first Mauryan Emperor Chandragupta Maurya and his Empress consort, Durdhara. According to the Rajavalikatha a Jain work, the original name of this emperor was Simhasena. According to a legend mentioned in the Jain texts, Chandragupta's Guru and advisor Chanakya used to feed the emperor with small doses of poison to build his immunity against possible poisoning attempts by the enemies. One day, Chandragupta not knowing about poison, shared his food with his pregnant wife, Durdhara who was 7 days away from delivery. The empress not immune to the poison collapsed and died within few minutes. Chanakya entered the room the very time she collapsed, and to save the child in the womb, he immediately cut open the dead empress' womb and took the baby out, by that time a drop of poison had already reached the baby and touched its head due to which child got a permanent bluish spot (a "bindu") on his forehead. Thus, the newborn was named "Bindusara".

Bindusara, just 22-year-old, inherited a large empire that consisted of what is now, Northern, Central and Eastern parts of India along with parts of Afghanistan and Baluchistan. Bindusara extended this empire to the southern part of India, as far as what is now known as Karnataka. He brought sixteen states under the Mauryan Empire and thus conquered almost all of the Indian peninsula (he is said to have conquered the 'land between the two seas' – the peninsular region between the Bay of Bengal and the Arabian Sea). Bindusara didn't conquer the friendly Dravidian kingdoms of the Cholas, ruled by King

Ilamcetcenni, the Pandyas, and Cheras. Apart from these southern states, Kalinga (the modern Odisha) was the only kingdom in India that didn't form the part of Bindusara's empire. It was later conquered by his son Ashoka, who served as the viceroy of Ujjaini during his father's reign.

According to a legend, Chandragupta, though fond of his son, believed that he would never be a great king as he was never learned to love anything passionately, whether be it any of his wives or religion or the empire itself. Bindusara's life has not been documented as well as that of his father Chandragupta or of his son Ashoka. Chanakya continued to serve as prime minister during his reign. According to the medieval Tibetan scholar Taranatha who visited India, Chanakya helped Bindusara "to destroy the nobles and kings of the sixteen kingdoms and thus to become absolute master of the territory between the eastern and western oceans. "During his rule, the citizens of Taxila revolted twice. The reason for the first revolt was the maladministration of Suseema, his eldest son. The reason for the second revolt is unknown, but Bindusara could not suppress it in his lifetime. It was crushed by Ashoka after Bindusara's death.

Ambassadors from the Seleucid Empire (such as Deimachus) and Egypt visited his courts. He maintained good relations with the Hellenic World.

Unlike his father Chandragupta (who turned to Jainism in the later part of his life), Bindusara believed in the Ajivika sect. Bindusara's guru Pingalavatsa (alias Janasana)

was a Brahmin of the Ajivika sect. One of Bindusara's wives, Rani Subhadrangi (alias Queen Aggamahesi) was a Brahmin also of the Ajivika sect from Champa (present Bhagalpur district). Bindusara is accredited with giving several grants to Brahmin monasteries (Brahmana- bhatto).

Bindusara died in 272 BC (some records say 268 BC) and was succeeded by his son Ashoka the Great.

Vua Bindusara của triều đại Chandragupta

Chandragupta lên ngôi trị vì Ấn Độ từ năm 324 đến năm 300 trước Công nguyên thì nhường ngôi cho con trai Bindusara và xuất gia trở thành một tu sĩ Kỳ Na giáo. Truyền thống Kỳ Na giáo nói đến ông như một ẩn sĩ, đệ tử của Bhadrabahu, và các bia ký khắc vào đầu thế kỷ thứ 10 được phát hiện gần Seringapatam đề cập tên một đỉnh núi gọi là Chandragiri, tương truyền là chỗ

ẩn cư tu hành của Chandragupta. Trong khoảng thời gian 24 năm trị vì, Chandragupta đã mở rộng lãnh thổ của mình, phía nam đến tận Mysore và phía tây-bắc tới các biên giới Persia. Các lãnh địa như Punjab, Sind, Beluchistan, Afghanistan, Himavatkuta, Nepal và Kashmir đều thuộc quyền cai trị của ông.

Bindusara tiếp nối cha mình cai quản vương triều Maurya từ 300 đến 273 trước Công nguyên. Mặc dù là một hoàng đế lớn của triều đại Maurya, Bindusara không được các sử gia nói đến nhiều như đối với cha ông, Chandragupta và con trai ông Asoka. Ông đứng giữa hai vị hoàng đế lớn Chandragupta và Asoka. Và đây có lẽ là lý do khiến ông không thu hút được sự chú ý của các sử gia, những người luôn luôn tỏ ra kính trọng, đề cao các hành động anh hùng cũng như những cống hiến đối với lãnh vực tôn giáo của Chandragupta và Asoka. Theo K. Hazra, dưới hào quang của hai vị hoàng đế này, các sử gia đã xem ông như một nhân vật mờ ảo và đã lờ đi những đóng góp của ông cho mục tiêu tôn giáo. ---oOo---

Binge - cuộc chè chén, say sưa

Biogenesis - hình thành sinh học

Biopsy – sinh thiết (y học)

Bivouac - Trại quân đóng ngoài trời buổi tối

Blasphemous – tính hồ đồ (Blasphemy – profane talk = lời báng bổ)

Blatant – hay kêu la, la lối

Bleak - trống trải, lạnh lẽo, hoang vắng

Blemish - nhược điểm

Blight – vùng hoang phế

Bliss - Hạnh phúc, cực lạc; Nirvana is the highest bliss: Niết bàn là lạc tối thắng Blithely – vô tình

Bludgeon – cây dùi cui

Blunder - điều sai lầm, ngớ ngẩn

Bluntly - một cách thẳng thắn

Blur - cảnh mờ, trạng thái mập mờ

Blurt out - thốt ra, nói buột ra

Blushingly - đỏ mặt, xấu hổ

Boast – nói khoác, khoe khoan

Bodhi – enlightenment = Giác ngộ = đạt được sự hiểu biết về sự vận hành của sự sống và cái chết, bản chất của thế giới...

Bodhi (Sanskrit) - in Buddhism is the understanding possessed by a Buddha regarding the nature of things. It is traditionally translated into English with the word enlightenment and literally means awakened. Bodhi is knowledge of the causal mechanism by which beings incarnate into material form and experience suffering. Although its most common usage is in the context of Buddhism, bodhi is also present as a concept in other Indian philosophies and traditions…

Bodhicitta - Bồ đề tâm = Buddha mind – the wish to practice compassion (SKT) and altruism (lòng vị tha) with the aim of relieving the sufferings of others. ‘Awakened mind’

Bodhicitta (=Altruism) - the desire to achieve Buddhahood in order to serve or help other sentient beings.

Bodhicitta - Etymologically, the word is a combination of the Sanskrit words bodhi and citta. Bodhi means "awakening" or "enlightenment". Citta derives from the Sanskrit root cit, and means "that which is conscious" (i.e., mind or consciousness). Bodhicitta may be translated as "awakening mind" or "mind of enlightenment".

Bodhicitta is a compassion for all beings, accompanied by a falling away of the attachment to the illusion of an inherently existing self.

This spark of compassion motivates one to achieve omniscient Buddhahood as quickly as possible, so that one may benefit infinite sentient beings. Bodhicitta is a felt need to replace others' suffering with bliss. Since the ultimate end of suffering is moksha, bodhicitta necessarily involves a motivation to help others to awaken (to find bodhi).

One for whom bodhicitta is the prime motivation for all actions is called a bodhisattva.

Bodhicitta - The Perfection of Dharma; Spirit of Enlightenment

I think it is absolutely essential for us to have loving kindness toward others. There is no doubt about this. Loving kindness is the essence of bodhicitta, the attitude of the bodhisattva. It is the most comfortable path, the most comfortable meditation. There can be no philosophical, scientific or psychological disagreement with this. With

bodhicitta, there's no East-West Conflict. This path is the most comfortable, most perfect, one hundred percent uncomplicated one, free from any danger of leading people to extremes. Without bodhicitta, nothing works. And most of all, your meditation doesn't work, and realizations don't come.

Why is bodhicitta necessary for success in meditation? Because of selfish grasping (ích kỷ tham lam). If you have a good meditation but don't have bodhicitta, you will grasp at any little experience of bliss:'Me, me; I want more, I want more.' Then the good experience disappears completely. Grasping is the greatest distraction to experiencing single-pointed intensive awareness in meditation. And with it, we are always dedicated to our own happiness:' Me, me I'm miserable, I want to be happy. Therefore I'll meditate.' It doesn't work that way. For some reason good meditation and its results – peacefulness, satisfaction and bliss – just don't come.

So, you see, just meditating is not enough! (Lama Yeshe)

Bồ Đề Tâm – Đó là lòng cầu cho được Chánh giác của Phật. Gặp Phật, Tăng mà thỉnh cầu chứng minh cho mình tu thành Phật thì gọi là phát bồ-đề tâm. Hoặc đối trước Tam Bảo mà lễ bái, cúng dường, nguyện tu cho đến thành Phật cũng gọi là phát bồ-đề tâm. Phát bồ-đề tâm gọi tắt là phát tâm.

Trong kinh Quán Vô Lượng Thọ Phật, đức Bổn sư đã dạy rằng muốn tránh sự hại của phiền não, cần phải tu thanh tịnh nghiệp tức là ba nền phước để đưa về cõi tịnh độ của Đức A-Di-Đà:

1. Hiếu dưỡng cha mẹ, phụng sự sư trưởng, tu thập thiện. 2. Thọ tam qui, ngũ giới cho đến cụ túc giới. 3. Phát tâm bồ-đề, tin sâu lý nhân quả, đọc tụng kinh đại thừa, khuyến tấn kẻ tu hành đạo Phật.

Bài Văn Khuyên Phát Tâm Bồ Đề: Khuyên phát, là chúng ta vốn chưa phát tâm, nay Đại sư Tỉnh Am dùng ngôn ngữ vô cùng hợp lý, hợp pháp, để khuyên nhắc khuyến khích chúng ta, khiến chúng ta phát tâm. Phát tâm gì? Chính là phát tâm Bồ đề.

Thế nào là tâm Bồ đề? Tâm Bồ đề là tâm rõ ràng sáng suốt, tâm bỏ mê quay về giác, là tâm bỏ tà quy chánh, là tâm phân biệt rõ việc thị phi, cũng chính là tâm không điên đảo, là chân tâm. Trong chân tâm, không có các tướng ủy khúc quanh co, cũng chẳng có các hành vi bất chánh. Tâm Bồ đề cũng có thể nói rằng là tâm lợi người, tâm tự giác giác tha, tâm tự lợi lợi tha. "Bồ đề" là tiếng Phạn, dịch là "giác đạo". Giác đạo có nghĩa là hiểu rõ đạo, khiến chúng ta hiểu rõ đạo này, hiểu rõ con đường này. Hiểu rõ đạo, mới có thể tu hành; nếu không hiểu đạo, thì không thể tu hành. Thường hay điên đảo, cho phải là trái, cho trái là phải, trắng đen không rõ, nón giày lẫn lộn, vị trí đảo ngược. Hiểu rõ đạo thì có thể đi trên con đường chân chánh; không hiểu rõ đạo thì sẽ bước vào đường tà. Tóm lại, không làm các việc ác, làm các điều lành, đó chính là tâm Bồ đề. Cho nên cũng chính là giữ gìn giới luật, chúng ta giữ gìn giới luật quy củ, đó chính là tâm Bồ đề; không giữ gìn quy củ tức là làm mất đi tâm Bồ đề. Đó chính là ý nghĩa khái quát của tâm Bồ đề.

Bồ Đề Tâm – Cách Nuôi Dưỡng Tâm Bồ Đề

Trong Phật giáo, Bồ đề tâm là cái tâm hướng tới sự giác ngộ, thấu cảm và từ bi vì lợi ích của tất cả chúng sinh. Tâm Bồ đề sẽ thúc đẩy chúng ta hành động để đạt được Phật quả, và mang lại lợi ích cho chúng sinh thông qua các biểu hiện và các phương tiện khéo léo. Đó là một cảm giác, động cơ muốn thay thế những đau khổ của người khác bằng hạnh phúc.

Bồ Đề Tâm Nghĩa Là Gì?

Bồ đề tâm (Bodhicitta) là một khái niệm trong đạo Phật, nó có nghĩa là "tâm giác ngộ", một trạng thái tâm trí mà ở đó cá nhân mong muốn đồng cảm với tất cả chúng sinh, cũng như giúp đỡ chúng sinh giác ngộ và giải thoát khỏi đau khổ. Trong tiếng Phạn, Bồ đề tâm được chia thành hai phần: bodhi, có nghĩa là giác ngộ hoặc thức tỉnh, và citta, nghĩa là thái độ của tâm.

Định nghĩa cơ bản của Bồ đề tâm là "khát vọng nhận ra sự giác ngộ vì lợi ích của chúng sinh." Nó cũng được mô tả như là trạng thái tâm của Bồ tát, thường là một người đã giác ngộ hứa sẽ ở lại vòng luân hồi cho đến khi tất cả chúng sinh được khai ngộ.

Trong thực hành thiền Metta, trong đó niềm tin cốt lõi tập trung vào việc không làm hại ai và nhẹ nhàng với chính mình, Bồ đề tâm được thực hiện khi các cá nhân cống hiến bản thân và hướng dẫn các thực hành đúng đắn cho người khác cũng như vượt qua bản ngã, kết nối với sự chân thật.

Những giáo lý về Bồ đề tâm dường như đã phát triển trong Đạo Phật Đại Thừa vào khoảng thế kỷ thứ 2 SCN, hoặc khoảng thời gian mà kinh điển Bát Nhã Ba La Mật (Prajnaparamita) được viết ra. Các kinh điển của Đại Bát Nhã bao gồm cả Bát Nhã Tâm Kinh hay Kinh Kim Cang, nói về Bồ đề tâm như việc chứng ngộ ánh mặt trời và nhìn thấy Tánh không của vạn vật.

Theo quan điểm của Phật giáo Đại Thừa, tất cả chúng sinh đều trống rỗng về bản chất nhưng thay vào đó là tồn tại trong một liên kết rộng lớn của sự tồn tại. Kinh Bát Nhã đề nghị rằng, tất cả chúng sinh phải được soi sáng với nhau, không chỉ vì từ bi, mà bởi vì chúng ta không thể sống tách rời nhau.

Ý Nghĩa Của Phát Tâm Bồ Đề

Phát tâm Bồ đề có thể được so sánh như một lĩnh vực, từ bi đến các hạt giống, bao bọc và thực hiện các phương pháp đúng đắn để làm cho các hạt giống phát triển.

Nếu không có lòng từ bi mong muốn bảo vệ tất cả chúng sinh khỏi khổ đau, Bồ đề tâm không thể nảy sinh trong tâm trí chúng ta. Nhưng nếu chúng ta có lòng bi mẫn lớn lao, đặc biệt là lòng bi mẫn được sinh ra thông qua trao đổi bản thân với người khác, thì Bồ đề tâm sẽ phát sinh tự nhiên. Sức mạnh của Bồ đề tâm phụ thuộc hoàn toàn vào sức mạnh của lòng bi mẫn của chúng ta.

Đức Đạt Lai Lạt Ma thứ 14 nói rằng:

“Cái tâm giác ngộ quý báu, ấp ủ nhiều chúng sinh hơn chính mình, là trụ cột của thực hành Bồ tát, con đường của bánh xe pháp vĩ đại. Không có trí huệ nào mạnh hơn Bồ đề tâm, không có trí tuệ nào mạnh mẽ hơn Bồ đề tâm, không có tâm trí nào hân hoan hơn Bồ đề tâm, do đó, nó vô cùng quý giá.”

Trong tất cả các chứng ngộ Pháp, Bồ đề tâm là tối cao. Cái tâm bi mẫn sâu sắc này là nền tảng để trở thành Bồ tát. Phát triển tâm Bồ đề giúp chúng ta hoàn thiện tất cả phẩm chất tốt đẹp, giải quyết mọi vấn đề, hoàn thành tất cả mong muốn, và phát triển năng lực để giúp đỡ người khác một cách thích hợp với nhiều lợi ích thực tiễn.

Bồ đề tâm là bạn tốt nhất mà chúng ta có thể có và là phẩm chất cao nhất mà chúng ta có thể phát triển. Chúng ta thường yêu quý ai đó khi họ tử tế với người thân của mình, chăm sóc cha mẹ mình… nhưng đáng khen ngợi hơn tất cả là một người đã cống hiến toàn bộ cuộc đời nhằm xoa dịu những đau khổ của chúng sinh!

Bồ đề tâm đã trở thành một phần thiết yếu của thực hành Đại Thừa và là một điều kiện tiên quyết để đạt giác ngộ. Thông qua Bồ đề tâm, khát vọng đạt được giác ngộ vượt qua những lợi ích hạn hẹp của bản thân và bao trùm tất cả chúng sinh trong lòng từ bi vĩ đại.

Bồ Đề Tâm Tương Đối Và Tuyệt Đối

Phật giáo Tây Tạng phân chia Bồ đề tâm thành hai loại, tương đối và tuyệt đối. Bồ đề tâm tuyệt đối là cái nhìn sâu sắc trực tiếp vào thực tại, sự soi sáng tinh khiết, hoặc sự khai sáng. Đây là tâm của những bậc Thánh đã giác ngộ. Bồ đề tâm tương đối là ước muốn đạt được giác ngộ vì lợi ích của tất cả chúng sinh.

Bồ đề tâm tương đối được chia thành hai loại:

Bồ đề tâm khát vọng: Mong muốn theo đuổi con đường Bồ tát, vượt qua mọi phiền não, cảm xúc tiêu cực để giác ngộ và giúp đỡ người khác.

Bồ đề tâm hành động: Hoàn toàn nhận thức rõ ràng và tham gia vào các hoạt động thực tiễn để duy trì mục tiêu giải thoát chúng sinh khỏi đau khổ. Cuối cùng, tất cả các hình thức của Bồ đề tâm là hướng từ bi đến chúng sinh, dẫn dắt chúng sinh đến sự khôn ngoan của Bát Nhã, bằng cách giải thoát họ ra khỏi sự kìm kẹp của chính mình.

“Tại thời điểm này, chúng ta có thể hỏi tại sao Bồ đề tâm lại có sức mạnh như vậy?“, Pema Chodron viết trong cuốn No Time to Lose. “Có lẽ câu trả lời đơn giản nhất là nó đưa chúng ta ra khỏi chấp trước và cho chúng ta cơ hội để lại sửa lại những thói quen tiêu cực. Hơn nữa, mọi chướng ngại chúng ta gặp phải đều trở thành cơ hội để phát triển sự can đảm vĩ đại của trái tim Bồ đề.”

Nuôi Dưỡng Tâm Bồ Đề

Một số người cho rằng, bản chất căn bản của tâm là sự soi sáng tinh khiết, và một tâm thanh tịnh là sự chứng ngộ Phật quả.

Áp dụng cho Bồ đề tâm, chúng ta có thể suy luận rằng, tâm giác ngộ không chỉ là một ý định, phương pháp hay ý tưởng để làm lợi cho người khác, mà còn là cảm giác hoặc

động lực sâu sắc để thấm nhuần thực tiễn. Vì vậy, Bồ đề tâm phải được nuôi dưỡng từ bên trong.

Trong Phật giáo, có nhiều cấp độ để phát triển tâm Bồ đề. Các trường phái Phật giáo khác nhau có những hiểu biết khác nhau về số lượng các cấp.

1.Cấp độ thứ nhất là một cá nhân tìm kiếm lợi ích cho riêng họ trong cuộc sống, nhưng cũng nhận ra rằng nếu họ phục vụ những người khác xung quanh, họ cũng sẽ thành công.

2.Cấp độ thứ hai là một cá nhân hành động phục vụ người khác, thừa nhận rằng bản thân họ cũng được hưởng lợi.

3.Cấp độ thứ ba là một cá nhân lãnh đạo và phục vụ những người khác hết lòng với sự quan tâm tối đa cho sự an toàn và hạnh phúc của người khác, hơn là của riêng họ.

Có rất nhiều hướng dẫn về việc nuôi dưỡng tâm Bồ đề, các trường phái khác nhau của Đại Thừa tiếp cận nó bằng nhiều cách khác nhau. Bằng cách này hay cách khác, Bồ đề tâm tự nhiên xuất phát thông qua các thực hành chân thành.

Người ta nói rằng, con đường Bồ tát bắt đầu khi khát vọng chân thành giải phóng tất cả chúng sinh xuất hiện (bodhicittopada), từ đó nảy sinh tư tưởng đánh thức. Một loại trải nghiệm chuyển đổi dẫn tới một quan điểm thay đổi thế giới.

Bồ đề tâm cũng được đánh đồng, một phần, với lòng từ bi - khả năng của chúng ta về việc cảm nhận nỗi đau của người khác. Nếu chúng ta không nhận ra nó, chúng ta liên tục tự bảo vệ mình khỏi đau khổ này bởi vì nó làm chúng ta sợ hãi.

Chúng ta đặt bức tường bảo vệ được tạo thành từ các ý kiến, thành kiến và chiến lược, các rào cản được xây dựng trên một nỗi sợ hãi sâu sắc. Bức tường này được củng cố thêm bởi những cảm xúc tiêu cực như: tức giận, ái dục, thờ ơ, ghen tị và kiêu ngạo.

Nhưng may mắn thay cho chúng ta, bản chất bẩm sinh của con người là yêu thương. Giống như những vết nứt trên bức tường mà chúng ta dựng lên. Đó là một sự mở ra tự nhiên trong những rào cản mà chúng ta tạo ra khi sợ hãi. Với thực hành nuôi dưỡng tâm Bồ đề, chúng ta sẽ biết cách làm cho vết nứt đó lớn hơn. Chúng ta có thể học cách nắm lấy những khoảnh khắc dễ bị tổn thương để đánh thức Bồ đề tâm.

Ngay cả kẻ giết người man rợ nhất cũng có “điểm mềm” trong tâm hồn, một kho báu quý giá nằm sâu thẳm bên trong mỗi người, vấn đề là chúng ta có nhận ra và biết cách đánh thức nó hay không!

Đức Phật nói rằng, chúng ta không bao giờ tách rời khỏi sự giác ngộ. Ngay cả vào những thời điểm khó khăn nhất, chúng ta không bao giờ xa lánh khỏi trạng thái thức tỉnh. Đây là một sự khẳng định mang tính cách mạng. Ngay cả những người bình thường như chúng ta với sự ngơ ngác và bối rối về cái trí giác ngộ được gọi là Bồ đề tâm. Sự cởi mở và ấm áp của Bồ đề tâm luôn tồn tại trong chúng ta. Ngay cả khi chúng ta cảm thấy bối rối và vô vọng, Bồ đề tâm, như bầu trời mở, luôn ở đây, không bị che khuất bởi những đám mây.

Vì chúng ta rất quen thuộc với những đám mây, tất nhiên, chúng ta có thể thấy lời dạy của đức Phật là khó tin. Tuy nhiên, sự thật là trong lúc chịu đau khổ, trong những thời điểm khó khăn nhất, chúng ta có thể liên lạc với tâm Bồ đề. Nó luôn luôn ở đó, trong đau đớn cũng như trong niềm vui. (Theo thoughtco.com - Kiến Thức) ---oOo--- Phiền Não - là một tên chung để chỉ tất cả những sự ham muốn, say đắm, lo lắng, buồn phiền, lầm lạc, xao xuyến, bất an, sợ hãi, khổ sở... của chúng sinh. Theo đạo Phật thì tất cả các sự phiền não này đều bắt nguồn từ tam độc là

tham, sân và si. Trên thực tế, hầu như ngày nào, người Phật tử cũng nghe nhắc đến ba chữ này.

Tham hay tham dục là ham muốn thái quá, muốn vơ về cho mình thật nhiều tiền tài, danh vọng, sắc đẹp..., dù đã có nhiều rồi vẫn chưa hài lòng, cho nên có câu "Lòng tham không đáy". Từ cái tham này, nảy ra bao nhiêu nghiệp ác, điều này chúng ta có thể hiểu dễ dàng, trong đời sống hàng ngày có rất nhiều thí dụ để chứng minh.

Sân hay sân hận là giận dữ, bực bội, cáu kỉnh, oán thù... Từ cái sân này chúng sinh gây ra các tội ác. Căm giận đến mức chỉ mong hại người này, giết kẻ khác, dù chưa làm được, cũng sẽ gây ra ác nghiệp về ý. Bực tức quá không nhịn được, chửi rủa người khác, dùng lời thô tục, sẽ gây ra ác nghiệp về khẩu. Oán thù đến độ mất hết tự chủ cầm dao đâm người, cầm súng bắn người hoặc sai người khác làm việc đó, sẽ gây ra ác nghiệp về thân.

Si hay si mê là cái độc thứ ba. Si còn gọi là vô minh hay tà kiến. Đó là sự mê muội, không sáng suốt, không nhìn thấy đường chánh, sa vào đường tà. Vô minh là nguồn gốc của thập nhị nhân duyên, nguồn gốc của sinh tử luân hồi. Ngay cả những người tu, dù đã phát tâm cầu đạo bồ đề cũng luôn luôn phải học hỏi để tránh vô minh, tránh si mê, thí dụ như đã tu Phật mà lại mê sự bỏ lý, hoặc mê lý bỏ sự, nghi ngờ chánh pháp, cũng là sai vậy.

Đó là nói về tam độc. Trong kinh sách, còn nói nhiều đến phiền não. Thí dụ như "tứ phiền não" gồm có ngã si, ngã kiến, ngã mạn, ngã ái, hay "lục đại phiền não" gồm có: tham, sân, si, mạn, nghi, ác kiến hay "thập phiền não" gồm có: tham, sân, si, mạn, nghi, ngã kiến, biên kiến, tà kiến, kiến thủ và giới cấm thủ.

Tóm lại, phiền não là cái gốc làm cho chúng sinh gây nên tội lỗi, gây nên ác nghiệp và vì thế cứ trôi lăn mãi trong vòng luân hồi sinh tử và chịu đựng những hậu quả xấu xa trong các kiếp tới. Do đó, một trong bốn nguyện lớn của con Phật là phải dứt phiền não.

Bodh gaya – pleasant grove = Bồ đề đạo tràng - Trong kinh Đức Phật dạy:

"Này các Tỳ Kheo, sau khi ta diệt độ, tất cả Thiện nam, Tín nữ, người mà có lòng tin nơi Phật pháp nên đi đến 4 nơi linh thiêng và ghi nhớ rằng đây là Lumbini, nơi Ta Đản sanh, đây là Bodhgaya nơi Ta Thành đạo, đây là Sarnath nơi Ta Chuyển Pháp luân và đây là Kushinagar nơi Ta nhập Niết bàn." Và

Ngài dạy tiếp rằng: "Này các Thầy Tỳ Kheo, sau khi Ta diệt độ, những tân Tỷ Kheo đến và hỏi giáo lý nên nói với họ về 4 nơi này và khuyên họ hành hương đến chổ đó sẽ giúp

họ thanh tịnh được các việc làm và nghiệp cũ của họ."

Qua lời dạy trên của Đức Phật cho thấy được tầm quan trọng của Tứ Thánh Tích trong lĩnh vực tinh thần đối với khách hành hương.

Một trong Thánh tích mà Đức Phật đã đề cập ở trên, hiện nay Bodhgaya nơi Đức Phật thành đạo là nơi phồn thịnh nhất, khách hành hương đến viếng thăm và tu tập nhiều nhất. Và nó được mệnh danh là "cái rốn của vũ trụ"

BODHGAYA nằm trên bờ sông Ni-Liên-Thuyền, nơi đây xưa kia là một ngôi làng nhỏ gọi là làng Sambodhi với nhiều rừng rậm. Thái Tử Tất Đạt Đa tu khổ hạnh ở đây 6 năm, thân xác và tinh thần gần như đã đi đến sự chết, Ngài đã nhận thấy lối tu khổ hạnh này phước báu chỉ được sanh lên cõi trời chưa phải là cứu cánh giải thoát cho mình và cho chúng sanh, ngay thời điểm này tình thương về sự khổ của chúng sanh được hồi phục trong chính bản thân Ngài. Từ bỏ lối tu khổ hạnh, Ngài nhặt lấy miếng vải liệm làm y phục và nhận bát cháo sữa từ người thiếu nữ Sujata dâng cúng, sau đó ngài xuống sông Ni Liên Thuyền tắm gội sạch sẽ và thọ dụng thức ăn, sức khoẻ dần bình phục và Ngài thong thả đi đến cội cây Bồ Đề trải cỏ và thiền định. Nơi đây chính là nơi của sự chứng ngộ.

Tại nơi này bây giờ có 2 vật quý báu để tôn thờ đó là Cây Bồ Đề, và Tháp Bồ Đề Đạo Tràng (Mahabodhi Temple).

Bodhidharma – the legendary 5th-century Indian monk who brought Ch’an (the Meditation School of Chinese Buddhism) to China.

Bodhidharma was a Buddhist monk who lived during the 5th or 6th century CE. He is traditionally credited as the transmitter of Ch'an (Sanskrit: Dhyana, Korean: Seon, Japanese: Zen) to China, and regarded as its first Chinese patriarch. According to Chinese legend, he also began the physical training of the Shaolin monks that led to the creation of Shaolinquan.

Bodhidharma (470 – 534)

A special transmission outside the scriptures;
No dependent upon words and letters;
Direct pointing at the mind;
Seeing into one’s nature and the attainment of Buddhahood.
In the early year of the sixth century CE, a solitary Indian monk, who was to set in motion extraordinary changes in the Buddhist world, landed on the southern shores of China. This traveling monk was Bodhidharma, later recognized as the twenty eight Indian patriarch of Zen and the first in China.

What kind of spiritual world did Bodhidharma find in China? During the five hundred years that preceded his arrival, Buddhism had made an enormous impact on Chinese life. By the sixth century, a thousand years after Shakyamuni Buddha, China had hundreds of Buddhist temples, a monastic population of many thousands, and fervent

lay devotees ranging from the Emperor down to humble peasants.

Though its profound meditative practices and complex metaphysics were beyond all but a few rate practitioners, Mahayana Buddhism offered more humble ways of gradual spiritual advancement. Aware of the strenuous effort needed to take progress toward Enlightenment, many people followed a more practical path. They believed that generosity toward monks and nuns, endowing new temples and monasteries, copying scriptures, and leading a moral life would generate sufficient merit, as they termed positive karma, for them to achieve a happy and favorable rebirth. Others were attracted to the popular Pure Land school of Buddhism, in which recollecting the image and name of a Buddha ensured rebirth in a special paradise where conditions were right for the final journey to Enlightenment. All in all, Buddhism had become

quite settled and comfortable in China. But this reassuring style of Buddhist practice was rudely awakened by the Zen school founded by Bodhidharma.

After reaching China as a middle-aged man in 520, Bodhidharma traveled around the country, eventually making his way north and settling at the Shaolin Monastery on mount Song in the kingdom of Wei around 527. Here he passed nine years in intense silent meditation, it is said, until students of the right caliber turned up. Eventually, a handful of such people – including the future second patriarch, Huike – arrived and became Bodhidharma's disciples. Huike must have been his most outstanding student, and it was to him that Bodhidharma passed the spiritual lineage of Zen with the visible insignia of the status, the bowl and robe. It is probably that Bodhidharma remained at Shaolin Monastery until his death some years later.

So what were Bodhidharma's most important teachings? According to a short work attributed to him, the Two Ways of Entrance, the path to Enlightenment has two approaches: entry through practice and entry through meditation.

Even though practice is a simple program of emotional and intellectual development to be cultivated in daily life, especially during those times when we are not engaged in formal meditation. Four aspects are involved: patient acceptance, equanimity, determination, and insight – positive qualities that are extolled in many Mahayana Buddhist scriptures.

Patient acceptance means that we are able to endure any ills that befall us and accept without rancor the rigors of the path and its implications for our lives. Patience is particularly useful in overcoming anger. According to the Buddha, anger is the most destructive of all negative emotions. One moment of anger is like a spark that will consume a vast heap of goodness accumulated over countless lifetimes. Difficult though it may be, we should train ourselves to endure patiently whatever others do to us, without resentment. It helps to remember that we created the cause for whatever happens to us through the dynamics of our karmic actions in the past. Patient acceptance also implies that we avoid giving ourselves over to feelings of fatigue and despair because of difficulties we encounter on the path. In other words, we should be

patient with ourselves as well as with others. (Zen Master Class by Stephen Hodge)

"Bồ-đề-đạt-ma, 9 năm diện bích, printed by Tsukioka Yoshitoshi, 1887

CỬA THIỀN HÉ MỞ - Thượng tọa Thích Thông Phương

Tổ Bồ Đề Đạt Ma (Tâm Thái)

Nói đến Thiền tông thì trước hết phải nói đến Tổ Bồ Đề Đạt Ma vì Tổ là người đã tạo cho Thiền tông thành một tông phái quan trọng của Phật giáo, mặc dầu Thiền tông đã được truyền từ đức Phật Thích Ca cho Tổ Ca Diếp tại hội Linh Sơn. Từ Tổ Ca Diếp, tức Sơ Tổ, Thiền tông được nối tiếp truyền tại Ấn Độ cho đến Tổ thứ 28 là Bồ Đề Đạt Ma. Điểm đặc biệt là Tổ Bồ Đề Đạt Ma lại rời Ấn Độ mà qua Trung Hoa rồi tạo lập ra một tông phái mà sau này trở nên riêng biệt trong 10 tông của Phật giáo. Từ đó mà Tổ Bồ Đề Đạt Ma thường được gọi là Sơ Tổ Thiền tông tại Trung Hoa. Nghi thức truyền pháp là trao y và bát cho đệ tử nối pháp, chỉ tiếp tục cho tới Lục Tổ Huệ Năng (638-713) thì ngưng, theo lời sấm của Tổ Bồ Đề Đạt Ma, nhưng lý do chính là tới lúc đó, số người đắc đạo đã nhiều nên việc lựa chọn một người đệ tử để trao y bát sẽ gây chia rẽ và va chạm nên tốt hơn hết là không chỉ định một đệ tử chánh thức nối pháp.

Cuộc đời Tổ Bồ Đề Đạt Ma (?-529)

Tổ Bồ Đề Đạt Ma (Tiếng Phạn: Bodhidharma, Nhật: Bodai Daruma) sanh tại Kanchi, Nam Ấn Độ con vua Hương Chí (Simhavarman?). Ngài là đệ tử của tổ Bát Nhã Đa La (Phạn: Prajnatara) và được sư phụ dặn dò sau này sang Trung Hoa truyền pháp. Ngài rời Ấn Độ bằng thuyền và sau gần ba năm mới tới Quảng Châu khoảng năm 520. Vua Lương Võ Đế có mời ngài tới gặp, sau câu chuyện trao đổi, tuy thấy nhà vua là người có lòng với đạo Phật nhưng ngài thấy không hợp căn cơ nên rời tới chùa Thiếu Lâm ở Trung Sơn. Ngài dừng nơi đó, suốt 9 năm ngồi xây mặt vào tường nên được gọi là "Bích quán Bà la môn" (thầy Bà la môn ngồi nhìn tường). Sau đó có vị tăng Thần Quang (487-593) được ngài thâu nhận làm đệ tử truyền pháp. Ngài Thần Quang được đổi tên là Huệ Khả và trở nên vị tổ thứ hai tại Trung Hoa. Ở Trung Hoa được chín năm, tổ Bồ Đề Đạt Ma trao áo ca sa và bát báu cùng bốn quyển của bộ kinh Lăng Già cho tổ Huệ Khả. Sau đó Tổ viên tịch vào năm 529, (có tài liệu ghi là năm 532), nhục thân của ngài được nhập tháp tại chùa Định Lâm, núi Hùng Nhĩ, Trung Hoa. (trích: Tổ Thiền tông) Có tài liệu ghi Tổ sống lâu trên 150 tuổi.

Nền móng Thiền tông

Mấy trăm năm trước khi Tổ Bồ Đề Đạt Ma tới Trung Hoa thì Phật giáo đã du nhập ở đó rồi. Trong khoảng thời gian 384-413, vị tăng Ấn Độ Cưu Ma La Thập (Phạn: Kumarajiva) đã dịch nhiều kinh điển ra tiếng Trung Hoa và giúp ích nhiều cho việc hoằng dương Phật pháp. Việc tu hành lúc đó là thường tụng các kinh điển Đại thừa và áp dụng đời sống tăng đoàn theo lề lối Ấn Độ. Nhưng ở xã hội Trung Hoa lúc đó thì ảnh hưởng của đạo Lão và đạo Khổng rất thịnh hành, họ có tinh thần thực tế, cụ thể, thực dụng nên họ muốn tìm trong đạo Phật những gì cụ thể hợp với nếp sống trong xã hội. Cho nên khi Tổ đem Thiền tông đến Trung Hoa, với một tông chỉ mới mẻ, thì ảnh

hưởng của Phật giáo trở nên rất mạnh và thịnh hành trong dân chúng. Từ tổ Bồ Đề Đạt Ma cho đến thời Lục tổ Huệ Năng, tức khoảng gần 200 năm, Thiền tông từ hạt giống do Tổ gieo trồng đã thực sự nảy mầm và trổ thành cây tốt tươi. Kể từ sau Lục tổ thì Thiền tông đã đem lại những ảnh hưởng lớn lao, sâu rộng cho xã hội Trung Hoa, và sau đó là Nhật Bản, Triều Tiên, Việt Nam. Như vậy công lao của tổ Bồ Đề Đạt Ma, người đã thực sự khởi đầu đặt nền móng cho Thiền tông, có thể nói là vĩ đại và đáng kính phục.

Đường lối tu hành

Ý chỉ của Tổ về pháp tu của Thiền tông được thâu gọn trong bốn câu kệ :

"Bất lập văn tự, Giáo ngoại biệt truyền, Trực chỉ nhân tâm, Kiến tánh thành Phật." (Chẳng lập văn tự, Truyền ngoài giáo lý, Chỉ thẳng tâm người, Thấy tánh thành Phật). Bốn câu đó trình bầy đường lối tu hành của Thiền tông khác hẳn với các pháp tu khác trong đạo Phật.

Hai câu đầu: "Bất lập văn tự, Giáo ngoại biệt truyền" là hai câu mà đức Phật truyền cho tổ Ca Diếp trong hội Linh Sơn. Mới đọc qua hai câu đó chúng ta có cảm tưởng như đức Phật mật truyền cho tổ Ca Diếp một pháp nào mà không dùng tới văn tự và ở ngoài các kinh điển. Nếu đọc bài kệ của đức Phật khi truyền pháp cho tổ Ca Diếp thì chúng ta hiểu rõ hơn, hai câu đầu bài kệ là: "Pháp bổn pháp vô pháp, Vô pháp pháp diệc pháp." Câu khó hiểu đó được John Blofeld lược dịch trong cuốn "Hoàng Bá ngữ lục" là: "Giáo lý căn bản của Phật pháp là không có pháp nào hết, nên cái pháp 'không có pháp nào hết' chính là Phật pháp". Như vậy tới chỗ cứu cánh là chỉ có pháp "không có pháp nào hết", vậy thì văn tự nào có thể diễn tả được pháp đó, như vậy pháp đó cũng phải nằm ngoài giáo lý vì giáo lý cũng là văn tự.

Hai câu "Bất lập văn tự, Giáo ngoại biệt truyền" đã chỉ tới chỗ cứu cánh của đạo Phật. Như trong kinh Duy Ma Cật, khi Bồ tát Văn Thù Sư Lợi hỏi ông Duy Ma Cật thế nào là Bồ tát vào pháp môn Không hai (Bất Nhị). "Ông Duy Ma Cật im lặng không nói. Ngài Văn Thù Sư Lợi khen rằng: Hay thay! Hay thay! Cho đến không có văn tự, ngữ ngôn đó mới thật là vào pháp môn không hai." Tổ cũng đã nhận ra là tới chỗ cứu cánh thì không còn văn tự, ngôn ngữ nào, tức là kể cả kinh điển, có thể dùng để tỏ bầy được.

Còn hai câu "Trực chỉ nhân tâm, Kiến tánh thành Phật" nói lên đường lối tu độc đáo của Thiền tông. Thiền tông "chỉ thẳng", tức là chỉ ngay cái ở trước mắt người tu, và ngay hiện tại, chứ không dùng những lời giảng, phương tiện huyền bí, tượng trưng, bóng bẩy, xa vời. Chỉ thẳng cái gì? đó là chỉ thẳng ngay cái tâm của người tu hành. Hiểu được cái tâm đó cũng là hiểu được bản tánh của tâm mình cùng vạn vật. Người nào "thấy tánh" thì sẽ thành Phật, tức người giác ngộ. Tổ nói rất giản dị :"Nếu thấy tánh tức là Phật, không thấy tánh tức là chúng sanh". Giữa Phật và chúng sinh, hoặc nói rõ hơn là giữa người giác ngộ và người si mê, chỉ khác nhau có điểm căn bản đó thôi.

Mục đích tu hành của Thiền tông thật là giản dị, nhưng không dễ dàng. Nhiều người nghe như vậy liền vội vã giở kinh, luận, ngữ lục, sách vở ra tìm kiếm định nghĩa thế nào là "tánh" để thao thao giảng nghĩa. Công việc đó sẽ chẳng mang lại kết quả gì, vì còn trụ, chấp vào văn tự, lời nói, lý luận mà hy vọng tìm thấy "tánh" thì chẳng bao giờ

được. Vậy muốn tu theo Thiền tông thì

phương pháp tu như thế nào. Tập "Sáu cửa vào động Thiếu Thất" (Thiếu Thất Lục Môn) của Tổ để lại đã chỉ ra pháp tu hành của Thiền tông.

Sáu cửa vào động Thiếu Thất

Sáu cửa vào động, tức là sáu pháp môn tu hành để đạt được đạo quả. Sáu pháp môn đó là: (1) Tâm kinh tụng, (2) Phá tướng luận, (3) Nhị chủng nhập, (4) An tâm pháp, (5) Ngộ tánh luận và (6) Huyết mạch luận. Muốn vào được động Thiếu Thất thì có thể vào bằng cửa nào cũng được, không nhất thiết phải qua cả sáu cửa. Tu theo bất cứ một pháp môn nào cũng đạt Đạo, không nhất thiết phải tu cả sáu pháp môn.

(1) Tâm kinh tụng. Tổ nhắc lại từng câu trong Bát Nhã Tâm Kinh, sau mỗi câu đều có những câu giảng. Đại ý cũng là phát triển về tâm của tông Bát Nhã. Tổ chỉ rõ tướng "không" của muôn pháp để chúng ta hiểu được cái thể "Như lai không tướng", vốn thanh tịnh, chẳng phải có/không, chẳng sạch/nhơ, chẳng tăng/giảm, một khi giác được điều đó thì "chợt rõ bỏ ý tu, thênh thang vượt pháp giới, tự tại hết lo âu". Tổ còn căn dặn "chấp có đâu thực có, theo không lại lạc không", vì Tổ biết rõ chúng ta thường chấp chặt vào hoặc "có" hoặc "không".

(2) Phá tướng luận. Phần này gồm những câu hỏi và đáp.

"Hỏi: Nếu có người chỉ cầu Phật đạo thì phải tu pháp gì thật là tỉnh yếu (đơn giản và thiết yếu).

Đáp: Chỉ 'quán tâm'. Đó là một pháp tổng nhiếp hết các pháp cho nên rất là tỉnh yếu.

Hỏi: Sao nói một pháp hay nhiếp tất cả các pháp? Đáp: Tâm là cội nguồn của muôn pháp. Tất cả các pháp chỉ do tâm mà sinh ra."

Người hỏi vẫn thắc mắc là tại sao chỉ 'quán tâm' là đủ, nên sau đó nêu ra những câu hỏi như: "Sáu đường, ba cõi rộng lớn bao la, nếu chỉ quán tâm thì sao thoát được những khổ đau không cùng tận?" - "Như lời Phật dạy: 'Ta đã trải qua ba đại a tăng kỳ kiếp, chịu vô số khổ nhọc mới thành được Phật đạo', sao nay nói chỉ quán tâm thì chế được ba độc là giải thoát?" - "Các đại Bồ tát nhờ giữ ba giới tu tịnh, thực hành lục độ, mới thành Phật đạo. Sao nay nói người học chỉ cần quán tâm, chẳng tu giới hạnh thì thành Phật thế nào được? " -

"Như lời kinh nói, 'dốc lòng niệm Phật chắc được vãng sanh qua cõi Tịnh độ Phương tây, chỉ cần theo một cửa ấy tức được thành Phật', sao còn nói quán tâm để cầu giải thoát là gì?". Đó cũng là những thắc mắc mà những người không hiểu Thiền tông thường đặt ra vì thấy pháp tu này khác với những pháp tu của các tông khác trong đạo Phật.

Mỗi câu hỏi đều được Tổ giải đáp rõ ràng nên cũng giúp cho những người tu Thiền hiểu hơn. Tổ nói rõ , nếu muốn đạt tới cứu cánh thì phải thấy được tâm là Phật, và muốn thấy được tâm thì cần phải bỏ những chấp về tướng. Tất cả những câu hỏi trên cho thấy đều vì chấp tướng, hướng ngoại, quên tâm nên không thể thấy được tâm. Tổ

không nói những pháp tu theo chấp tướng là sai, nhưng Tổ thấy rõ những pháp tu đó chỉ là phương tiện thôi.

(3) Nhị chủng nhập. Phần này chỉ pháp tu hành một cách cụ thể:

"Phàm vào đạo có nhiều đường, nhưng nói cho cùng thì không ngoài hai đường là: lý nhập hay hạnh nhập."

"Lý nhập là mượn 'giáo' để ngộ 'tông', tin sâu rằng tất cả sinh linh đều chung đồng một chân tánh, chỉ vì khách trần bên ngoài và vọng tưởng bên trong che lấp nên chân tánh không hiển lộ được."

"Hạnh nhập là nói về bốn hạnh, ngoài ra các hạnh khác đều bao gồm trong ấy.

Bốn hạnh là: (a) báo oán hạnh, (b) tùy duyên hạnh, (c) vô sở cầu hạnh và (d) xứng pháp hạnh". Báo oán hạnh là khi gặp cảnh khổ thì hiểu là vì trước có gây ra nghiệp dữ nên nay nhẫn nhục chịu. Tùy duyên hạnh là hiểu nay được quả báo tốt cũng là do nhân lành thủa trước, mọi khổ vui đều do nhân duyên sanh, nhưng tâm người không vì vậy mà được thêm hoặc bớt mất gì. Vô sở cầu hạnh là hiểu muôn vật đều là không, nên không cầu mong gì mới thực là đạo hạnh. Xứng pháp hạnh là bậc trí tin hiểu "pháp" chính là cái lý thanh tịnh của tự tánh, tức cái thể tánh thanh tịnh của mình, nên vẫn tùy xứng theo pháp mà hành nhưng không có chấp.

(4) An tâm pháp. Sau đây là vài đoạn trích:

"Khi mê, người đuổi theo pháp. Lúc tỉnh, pháp đuổi theo người."

"Tự trên 'sự' vươn lên mà tỏ suốt, đó là hàng khí lực mạnh. Theo chữ nghĩa mà thông rõ, đó là người khí lực kém."

"Hỏi: Các pháp đã là không thì dựa vào gì mà tu đạo? - Đáp: Nếu có dựa vào gì thì cần tu đạo. Nếu không có gì để dựa, tức chẳng cần tu đạo."

"Chẳng thấy gì hết, gọi là thấy đạo. Chẳng làm gì hết, gọi là hành đạo."

(5) Ngộ tánh luận.

Phần này chỉ về điểm quan trọng trong khi tu hành là phân biệt được giữa mê và ngộ, và tu hành sao để ngộ. Cũng nên lưu ý là có ý kiến cho rằng phần này nói về làm sao ngộ được bản tánh của chính mình.

"Phàm đem tâm cầu pháp, ấy là mê. Chẳng đem tâm cầu pháp, ấy là ngộ."

"Khi mê thì có bờ bên này, khi ngộ thì không bờ bên này.

Tại sao vậy? Vì kẻ phàm phu mỗi mỗi đều có xu hướng trụ ở bên này. Vì giác được phép tối thượng thừa thì tâm chẳng trụ bên này cũng chẳng trụ bên kia, nên lìa được cả hai bờ bên này và bên kia vậy."

"Phàm mê là mê ở ngộ. Còn ngộ là ngộ nơi mê. Không có mê ngộ mới gọi là chánh giác, chánh kiến."

"Khi mê thì sáu thức, năm ấm đều là pháp phiền não, sanh tử. Khi ngộ thì sáu thức, năm ấm đều là pháp niết bàn, không sanh tử."

"Khi mê thì có Phật, có pháp. Khi ngộ rồi thì không Phật, không pháp. Tại sao vậy? Vì ngộ tức là Phật pháp."

(6) Huyết mạch luận.

Phần này chỉ rõ nếu không thấy tánh thì việc tu hành sẽ không thể đưa đến chỗ đạt đạo được.

"Nếu muốn tìm Phật hãy cần thấy tánh. Tánh tức là Phật. Nếu chẳng thấy tánh thì chay lạt, giữ giới đều vô ích cả."

" Nếu không thấy tánh thì dầu giỏi nói mười hai bộ kinh, vẫn là ma nói."

"Chúng sanh điên đảo không biết tự tâm là Phật, cứ hướng ngoài mà gìn giữ, cầu cạnh, suốt ngày lăng xăng niệm Phật, lạy Phật." (Trích: "Sáu cửa vào động Thiếu Thất")

BÀI THUYẾT PHÁP CỦA TỔ BỒ-ĐỀ ĐẠT-MA

CHO LƯƠNG-VÕ-ĐẾ

Phạm-Công-Thiện dịch

Đây là bài thuyết pháp đầu tiên của Bồ Đề Đạt Ma tại Trung Hoa. Ngài thuyết giảng ngay tại triều đình của Lương Võ Đế có sự hiện diện của nhà vua và toàn thể văn võ bá quan là những thành phần trí thức ưu tú trong nước. Lương Võ Đế tuy là một ông vua sùng đạo và các quan văn trong triều tuy là những bậc trí thức trong nước, những cũng không lãnh hội và chấp nhận nổi những ý chính trong bài thuyết pháp, một phần vì nhà vua và các quan còn chấp thủ, một phần vì lời thuyết pháp quá ư mạnh bạo, gần như sỗ sàng tuy lý luận rất đanh thép, ngôn từ rỏ ràng và cô đọng. Bài thuyết pháp tuy rất ngắn gọn nhưng thật là đầy đủ ý nghĩa, bao gồm được tất cả tinh hoa của giáo pháp Phật và cốt lõi của thiền. Có thể nói cuốn Đạt Ma Huyết Mạch Luận chỉ triển khai những tư tưởng trong bài thuyết pháp này. Thất bại trong lần thuyết pháp đầu tiên ở Trung Hoa, Bồ Đề Đạt Ma bỏ ra đi. Ngài không thuyết pháp nữa mà ngồi thiền trước một bức tường (bích quán) trong suốt chín năm trời.

Phần thứ nhất: Bản Chất Của Tâm

Cả thế giới được nghĩ trong tâm. Tất cả chư Phật - quá khứ và vị lai - đã và sẽ được tạo thành trong tâm. Sự hiểu biết được truyền từ tâm sang tâm qua ngôn từ nên tất cả những kinh sách chẳng có ích lợi gì. Tâm của mỗi người đồng điệu và tương ứng với thực tại muôn đời, với thực tại muôn nơi. Tâm là Phật không có Phật ngoài tâm. Coi giác ngộ và niết bàn là những sự vật ở ngoài tâm là một điều sai lầm. Không có giác ngộ ở ngoài tâm linh động. Không có chỗ nào gọi là nơi chốn của những người đến niết bàn. Ngoài thực tại của tâm, tất cả đều là huyễn tượng. Chẳng có nhân, chẳng có duyên. Chẳng có lý do, chẳng có kết quả. Chỉ có một thực tại duy nhất. Đó là: Tư tưởng của tâm và sự an nghỉ của tâm chính là niết bàn. Đi tìm một sự vật ngoài tâm là đi tìm bắt hư không. Tâm là Phật và Phật chính là tâm. Tưởng tượng Phật ở ngoài tâm hay hình dung

Phật ở ngoài tâm là mê sảng.

Phần Thứ Hai: Phương thức

Vậy phải nhìn vào trong chứ không nhìn ra ngoài. Phải tự lắng vào chính mình để thấy Phật tánh trong chính mình. Tất cả chúng sanh đều là Phật như mình nên mình chẳng cứu ai cả. Không có vị Phật nào hơn mình nên không phải van xin, cầu nguyện ai cả. Không có Phật nào hiểu mình hơn chính mình nên không phải học hỏi trong những kinh sách của các vị ấy. Không có luật pháp nào kiềm hãm được Phật. Một vị Phật không thể sa ngã nên ta không sợ phạm tội. Không có thiện, không có ác. Chỉ có những động tác của tâm. Mà tâm là Phật nên tự tánh không thể lầm lỗi được. Cúng kiến, hoằng pháp, nhiệt thành giữ giới, bố thí cầu kinh và tất cả những thứ khác đều không có ích lợi gì cả. Chỉ cần một điều duy nhất là nhìn thấy Phật nơi mình. Sự nhìn thấy Phật ở nơi mình đưa đến giải thoát, đến niết bàn.

Phần Thứ Ba: Phật Tánh

Không có bất cứ một cuốn kinh nào, không có bất cứ sự tu khổ hạnh nào có thể đưa ta ra khỏi luân hồi. Học kinh và tu khổ hạnh hoàn toàn vô ích, phù phiếm. Không có quyển sách nào đáng cho ta mở ra đọc. Trong sự an tĩnh, vô vi hoàn toàn hãy kiến tánh ở nơi mình, nơi chính tâm mình. Đó mới đúng là Phật. Chỉ học nhìn thấy Phật tánh thôi vì đó là điều duy nhất đáng học. Tất cả những hình tượng khác đều là sương mù, ảo ảnh. Hãy nhìn Phật nơi mình. Đó mới là cái nhìn trung thực duy nhất. Phật tánh ở trong mỗi người và trong tất cả mọi người, Phật tánh đều giống nhau. Khi quên tất cả mọi sự và chỉ giữ lại thực tại duy nhất đó là thoát khỏi vòng luân hồi và tới niết bàn. Tất cả những kẻ thuyết lý đều là trợ thủ của Mara và đưa con người đến chỗ huyễn tưởng. Mọi hệ thống triết học đều hoàn toàn sai lầm và có tính cách lường gạt. Nói đến sự tẩy uế, thiện nghiệp, chuyên tâm và tiến bộ là phỉnh lừa thiên hạ. Mỗi người là Vị Phật của chính mình và của tất cả. Điều ta phải làm cho tới cùng là nhận thức rằng thực tại và chân lý duy nhất ấy tiềm tàng trong mỗi người chúng ta. Không có tội hay đúng hơn chỉ có một tội duy nhất: Đó là tội vô minh, tội không nhận được ra Phật tánh ở chính nơi mình. Tội này rất nặng vì nó giam ta trong cõi vô thường. Thân xác là phù du. Cuộc đời trôi nhanh như một giấc mộng. Trong thời gian ngắn ngủi của cuộc đời ta phải tự giải thoát bằng cách tự khám phá chính hình bóng của mình. Trong giấc mộng đời, ta có thể thấy được thực chất của mình. Trong giấc mộng đời, chính Pháp thân tự hé mở trong bản thể. Đó là thực thể.

Phần Thứ Tư: Pháp Thân

Pháp thân này vĩnh cửu. Trải qua vòng luân hồi, thăng trầm qua vô lượng kiếp, pháp thân vẫn không sinh, không diệt, không thêm, không bớt, không nhơ

nhớp, không bị tẩy sạch, không yêu, không ghét, không đến, không đi, không đàn ông, không đàn bà, không già, không trẻ, không tu, không tục, không có, không không. Pháp thân không một mà cũng không nhiều, không thánh mà cũng không phàm. Pháp thân đi vào tất cả không bị trở ngại và không gì ngăn cản được. Pháp thân ung dung trong những kiếp liên tiếp, trong vòng sinh tử.

Chúng sanh và vận mạng của chúng sanh đều qui về pháp thân. Ta thấy pháp thân này ngay trong ta. Ta phải di động và hành động trong ánh sáng của tâm. Pháp thân bao trùm tất cả chúng sanh như sông Hằng giữ nước của nó hằng hà sa số những phân tử phù sa. Ta không thể diễn tả pháp thân được, mà cũng không thể giải thích pháp thân bằng ngôn từ. Mỗi người hãy tự chiêm ngưỡng, lãnh hội pháp thân cho chính mình. Lãnh hội được pháp thân là giải thoát, là giác ngộ. Lãnh hội được pháp thân là ra khỏi sự giao động của thế lực mà đức Thích Ca Mâu Ni gọi là cuồng loạn vĩ đại. Giác ngộ đưa ta vào trong tỉnh lặng hoàn toàn. Người ta phải khám phá chính bản thân mình, khám phá Phật tánh ở mức độ ngoài khả năng diễn đạt của ngôn từ và tư tưởng. Pháp thân vô hình, bất biến và không thể bị hủy diệt. Chẳng có Phật nào khác ngoài pháp thân vì pháp thân ở trong chư Phật. Pháp thân cũng ở trong tất cả mọi người.

Phần Thứ Năm: Tĩnh Tâm

Xin nhắc lại rằng vì tánh chất của pháp thân, ta chẳng cần kinh kệ, chẳng cần cúng tế, thờ phụng mà cũng chẳng tìm cái gì ở ngoài bởi lẽ trong mình ta có tất cả. Tất cả những sự vật bên ngoài đều là hư ảo giả tạm. Chẳng có gì thật ngoài pháp thân. Nguyện cầu những gì sùng bái chính là mình, sùng bái những gì chính là mình là một việc phi lý và vô ích. Điều cốt yếu là làm sao có yên lặng và tĩnh tâm; vì yên lặng, tĩnh tâm giúp ta thấy pháp thân chính nơi ta tức là thấy Phật. Tất cả những biểu tượng giả tưởng, tất cả những biểu tượng vật chất đều sai lầm. Chính sự sai lầm ấy giữ ta lại hoặc đưa ta vào trong vòng luân hồi tái sinh. Không nên sùng bái những hình tượng thoát thai từ nơi mình bởi vì những hình tượng ấy không thuộc pháp thân. Chỉ nên sùng bái những ý tưởng phát ra từ Phật tánh. Phải bỏ tất cả những giả tưởng về thần thánh linh thiêng vì đó chính là những ảo tưởng phù phiếm. Không nên thờ kính những vật giả tưởng đó mà cũng chẳng phải sợ hãi những thứ đó. Cũng nên quẳng bỏ tất cả những ảo ảnh về chư Phật. Ảo ảnh chỉ là những ảo tưởng phù phiếm.

Phần Thứ Sáu: Thiền Luận

Không có gì quí hơn những ý tưởng vô hình của tâm phát ra từ Phật tánh. Chỉ có một điều ta thấy thật sự là: Pháp thân ở nơi Ta. Phật là một tiếng Ấn Độ,

không phải tên người và có nghĩa là giác ngộ, linh giác mà mọi người có thể đạt tới được. Sự giác ngộ này chính là thiền. Những kẻ đối nghịch với chúng ta không thể hiểu được giá trị mà chúng ta đem vào danh từ thiền. Thiền không có nghĩa là tham thiền, suy tưởng. Ta chỉ đạt đến thiền khi ta thấy được Phật tánh ở chính mình. Một người đọc vô số kinh luận mà không kiến tánh thì chỉ là kẻ phàm tục tầm thường. Đạo lý ta khó hiểu đối với mọi người vì ngôn từ không đủ khả năng diễn tả được đạo. Chỉ có kẻ nào đạt được mới hiểu. Ta có thể nói với những môn đồ ta như vầy: Các ngươi phải đạt đến Phật tánh nơi các ngươi tức là pháp thân nơi các ngươi. Làm thế nào diễn tả được... và bởi vì không thể nói ra được nên tất cả những kinh luận đều vô ích. Kinh luận chỉ là những câu chuyện phù phiếm, đi quanh vấn đề. Kiến tánh là một hành động giản dị. Kiến tánh không thể chia ra thành từng phần nên ta không thể tri và hành từng phần một. Kiến tánh cũng giống như nuốt một thứ đồ ăn, cũng giản dị và lập tức như thế.

Người ta không bao giờ thuyết lý viễn vông chung quanh sự nuốt đồ ăn. Ta biết nuốt hay không biết nuốt. Chỉ có thế thôi! Kẻ nào tưởng tượng một thực tại ngoài Phật tánh bên trong và tìm cách xác định thực tại ấy, kẻ ấy rơi vào sai lầm nghiêm trọng. Tất cả những ý tưởng ngoài ý tưởng về Phật tánh nội tại chỉ là những bóng ma phù phiếm. Chính những ý tưởng đó sinh ra bóng ma, những sai lầm và giữ con người triền miên trong vòng luân hồi. Con người sẽ được giải thoát khi đã phủ nhận tất cả những bóng ma và những sai lầm ấy, đồng thời gắn liền với Phật tánh ở trong nội tại. Giây phút giác ngộ này, giây phút giải thoát này, mỗi người hãy tự mình đi đến. Giáo lý chỉ có thể giúp người ta chuẩn bị. Giáo lý không thể tạo ra giác ngộ. Mộng không thể học được. Chết không thể học được. Lãnh hội Phật tánh nơi chính mình cũng không thể học được. Pháp thân rất giản dị. Ta không thể tạo ra được mà chỉ lãnh hội được. Kẻ nào đã lãnh hội được pháp thân thì không cần thiên đàng, không còn địa ngục, không còn mình, không còn kẻ khác, không còn gì bên ngoài. Vậy việc lãnh hội pháp thân là việc của đức tin tuyệt đối, không mảy may pha lẫn bóng tối ngờ vực. Khi người ta mộng, người ta không bao giờ nghi ngờ bởi vì người ta thấy thực tánh của mình. Trong khi thức, ta cũng phải tin tưởng vững chắc như vậy dù có bị những ảo tưởng của giác quan và những sai lầm của trí tưởng tượng ràng buộc.

Phần thứ bảy: Vô Minh

Đối với những người đã khám phá được bóng hình của mình và không còn bị bất cứ một hệ lụy nào ràng buộc, thì bất cứ một hành động nào của thể xác vật chất cũng không có thể ảnh hưởng đến pháp thân. Một kẻ phàm tục làm nghề đồ tể cũng có thể là một vị Phật. Kẻ nào đã lãnh hội được Phật tánh thì không tạo nghiệp nữa dù làm bất cứ một hành động nào bởi vì kẻ ấy đã giác ngộ.

Nghiệp chỉ đeo đuổi những người chưa giác ngộ vì những người đó còn trong vòng u tối vô minh. Chính sự ngu muội này đã tạo ra vòng đầu thai, luân hồi ở địa ngục, làm thú và làm người. Tất cả nợ tinh thần chấm dứt ngay khi giác ngộ phá hủy vô minh. Bậc giác ngộ không làm nên tội lỗi và cũng không phạm tội nữa.

Phần thứ tám: Giác Ngộ

Ta phải giảm dần những ấn tượng, bớt dần tham vọng, (bớt dần) tập trung và an trí. Đó là chuẩn bị. Kinh kệ, tu khổ hạnh, công trình nghiên cứu học hành đều chẳng có lợi ích gì cả. Kiến tánh không thể học được. Tại sao có những người đã chuẩn bị cẩn thận và có thành tâm đứng đắn mà vẫn không kiến được tánh? Bởi vì nghiệp của họ chống đối lại. Sự hôn mê mù quáng của họ, sự sai lầm chai cứng của họ, sự bất lực của họ là những hình phạt về những tội lỗi của họ trong quá khứ. Họ chưa trả hết nợ. Họ chưa đủ trong sạch để đạt được giác ngộ. Đây là nợ tinh thần và nỗ lực cá nhân chứ không phải do địa vị xã hội.

Phần thứ chín: Phật là gì?

Ta đến Trung Hoa để truyền bá tâm ấn, đạo lý mới lạ ở đây chưa ai biết. Phật ở trong tâm mỗi người. Giữ giới luật, tu khổ hạnh, cầu kinh, nghiên cứu nghĩa lý, tất cả những thứ này chẳng dùng được việc gì cả. Mục đích duy nhất mà mọi người phải đạt được là

giác ngộ. Khi nào đạt được giác ngộ là thành Phật, một vị Phật như tất cả chư Phật dù cho kẻ ấy không đọc được một chữ nào cả. Thành Phật nghĩa là thấy Phật tánh nơi mình, nơi tâm mình, nơi tâm của tâm mình. Phật tánh vô hình, không thể rờ mó được, bản thể của nó mong manh như hư không. Tâm ấy mọi người đều mang trong mình.

Tâm hỡi, tâm ơi!

Mi lớn đến nỗi bao trùm cả vũ trụ.

Mi nhỏ đến nỗi mũi kim không thể xuyên qua được.

Hỡi tâm của ta! Mi là Phật.

Chính vì mi mà ta phải qua Trung Hoa để giảng truyền đạo lý. Phạm Công Thiện dịch
---ooOoo---

Bài kệ kim chỉ nam của Thiền tông

• "Bất lập văn tự": Là không lập chữ nghĩa, kinh sách. Nói là không cần chữ nghĩa và kinh sách thì cũng có thể đúng, nhưng nói là không "chấp" vào kinh sách chữ nghĩa thì đúng hơn, vì Thiền tông viết rất nhiều kinh sách.

Tức là, đọc kinh sách thì đọc nhưng đừng lệ thuộc vào sách, vì chữ nghĩa không thể nói được hết điều người viết muốn nói. Phải nắm được tinh yếu của lời nói, bên sau lời nói.

Trên thực tế, điều này có nghĩa là thực hành, tập luyện thường xuyên thì ta mới tự hiểu được những điều mà người nói/viết không thể giải bày hết được, vì ngôn ngữ rất hạn hẹp không đủ để diễn tả điều gì rốt ráo.

• "Giáo ngoại biệt truyền": Là truyền riêng, truyền đặc biệt, bên ngoài giáo lý của kinh sách.

Điều này nhấn mạnh đến giới hạn của ngôn ngữ, và cách truyền dạy—thầy dạy học trò riêng rẽ từng người một. Dù là có thể có những giờ thuyết giảng chung cho cả lớp, nhưng mỗi trò luôn luôn được thầy dạy cách riêng. Và học trò ngộ đến đâu là do căn cơ của trò chứ không do biết kinh đến đâu. Lục tổ Huệ Năng được tổ Hoằng Nhẫn truyền y bát để nối dòng các tổ sư mà thực ra Huệ Năng không rành kinh sách gì cả và chưa học kinh sách ngày nào của Hoằng Nhẫn (nhưng Huệ Năng đã ngộ ngay khi nghe ông hàng xóm đọc Kinh Kim Cang đến câu "ưng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm" ("không trụ vào đâu cả nên sanh tâm Bồ Đề").

• "Trực chỉ chân tâm": Chỉ thẳng vào tâm thật, tâm tĩnh lặng trong sáng nguyên thủy của ta.

Chân tâm là tâm thật của ta, khác với tâm vọng động.

Tâm vọng động là các xung động ta có một lúc nào đó - giận dữ, sợ hãi, lo lắng, tham lam...

Chân tâm là bản tánh (hay "tánh") tĩnh lặng trong sáng của ta, là Phật tính trong ta, là tâm Phật trong ta, đã luôn luôn, và sẽ luôn luôn, có trong ta.

Chân tâm thì thường hằng, luôn như thế, không thay đổi - tĩnh lặng và trong sáng.

Tâm vọng động là những cơn sóng nhất thời, ngắn ngủi trong lòng, có rồi mất, do ta chưa làm chủ được mình.

Bình thường ta chỉ thấy tâm vọng động mà không thấy được chân tâm, cũng như ta chỉ quen thói nhìn sóng mà không nhìn biển, nhìn mây mà không nhìn trời.

Bây giờ ta phải quen nhìn chân tâm, để có thể thấy chân tâm.

• "Kiến tánh thành Phật": Thấy được bản tánh của ta - tĩnh lặng trong sáng, tâm Phật của ta - thì thành Phật. "Tánh" của ta cũng chính là "chân tâm".

Tất cả mọi chúng ta đều có Phật tính, tâm Phật trong ta. Thấy được tâm Phật đó là thành Phật.

Câu hỏi là: "thấy tánh" (kiến tánh, thấy tâm Phật) là thấy được điều gì? Và thấy là thấy thế nào?

Đây là câu hỏi hầu như chẳng có câu trả lời, và mọi người viết sách đều viết một kiểu như nhau, nhưng thực sự là chẳng trả lời được gì cả, ngoại trừ một mớ chữ.

Vì vậy, đây là câu hỏi mà mỗi người chúng ta sẽ có câu trả lời riêng, nếu ta tu tập thường xuyên.

Nhưng muốn "kiến" (thấy) thì phải "quán" (nhìn). Không nhìn thì không thấy được.

Vì vậy, các bạn:

1. Đừng quan trọng hóa các thói hư, tật xấu, các điểm yếu trong tâm mình. Đó là các đám mây che mờ tánh thật của mình, làm mình khó thấy tánh thật của mình.

2. Tập "nhìn" trái tim tĩnh lặng trong sáng của mình - tức là trái tim Phật của mình, tĩnh lặng, từ bi vô lượng, mà mình đã có sẵn từ lúc mới sinh.

Tập mỗi ngày. Lặng yên, hay ngồi Thiền, và "nhìn" trái tim trong sáng của mình, 5 phút, 10 phút, 15 phút, 30 phút...

3. Nếu không thành Phật ngay thì nhất quyết cũng trưởng thành tâm linh rất mạnh mẽ và liên tục. ---oooOOOooo---

Bodhisattva - an enlightened - Bồ Tát = Being who possesses the compass- ionate motivation of bodhicitta (bồ đề tâm), and devotes their life towards the achievement of enlightenment for the sake of all beings by practicing the six perfections of giving, ethics, patience, enthusiastic effort, mental stabilization and wisdom.

• Bodhi: wisdom that understand the ultimate nature of reality Bồ tát là bậc tự giác, giác tha • Sattva: person motivated by universal compassion

Bodhisattva – a compassionate warrior, is someone who has aroused the wish to attain enlightenment for the benefit of all beings, and does everything possible to bring others to that state of enlightenment, free of suffering...

Bồ Tát - là lối viết tắt của Bồ-đề-tát-đoả (SKT. bodhisattva), cách phiên âm tiếng Phạn bodhisattva sang Hán-Việt, dịch ý là Giác hữu tình, hoặc Đại sĩ. Trong Phật giáo Đại thừa, Bồ Tát là một hành giả sau khi hành trì các Ba-la- mật-đa đã tựu Phật quả, nhưng nguyện không nhập Niết-bàn khi chúng sinh chưa giác ngộ.

Bodice - vạt trên cuả áo dài nữ

Body And Mind

In Buddhism, the way to describe the body and mind, is to talk about the five aggregates. The first aggregate is form, which refers to the physical aspect or body of a sentient being, and the next four aggregates are aspects of the mind. All five are:

1. Form - the body

2. Feeling or sensation - this refers to the mental separation of sensations into pleasant, unpleasant and neutral.

3. Recognition, discrimination or distinguishing awareness - in many ways similar to the discriminating intellect.

4. Primary Consciousness - the five sense consciousnesses (smell, touch, taste, seeing and hearing) and mental consciousness

5. Compositional Factors, volition - these are all other remaining mental processes, in general "thoughts".

Another essential distinction is made between the different levels of subtlety of body and mind. In the tantric teachings of Tibet, distinctions are made between:

Gross Body: our "normal" physical body of muscles, fat, bones etc.

Gross Mind: our "normal" observed continuation of thoughts and feelings etc.

Subtle Body: the "energy" within our body as it flows in our energy channels, similar to their description in Chinese acupuncture or Indian yoga.

Subtle Mind: the state of mind that we are normally unaware of, and which becomes noticeable during deep meditation. This is not really identical to our Western concept of sub-consciousness, although some aspects may overlap. It may be more similar to intuition and inner wisdom.

Most Subtle Body / Mind: this is the most essential and subtle part of a sentient being. This aspect of ourselves is extremely difficult to observe; body and mind at this level are inseparable and could be described as 'mental energy'. The above levels of mind and body are sometimes compared to going to sleep:

Gross: when awake, we are aware of our gross body and mind.

Subtle: when we are dreaming, we have a very flexible body and ideas in our mind that we normally do not experience, similar to the subtle body and mind.

Very subtle: when we are in deep sleep, we are barely aware of both body and mind.

" There are those who look on death with a naive, thoughtless cheerfulness, thinking that for some unknown reason death will work out all right for

them, and that it is nothing to worry about. When I think of them, I am reminded of what one Tibetan master says: “People often make the mistake of being frivolous about death and think, ‘Oh well, death happens to everybody. It’s not a big deal, it’s natural. I’ll be fine.’ That’s a nice theory until one is dying." (Sogyal Rinpoche from Death & Dying) ---oOo---

Nhận diện và chuyển hóa Thân – Tâm (Thích Trừng Sỹ)

Là con người chánh niệm, an lạc, và tỉnh thức, với chánh kiến và chánh tư duy, xuyên qua việc tu, học, hiểu, áp dụng, và thực hành Phật pháp vào trong đời sống hằng ngày, chúng ta có thể nhận diện và chuyển hóa thân - tâm. Qua quá trình nhận diện và chuyển hóa thân - tâm, chúng ta có cơ hội nhìn sâu và nhìn rõ mình hơn bằng cách quán chiếu chúng một cách chi tiết.

Nhận diện cái gì và chuyển hóa cái gì? - thân và tâm; ai nhận diện và ai chuyển hóa? Chúng ta, tức hành giả, tu, học, thực hành, và ứng dụng Phật pháp trong từng ý nghĩ, cử chỉ, lời nói, và việc làm chánh niệm và tỉnh giác, vững chãi và thảnh thơi vào trong đời sống hằng ngày.

Thân và tâm là chủ đề chính của bài thảo luận hoặc bài pháp thoại này. Theo giáo lý duyên khởi (Skt. Pratityasamutpada/ Pali Paṭiccasamuppada) của đạo Phật, con người bao gồm hai phần then chốt, đó là, thân và tâm.

Cả hai là một, không bao giờ riêng biệt, chúng tương tức với nhau như hình với bóng. Nếu nhân và duyên không có mặt, thì chúng sẽ không bao giờ hình thành và sinh khởi. Ngược lại, khi đủ nhân và duyên có mặt, thì chúng sẽ có thể hình thành và sinh khởi.

Thân và tâm là những yếu tố quan trọng trong việc hình thành con người hữu ngã (Skt. Atman, Pali Atta), năm uẩn, hay con người vô ngã (Skt. Anatman, Pali Anatta); Ngã là một con người do năm uẩn hình thành. Cũng vậy, con người vô ngã có nghĩa là con người duyên sinh, tương thuộc, và tương tức đầy đủ với sắc, thọ, tưởng, hành, và thức.

Vô ngã có nghĩa là không có một uẩn nào, một nhân, một duyên nào, hay một yếu tố vật lý và tâm lý nào trong ta tồn tại độc lập; vô ngã có nghĩa là uẩn này duyên với uẩn khác và nhiều uẩn khác nữa, hoặc vô ngã có nghĩa là con

người này hoàn toàn tương tức với những cái khác và không phải là một chúng sinh riêng biệt, v.v...

Khi học và hiểu được Phật pháp vững chãi, chúng ta biết rằng cả con người hữu ngã và vô ngã đều sinh, diệt, vô thường, biến hoại, v.v... trong từng sát na. Khi nhìn các khía cạnh không hành trì Phật pháp với thân tâm chấp thủ, tà niệm, tà kiến, và tà tư duy, thì cả hai hạng người này đều nhận chịu những kết quả bất thiện, như sầu, bi, khổ, ưu, não, v.v...

Ngược lại, khi nhìn các khía cạnh hành trì và ứng dụng Phật pháp thích hợp với thân tâm buông xả, chánh niệm, chánh kiến, và chánh tư duy, cả những con người hữu ngã và vô ngã đều có thể gặt hái được những hoa trái an vui và hạnh phúc ngay bây giờ và ở đây trong cuộc sống hiện tại. Như vậy, hai là một, là tất cả, và ngược lại.

Theo đạo Phật, cả hai hạng người này không bao giờ chấp nhận một cái nhân duy nhất, một cái duyên duy nhất, một chủ thể tuyệt đối, hay một linh hồn bất biến theo lối suy luận và diễn đạt người nào có tội thì đọa xuống địa ngục mãi mãi, hoặc người nào có phúc thì sinh lên cõi trời mãi mãi.

Với chánh tín, chánh kiến, và chánh tư duy, đạo Phật chỉ chấp nhận quy luật nhân quả, nghiệp báo, đặc biệt là con người chuyển nghiệp, chuyển ngữ, chuyển tâm, và chuyển thức. Tất cả các nhân, duyên, và các yếu tố khác nhau trong con người năm uẩn không bao giờ tồn tại độc lập và riêng biệt.

Thật vậy, trong giáo lý tương thuộc, duyên sinh, hình thành, và phát triển, ở ngữ cảnh này, chúng ta biết đạo Phật không những chấp nhận con người vô ngã, mà còn chấp nhận con người hữu ngã, hay con người năm uẩn.

Nhờ tinh cha, noãn sào, tử cung của mẹ, hương ấm (Gandhabha), hay thức tái sinh (Patisandhi), nhờ ăn, uống, ngủ, nghỉ, tu, học, làm việc, không khí, ánh sáng, v.v..., nhờ các mối tương quan và tương duyên với nhau của năm uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành, và thức), con người hữu ngã hay năm uẩn được hình thành, và chúng ta có thể thấy vị ấy bằng mắt, bằng tâm, và bằng xúc chạm.

Khi nhìn về khía cạnh quán chiếu và tương tức, con người này không những bao gồm các hạt giống tiêu cực như tham, sân, si, chấp thủ, tà kiến, v.v..., mà còn bao gồm các hạt giống tích cực như rộng lượng, thương yêu, hiểu biết, buông xả, chánh kiến, v.v...

Nói cách khác, trong bùn có sen, trong sen có bùn; trong tối có sáng, trong sáng có tối, hoặc trong đen có trắng, trong trắng có đen. Đứng về mặt tu tập và hành trì, ta thấy trong bùn có sen, trong phiền não có giác ngộ (Bodhi), trong tối có sáng, trong đen có trắng, v.v... Ngược lại, đứng về mặt không tu tập hoặc tu tập lai rai, ta thấy trong sen có bùn, trong hạnh phúc có khổ đau, trong sáng có tối, trong trắng có đen, v.v...

Trong bài viết này, bùn, tối, và đen đều dụ cho tham, sân, si, chấp thủ, tà kiến, vô minh, phiền não, v.v...; sen, sáng, và trắng đều dụ cho sự rộng lượng, thương yêu, hiểu biết, buông xả, chánh kiến, trí tuệ, giác ngộ, v.v... Như vậy, cả hạt giống tiêu cực và tích cực, bùn và sen, tối và sáng, đen và trắng, phiền não và Bồ-đề (Bodhi) đều có mặt trong ta hay trong con người năm uẩn.

Bằng sự học, hiểu, và thực hành Phật pháp chuyên cần, tu là quá trình nhận diện bùn và chuyển hóa bùn thành sen; nhận diện tối và chuyển hóa tối thành sáng; nhận diện đen và chuyển hóa đen thành trắng; nhận diện tham, sân, si, chấp thủ, tà kiến, vô minh, phiền não, v.v..., và chuyển hóa chúng thành sự rộng lượng, thương yêu, hiểu biết, buông xả, chánh kiến, trí tuệ, giác ngộ, v.v... Tu là quá trình chúng ta nhận diện phàm phu và chuyển hóa phàm phu thành thánh quả... (Thích Trừng Sỹ) ---oOo--- Bog –

vũng lầy, đầm lầy

Bogged - bị chùn lại, do dự, lưỡng lự

Boggle – do dự, lưỡng lự

Bohemian – không chịu theo khuôn phép, tự do phóng túng

Boilerplate - soạn sẵn

Boisterous – hung dữ, dữ dội

Boldness – táo bạo, cả gan

Bolster – gối ôm ở đầu giường, tấm lót

Bonnet – mũ bê-rê của người Tô Cách Lan

Bovine – ngu như bò, đần độn, ngu đần

Brackish – hơi mặn, mằn mặn

Brag – khoe khoan, khoác lác

Braggart - người khoe khoan, khoát lác

Brahmacharya (SKT) – (Sanskrit: “pure conduct”) in Buddhism, strictly, the practice of sexual chastity; more generally, the term denotes the endeavour by monks and nuns as well as lay devotees to live a moral life as a way to end suffering and to reach enlightenment. Lay followers are asked not to kill any living being, not to steal, to avoid improper sexual intercourse, not to lie, and to avoid intoxicants. Novices, monks, and nuns must obey these same rules (with complete chastity added to the third) as well as refrain from eating after noon, avoid all musical and theatrical enjoyments, refrain from wearing jewelry or cosmetics, sleep only on a very simple bed, and refuse gifts of gold or silver.

1.Brahma, (shortened from brahman), the absolute, eternal, supreme God- head. (As opposed to Brahma, the deity in the Hindu triad responsible for creation). 2.charya, which means "to follow". This is often translated as activity, mode of behaviour, a "virtuous" way of life.

Thăng hoa tình dục - Brahmacharya - (tiếng Anh: sexual sublimation), còn được gọi là biến tố tình dục, trong một số truyền thống tôn giáo, là việc chuyển hóa năng lượng tình dục thành sự sáng tạo, do đó tạo điều kiện cho hành vi nhận thức bí ẩn.

Trong tâm lý học, thăng hoa là sự chuyển hóa năng lượng tình dục hoặc dục tình thành một hành động hoặc tình cảm khác để làm quên đi thôi thúc tình dục. Điều này dựa trên niềm tin rằng, năng lượng tình dục, một chức năng sáng tạo của loài người, có thể được dùng để tạo ra một sức sống tinh thần hơn là thể xác và khoái cảm.

Nhóm từ có nghĩa là chuyển hóa năng lượng tình dục thô thành phương tiện chuyên chở bản chất tinh thần. Nhiều trường mô tả năng lượng này là năng lượng sống, năng

lượng tinh thần prana, ojas, shakti, tummo, hoặc kundalini.

Brahmanism – member of highest Hindu caste = giai cấp cao nhất Hindu

Brandish – khua, rung

Bray - tiếng lừa kêu be-be

Brazenly – trơ trẽn, trân tráo

Brethen - the assembly of monks = Tăng chúng

Brevity – khúc chiết, ngắn gọn

Brigand - kẻ cướp

Brimstone – lưu huỳnh

Broach – cây xiên, mũi dao

Brooch – trâm cài đầu

Brunt – principle force as of an attack = sức mạnh chính, chủ yếu; gánh nặng

Brute – súc vật, kẻ cục súc, kẻ vũ phu

Bubonic plague - bệnh dịch hạch

Buddha – fully enlightened one. The historical Buddha was prince Siddharta Gotama or Buddha Shakyamuni, who lived in India 600 BCE. A Sanskrit word for someone who has attained the extraordinary feat (kỳ công) of “enlightenment” or more accurately awakening (Bodhi). The Buddha is said to have “awoken” to the nature of reality – the way things really are. The dates of his long life are much debated, but it seemed likely that he died aged eighty toward the end of the 5th century BCE… • Buddha Bodhi: Bồ tát đạo • Buddha realm: Phật giới

Buddha – What is a Buddha? A Buddha is someone who has abandoned all unwholesome action, all obstructions to knowledge and their remnants. When one abandons unwholesome action, an imprint remains on the mind which acts as an obstruction to knowledge, just as when one drops an onion from one’s hand, a smell remains on it. The Buddha has abandoned even the last

remnants of these obstructions to knowledge. He perceives the reality of all phenomena directly and has fully developed compassion through meditation, so he spontaneously works for the welfare of all beings. Over countless aeons, he has accumulated limitless merit through the practice of the perfections of giving, ethics, practice and effort and has meditated with a firmly stabilized mind on the antidote to the conception of an inherently existent self- emptiness.

Your nature is the Buddha – To find a Buddha, all you have to do is see your nature. Your nature is the Buddha. And the Buddha is the person who’s free: free of plans, free of cares. If you don’t see your nature and run around all day looking somewhere else.

You'll never find a Buddha. The truth is, there's nothing to find. But to reach such an understanding you need a teacher and you need to struggle to make yourself understand…

What was the Buddha like?

The earliest images of the Buddha in the 5th century BCE are from NW India, in the present day Pakistan and Afghanistan, dating back from about 500 years after his death. Many are from the Gandhara region, where Greco-Roman influences from the time of Alexander the Great resulted in the Buddha being depicted as a moustached semi-European.

Later, in central India, in the Gupta period (early 3rd to 6th century CE), we see the sublime depictions of meditating and teaching Buddhas, the exquisite symmetries of which express the inner confidence and wisdom associated with an enlightened consciousness.

While we cannot recapture a precise idea of the Buddha's appearance, we do gain a vivid mental picture from accounts of his life written in Pali hundreds of years after his death. He is said to have been a fine, golden skinned prince, who, on renouncing his court life and seeking spiritual fulfilment, shaved his head, took to wearing yellow robes, and spent his days walking the dusty roads of northern India, carrying a begging bowl.

As for his character, according to the Pali sutras (scriptures), it was not that of the conventionally gentle saint. Rather, he was contentious, assertive and often insistent on his own rightness. He was also enormously charismatic, radiating the experience of revelation and making it his mission to enable the same experience for others. Although illiterate, he is believe to have had an

ability to talk with ease to anyone – princes, merchants, artisans or fellow monastics – most probably in an unwritten language of the time called Maghadi…("The Body, Mind, Spirit Miscellany" tác giả Jane Alexander)

Meeting The Buddha

Although no simple account gives us a credible physical description of Gautama, it is possible to assemble a portrait by scavenging among the discourses. It seems he was shaven-headed, well built, of normal height and strikingly 'handsome, good looking, and of the most beautiful complexion'? We hear that he had 'golden-coloured skin' and sometimes seemed, literally, to shine and glow like the sun.

Master Gautama, one person exclaimed: 'how clear and translucent [your] complexion!' Another says:' You have a perfect body, you are shining, well proportioned, beautiful to look at… you have very white teeth… clear eyes, a round face, you are large, straight, splendid.' There is more than a hint of saintly iconography in such comments, and it is more likely that Gautama's skin was tanned dark by his outdoor life and hardened by the wind and heat. Near the end of Gautama's life,

Ananda remarked: ‘his complexion is no longer clear and radiant, his limbs are all flaccid and wrinkled and his body is stooped’.

The most detailed description of Gautama in the Discourses is much closer to iconography. It is placed in the mouth of a young Brahmin called Uttara whose guru sent him to observe Gautama and see if he conformed to the image of the superman of Brahminical lore. Uttara reported that not only had he seen all thirty-two of the distinctive physical characteristics such a person was expected to display, he had also observed Gautama’s grace, elegance and decorum. Gautama’s ‘table manners’, for example, were impeccable: “When he receives rice, he does not raise or lower the bowl, or tip it forwards or backwards. He receives neither too little rice, nor too much. He adds sauces in the right proportion; he does not exceed the right amount of sauce in the mouthful. He turns the mouthful over two or three times in his mouth and then swallows it, and no rice kernel enters his body unchewed, then he takes another mouthful.”

As Uttara said, ‘He tastes his food experiencing the taste, though not experiencing greed for the taste.’

The iconography with which he depicted in Buddhist art is based on the thirty two marks, which include long ears, webbed fingers and a bump at the crown of the head. But in many discourses there is no hint that Gautama possessed such unusual features, and the people who met him usually noticed nothing special about his appearance beyond his air of calm. One wanderer, with whom he happened to share a shelter for the night, remarked that he was searching for ‘Gautama, who went forth from the Shakyan clan’, and noticed nothing special in his companion that suggested he had found him already.

The uncertain line between observation and hagiography may reflect the gradual overlay of religious piety upon historical reality; but even in the earliest texts, Gautama’s followers believe that they encounter more than an ordinary human being. The notion that Gautama’s life recapitulated the pattern followed by the previous Buddhas, who dominated the history of the universe, encouraged his disciples to regards him as the embodiment of a timeless archetype whose Awakening was significant for the entire cosmos, from the lowest hell to the highest heaven. Every step of his career is watched over by hosts of divine beings, and the earth itself shakes in response to the principal events of his life…

A Holy Man in the World – One day, not long after his Awakening, Gautama was walking through the swamplands near the River Mohi when he fell into conversation with a herdsman called Dhaniya. Dhaniya told Gautama that he had been preparing for the rains. “I’ve cooked my rice and milked my cows. My family live nearby in the well-thatched house and the fire’s been lit. So, I say, let the rain come down!” Gautama replied: “I’m spending the night on the riverbank and the only house I have is my own body, but I am free of any anger or craving. So I also say, let the rain come down!”

Looking askance at the wanderer's rags, Dhaniya remarked, "I support myself by what I earn through honest labor. My sons are all healthy and I never hear a bad word about them." "I serve no one," Gautama replied. "Having found liberation I wander through the world with no need to earn anything!" With that, the monsoon broke, drenching the two men… (Gautama Buddha – The Life and Teachings of The Awakened One by Vishvapani Blomfield)

The Buddha's Last Words

Then the Lord entered the first stage of meditation. And leaving that he entered the second, the third, the fourth stage of meditation. Then leaving the

fourth stage of meditation, he entered the realm of infinity of space, then the realm of nothingness, then the realm of neither ideation nor non-ideation and leaving that he attained the cessation of ideation and feeling.

Then the venerable Ananda said to the venerable Anuruddha: "Venerable Anuruddha, the Lord has passed away." "No, friend Ananda, the Lord has not passed away, he has attained the cessation of ideation and feeling."

Then the Lord, leaving the attainment of the cessation of ideation and feeling, entered the realm of neither ideation nor non-ideation, from that he entered the realm of nothingness, the realm of infinity of consciousness, the realm of infinity of space. From the realm of infinity of space he entered the fourth stage of meditation, from there the third, the second, and the first stage of meditation. Leaving the first stage of meditation, he entered the second, the third, the fourth stage of meditation. And, leaving the fourth stage of meditation, the Lord finally passed away. (Buddhist Teaching in India – Johannes Bronkhorst)

Phật Thích Ca – Thái tử Tất-Đạt-Đa đản sanh vào năm 623 trước TL, tại vườn Lâm-Tì-Ni, gần thành Ca-Ti-La-Vệ. Sống trong hoàng cung của phụ vương Tịnh-Phạn và mẫu hậu Ma-Da, giữa sự cao sang tột bực, lẽ thường thì thái tử hẳn là sung sướng lắm, nhưng những cảnh sinh, lão, bệnh, tử và nhiều cảnh khổ khác đã làm cho thái tử nghĩ ngợi nhiều về thân phận của con người. Năm 29 tuổi, thái tử từ bỏ cung vàng điện ngọc, gia đình vợ con để ra đi tìm con đường giải thoát, giải thoát khỏi mọi khổ đau, giải thoát khỏi vòng sinh tử luân hồi. Sau bao nhiêu vất vả và cố gắng, với ý chí sắt đá, Ngài đã giác ngộ vào năm 35 tuổi, giác ngộ nguyên nhân gây ra đau khổ, giác ngộ con đường thoát khổ, giác ngộ thực tướng của vạn pháp. Từ đó, Ngài hoằng dương đạo pháp không ngưng nghỉ suốt 45 năm và nhập diệt năm 80 tuổi. Năm nhập diệt của Ngài được kể là năm một của Phật lịch…

Các bài nói chuyện của Đức Phật với ông Anathapindika (Cấp Cô Độc) đều có ý nghĩa lớn đối với người Phật tử tại gia - Trong một bài thuyết pháp về hạnh bố thí, Đức Phật nói là "sự cúng dường cho Phật và chư Tăng là công đức rất lớn, nhưng có công đức hơn nữa là quy y Phật, quy y Pháp, quy y Tăng, có công đức hơn 3 quy y là tự mình giữ 5 giới, có công đức hơn giữ 5 giới là quán về lòng từ trong giây phút; nhưng có công đức hơn cả là phát triển

tầm nhìn trí tuệ thấy được sự vật như thật và hiểu được tánh vô thường của sự vật" (Tăng Chi IV, 264 - 265)

Qua đoạn kinh trên, có thể thấy điều Đức Phật coi trọng hơn cả đối với người xuất gia hay tại gia là phát triển trí tuệ, để nhìn thấy sự vật như thật, đúng bản chất của chúng là vô thường, vô ngã. Tuy bố thí, cúng dường cũng là điều quan trọng, đối với người tại gia, nhưng tự mình tu tập, thực hành nếp sống đạo đức theo 5 giới, nuôi dưỡng lòng từ lại càng quan trọng hơn, nhưng quan trọng hơn cả là phát triển trí tuệ, để nhìn được sự vật như thật, nhờ đó mà không còn bị tham đắm, nội tâm được giải thoát, tự tại, trí tuệ được trong sáng.

Bốn niềm vui của Phật tử tại gia

Đức Phật nói tới bốn niềm vui chính đáng của người Phật tử tại gia, niềm vui có của cải, niềm vui được giàu có, niềm vui không có nợ nần, và niềm vui không có gì bị chê trách.

"Thế nào là niềm vui có của cải? Ở đây, gia chủ có của cải nhờ phấn đấu tích cực, góp gom được bằng sức của bàn tay, bằng mồ hôi, đúng pháp, và tích lũy được một cách đúng pháp, và có ý nghĩ: 'Của cải này là của tôi, có được nhờ phấn đấu tích cực tích lũy đúng pháp', cho nên niềm vui và thỏa mãn đến với ông ta. Đó là niềm vui có của cải".

"Thế nào là niềm vui được giàu có? Ở đây, vị gia chủ được giàu có nhờ phấn đấu tích cực, vui vẻ nhờ giàu có và làm nhiều việc lành. Vì có ý nghĩ 'Nhờ giàu có mà có thể hưởng thụ sự giàu có và làm các việc lành', cho nên niềm vui và sự thỏa mãn đến với ông ta. Đó là niềm vui được giàu có".

"Thế nào là niềm vui không có nợ nần? Ở đây, vị gia chủ không có nợ nần, lớn hay nhỏ đối với bất cứ một ai. Vì có ý nghĩ 'Tôi không có nợ nần, dù lớn hay nhỏ đối với bất cứ một ai', cho nên niềm vui và thỏa mãn đến với ông ta. Đó là niềm vui không có nợ nần".

"Thế nào là niềm vui không bị chê trách? Ở đây, Vị Thánh đệ tử có niềm vui vì các hành động của thân, miệng và ý đều không có gì là đáng chê trách. Với ý nghĩ 'Tôi không có gì đáng chê trách ở thân, miệng và ý', niềm vui và thỏa mãn đến với ông ta". (Tăng Chi III, 77 - 78) Tiếp đó, Đức Phật nói trong bốn niềm vui trên đây của người tu tại gia, niềm vui không có gì đáng bị chê trách nơi hành động, lời nói và ý nghĩ là ưu việt hơn cả.

Seven kinds of wives

"A wife must first clearly comprehend whether she has been a good wife or a bad wife. In this regard the Buddha declares that there are seven types of wives in this world. The following are the seven:

1. There is a wife who hates her husband, would prefer to kill him if she could, is not obedient, is not loyal, does not guard the husband’s wealth. Such a wife is called a Killer wife.

2. There is a wife who does not guard her husband’s wealth, scrounges and wastes his wealth, is not obedient and is not loyal to him. Such a wife is called a Robber wife.

3. There is a wife who behaves like a tyrant, cruel, oppressive, domineering, is disobedient, not loyal and does not guard the husband’s wealth. Such a wife is called a Tyrant wife.

4. Then there is the wife who sees her husband like the way the mother sees her son. Looks after all his needs, safeguards his wealth, is loyal and is devoted to him. Such a wife is called a Motherly wife.

5. Then there is also a wife who looks up to her husband like the way she looks up to her elder sister. Respects him, is obedient and humble, safeguards his wealth and is loyal to him. Such a wife is called a Sisterly wife.

6. Then there is the wife who when she sees her husband, it is as if two friends have met after a long time. She is humble, obedient, loyal and safeguards his wealth. Such a wife is called a Friendly wife.

7. Then there is also the wife who serves her husband at all times in every way without complaint, bears up shortcomings of the husband, if any, in silence, is obedient, humble, loyal and safeguards his wealth. Such a wife is called an Attendant wife.

These are the seven types of wives found in the world. Of them, the first three types (the Killer, the Robber and the Tyrant wife) lead a life of unhappiness here and now and at death is born in a place of torment [i.e., the animal world, the world of prethas (ghosts) and demons, asuras and the realm of hells.]

The other four types of wives, that is the Motherly, Sisterly, Friendly and the Attendant wife lead a life of happiness here and now and at death is born in a place of happiness [i.e. divine worlds or human world]."

Đức Phật giáo hóa nàng Suyata, người con dâu nhiều tật xấu của Trưởng giả Anathapindika.

Bảy loại người vợ

Một lần, Đức Phật đến thăm nhà ông Anathapindika, nghe có tiếng ồn ào thất thường trong nhà, bèn hỏi nguyên nhân, ông Anathapindika thưa:

"Bạch Thế Tôn, đó là Suyata, con dâu tôi đang ở với chúng tôi. Nó giàu có và đến đây từ một gia đình giàu có, nó không săn sóc gì tới mẹ chồng, bố chồng và cả chồng nó nữa. Nó cũng không kính trọng, tôn quý và đảnh lễ Đức Thế Tôn". Đức Phật cho gọi Suyata lại và giảng cho nghe về bảy loại người vợ:

1. Người vợ có tâm địa ác, có ý xấu, không có lòng thương, bỏ rơi chồng mình, yêu những người đàn ông khác, một dâm nữ, chỉ muốn làm phiền lòng người. Đó là loại vợ sát nhân.

2. Người vợ hay hoang phí của cải tài vật, dù là ít do chồng làm ăn kiếm được, nhờ cày ruộng, buôn bán hay lao động khéo tay, đó là loại vợ ăn trộm.

3. Người vợ lười biếng, không muốn làm gì hết, lại tham ăn, ác độc, thô bạo, thích nói lời ác, lấn át người chồng siêng năn cần mẫn. Đó là loại vợ kiêu xa.

4. Người vợ trìu mến, thân ái bảo vệ chồng như mẹ bảo vệ con, giữ gìn tài sản của chồng, đó là loại vợ như mẹ.

5. Người vợ kính trọng chồng, như em gái đối với anh cả, khiêm tốn, sống chìu đúng theo ý chồng. Đó là loại vợ như em út.

6. Người vợ sung sướng khi thấy chồng, như gặp người bạn cũ sau bao năm xa cách, thuộc giòng quý tộc, có đạo đức, sống thanh tịnh. Đó là loại vợ như bạn bè.

7. Người vợ dù là bị đối đãi không tốt, nhưng không giận hờn, vẫn bình tĩnh, chịu đựng mọi hành vi của chồng với lòng từ mẫn, tâm không biết giận, sống chìu đúng theo ý chồng. Đó là loại vợ như người phục vụ.

Đức Phật sau khi mô tả bảy loại người vợ nói trên, nói rằng: loại vợ sát nhân, loại vợ ăn trộm, loại vợ kiêu xa đều là không tốt, còn loại vợ như mẹ, như em út, như bạn bè, như người phục vụ là những người vợ tốt, đáng tán thán, và Đức Phật hỏi đó là bảy loại vợ mà một người đàn ông có được, và Suyata muốn là loại người vợ nào?

Suyata trả lời: "Xin đức Thế Tôn từ nay trở đi nghĩ về cháu là loại vợ như người phục vụ". (Tỳ kheo Thích Minh Châu - theo Anguttara Nikaya, Kinh Tăng Chi Bộ)

What Was The Buddha's Life Really Like?

From a talk given by Ajahn Jagaro during Vesak titled "Dana, Sila and Bhavana". From the Buddhist Society of Victoria (Australia) June 1995 Newsletter.

Try to picture in your mind an everyday scene from the Buddha's life; Gotama the Buddha, living over 2,500 years ago in northern India - not in Thailand, not in Burma, not in Sri Lanka. He lived in the Ganges Valley and walked around the Ganges valley for 45 years, speaking the local dialect and teaching people of that era. He was a monk; he wasn't 18 feet tall so that he stood out from everyone else. On some occasions people couldn't tell who was the Buddha when he was amongst a group of other monks. They all looked much the same. He walked on almsround every morning to get his food - he ate ordinary food and did ordinary things like many other monks.

The important thing is that he was perfectly enlightened. His mind was completely at peace - completely free of any form of sorrow, lamentation, pain, grief and despair; any form of selfishness or greed or craving or attachment; any form of ill-will, resentment, aversion, hurt feelings, righteous indignation; any form of delusion or ignorance which could lead to doubt and

confusion; any form of conceit or any conceiving of a self. His mind was perfectly at peace, abiding in complete knowledge of reality.

He lived a life of pure conduct. He lived a very simple life. He walked everywhere he went with his three robes and a bowl. He accepted food on almsround and ate one meal a day. When people were interested in the Dhamma and showed sufficient

respect he would teach them Dhamma. He didn't teach them just rituals or ceremonies, he taught them Dhamma.

Over the centuries Buddhism has evolved religious symbolism, ceremonial and devotional practices which may be quite different from one culture to another. It's not to say that there's anything wrong with those things - some of them are quite skilful and useful - but to have a right perspective on them - so that one always can bring to mind who the Buddha was, what he did and what he taught. So we have to try and contemplate the teachings of the Buddha.

The Buddha was a human being who showed what is possible for each and every one of us who are also human beings, and he taught a path or a system of training which can be followed by each and every one of us if we so wish. This path is a path that relies on the natural laws that operate. When we cultivate certain qualities, certain conditions, then certain things happen, certain results come about. So the Buddha taught the path that we can cultivate - how we can make effort to direct our lives towards enlightenment, perfect happiness, perfect liberation, perfect peace, perfect purity.

He pointed out all the various supporting conditions that will help us on this path - and he pointed out all the various dangers that will hinder and obstruct us on the path - and then he encouraged us to take on the task of walking the path. That was his duty, that was all he could do. Beyond that it is up to us.

Cuộc Sống Mỗi Ngày Của Đức Phật Như Thế Nào?

Đây là bài giảng của Thầy Ajahn Jagaro trong Lễ Phật Đản Vesak, có tựa đề là "Bố Thí, Giới Hạnh Đạo Đức, và Thiền Định". Bài viết trên bản tin tức tháng 6/1995, của Hội Phật Giáo Victoria (Úc Châu).

Hãy thử hình dung trong tâm trí chúng ta, cuộc sống mỗi ngày của Đức Phật; Đức Phật Gotama (Cồ Đàm), sống cách đây hơn 2500 năm trước, ở miền bắc Ấn Độ - ngài không sống ở Thái Lan, không sống ở Miến Điện, không sống

ở Tích Lan (Sri Lanka). Đức Phật sống trong Thung Lũng Sông Hằng, và ngài đi bộ vòng quanh Thung Lũng Sông Hằng trong 45 năm, ngài nói giọng người địa phương, và ngài giảng dạy những người của thời đại đó. Đức Phật là một nhà sư; ngài không cao 5,5 mét (= 18 feet), vì thế trong đám đông ngài không có gì nổi bật. Trong vài trường hợp, người ta không thể biết được Đức Phật là ai, khi ngài đứng cùng với các nhà sư khác. Tất cả các nhà sư đều trông giống như nhau. Mỗi buổi sáng, Đức Phật đi khất thực để nhận thức-ăn cúng dường - ngài ăn thức ăn bình thường, và làm những điều bình thường giống như những nhà sư khác.

Điều khác biệt quan trọng là Đức Phật đã hoàn toàn giác ngộ. Tâm của Đức Phật thì hoàn toàn bình an - ngài hoàn toàn không-còn phiền muộn, rên rỉ, đau đớn, buồn rầu và tuyệt vọng; ngài cũng không-còn tính ích kỷ, tham lam, tham muốn, hoặc dính mắc; ngài cũng không-còn có ý xấu, oán giận, thù ghét, làm tổn-thương cảm xúc người khác,

hoặc phẫn nộ dù chính đáng; ngài cũng không-còn sự si mê, hoặc sự thiếu hiểu biết, mà dẫn đến sự nghi ngờ, và sự rối trí; ngài cũng không-còn sự tự-phụ, hoặc là bất kỳ sự tự phụ nào về cái- tôi. Tâm của Đức Phật thì hoàn toàn bình an, trí tuệ của ngài hoàn toàn hiểu biết về thực tại.

Đức Phật sống một cuộc đời với phẩm hạnh trong sạch, và cao quý. Ngài sống một cuộc sống rất đơn giản. Đức Phật đi bộ khắp nơi, với ba y và một bát. Ngài khất thực, nhận thức-ăn cúng dường, và ăn mỗi ngày một bữa. Khi có người quan tâm đến Phật Pháp, và khi họ hoàn toàn có sự tôn kính ngài, Đức Phật giảng dạy Phật Pháp cho họ. Đức Phật không dạy họ chỉ có nghi thức, hoặc là các buổi lễ bái, mà ngài giảng dạy cho họ về Phật Pháp.

Qua nhiều thế kỷ, Đạo Phật đã phát triển các biểu tượng về tôn giáo, các sách nghi lễ, và những khóa tu hành, mà có thể khá khác-biệt từ một nền văn-hóa nầy, sang một nền văn-hóa khác. Chúng tôi không nói rằng có-gì sai-trái với điều nói trên - bởi vì, có một số điều khá khéo léo, và hữu ích - tuy nhiên, chúng ta cần phải có quan điểm đúng đắn về những điều nầy, để tâm chúng ta luôn luôn nhớ rằng Đức Phật mỗi ngày đã sống như thế nào, ngài đã làm gì, và ngài đã dạy chúng ta những điều gì. Để rồi sau đó, chúng ta cố gắng học hỏi, và suy ngẫm những lời giảng dạy của Đức Phật.

Đức Phật là một con người, đã giảng dạy cho chúng ta (mà cũng là con người như ngài) những điều chúng ta có thể làm được (giống như ngài), và ngài đã giảng dạy chúng ta con đường, hoặc là một hệ thống mà chúng ta có thể đi theo ngài, để tu hành (nếu chúng ta muốn). Con đường nầy là con đường mà

hoạt động dựa trên những quy luật tự nhiên. Khi chúng ta thực hành, trau dồi những phẩm chất nào đó, những điều kiện nào đó, rồi sau đó, sẽ có những điều chắc chắn xảy ra, những kết quả chắc chắn phải xảy ra. Do đó, Đức Phật giảng dạy chúng ta con đường để chúng ta có thể thực hành - chúng ta phải nỗ lực như thế nào, để chúng ta tu hành đạt tới giác ngộ, đến sự hoàn-toàn hạnh phúc, đến sự hoàn-toàn giải thoát, đến sự hoàn-toàn bình an, và đến sự hoàn-toàn trong sạch.

Đức Phật đã chỉ bày cho chúng ta những điều kiện hỗ trợ khác nhau, để giúp chúng ta đi trên con đường nầy - và ngài cũng đã chỉ bày chúng ta các mối nguy hiểm khác nhau, mà sẽ là các chướng ngại, ngăn cản chúng ta đi trên con đường nầy - rồi, Đức Phật cũng đã khuyến khích chúng ta nhận lấy nhiệm vụ của chúng ta, là hãy bước chân đi trên con đường nầy. Và, đấy là nhiệm vụ của Đức Phật, và đấy là tất cả những gì ngài có thể làm được. Phần còn lại, là tùy thuộc vào chúng ta, là nhiệm vụ của chính chúng ta mà thôi. What Was The Buddha's Life Really Like? - Ajahn Jagaro - Source-Nguồn: ---oOo---

Buddhadharma – the teachings (Dharma) of the Buddha.

Buddhaghosa - Phật Đà Da Xá hay Ngài Phật Âm

The Mahavamsa records that Buddhaghosa was born into a Brahmin family in the kingdom of Magadha. He is said to have been born near Bodh Gaya, and to have been a

master of the Vedas, traveling through India engaging in philosophical debates. Only upon encountering a Buddhist monk named Revata was Buddhaghosa bested in debate, first being defeated in a dispute over the meaning of a Vedic doctrine and then being confounded by the presentation of a teaching from the Abhidhamma. Impressed, Buddhaghosa became a bhikkhu (Buddhist monk) and undertook the study of the Tipitaka and its commentaries. On finding a text for which the commentary had been lost in India, Buddhaghosa determined to travel to Sri Lanka to study a Sinhalese commentary that was believed to have been preserved.

In Sri Lanka, Buddhaghosa began to study what was apparently a very large volume of commentarial texts that had been assembled and preserved by the monks of the Anuradhapura Maha Viharaya. Buddhaghosa sought permission to synthesize the assembled Sinhalese-language commentaries into a comprehensive single commentary composed in Pali. The elder monks sought

to first test Buddhaghosa's knowledge by assigning him the task of elaborating the doctrine regarding two verses of the suttas; Buddhaghosa replied by composing the Visuddhimagga. His abilities were further tested when deities intervened and hid the text of his book, twice forcing him to recreate it from scratch. When the three texts were found to completely summarize all of the Tipitaka and match in every respect, the monks acceded to his request and provided Buddhaghosa with the full body of their commentaries.

Buddhaghosa went on to write commentaries on most of the other major books of the Pali Canon, with his works becoming the definitive Theravadin interpretation of the scriptures. Having synthesized or translated the whole of the Sinhalese commentary preserved at the Anuradhapura Maha Viharaya, Buddhaghosa reportedly returned to India, making a pilgrimage to Bodh Gaya to pay his respects to the Bodhi Tree...

CUỘC ĐỜI NGÀI BUDDHAGHOSA

Trong lịch sử văn học Phật giáo Pali, tên tuổi ngài Buddhaghosa nổi lên như là một nhà bình luận và chú giải Kinh Phật vĩ đại nhất. Buddhaghosa đã phong phú hóa nền văn học Tam tạng Pali y hệt như những gì Sayana đã thực hiện với văn học Vệ-đà. Rất nhiều ngôn từ và thành ngữ, nhiều điểm thần học Phật giáo cũng như những vấn đề triết lý nan giải, sẽ chẳng bao giờ được làm sáng tỏ cho các thế hệ hậu sanh, nếu như ngài Buddhaghosa không bỏ công sức to lớn dành cho chúng ta trong các bản văn chú giải Kinh Phật bằng tiếng Pali. Ngoài những lời chú giải thuần ngữ và những cuộc tranh luận triết học, Buddhaghosa còn giới thiệu trong những bản chú giải đó một khối lượng khổng lồ những câu chuyện huyền thoại, những ngụ ngôn, những truyền thuyết dân gian, lịch sử và tiểu sử, tất cả những công việc trên đã khiến những tác phẩm của ông trở thành một kho lưu trữ tài liệu hết sức phong phú giúp các nhà sử học nghiên cứu khoa xã hội học Ấn Độ cổ điển có thể khai thác các nguồn tài nguyên vô tận đó.

Một công việc hết sức quan trọng đó là Ngài Dhammakitti đã tăng thêm hiểu biết cho chúng ta về nhà thông thái vĩ đại này, đó chính là ông đã xác định một cách dứt khoát

thời điểm Buddhaghosa sống. Nhà vua Mahanama trị vì vào nửa thế kỷ thứ 5 sau CN, như cuốn biên niên sử Tích Lan còn ghi lại và như vậy Buddhaghosa đã đến thăm đảo quốc Tích Lan và làm việc tại đó trong thời gian này. Chúng ta có thể biết rõ thời gian ông sinh sống. Nhưng có một điều không mấy rõ ràng trong lịch sử văn học Ấn Độ, cho dù văn học tiếng Phạn hay tiếng Pali đó luôn chứa đựng một điều gì đó chúng ta cảm thấy

không mấy chắc chắn khi phải xác định dứt khoát về thời gian sinh sống của bất kỳ một tác giả văn học Ấn Độ nổi tiếng nào. Xuất phát từ sự khẳng định đơn giản đó, chúng ta biết rằng khẳng định về thời gian Buddhaghosa sinh sống đều chỉ là phỏng đoán mà thôi.

Buddhahood – the state of perfect awakening, the attainment of which results in the individual becoming a Buddha, an Awakened One. The perfection of wisdom and compassion. The Buddhahood is not reserved only for chosen people or for supernatural beings. Anyone can become a Buddha. No founder of any other religion ever said that his followers can have the opportunity or potentiality to attain the same position as the founder.

However, attaining Buddhahood is the most difficult task a person can pursue in this world. One must work hard by sacrificing one's worldly pleasures. One has to develop and purify one's mind from all evil thoughts in order to obtain this Enlightenment. It will take innumerable births for a person to purify himself and to develop his mind in order to become a Buddha. Long periods of great effort are necessary in order to complete the high qualification of this self-training. The course of this self-training which culminates in Buddhahood, includes self-discipline, self-restraint, superhuman effort, firm determination, and willingness to undergo any kind of suffering for the sake of other living beings who are suffering in this world.

This clearly shows that the Buddha did not obtain this supreme Enlightenment by simply praying, worshipping, or making offerings to some supernatural beings. He attained Buddhahood by the purification of His mind and heart. He gained Supreme Enlightenment without the influence of any external, supernatural forces but by the development of His own insight. Thus only a man who has firm determination and courage to overcome all hindrance, weaknesses and selfish desires can attain Buddhahood.

Prince Siddhartha did not attain Buddhahood overnight simply by sitting under the Bodhi tree. No supernatural being appeared and revealed anything by whispering into His ear while He was in deep meditation under the Bodhi tree. Behind His Supreme Enlightenment there was a long history of previous births. Many of the Jataka stories tell us how He worked hard by sacrificing His life in many previous births to attain His Supreme Buddhahood. No one can attain Buddhahood without devoting many lifetimes practising the ten

perfections explains why a Supreme Buddha appears only at every long intervals of time.

Therefore, the Buddha's advice to His followers is that in order to find their salvation it is not necessary for each and every person to wait until he gains his Buddhahood. Aspirants can also find their salvation by becoming Pacceka Buddha (Silent Buddha) or Arahantas - (saints). Pacceka Buddhas appear in this world during the period when there is no other Enlightened Buddha. They are also Enlightened. Although their degree of perfection is not similar to that of the Supreme Buddha, they experience the same Nibbanic bliss. Unlike the Supreme Buddha, they do not preach to the masses. They lead a life of solitude.

Arahantas can also experience the same Nibbanic bliss as the Buddhas do. There is no discrimination or status in Nibbana. The only difference is that Arahantas do not have the Supreme Enlightenment to be able to enlighten others in the same way as the Buddhas do. Arahantas have overcome all their desires and other human weaknesses. They can appreciate the Dhamma which was discovered and taught by the Buddha. They can also show others the correct Buddhist way of life and the Path to salvation.

Phật Tính (Jap. bussho, SKT. buddhata, buddha-svabhava) là thể bất sinh bất diệt của mọi loài theo quan điểm Đại thừa. Theo đó, mọi loài đều có thể đạt giác ngộ và trở thành một vị Phật, không bị đời sống hiện tại hạn chế. Có nhiều quan điểm khác nhau về phật tính, người ta tranh cãi liệu tất cả mọi loài đều có Phật tính hay không, liệu thiên nhiên vô sinh vô tri như đất đá có Phật tính hay không?

Sự khác biệt giữa Tiểu thừa và Đại thừa là quan điểm về Phật tính có thường hằng trong mọi loài hay không. Tiểu thừa hầu như không nhắc đến Phật tính, cho rằng không phải chúng sinh nào cũng có thể thành Phật. Đại thừa xem đạt Phật quả là mục đích cao nhất, đó là sự thể hiện Phật tính nằm sẵn trong mọi chúng sinh, thông qua những phép tu học nhất định.

Theo Thiền tông thì mỗi chúng sinh đều có Phật tính, nhưng nói chung thì không tự biết và cũng không sống với sự tự hiểu biết này như một bậc giác ngộ, một vị Phật. Sự thức tỉnh này và sự sinh diệt, xảy ra từ khoảnh khắc này đến khoảnh khắc nọ, là biểu hiện của sự đồng nhất với Phật tính và cũng chính là mục đích của Thiền.

In Search of the Real Buddha by Peter Harvey

Buddhist scholar Peter Harvey explores the facts, myths, and deeper truths of the Buddha’s life story.

Whatever Buddhist tradition we follow, we are probably all familiar with some version of the story of the Buddha, featuring his life and qualities. But what are contemporary Buddhists to make of this figure, generally known as Gotama Buddha by Theravadins and Sakyamuni Buddha by Mahayanists, who lived in the fifth-century BCE (perhaps 484–404?). How close can we get to knowing what he was really like based on critical analysis of the early texts? This is a question related to Buddhist

practice, for not only is it said that to have insight into the Dhamma is to have insight into the Buddha, but also that to have insight into the Buddha is to have insight into the Dhamma (SN.III.120).

For a modern Buddhist practitioner, the developed story and figure of the Buddha is a bit like a venerated piece of antique furniture, with a fine patina on it from centuries of handling by previous generations. We are also adding our own fingerprints to it. But trying to dig back to the "bare facts" of the Buddha's life can be like stripping the patina off a fine antique—something many people would be wary of doing, since it might be disrespectful to the original. However, perhaps it is necessary, as the "antique" Buddha needs restoring, and doing so may reveal the various decorations that have been added over the centuries.

Still, we need to beware of being restricted by too narrow a view of what is possible; our modern perspectives and ideas may lead us to a rather thin and shallow way of seeing the world. We may be tempted to say of some element of the Buddha's life story, Ah, that cannot be true, so it must be a later addition that we can ignore. And we also need to remember that myths are meaningful stories that may convey truth or a direction worth exploring.

The Buddha's Life Stories

The earliest recorded stories of the Buddha are preserved mostly in Pali texts from the Theravada tradition, which express and share ideas common to various early schools prior to the development of the Mahayana, which in turn developed further reinterpretations and extensions. Some material on the life

of the Buddha exists in the Vinaya, or texts on monastic discipline, but more are found in the suttas, the discourses of the Buddha. In their Pali versions, these are grouped in five nikayas, or collections: the Digha Nikaya (DN), Majjhima Nikaya (MN), Samyutta Nikaya (SN), Anguttara Nikaya (AN), and Khuddaka Nikaya (KN).

The suttas and Vinaya were originally transmitted by communal chanting, then written down for the first time around 20 BCE in Sri Lanka. As in other early textual collections, such as the Chinese Agamas, the suttas of the Pali Nikayas begin, "Thus have I heard, at one time the Blessed One was staying at… and…," which purport to be the words of Ananda, the Buddha's faithful attendant for many years, and spoken at the council of five hundred enlightened monks (arahants) convened after the death of the Buddha to collect his teachings.

The story of the historical Buddha is told in various stages across diverse sources. In the suttas and Vinaya, for example, there is scattered material on certain periods in his life, notably his conception and birth (Acchariya- abbhuta Sutta, MN.123); a few aspects of his pre-renunciation life (e.g. Sukhumala Sutta, at AN.I.145); his renunciation (Ariya-pariyesana Sutta, MN.26); his spiritual quest, in which he was taught two "formless" mystical states (MN.26 and Maha-saccaka Sutta, MN.36) and then practiced harsh asceticism (MN.36); temptation by Mara (Padhana Sutta of the

Sutta-nipata, verses 425–49); his using the four jhanas as a basis for remembering many past lives, seeing how beings are reborn according to their karma, and attaining enlightenment (MN.36); considering whether to teach and then teaching (MN.26; Dhamma-cakka-ppavatana Sutta, SN.V.420–25; Vin. I.4– 12); and gaining his first disciples and sending them out to spread the Dhamma (Vin. I.12–21). Events in his forty-five years of teachings are hard to sequence, but the last three months of his life are dealt with in the Maha- parinibbana Sutta (DN.16, DN. II.72–168).

The Jataka stories, their verses recorded in the Pali canon, were fleshed out in later commentaries. They include many tales of inspiring people, gods, and animals depicted as past rebirths of the Buddha prior to his enlightenment. Some of the stories originate in non-Buddhist collections but were later "Buddhicized." All of them came to be seen as illustrating how as a bodhisattva the Buddha developed various perfections. The Buddhavamsa of the Pali canon describes the Buddhas of past ages and aeons whom he met and was inspired by.

While the facts of human frailty and mortality are known to us all, a clear realization and acceptance of them often does come as a novel, disturbing insight.

Centuries after the Buddha's death, a more devotional interest in his life developed. Several biographies/hagiographies were written that drew on scattered accounts in the existing sutta and Vinaya collections and on floating oral traditions. These include the Mahavastu ("Great Story," a text from the Lokottaravada school of early Buddhism), the Lalitavistara Sutra ("The Play in Full," a Mahayana sutra), the Buddhacarita ("Acts of the Buddha," an epic poem by Ashvaghosha, and the Nidanakatha (the introduction to the Jataka commentary). These, with certain variations, give us the story of the Buddha as we have it now—material from the earlier texts linked into an ongoing narrative, with many embellishing features added in glorification of the Buddha.

Later texts talk of the Buddha born as a prince, the son of a king. In fact, he lived and taught in a society in which small-scale tribal republics were giving way to larger kingdoms. He was born in the small republic of the Sakka (Skt. Sakya) people, in which rule was probably by a council of household heads, perhaps qualified by age or social standing. As he later wandered in the developing kingdoms, taught some of their kings, and talked of himself as coming from the warrior-ruler class, it became natural for later texts to refer to him as coming from a royal background.

Later biographies describe the Buddha's renunciation as being prompted by seeing, for the first time, an old person, a sick person, and a corpse, leading to agitation at the aging, sickness, and death that we are all heir to. Yet the early texts talk of his renunciation only as the result of gradual reflection (AN.I.145–46, MN.I.163). A story of seeing an old person, a sick person, a corpse, and a calm and inspiring renunciant is there in the texts but applied to a past Buddha, Vipassi (DN.II.22–9). Given that the lives of all Buddhas are said to follow a recurring pattern, we can see why this story was applied to the Buddha of our age. In any case, the story expresses a fundamental

teaching in a very memorable way. While the facts of human frailty and mortality are known to us all, a clear realization and acceptance of them often does come as a novel, disturbing insight.

There are also small variations between the developed biographies. The Theravada Nidanakatha says that the Gotama's renunciation was just after the

birth of his son, Rahula (Ndk.61–3), while the Sarvastivada tradition has Rahula being conceived on the night of the renunciation, thus ensuring that Gotama's family line is continued.

Was the Buddha Omniscient?

A quality that is regularly applied to the Buddha in later texts is omniscience (sabbannuta). To what extent is this claim found in the early texts? In the Kannakatthala Sutta, the Buddha accepts that omniscience is possible but asserts, "There is no renunciant or brahmin who knows all, who sees all, simultaneously; that is not possible" (MN.II.126–27). Rather, what he claims is the "threefold knowledge" (te-vijja). That is, as experienced on the night of his enlightenment, he could, "in so far as I wish," remember his past lives, see beings being reborn according to their karma, and directly know his state of liberation (MN.I.482).

The suttas attribute the claim of continuous omniscience to Mahavira, the Jain leader, though they also say that he prevaricated when actually asked a question to prove it (MN.II.31). Ananda joked that some teachers who made this claim still had to ask people's names, failed to get alms food, and got bitten by dogs—so they then had to cover themselves by saying they knew these events were destined and so did not avoid them (MN.I.519). In the Anguttara Nikaya, the Buddha says on the breadth of his knowledge: Monks, in the world with its gods, maras, brahmas, in this generation with its renunciants and brahmins, gods and humans, whatever is seen, heard, sensed, and cognized, attained, searched into, pondered over by the mind—all that do I know.... I fully understand. (AN.II.25)

Echoing such passages, the Milindapanha, a post-canonical Theravada text (developed from first century BCE), asserts:

...the Blessed One was omniscient, but knowledge and vision were not constantly and continuously present to the Blessed One. The Blessed One's omniscient knowledge was dependent on the adverting [of his mind]; when he adverted it, he knew whatever it pleased [him to know]. (Miln.102) Accordingly, the Theravada tradition holds that all knowable things could be known by the Buddha. But the threefold knowledge, as the key example of the Buddha's knowledge, says little about the future other than how particular beings will be reborn. On the question of whether the Buddha's great knowledge extends to the future, he claims that it does (DN.III.134), but the

example given is that he knows he will have no further rebirths. In other contexts, however, the Buddha claims to know things in the distant future, such as the coming of

the next Buddha Metteyya (Skt. Maitreya; DN.III.76).

The Buddha Makes Mistakes

The idea that Gotama possessed omniscience only applies once he had become a Buddha. Hence his six wasted years of harsh asceticism could be seen as a mistake, as part of a human quest to find the right way to awakening, although later tradition has tended to see even such actions as preplanned, done in order to make some teaching point.

But the early texts show Gotama making mistakes even after his enlightenment. A striking one is when, having taught monks to contemplate the unpleasant aspects of the innards of the body, he goes off to contemplate on his own. Upon his return, he finds that many of the monks have (wrongly) developed disgust at their body from doing this contemplation and have either killed themselves or gotten others to kill them. And so the Buddha makes a new monastic rule, that aiding a suicide has the same penalty for a monk as murder: expulsion from the sangha. He also has the monks change their contemplation to mindfulness of breathing (Vin.III.68–71, SN.V.320–22). It is intriguing that the early texts preserved a record of such a disastrous mistake, which could easily have been edited out.

There are also well-known examples of the Buddha hesitating: for example, when he debated whether it was worth teaching the Dhamma, as he initially thought no one would understand it (MN.I.168), and on the matter of whether or not to ordain women (Vin.II.253–55, AN.IV.274–80).

An Ordinary and Extraordinary Being

We see the Buddha's human frailties and physical limits on several occasions. After he had been teaching a group of laypeople "till far into the night," he asks Sariputta to teach the monks, saying, "My back aches, I want to stretch it"; he then retires to sleep (DN.III.209).

Some very human aspects of the eighty-year-old Buddha are described in the Maha-parinibbana Sutta. We find him expressing "weariness" at the prospect of being asked about the rebirth destiny of each and every person who has died in a particular location (DN.II.93). Another time he says, "I am old, worn

out… Just as an old cart is made to go by being held together with straps, so the Tathagata's body is kept going by being strapped up. It is only when the Tathagata… enters into the signless concentration that his body knows comfort" (DN.II.100). In his final illness, he is extremely thirsty and insists that there be no delay in his being given water to drink (DN.II.128–29).

Yet elsewhere in the same text, the stream he asks for water from is found to be clear, even though it had recently been churned up by many passing carts. He crosses the Ganges by his psychic power (DN.II.89). He says that if he had been asked, he would have had the power to live on "for a kappa, or the remainder of one" (DN.II.103), with

kappa (Skt. kalpa) generally meaning aeon, but here possibly meaning the maximum human lifespan at that time, around one hundred years.

Key events in the Buddha's life are said to have contributed to earthquakes, including his conception, birth, enlightenment, first sermon, letting go during his final illness, and passing into final nirvana at death (DN.II.108–09). His skin, very clear and bright, is said to have made gold-colored robes look dull by comparison on the night of his enlightenment and final nirvana (DN.II.133–34). When he lies down between two sal trees, where he will die, they burst into unseasonal blossom in homage to him, and divine music is heard in the sky (DN.II.137–38). Extraordinary aspects of the Buddha are even said to have existed at his birth, at which he is said to have walked and talked (MN.III.123).

The Buddha was a real historical person who ate, slept, sweated, and got tired. Yet he was also an extraordinary person who developed inspiring qualities that we are all capable of developing.

Clearly there was an intent to show two sides of the nature of the Buddha. He was an enlightened being who had experienced the transcendent and had developed supernormal powers through spiritual practices over many lifetimes, yet he also shared many human frailties with those he taught.

The supernormal facet of the Buddha is also seen in the Lakkhana Sutta (DN.30), which describes his body as having the "thirty-two marks of a Great Man" (DN.III.142–79). Whether interpreted as straightforward physical features or as marks visible only to the spiritually sensitive, these showed that Gotama was destined by the power of his perfections to be either a Buddha or a compassionate Universal Monarch (Cakkavattin). Each mark is said to have

been due to a particular excellence developed during past lives and to have indicated a particular quality in the present life of a Buddha or Universal Monarch. For example, "On the soles of his feet and on the palms of his hands wheels arise—with a thousand spokes, with rim and hub, adorned in every way and well-defined within" (in the past, he protected and helped others; in the present life, he has a great retinue of followers); "His skin is delicate and so smooth that no dust can stick to it"(in the past, he was keen to enquire of the wise about wholesome and unwholesome actions; in the present life, he has great wisdom); and "his eyes are deep blue, and he has eyelashes (long) like a cow's" (in the past, he looked at others in a straightforward, open, direct and kindly way, not furtively; in the present life, he is popular and loved by all types of people).

Here we see that the Buddha possessed both ordinary and extraordinary features that were a crystallization of the kind of good actions that anyone can come to excel in. It is an interesting mindfulness exercise to stand and contemplate the thirty-two marks as if they were on one's own body. Sometimes they can seem to come alive in the practice.

Not surprisingly, the question arose as to whether the Buddha was still human. Once, when someone saw in his footprints a sign of one of the "marks of a Great Man" and

asked the Buddha whether he might be a deva (god), a gandhabba (a fragrance-eating heavenly musician), a yakkha (a nature-spirit), or even a human, to all these questions the Buddha replied, “No” (AN.II.37– 39). In response to his puzzled questioner, he explained that he had destroyed the asavas, deep-rooted intoxicating inclinations that would otherwise have kept him limited as one of these kinds of beings. He was thus none of them, but precisely a Buddha, an Awakened One. In this, he said he was like a lotus, which, although it grows from muddy water, comes to stand above it, unsoiled. He had developed from the “mud” of limitations and defilements of ordinary beings but had risen above all attachment. Elsewhere, he said that an enlightened person was beyond attachment to the bundles of processes that comprise a normal person: material form, feeling, perceptual labelling, constructing activities, and conditioned consciousness. Having abandoned attachment to these, such a liberated one was truly “deep, immeasurable, hard to fathom as is the great ocean” (MN.I.487–88).

The Voice of Dhamma

Ultimately, the most extraordinary features of the Buddha are his applied wisdom and compassion in teaching a great range of beings. A real human voice comes through the suttas, that of a person of deep, incisive, and subtle knowledge responding to the questions and situations of brahmins, non- Buddhist renunciants, kings, a great range of ordinary men and women, and even gods. It is said that what the Buddha taught, compared to what he knew, was like a handful of leaves compared to all the leaves in a forest (SN.V.437– 38). From what he knew to be true, he said he taught what was spiritually useful and appropriate to the moment, whether the person he taught found the teaching pleasant or painful to hear (MN.I.395).

The most important aspect of the Buddha was the Dhamma he taught and embodied in order to aid others in seeing and fathoming it. Both the restrained glorification of the Buddha in the early texts and the more embellished and magnified glorifications in the developed hagiographies were intended to help a person open to the magically transformative aspects of the Dhamma (and are only of value if they do); conversely, to see the Dhamma is to see the Buddha. Indeed, one of the qualities of a stream-enterer, someone who has had a first transformative “seeing” of nirvana with the “Dhamma-eye,” is to have this unshakable faith in the Buddha: Thus he is the Blessed One: because he is an Arahant, perfectly and completely Awakened, accomplished in true knowledge and conduct, fortunate, knower of worlds, unsurpassed leader of persons to be tamed, teacher of gods and humans, Buddha, Blessed One. (SN.V.344)

Reflecting on the Buddha in this way is the path of the noble disciple:

When a noble disciple recollects thus, on that occasion his mind is not obsessed by attachment, hatred or delusion; his mind is straight, with the Tathagata as object. A noble disciple whose mind is straight gains inspiration of the meaning, inspiration of the Dhamma, gains gladness connected with the Dhamma. When he is gladdened, joy arises; for one uplifted by joy the body becomes tranquil; one tranquil of body feels

happy; for one who is happy, the mind becomes concentrated. This is called a noble disciple who dwells evenly amidst an uneven generation, who dwells unafflicted amidst an afflicted generation, who has entered the stream of the Dhamma and cultivates recollection of the Buddha. (AN.III.285)

The Buddha was a real historical person who ate, slept, sweated, and got tired. Yet he was also an extraordinary person who developed inspiring qualities

that we are all capable of developing. If you find some of the details of the developed hagiography of the Buddha an off-putting burden, look to him as a great human teacher of the path beyond human limitation.

TìM PHẬT Ở ĐÂU? (Minh Tâm)

Nếu chữ Phật có nghĩa là đức Phật Thích Ca, một vị Phật lịch sử, thì câu trả lời sẽ là Phật ở Ấn Độ, cách đây hơn 2500 năm. Nhưng nếu Phật đã nhập Niết Bàn thì làm sao chúng ta tìm gặp Phật được nữa? Và tại sao kinh điển lại có câu "Phật biến nhất thiết xứ," nghĩa là Phật biến hiện ở tất cả mọi nơi? Để hiểu rõ danh từ Phật, ngoài cái nhìn lịch sử thông thường là đức Phật Thích Ca, chúng ta nên vươn tầm mắt vượt qua lịch sử mà nhìn vào chỗ sâu kín nhiệm mầu mà danh từ ngôn ngữ không đạt đến được, đó là lý cao siêu của chữ Phật

Phật là Giác, là thức tỉnh ra khỏi giấc mê, là người đã rũ sạch bụi trần, là vượt ra ngoài ba cõi, là hiểu biết đến chỗ vô cùng, vô tận, là Toàn Trí (Omniscient), là xuất hiện khắp nơi (Omnipresent), là giác ngộ giải thoát, là từ bi hỷ xả, là vô ngã lợi tha, là tình thương, là sự sống... Nếu những ai đạt đến những đức tính quý báu đó, thực hiện được những tinh thần cao cả đó thì được tôn xưng là Phật.

Theo giáo lý nhà Phật thì có rất nhiều Phật: Phật A Di Đà, Phật Thích Ca, Phật Dược Sư... nhưng mỗi vị Phật giáo hóa một cõi có nhân duyên với ngài. Thí dụ như Phật Thích Ca giáo hóa chúng sinh ở cõi Ta Bà, Phật Dược Sư giáo hóa chúng sinh ở các cõi phương Đông, Phật A Di Đà giáo hóa chúng sinh ở các cõi phương Tây. Mỗi tam thiên đại thiên thế giới chỉ có một vị Phật giáo hóa, có chư Bồ Tát và Thiên Long Bát Bộ hộ trì. Nhưng chính kinh Phật lại nói rõ là Phật biến hiện khắp nơi, có vô số Phật đồng hiện diện ở các cõi, như vậy có mâu thuẫn không?

Nếu đứng về Sự mà nói thì mỗi cõi chỉ có một vị Phật giáo hóa, các Phật khác đều thị hiện làm Bồ Tát, Trời, Rồng, Quỷ, Thần, chúng sinh, sông núi, cây cỏ... để hộ trì vị Phật kia. Nhưng nếu đứng về Lý mà luận thì Phật ở khắp nơi, trong mỗi chúng sinh đều có một vị Phật ẩn tàng, đó là Phật tánh, là Chân Tâm, vì vậy trong kinh có câu: "Tâm, Phật, chúng sinh, tam vô sai biệt."

Phật ở ngay trong chúng ta mà ít người biết tới. Theo quan niệm tín ngưỡng bình dân thì ở hai vai mỗi người lúc nào cũng có hai vị thần ghi chép những việc lành dữ của chúng sinh gây tạo; hoặc có nhiều vị Phật tử mỗi khi làm

việc gì cũng nói là có đức Phật chứng minh, tin rằng đức Phật có nghìn mắt, nghìn tai, thấy và nghe tất cả mọi điều. Đó là những hình thức giản dị mà giới bình dân thường

quan niệm, không ngờ lại đúng với ý nghĩa cao siêu của Phật giáo. Hai vị thần ghi chép hoặc Phật chứng minh, chính là tượng trưng cho Chân Tâm đã ghi nhận mọi hành động và tư tưởng lành dữ, chính là A Lại Da Thức đã huân tập chủng tử để rồi khi thời gian thuận tiện, đủ duyên cho hạt giống nẩy mầm, nhân quả hiển nhiên, công tội thưởng phạt rõ ràng.

Ngoài cái lý ẩn tàng sâu kín trong Tâm, chúng ta có thể tìm thấy Phật qua Chánh Pháp của Phật để lại, vì Pháp chính là Phật. Chánh Pháp mà còn thì Phật còn, nhưng nếu Chánh Pháp biến thành Tà Pháp, những ý nghĩa cao siêu của Phật bị diễn tả sai lạc, những lời dạy dỗ của Phật biến thành mê tín dị đoan thì bóng dáng Phật đã bị vô minh che kín mất rồi. Chính đức Thích Ca đã căn dặn các đệ tử: "Hãy tuân theo Chánh Pháp mà tu, hãy giữ gìn giới luật mà sống, thì Như Lai lúc nào cũng gần gụi. Nếu không theo Chánh Pháp, không giữ giới luật, thì có Như Lai bên cạnh cũng chẳng giúp được gì."

Chúng ta cũng có thể tìm thấy Phật qua hình dáng các vị Cao Tăng tu hành chân chánh, giới đức tròn đầy; các vị là Trưởng Tử của Như Lai, đại diện cho Phật để chúng sinh có chỗ quy ngưỡng; nhưng nếu là Kiêu Tăng phạm giới, không giữ lục hòa, thì Phật sẽ ẩn, ma sẽ hiện. Các vị Kiêu Tăng chính là người phá Phật, hại Pháp mạnh hơn tà ma ngoại đạo nhiều lắm.

Chúng ta có thể tìm thấy Phật khắp nơi, chỗ nào có Tình Thương ngự trị, có Từ Bi Hỷ Xả hiện tiền, có chân lý hiện hữu, là có Phật ở ngay đó. Một người nào, bất cứ xuất gia hay tại gia, mà trong một khoảng thời gian phát tâm Bồ Đề, khai mở Chân Tâm, tu hành tinh tấn, thực hành Từ Bi Hỷ Xả, thì ngay trong phút giây đó, người ấy đã là Phật, vì Phật là Giác. Nhưng sau phút giây giác ngộ, người ấy trở lại sống tầm thường, ích kỷ thì Phật lại tiềm ẩn, để chờ cơ hội phát huy. Phật chỉ khác chúng sinh ở chỗ Phật vĩnh viễn giác ngộ, lúc nào cũng sáng, còn chúng sinh thì chỉ lòe sáng trong giây phút, rồi lại chìm đắm trong bóng tối vô minh.

Một hiền phụ hy sinh cơm áo, thì giờ, tiền bạc, sức khỏe, chẳng ngại đói rét, nhọc mệt để lo cho các trẻ mồ côi, một lính cứu hỏa xông pha vào nhà cháy để cứu người bị kẹt, một thanh niên nhảy xuống sông cứu người chết đuối, một y tá quên mình chữa chạy cho bệnh nhân, một tù nhân cải tạo chịu đói để chia xẻ nắm cơm cho một người bạn đồng cảnh ngộ... tất cả những hành động đầy tình thương đó đều là những việc làm của Phật, của Bồ Tát, và trong giây phút mà Từ Bi Hỷ Xả ngự trị, quên mình (Vô Ngã) để cứu người (Lợi Tha),

thì những vị đó chính là đức Phật Thích Ca, đức Quán Thế Âm Bồ Tát hiện thân. Chúng ta chẳng cần tìm Phật ở đâu xa, ngài luôn luôn ở ngay trong cuộc đời, nhưng chúng ta không thấy, vì chúng ta chỉ nhìn đời bằng đôi mắt thịt, mà quên sử dụng trí tuệ để quan sát những gì tiềm ẩn trong hoặc đằng sau những việc làm đó.

Chúng ta có thể tìm thấy Phật qua sự sống trong tất cả chúng sinh, cầm thú, thảo mộc. Sự sống đó bàng bạc trong khắp không gian và thời gian, lan rộng rì rào trong gió, róc rách trong tiếng suối reo, chim hót, hoa nở, trăng tròn. Sự sống đó chuyển mình trong vũ trụ cao xa cũng như trong thâm tâm sâu kín. Nếu lắng tai, chúng ta có thể nghe thấy

tiếng nói của sự sống đó, tiếng của Chân Tâm, của Lương Tâm, của Phật. Trong kinh Pháp Hoa có diễn tả tiếng tằng hắng, tiếng gẩy móng tay của Phật chấn động cả tam thiên, đại thiên thế giới, chính là tiếng của Chân Tâm, Phật Tánh vậy. Vì đã thông cảm với sự sống nhiệm mầu nên một vị Thiền sư, mỗi sáng ra thăm vườn lại vuốt ve những mầm lá xanh tươi và nói: "Một ngày kia, chúng cũng thành Phật."

Nếu chúng ta chấp nhận cái lý Phật là sự sống khắp nơi, trong mỗi chúng sinh đều có Phật, thì chúng ta không còn dám sát sinh nữa, ai dám giết Phật? Đó là lý do căn bản của giới thứ nhất do đức Phật đặt ra: Giới sát, cấm giết hại chúng sinh. Phật tử đã không sát sinh mà còn phải lo phóng sinh, cứu mạng sống cho cầm thú, tôn trọng sinh mạng muôn loài, do đó nên ăn chay, không làm điều ác, chỉ làm việc lành, giữ thân tâm trong sạch. Vì Phật ở ngay trong Tâm, một vọng niệm xảy ra là Phật đã biết; nếu chúng ta chấp nhận Phật ở trong Tâm thì không bao giờ dám có tư tưởng sái quấy. Một khi tư tưởng sái quấy đã không có thì tất nhiên không còn hành động tội lỗi nữa. Đó là lợi ích hiển nhiên của cái lý nhiệm mầu: Phật ở khắp nơi.

Đạo Nho có câu: Thận Kỳ Độc, nghĩa là giữ gìn cẩn thận tư tưởng và hành vi, ngay khi chỉ có một mình. Vì sao? Đâu phải một mình, còn Trời Phật, Thánh Thần soi xét, đèn Trời chiếu rõ, không sao chối cãi được. Nho giáo cũng chủ trương đạo Hiếu, con cái phải hiếu với cha mẹ: Phụ Mẫu tại đường như Phật tại thế, vì hiếu với cha mẹ tức là phụng sự đức Phật, là phổ biến Tình Thương, Đạo Phật còn mở rộng Tình Thương từ cha mẹ, anh em đến mọi loài chúng sinh, nên kinh điển có câu: "Bố thí cho chúng sinh tức là cúng dường mười phương chư Phật."

Nếu đem cái lý Phật ở khắp nơi, trong chúng sinh nào, dù là hành khất hay cầm thú, cũng có Phật thì câu kinh này thành ra quá dễ hiểu. Bố thí tiền bạc, bố thí tình thương là bớt lòng ích kỷ, là diệt trừ chấp ngã, là lợi tha, là bình

đẳng, là thương yêu giúp đỡ, đó chính là những việc làm, những đức tính mà đức Phật thường nhấn mạnh, đề cao. Do đó, bố thí đứng đầu Lục Độ. Mở rộng Tình Thương, khuếch Tiểu Ngã thành Đại Ngã, phá bỏ mọi ranh giới phân chia giai cấp, chủng tộc, quốc gia, không còn nhân ngã bỉ thử, không còn tranh chấp hận thù, chỉ có một thực tại đầy ánh sáng của Giác Ngộ. Đó là đức Phật ở khắp nơi. (Minh Tâm là một bút hiệu khác của Nguyên Phong, tức nhà khoa học nổi tiếng John Vũ ở Mỹ) ---oOo--- Buddha Vatamsaka sutra – Kinh Hoa Nghiêm - Avatamsaka-sutra, in full Mahavaipulya-buddhavatamsaka-sutra (Sanskrit: “The Great and Vast Buddha Garland Sutra”), also called Garland Sutra. The sutra speaks of the deeds of the Buddha and of their resulting merits that blossom much like a garland of flowers. The discourse begins with the Buddha’s enlightenment, attended by an anthem chorus of bodhisattvas (buddhas-to-be) and divine beings as numerous as the atoms of all the worlds. There follows a great assembly in the palace of the god Indra, whom Buddha instructs, and similar assemblies in other celestial regions accompanied by manifestations of great glory. In such settings the Buddha teaches that all beings have the Buddha nature, that all phenomena are mutually originating and interdependent, and that, finally, all is Buddha.

Avatamsaka Sutra - Kinh Hoa Nghiêm

"Far away, in the heavenly abode of the great god Indra, there is a wonderful net which has been hung by some cunning artificer in such a manner that it stretches out infinitely in all directions. In accordance with the extravagant tastes of deities, the artificer has hung a single glittering jewel in each eye of the net, and since the net itself is infinite in dimension, the jewels are infinite in number.

There hang the jewels, glittering like stars of the first magnitude, a wonderful sight to behold. If we now look closely at any one of the jewels for inspection, we will discover that in its polished surface are reflected all the other jewels in the net, infinite in number. Not only that, but each of the jewels reflected in this one jewel is reflecting all the other jewels, so that there is an infinite reflection process occuring.

This symbolises our world where every sentient being (and thing) is inter- related to one another."

Kinh Hoa Nghiêm - là bộ kinh đại thừa, là vua trong các kinh, với nội dung siêu việt tuyệt luân hùng vĩ, tráng lệ nguy nga, thể hiện pháp thân, tư tưởng và tâm nguyện của Phật.

Hoa Nghiêm tiếng Phạn là Avatamsaka, có nghĩa là đóa hoa thanh khiết tuyệt đẹp nhất trần gian, ngát hương khắp mười phương các cõi pháp giới.

Tư tưởng Hoa Nghiêm trình bày vạn pháp do tâm sanh. Tâm là thực thể của vạn pháp. Tâm vọng thì vạn pháp hoạt hiện sai biệt hình hình sắc sắc, trùng trùng duyên khởi, cái này có cái kia có và ngược lại, như lưới đế châu. Tâm chơn thì pháp giới tánh với Tâm là một, vạn pháp đồng nhất thể. Tâm thanh tịnh thì thấu đạt chơn lý Phật tánh, suốt thông pháp giới vô ngại, thể nhập bất tư nghì giải thoát hạnh môn. Kinh Hoa Nghiêm, đức Phật chỉ cho chúng-sanh thấu rõ cội nguồn của xum la vạn tượng do mê thức vọng tưởng nghiệp duyên hình thành, các pháp hiện hành trong vũ trụ là huyễn hóa, như hoa trong gương, như trăng trong nước. Tất cả vạn pháp trong pháp giới đều từ tâm sanh. Tâm trùm khắp cả pháp giới. Tất cả vạn hữu vũ trụ có thể nằm gọn trong hạt cải. Hạt cải có thể thâu nhiếp tất cả vũ trụ vạn pháp. Thể tánh của Tâm nhiếp thâu tất cả. Tất cả là một, một là tất cả. Đó là bản tánh vô ngại của Tâm. Bản tánh chơn tâm suốt thâu vạn pháp hữu tình và vô tình; lấy toàn thể pháp giới tánh làm lượng; lấy xứng tánh bất tư nghì vô ngại giải thoát làm thể. Đó là ý nghĩa căn cốt của Kinh Hoa Nghiêm.

Ngoài ra Kinh Hoa Nghiêm còn là một thông điệp, một bài học phong phú sinh động muôn đời, trao gởi cho hành giả có tâm hướng thượng đại-thừa, tu là cần phải học phải hành qua hình ảnh Thiện Tài đồng tử tham bái cầu học đạo với năm mươi ba vị thiện tri thức, là bằng chứng cho ta thấy rằng tu học đạo bồ-đề điều tiên quyết cần phải khắc phục nội tâm cống cao ngã mạn, dục vọng loạn tưởng; ngoài thân khiêm cung cầu tiến hành trì phương pháp Hoa Nghiêm tuyệt đỉnh, tìm chân sư liễu ngộ mới mong hiển lộ được Phật tánh chơn tâm của mình. Nên nghiên tầm ý nghĩa của Kinh Hoa Nghiêm là khai mở quang lộ trở về bản tánh chơn tâm thanh tịnh sáng suốt thường nhiên; là biết

được tự thể của các pháp hiện hành trong thế giới vũ trụ; là thấu suốt cội nguồn sanh sanh hóa hóa của hữu tình và vô tình chúng-sanh; là quán chiếu bí yếu mật nghĩa viên dung tương quan của tâm và cảnh, để rồi từ đó có thể thống triệt lý viên dung vô ngại chủ và khách của vạn pháp, hiện hành sanh hóa, tương duyên tương nhơn quả, tương sanh tương diệt. Tất cả vạn pháp toàn triệt ảnh hiện trên đài gương chơn như thể tánh. Thế nên, thọ trì Kinh Hoa Nghiêm là bước vào cửa phương tiện cầu tu học đạo, là nhân tố đặc thù hy hữu ly vọng hoàn chơn. (THÍCH ĐỨC NIỆM)

Buddhism – Buddhism is the practice of Buddha's teachings, also called Dharma, which means 'protection'. By practicing Buddha's teachings, living beings are permanently protected from suffering. The founder of Buddhism is Buddha Shakyamuni, who showed the manner of accomplishing the ultimate goal of living beings, the attainment of enlightenment, at Bodh Gaya in India in BC 589. At the request of the Gods India and Brahma, Buddha then began to expound his profound teachings, or turned the 'Wheel of Dharma'. Buddha gave eighty-four thousand teachings, and from these precious teachings, Buddhism developed in this world…

Two major branches of Buddhism are generally recognized: Theravada ("The School of the Elders") and Mahayana ("The Great Vehicle"). Theravada has a widespread following in Sri Lanka and Southeast Asia (Cambodia, Laos, Thailand, Myanmar etc.). Mahayana is found throughout East Asia (China, Korea, Japan, Vietnam, Singapore, Taiwan etc.) and includes the traditions of Pure Land, Zen, Nichiren Buddhism, Tibetan Buddhism, Shingon, and Tiantai (Tendai). In some classifications, Vajrayana - practiced mainly in Tibet and Mongolia, and adjacent parts of China and Russia - is recognized as a third branch, while others classify it as a part of Mahayana.

While Buddhism is practiced primarily in Asia, both major branches are now found throughout the world. Estimates of Buddhists worldwide vary significantly depending on the way Buddhist adherence is defined. Estimates range from 350 million to 1.6 billion, with 350–550 million the most widely accepted figure. Buddhism is also recognized as one of the fastest growing religions in the world.

Buddhist schools vary on the exact nature of the path to liberation, the importance and canonicity of various teachings and scriptures, and especially their respective practices. The foundations of Buddhist tradition and practice are the Three Jewels: the Buddha, the Dharma (the teachings), and the Sangha (the community). Taking "refuge in the triple gem" has traditionally been a declaration and commitment to being on the Buddhist path, and in general distinguishes a Buddhist from a non-Buddhist. Other practices may include following ethical precepts; support of the monastic community; renouncing conventional living and becoming a monastic; the development of mindfulness and practice of meditation; cultivation of higher wisdom and discernment; study of scriptures; devotional practices; ceremonies; and in the Mahayana tradition, invocation of buddhas and bodhisattvas.

What is Buddhism?

Buddhism is a path of practice and spiritual development leading to Insight into the true nature of reality. Buddhist practices like meditation are means of changing yourself in order to develop the qualities of awareness, kindness, and wisdom. The experience developed within the Buddhist tradition over thousands of years has created an incomparable resource for all those who wish to follow a path - a path which ultimately culminates in Enlightenment or Buddhahood. An enlightened being sees the nature of reality absolutely clearly, just as it is, and lives fully and naturally in accordance with that vision. This is the goal of the Buddhist spiritual life, representing the end of suffering for anyone who attains it.

Because Buddhism does not include the idea of worshipping a creator god, some people do not see it as a religion in the normal, Western sense. The basic tenets of Buddhist teaching are straightforward and practical: nothing is fixed or permanent; actions have consequences; change is possible. So Buddhism addresses itself to all people irrespective of race, nationality, caste, sexuality, or gender. It teaches practical methods which enable people to realise and use its teachings in order to transform their experience, to be fully responsible for their lives.

Buddhism – PHẬT GIÁO

Nói đến Phật giáo tức là nói đến đức Thích-Ca Mâu-Ni, người sáng lập ra đạo Phật, mà các Phật tử gọi là đức Phật. Người Trung Hoa theo âm một chữ Phạn mà viết ra Phật-Đà, chữ này có nghĩa là Giác giả. Giác giả là người biết thấu suốt đến nguồn gốc các sự vật ở trong vũ trụ, cái lẽ của tạo hóa để chỉ cho người ta con đường giải thoát, nghĩa là sau khi chết khỏi phải trở lại làm các kiếp khác, thế là ra khỏi luân hồi.

Vậy, trước khi xét qua giáo lý của đức Phật, ta nhắc qua lược sử đức Phật. Ngài là một hoàng tử, con vua một xứ ở phía Bắc nước Ấn Độ bây giờ. Ngài ra đời chừng độ 600 năm trước Thiên chúa giáng sinh, suýt soát đồng thời với Lão Tử và Khổng Tử. Năm Ngài 16 tuổi thì lấy vợ, sau có một con trai. Tuy sống trong cảnh cực kỳ sung sướng, nhưng ông hoàng này vẫn lưu tâm đến mọi cảnh khổ của người đời, nào già nua, nào ốm đau, rồi lại đến cảnh chết. Thấy thế, Ngài sinh đăm chiêu, lúc nào cũng nghĩ đến cách làm cho mình và đồng loại thoát được những cảnh đau lòng ấy. Một đêm kia, trong khi mọi người đang ngủ yên, Ngài bỏ cung điện và gia đình ra khỏi cửa thành đi tìm

đường giải thoát. Ngài ước mong gặp các hiền giả để hỏi đạo. Sau mấy năm học đạo của mấy đạo sư thuở ấy (Ấn-Độ có nhiều đạo), thái tử vẫn chưa tìm ra được phương thuốc gì để chữa gốc đau khổ cho chúng sinh. Ngài bèn bỏ lối học các đạo sư, rồi một mình ngồi thiền định và quán sát dưới một gốc cây to.

Sau 49 ngày thiền định, Ngài giác ngộ hoàn toàn chân lý, thấy rõ ràng trong trí tuệ sáng suốt của Ngài nguyên nhân của đau khổ, nguyên nhân của sinh tử luân hồi. Lúc ấy, Ngài đã đi tới đích nghĩa là tìm ra đạo giải thoát mà bây giờ ta gọi là đạo Phật. Bấy giờ, Ngài vừa 35 tuổi. Ngài đi hoằng pháp 45 năm và tịch diệt năm 80 tuổi.

Sau khi giác ngộ, đức Phật đem đạo giải thoát nhiệm mầu giảng dạy khắp nơi, cho hết thảy mọi người từ vua chúa đến trộm cướp, từ người phú quý đến kẻ bần tiện, không phân biệt một ai.

Theo Ngài thì Phật tánh vẫn có từ ngàn xưa trong khắp mọi thế giới và tất cả mọi người đều có đủ khả năng thành Phật, vì chúng sanh và Phật đều có chung một Bản thể sáng suốt, đều có chung một Chân tâm trong sạch linh diệu tức là Phật tánh vậy. Nhưng Bản thể ở chúng sinh đã bị nhơ bụi phủ kín, Chân tâm đã bị ngu tối làm mê lầm xấu xa cho nên người ta chưa được thành Phật. Khi nào lau chùi nhơ bụi, diệt trừ hết tham sân si, trở nên hoàn toàn thanh tịnh, bấy giờ tự nhiên thành Phật không khác gì đức Thích-Ca Mâu-Ni. Trong kinh có câu: Ta là Phật đã thành, chúng sinh là Phật sẽ thành. Nếu chúng sinh kiên quyết tu tập theo giáo lý của Phật thì chắc chắn thế nào cũng thành Phật. Đức Phật là một thày học chứ không phải là một chúa tể, một vị thượng đế có khả năng định đoạt số mệnh cho chúng ta. Vì lẽ đó, đạo Phật không hẳn là một tôn giáo như các tôn giáo khác mà đồng thời cũng không hẳn là một triết học.

Những điều mà đức Phật giảng dạy là những Chân lý chi phối tất cả mọi vật lớn bé, vô hình hay hữu hình trong vũ trụ; những chân lý mà Ngài giảng là chân lý rốt ráo, cùng cực. Những chân lý này, trí óc con người rất tầm thường nên chưa nhìn được hết, chưa nghe được hết, chưa hiểu và chưa suy nghĩ được hết. Đức Phật dạy phải tu luyện để làm cho trí tuệ trở nên hoàn toàn sáng suốt để có thể trực giác thấy Chân lý cùng cực, tuyệt đối.

Trong những chân lý mà đức Phật giảng dạy, chúng ta nên lưu ý đến hai chân lý sau đây để có một ý niệm đại cương về đạo Phật.

1. Lý nhân quả - Đức Phật Thích Ca ngồi dưới gốc cây bồ-đề đã soi thấy nguyên nhân sâu xa của đau khổ làm chìm đắm chúng sinh từ quá khứ vô thủy trong thời gian vô tận: những việc làm, lời nói và ý nghĩ trong kiếp này không phải tiêu tán đi với thời gian mà sẽ xây hoàn cảnh của kiếp tương lai, đau buồn hay sung sướng. Muốn biết đời trước tạo nhân gì thì hãy nhìn đời này chịu quả như thế nào; muốn biết đời sau chịu quả gì thì hãy xem đời này gieo những nhân gì. Chân lý này là lý nhân quả. Chân lý này rất giản dị, đức Phật giảng cho chúng sinh nghe như một bài luân lý sơ đẳng, cốt khuyên dạy người ta nên làm điều thiện tránh điều ác, vì làm điều thiện thì được hưởng sự hay, làm điều ác thì phải chịu hậu quả đau đớn. Cũng như một hạt giống tất sinh ra một quả, gieo hạt nào thì được quả nấy. Nói bóng thì gieo việc làm tốt tất sau này thu được quả tốt, gieo việc làm xấu thì thu được kết quả xấu. Nhân và quả thì bao giờ cũng cùng một giống một loại. Mà ai cũng biết trong nhân đã có quả sẵn chỉ chờ cơ hội thuận tiện là quả phát sinh và lớn lên. Trong quả cũng có nhân nằm sẵn chỉ chờ dịp tốt là nhân này mọc lên để sinh ra quả. Đây là một thí dụ nhân sinh quả, quả sinh nhân của một ý nghĩ - oán giận tạo ra ý nghĩ trả thù (quả) - quả này làm nhân sinh ra hành động đánh người - quả đánh người làm nhân cho những hình phạt: tù tội, xiềng xích – quả tù tội xiềng xích lại làm nhân cho buồn phiền đau khổ - quả buồn phiền đau khổ làm nhân để sinh ra quả là thân gầy còm ốm yếu hoặc chết.

Đức Phật dạy: những nhân quả cứ theo đuổi nhau mà nối tiếp mãi trên con đường vô tận là thời gian nên chúng sinh cũng theo những nhân và quả ấy mà chết đi sống lại mãi. Sự chết đi sống lại nối tiếp nhau từ kiếp này đến kiếp khác như một cái vòng bánh xe quay tròn không bao giờ nghỉ. Bởi thế gọi là luân hồi (luân = bánh xe ; hồi = trở lại). Theo Phật dạy, con người tùy theo những hành động, lời nói, ý nghĩ đã làm tốt hay xấu, lành hay dữ, khi chết đi sẽ tái sinh trong các cõi khác nhau: cõi trời, cõi người, cõi thần, cõi súc vật, cõi quỷ đói, cõi địa ngục, hoặc sẽ lên các cõi thánh không còn luân hồi.

2. Lý vô thường, vô ngã - Chân lý này cốt dạy chúng sinh nhận xét những hiện tượng trong vũ trụ, trong đó có con người sinh ra và hoạt động, đều là tạm thời, đều là giả.

Vô thường nghĩa là không giữ lâu bền một hình dáng, một trạng thái nào, mà biến đổi luôn.

Vô ngã nghĩa là không có cái Ta, không có một tự thể riêng biệt, một bản chất cố định của mỗi vật, để tạo ra cái Ta của vật ấy.

Thật thế, bất cứ vật nào cũng trải qua bốn thời kỳ: sinh ra, lớn lên, già và chết (hay tan rã). Từ vật nhỏ li ti như con vi trùng cho đến những vật rất to lớn như trái núi, trái đất, mặt trăng, mặt trời, ngôi sao, tất cả phải chịu định luật của lý vô thường.

Chúng ta thường nhận xét và tưởng tượng bốn thời kỳ ấy dài tương đối bền lâu tùy theo mỗi vật. Nhưng đức Phật với trí tuệ sáng suốt đã trông thấy vạn vật biến đổi liền liền. Tất cả mọi vật đều chết đi sống lại (luân hồi), sống chết chết sống liền liền nối tiếp nhanh như dòng nước. Như vậy, thân ta (và mọi vật) luôn luôn đổi mới, nhưng ta không phải chỉ có một thân mà là vô số thân nối tiếp nhau không xen hở, thân trước làm nhân cho thân sau và thân sau làm quả cho thân trước. Sở dĩ chúng ta chỉ trông thấy một thân cho mỗi người mỗi vật là vì sự vật thay đổi quá nhanh so với sức phân biệt phàm phu. Cũng như chúng ta xem chiếu bóng: mỗi hình ảnh trên màn bạc là do hàng trăm hình ảnh trong cuốn phim chiếu ra. Tuy vậy, chúng ta không thấy sự thay đổi ấy mà chỉ thấy có một hình ảnh, một cảnh vật mà thôi. Chúng ta sống trong vũ trụ cũng y như thế. Cảnh vật và ngay ta nữa là một cuốn phim vĩ đại do vô số hình ảnh nối tiếp nhau diễn ra nhanh chóng mà chúng ta không nhận ra. Vạn vật đã biến đổi nhanh chóng mà lại không có một tự thể, một cái "Ta" riêng biệt. Thử xét cái "Ta" của con người là gì? Là thân và tâm hợp lại. Mà xác thân chỉ là sự tạm hợp của bốn chất: chất cứng (thịt, xương), chất lỏng (máu, nước mắt), chất nóng (thân nhiệt), chất hơi (hơi thở). Ta thử suy nghĩ: khí trời đang ở bên ngoài thì gọi là cảnh vật, thoạt không đầy một nháy mắt hít vào trong lỗ mũi hoặc thấm qua làn da mỏng đã gọi là của ta. Những thán khí và các thứ hơi đang ở trong phổi hay trong thịt nói rằng là của ta, nhưng mới thoạt thở ra khỏi mũi hay qua làn da là cảnh ngoài. Rồi cây cỏ hút lấy thán khí ấy thì lại gọi là của cây cỏ. Các chất kia cũng đều như vậy cả, lúc của ta rồi ra của người. Khi bốn chất ấy rời nhau ra, mỗi thứ trở về mỗi loại của nó thì còn chất gì ở lại để gọi là của ta nữa.

Nếu lấy tâm làm "Ta" thì tâm là gì? Là những tình cảm: vui, buồn, giận, hờn, yêu, ghét v.v...Trong bấy nhiêu món, lấy món nào làm "Ta"? Mỗi món ấy thay đổi từng phút

(đang vui lại buồn, đang ghét hóa yêu...). Đã thay đổi thì đâu là cố định mà là của "Ta". Hoặc giả phải tổng hợp hết bấy nhiêu món lại để thành cái "Ta": nhưng đã có hợp thì phải có tan; khi đã tan rồi thì còn thứ gì ở lại để làm "Ta" nữa. Như thế cái "Ta" riêng biệt cho mỗi vật thật không có. Bởi vậy đức Phật dạy rằng: các vật không có bản chất gì riêng biệt của nó để làm thành một cái "Ta" riêng của nó. Nó chỉ là những hợp tướng tạm thời của nhiều phần tử duyên lại với nhau. Lúc nào hết duyên thì phải tan. Đó là định luật của lý vô thường, vô ngã của tất cả mọi vật trong vũ trụ.

Hiểu rõ như thế, con người sẽ không vì những cái tạm thời như xác thân, tiền tài, cảnh vật...mà ham mê, luyến tiếc, ghen ghét, mơ tưởng, ước mong để rồi đi đến lòng tham lam rồi tạo ra các tội lỗi, ác nghiệp là những nguyên nhân gieo nhân xấu, lượm lấy quả xấu là đau khổ, là quả báo, là luân hồi. Bởi thế, đức Phật có nói rằng: đời thế gian mà phàm phu sống, vũ trụ mà chúng ta trông thấy đều là giả. Cũng như chúng ta nằm chiêm bao. Trong giấc mộng, chúng ta trông thấy nhiều cái hay, cái đẹp. Những hình ảnh ấy tuy hiện ra nhưng không có thật, vì lúc tỉnh giấc thì nó biến mất không còn gì nữa. Một thí dụ cụ thể sẽ làm cho ta dễ hiểu hơn: Trong một căn nhà tối, một người trông thấy một con rắn to nằm uốn khúc cuộn tròn. Người ấy hốt hoảng kêu la, nhưng khi có ánh đèn soi tới, con rắn ghê sợ ấy chỉ là một cuộn dây thừng. Con mắt anh ta không nhìn thấy vật thật mà chỉ thấy vật giả.

Như vậy, chúng sinh là người ngủ mê chỉ trông thấy hình dáng giả của đời, của vũ trụ. Phật là người tỉnh thức nên Phật trông thấy hình dáng thật, bộ mặt thật của đời và vũ trụ. Vậy chúng sinh phải tu luyện cho các đức tính nó vẫn ẩn nấp trong mỗi người mỗi vật trở nên rực rỡ, nghĩa là đạt được Phật tánh, Chân tâm. Khi ấy, con người sẽ ngang hàng với Phật, sẽ sung sướng hoàn toàn, vì không mê lầm đau khổ, không phải sinh ra và chết đi nữa. Ấy là cảnh yên vui vắng lặng của Niết-bàn (= không sinh, không diệt). Đây là lòng mơ ước, lòng tin của các Phật tử.

ĐẠO PHẬT

Nếu chúng ta muốn xây dựng một cuộc sống an lành hạnh phúc và thành công, một cuộc sống có đủ khả năng để chống chọi với những trận cuồng phong của bất hạnh hoặc tai hoạ trong đời, cuộc sống đó cần phải dựa trên những nguyên tắc đạo đức hợp lý như là ngũ giới mà Đức Phật đã đề ra.

Cuộc sống của chúng ta ở đây là những gì chúng ta đã tạo ra bằng chính ý nghĩ và hành động của mình. Như vậy, có thể nói là xuyên qua những tư duy của mình mà một người đi lên hoặc tụt xuống. Nếp suy nghĩ đã trở thành thói quen về một đức hạnh nào đó sẽ khiến cho ta trở thành đức hạnh đó, và nếu cứ để cho tâm trú vào những ý tưởng xấu xa trong một thời gian tương đối cũng sẽ làm cho ta bị ô nhiễm với thói xấu đó.

Có một quan điểm rất si mê cho là những thất bại và những sai lầm của con người trong cách cư xử là do người chung quanh chứ không phải do chính bản thân họ tạo ra, quan niệm sai lầm này xuất phát từ niềm tin không đúng cho là người khác có thể chịu trách nhiệm thay cho những hành động sai lầm của

họ. Tất cả những sự nhu nhược và tội lỗi của một người đều nảy sinh trong tâm ý của họ, như vậy chỉ có họ phải chịu trách nhiệm đối với sai lầm ấy, và những ai đầu hàng trước những cám dỗ hoặc bị những dục vọng kích thích, sai xử đều trở thành kẻ đồng loã trong xấu xa và tội lỗi đó. Những cám dỗ này hoàn toàn bất lực trước những ai từ chối đáp ứng theo nó. Nhu nhược nào cũng nằm trong tâm con người, và nếu người ấy đầu hàng trước những cám dỗ của kẻ khác, thì cội nguồn thực sự của những phiền muộn, những thất bại và đau khổ của người ấy chính là sự nhu nhược của họ; họ phải chịu trách nhiệm cho mọi hành vi của mình.

Một lời biện hộ chung chung cho việc làm sai lầm là hành động chân chánh sẽ dẫn đến thất bại, thua thiệt và mất mát hạnh phúc; con người tâm trí non nớt như vậy, tự thân họ ít quan tâm đến hành vi tạo tác hơn là đến hậu quả do hành vi đó gây ra. Khát vọng muốn đạt được những kết quả vừa lòng thích ý là nguyên nhân sanh ra những hỗn loạn tinh thần, khiến cho con người không còn có thể phân biệt được đâu là thiện, đâu là ác, đâu là giá trị và vô giá trị, đâu là phải, đâu là trái. Hành động chân chính là điều rất đơn giản, trong khi đó, hành động sai lầm lại là điều hỗn tạp không thể giải quyết được, một điều sai trái thường đòi hỏi phải bịa đặt thêm vài cái sai khác để hòng che đậy nó. Chỉ một hành động bất thiện, đồi bại hoặc dối trá cần đến hàng chục điều sai trái khác để củng cố nó, điều này có nghĩa là họ đã tự tạo ra những nhiêu khê phức tạp, gây phiền muộn và khổ đau cho chính bản thân mình và cho người khác.

Người tâm ý chân chánh, bản thân họ quan tâm đến hành động chứ không quan tâm đến kết quả; họ không màng đến việc thích ý hay không thích ý, mà chỉ quan tâm đến đâu là thiện là chân chánh đúng theo tinh thần giới luật. Khi người ấy làm một điều phải lẽ, không phải để tầm cầu điều gì, mà chỉ để trút bỏ những gánh nặng của hoài nghi, sợ hãi và rắc rối, họ không bao giờ vướng vào những chuyện nhiêu khê hoặc khó khăn không thể giải quyết được. Tâm của họ lúc nào cũng an lạc, thanh thản; đây là những điều cần yếu cho một cuộc sống an lành, hạnh phúc và trường thọ.

VẤN ĐỀ ƯA VÀ GHÉT

Ta thường nghe những lời bọc bạch như: "Tôi cảm thấy không thích làm điều này, điều nọ". Một người như vậy chứng tỏ đang bị cái ta hay bản ngã trói buộc, khi họ chịu dưới sự thống trị của những cảm xúc, thói quen và xu hướng như vậy, tất nhiên không sao tránh khỏi tình trạng nô lệ cho những cảm xúc của mình. Những ai mong muốn thoát khỏi vấn đề này cần phải có lý trí và ý

lực hướng dẫn, phải bình tĩnh và phán xét cẩn trọng liên quan đến mọi việc, lúc nào cũng phải tâm niệm rằng: "Đây là vấn đề đúng - sai, phải - trái, tốt - xấu, vấn đề cần thiết hay không cần thiết, những cảm xúc của ta không liên quan gì đến nó cả. Vấn đề không phải ở chỗ ta cảm thấy thế nào, mà ở chỗ đâu là điều hợp lẽ phải làm". Nếu cuộc sống và cách cư xử của chúng ta bị những cảm xúc ưa - ghét này sai xử thì chúng ta chỉ là những kẻ nhu nhược, bù nhìn và nô lệ, dễ bị các khuynh hướng lười biếng, thiếu nghị lực, chán chường và bệnh hoạn lấn lướt.

Có hai loại cảm xúc, một là loại cảm xúc có tính tiêu cực hoặc huỷ diệt, hai là loại cảm xúc tích cực hoặc có tính xây dựng.

Loại cảm xúc tiêu cực như sân hận, ganh tỵ, gay gắt, thâm hiểm, nóng nảy, thù hằn tuyệt vọng, sợ hãi, lo lắng, buồn phiền, thiếu kiên nhẫn cần phải được ngăn ngừa, vì chúng đầu độc hay làm hại đến nhiệt huyết của đời sống và thường gây ra những rối loạn ở tim, não và huyết quản. Dĩ nhiên những điều này sẽ khiến người ta ươn yếu nhu nhược, thất bại, điên rồ, sầu muộn hoặc chết bất đắc kỳ tử.

Loại cảm xúc tích cực hoặc có tính xây dựng như lòng trắc ẩn, cảm thông với tha nhân, biết chuộng điều tốt, nhân từ, thiện chí và những động lực mang tính vị tha cần phải được khích lệ và trau dồi. Những cảm xúc này sẽ tác động qua tâm trên những hạch tuyến chủ yếu của thân để tạo ra sức khoẻ tráng kiện, hạnh phúc, thịnh vượng và sống lâu.

Chánh niệm, sự chú tâm chân chánh, là bước thứ bảy trong Bát Chánh Đạo sẽ dẫn đến việc vượt qua sự buồn rầu và để đạt đến giới thanh tịnh, chánh niệm bao gồm:

1) Chánh niệm trên thân (niệm thân).

2) Chánh niệm trên các cảm thọ (niệm thọ).

3) Chánh niệm trên tâm (niệm tâm).

4) Chánh niệm trên các đối tượng của tâm hay các pháp (niệm pháp).

Trong Trung Bộ Kinh (Majjhimà Nikaya) chúng ta thấy có đề cập đến 10 công đức lớn nhằm bảo đảm cho người thực hành bốn niệm xứ này. Không một ai mong muốn có được sức khoẻ tốt, an vui trong hạnh phúc, và trí tuệ có thể bỏ

qua pháp thiền tứ niệm xứ của đạo Phật này; tu tập giới xuyên qua việc hành thiền là một bước rất cơ bản trong sự giải thoát khỏi mọi khổ đau và bất hạnh. Nhờ thiền pháp người ta học được cách suy xét đúng đắn qua mọi tình huống, thay vì phản ứng theo cảm xúc theo sự ưa ghét, theo thiên kiến, phong tục hoặc truyền thống; ta biết cách hợp lý hoá kinh nghiệm sống của mình. Khi đã học được bài học quý giá này, con người trở nên cao thượng hơn khi xử sự các trường hợp, biến cố hoặc tình huống.

Hãy lấy trường hợp của hai người cùng gặp phải biến cố liên quan đến tài chánh này làm minh hoạ. Một người phản ứng có tính cách xúc cảm và rơi vào cơn khủng hoảng cay đắng, mất hết hy vọng và suy sụp sức khoẻ, sinh lực, vô phương giải quyết, hoặc cuối cùng người đó phải tự tử để giải quyết vấn đề. Trong khi người kia, đã học được bài học tư duy về mọi vấn đề của cuộc sống, có hành thiền, biết hợp lý hoá và áp dụng mọi phương pháp có thể được để vượt qua vấn đề, đồng thời tìm ra giải pháp thoả đáng, vì anh ta đã luyện tập tâm mình như các nhà lực sĩ luyện tập các cơ bắp của họ vậy. Anh ta là người chủ, trong khi người kia là nô lệ. Nếu người ta biết cách sống theo pháp (Dhamma) chắc chắn những thất vọng và đổ vỡ sẽ không tồn tại.

Như vậy chúng ta thấy, đạo Phật là một triết lý sống đầy hy vọng, và là một triết lý sống chắc chắn sẽ đưa đến thành công, đạo Phật là chân lý của sự giải thoát khỏi bất hạnh

và khổ đau. Đức Phật giải thích cho chúng ta thấy rằng, trong mọi sanh linh, dù khiêm tốn thấp hèn đến đâu chăng nữa đều có một chút giá trị, một tia trí tuệ, từ đó họ có thể nhen nhúm thành ngọn lửa, họ có thể phát triển với chính nỗ lực thuộc ý thức nhân bản của họ. Đức Phật luôn luôn khích lệ mọi người hãy cố gắng phát triển tinh thần bằng lời tuyên bố rằng, mọi nỗ lực chân chánh chắc chắn sẽ nhận lãnh một phần thưởng xứng đáng ở đây và bây giờ trong kiếp sống này hoặc kiếp sau.

Đức Phật cũng tuyên bố rằng mọi tham muốn thấp hèn, mọi khát vọng đối với những điều đê tiện, và mọi cảm xúc không xứng đáng mà chúng ta chiến thắng hay đè nén được, cũng như mọi khó khăn mà chúng ta can đảm đương đầu và chiến thắng được nó với sự chân chánh hợp theo những nguyên tắc đạo đức, những điều này sẽ trở thành từng bậc thang nhờ đó chúng ta có thể trèo lên các kiếp sống cao quý hơn. Đây là quy luật của sự phát triển tấn hoá, là giáo lý của đạo Phật về sự chuyển hoá, chứng đạt và thành tựu (Niết Bàn).

Đức Phật đã vẽ cho chúng ta bức tranh của một cuộc sống thăng hoa, một sự tăng trưởng từ nhỏ đến lớn, từ ít đến nhiều, từ vô minh đến trí tuệ, của sự phát triển tuỳ thuộc vào nội lực bên trong, sự chuyên cần và nỗ lực nảy mầm từ

kiếp sống này đến kiếp sống khác. Đây chính là giáo lý về sự hoàn thiện con người đạt được qua lòng vị tha, gìn giữ giới luật và trí tuệ...

---ooOOoo---

Good Questions Good Answers Ven. S. Dhammika

What is Buddhism?

The name Buddhism comes from the word 'budhi' which means 'to wake up' and thus Buddhism is the philosophy of awakening. This philosophy has its origins in the experience of the man Siddhartha Gotama, known as the Buddha, who was himself awakened at the age of 35. Buddhism is now 2,500 years old and has about 300 million followers worldwide. Until a hundred years ago Buddhism was mainly an Asian philosophy but increasingly it is gaining adherents in Europe, Australia and America.

So Buddhism is just a philosophy?

The word philosophy comes from two words 'philo' which means 'love' and 'sophia' which means 'wisdom'. So philosophy is the love of wisdom or love and wisdom, both meanings describe Buddhism perfectly. Buddhism teaches that we should try to develop our intellectual capacity to the fullest so that we can understand clearly. It also teaches us to develop love and kindness so that we can be like a true friend to all beings. So Buddhism is a philosophy but not just a philosophy. It is the supreme philosophy.

Who was the Buddha?

n the year 563 B.C. a baby was born into a royal family in northern India. He grew up in wealth and luxury but eventually found that worldly comforts and security do not

guarantee happiness. He was deeply moved by the suffering he saw all around and resolved to find the key to human happiness. When he was 29 he left his wife and child and set off to sit at the feet of the great religious teachers of the day to learn from them. They taught him much but none really knew the cause of human suffering and how it could be overcome. Eventually, after six years study and meditation he had an experience in which all ignorance fell away and he suddenly understood.

From that day onwards, he was called the Buddha, the Awakened One. He lived for another 45 years in which time he travelled all over the northern India teaching others what he had discovered. His compassion and patience were legendary and he had thousands of followers. In his eightieth year, old and sick, but still happy and at peace, he finally died.

The Buddha is dead so how can he help us?

Faraday, who discovered electricity, is dead, but what he discovered still helps us. Luis Pasteur who discovered the cures for so many diseases is dead, but his medical discoveries still save lives. Leonardo da Vinci who created masterpieces of art is dead, but what he created can still uplift and give joy. Noble men and heroes may have been dead for centuries but when we read of their deeds and achievements, we can still be inspired to act as they did. Yes, the Buddha is dead but 2500 years later his teachings still help people, his example still inspires people, his words still change lives. Only a Buddha could have such power centuries after his death.

Was the Buddha a god?

No, he was not. He did not claim that he was a god, the child of a god or even the messenger from a god. He was a man who perfected himself and taught that if we follow his example, we could perfect ourselves also.

If he is not a god, then why do people worship him?

There are different types of worship. When someone worships a god, they praise him or her, making offerings and ask for favours, believing that the god will hear their praise, receive their offerings and answer their prayers. Buddhists do not indulge in this kind of worship. The other kind of worship is when we show respect to someone or something we admire. When a teacher walks into a room we stand up, when we meet a dignitary we shake hands,when the national anthem is played we salute. These are all gestures of respect and worship and indicate our admiration for persons and things. This is the type of worship Buddhist practise. A statue of the Buddha with its hands rested gently in its lap and its compassionate smile reminds us to strive to develop peace and love within ourselves. The perfume of incense reminds us of the pervading influence of virtue, the lamp reminds us of light of knowledge and the flowers which soon fade and die, reminds us of impermanence. When

we bow, we express our gratitude to the Buddha for what his teachings have given us. This is the nature of Buddhist worship.

But I have heard people say that Buddhist worship idols?

Such statements only reflect the misunderstanding of the persons who make them. The dictionary defines an idol as "an image or statue worshipped as a god". As we have seen, Buddhist do not believe that the Buddha was a god, so how could they possibly believe that a piece of wood or metal is a god? All religions use symbols to express various concepts. In Taoism, the ying-yang is used to symbolise the harmony between opposites. In Sikhism, the sword is used to symbolise spiritual struggle. In Christianity, the fish is used to symbolise his sacrifice. And in Buddhism, the statue of the Buddha also reminds us of the human dimension in Buddhist teaching, the fact that Buddhism is man-centred, not god-centred, that we must look within not without to find perfection and understanding. So to say that Buddhist worship idols is not correct.

Why do people do all kinds of strange things in Buddhist temples?

Many things seem strange to us when we don't understand them. Rather than dismiss such things as strange, we should strive to find their meaning. However, it is true that Buddhist practice sometimes has its origin in popular superstition and misunderstanding rather than the teaching of the Buddha. And such misunderstandings are not found in Buddhism alone, but arise in all religions from time to time. The Buddha taught with clarity and in detail and if some fail to understand fully, the Buddha cannot be blamed.

There is a saying:

If a man suffering from a disease does not seek treatment even when there is a physician at hand, it is not the fault of the physician. In the same way, if a man is oppressed and tormented by the disease of defilements but does not seek the help of the Buddha, that is not the Buddha's fault.

Nor should Buddhism or any religion be judged by those who don't practise it properly. If you wish to know the true teachings of Buddhism, read the Buddha's words or speak to those who understand them properly.

If Buddhism is so good why are some Buddhist countries so poor?

If by poor you mean economically poor, then it is true that some Buddhist countries are poor. But if by poor you mean a poor quality of life, then perhaps some Buddhist countries are quite rich. America, for example, is an economically rich and powerful country but the crime rate is one of the highest in the world, millions of old people are neglected by their children and die of loneliness in old people's homes, domestic violence and child abuse are major problems. One in three marriages end in divorce, pornography is easily available. Rich in terms of money but perhaps poor in terms of the quality of life. Now if you look at some traditional Buddhist countries you find a very different situation. Parents are honoured and respected by their children, the crime rates are relatively low, divorce and suicide are rare and traditional values like gentleness, generosity, hospitality to strangers, tolerance and respect for others are

still strong. Economically backward, but perhaps a higher quality of life than a country like America. But even if we judge Buddhist countries in terms of economics alone, one of the wealthiest and most economically dynamic countries in the world today is Japan where 93% of the population call themselves Buddhist.

Why is it that you don't hear of Buddhist doing charitable work?

Perhaps it is because Buddhists don't feel the need to boast about the good they do. Several years ago the Japanese Buddhist leader Nikkho Nirwano received the Templeton Prize for his work in promoting inter-religious harmony. Likewise a Thai Buddhist monk was recently awarded the prestigious Magsaysay Prize for his excellent work among drug addicts. In 1987 another Thai monk, Ven.Kantayapiwat was awarded the Norwegian Children's Peace Prize for his many years work helping homeless children in rural areas. And what about the large scale social work being done among the poor in India by the Western Buddhist Order? They have built schools, child minding-centres, dispensaries and small scale industries for self-sufficiency. Buddhist see help given to others as an expression of their religious practice just as other religions do but they believe that it should be done quietly and without self-promotion. Thus you don't hear so much about their charitable work.

Why are there so many different types of Buddhism?

There are many different types of sugar: brown sugar, white sugar, rock sugar, syrup and icing sugar but it is all sugar and it all tastes sweet. It is produced in different forms so that it can be used in different ways. Buddhism is the

same: there is Theravada Buddhism, Zen Buddhism, Pure Land Buddhism, Yogacara Buddhism and Vajrayana Buddhism but it is all Buddhism and it all has the same taste - the taste of freedom. Buddhism has evolved into different forms so that it can be relevant to the different cultures in which it exists. It has been reinterpreted over the centuries so that it can remain relevant to each new generation. Outwardly, the types of Buddhism may seem very different but at the centre of all of them is the Four Noble Truths and the Eightfold Path. All major religions, Buddhism included, have split into schools and sects. But the different sects of Buddhism have never gone to war with each other and to this day, they go to each other's temples and worship together. Such tolerance and understanding is certainly rare.

I suppose you think Buddhism is right and all others are wrong?

No Buddhist who understands the Buddha's teaching thinks that other religions are wrong. No-one who has made a genuine effort to examine other religions with an open mind could think like that either. The first thing you notice when you study the different religions is just how much they have in common. All religions acknowledge that man's present state is unsatisfactory. All believe that a change of attitude and behaviour is needed if man's situation is to improve. All teach an ethics that includes love, kindness, patience, generosity and social responsibility and all accept the existence of some form of Absolute.

They use different languages, different names and different symbols to describe and explain these things; and it is only when they narrow- mindedly cling to their one way of seeing things that religious tolerance, pride and self- righteousness arise.

Imagine an Englishman, a Frenchman, a Chinese and an Indonesian all looking at a cup. The Englishman says, "That is a cup." The Frenchman answers, "No it's not. It's a tasse." The Chinese comments, "You are both wrong. It's a pei." And the Indonesian laughs at the others and says "What a fool you are. It's a cawan." The Englishman get a dictionary and shows it to the others saying, "I can prove that it is a cup. My dictionary says so." "Then your dictionary is wrong," says the Frenchman "because my dictionary clearly says it is a tasse." The Chinese scoffs at them. "My dictionary is thousands of years older than yours, so my dictionary must be right. And besides, more people speak Chinese than any other language, so it must be pei." While they are squabbling and arguing with each other, a Buddhist comes up and drinks

from the cup. After he has drunk, he says to the others, "Whether you call it a cup, a tasse, a pei or a cawan, the purpose of the cup is to be used. Stop arguing and drink, stop squabbling and refresh your thirst". This is the Buddhist attitude to other religions.

Is Buddhism scientific?

Before we answer that question it would be best to define the word 'science'. Science, according to the dictionary is: "knowledge which can be made into a system, which depends upon seeing and testing facts and stating general natural laws, a branch of such knowledge, anything that can be studied exactly". There are aspects of Buddhism that would not fit into this definition but the central teachings of Buddhism, the Four Noble Truths, most certainly would. Suffering, the First Noble Truth, is an experience that can be defined, experienced and measured. The Second Noble Truth states that suffering has a natural cause, craving,which likewise can be defined, experienced and measured. No attempted is made to explain suffering in terms of a metaphysical concept or myths. Suffering is ended, according to the Third Noble Truth, not by relying on upon a supreme being, by faith or by prayers but simply by removing its cause. This is axiomatic. The Fourth Noble Truth, the way to end suffering, once again, has nothing to do with metaphysics but depends on behaving in specific ways. And once again behaviour is open to testing. Buddhism dispenses with the concept of a supreme being, as does science, and explains the origins and workings of the universe in terms of natural law. All of this certainly exhibits a scientific spirit. Once again, the Buddha's constant advice that we should not blindly believe but rather question, examine, inquire and rely on our own experience, has a definite scientific ring to it. He says:

"Do not go by revelation or tradition,do not go by rumour, or the sacred scriptures, do not go by hearsay or mere logic, do not go by bias towards a notion or by another person's seeming ability and do not go by the idea 'He is our teacher'. But when you

yourself know that a thing is good, that it is not blamable, that it is praised by the wise and when practised and observed that it leads to happiness, then follow that thing."

So we could say that although Buddhism in not entirely scientific, it certainly has a strong overtone and is certainly more scientific than any other religion. It is significant that Albert Einstein, the greatest scientist of the twentieth century said of Buddhism:

"The religion of the future will be a cosmic religion. It should transcend a personal God and avoid dogmas and theology. Covering both natural and spiritual, it should be based on a religious sense arising from the experience of all things, natural and spiritual and a meaningful unity. Buddhism answers this description. If there is any religion that would cope with modern scientific needs, it would be Buddhism."

KHÉO VẤN, KHÉO ĐÁP

Nguyên tác: Good Question, Good Answer

Tác giả: Tỳ khưu Shravasti Dhammika

Dịch giả: Phạm Kim Khánh & Bình Anson

Lời Tựa

Tỳ khưu Shravasti Dhammika là một nhà sư người Úc. Ngài là giảng sư lỗi lạc về môn Phật giáo và các Tôn Giáo Á Châu tại các trường đại học, trên các đài truyền hình và truyền thanh tại Úc và khắp nơi trong vùng Đông Nam Á.

Trong quyển sách này, ngài Dhammika giải đáp những thắc mắc về giáo huấn của Đức Phật mà người ta thường nêu lên để hỏi ngài. Lối trả lời của ngài thật là chính xác, rõ ràng và minh bạch. Quý vị nào chưa từng quen thuộc với Phật giáo sẽ thấy nơi đây những tia sáng bao trùm toàn diện vấn đề. Quý vị nào đã đi sâu vào Đạo sẽ hoan hỷ tiếp nhận thêm những bổ túc thích thú cho sự hiểu biết của mình. Phạm Kim Khánh, Hoa Kỳ, 1994

Với sự đồng ý của bác Phạm Kim Khánh, chúng tôi đã hiệu đính lại bản dịch cũ. Ngoài ra, bản dịch 2006 này có bổ sung thêm các chương mới, dựa theo ấn bản điện tử Anh ngữ 2003 phổ biến trên trang web Phật giáo BuddhaNet Bình Anson, Úc châu, 2006

VẤN: Phật giáo là gì?

ĐÁP: Danh từ Phật giáo (Buddhism) xuất nguyên từ chữ "buddhi", có nghĩa "giác ngộ", "thức tỉnh", và như vậy, Phật giáo là tôn giáo đưa đến giác ngộ. Giáo thuyết này phát xuất từ kinh nghiệm của một người, Ngài Siddhatta Gotama (Sĩ-đạt-ta Cồ-đàm), tự mình giác ngộ vào lúc 35 tuổi và được tôn là Phật. Đến nay, Phật giáo tồn tại hơn 2.500 năm và có khoảng 300 triệu tín đồ trên khắp thế giới. Cho đến cách đây độ một trăm năm, Phật giáo chính yếu là

một triết học của người Á Đông, nhưng rồi dần dần có thêm nhiều người Âu, Úc và Mỹ lưu tâm đến.

VẤN: Như vậy, Phật giáo chỉ là một triết học (philosophy)?

ĐÁP: Danh từ "philosophy", triết học, có hai phần: "philo" có nghĩa ưa thích, yêu chuộng, và "sophia" có nghĩa trí tuệ. Như vậy, triết học (philosophy) là sự yêu chuộng trí tuệ, hoặc tình thương và trí tuệ. Cả hai ý nghĩa này mô tả Phật giáo một cách toàn hảo. Phật giáo dạy ta nên cố gắng phát triển trọn vẹn khả năng trí thức để có thể thông suốt rõ ràng. Phật giáo cũng dạy ta phát triển lòng từ bi để có thể là người bạn thật sự của tất cả mọi chúng sinh. Như vậy, Phật giáo là một triết học, nhưng không phải chỉ là một triết học. Phật giáo là triết học tối thượng.

VẤN: Đức Phật là ai?

ĐÁP: Vào năm 623 trước Tây Lịch, một cậu bé được sinh ra trong một hoàng tộc tại miền bắc xứ Ấn Độ. Vị hoàng tử trưởng thành trong nhung lụa, trong cảnh giàu sang nhung lụa, nhưng rồi sớm nhận thức rằng tiện nghi vật chất và an toàn trong thế gian không bảo đảm được hạnh phúc. Ngài động lòng trắc ẩn sâu xa trước hoàn cảnh khổ đau của những người sống chung quanh và nhất định tìm cho ra bí quyết của hạnh phúc nhân loại. Vào năm 29 tuổi, Ngài rời vợ và con, cất bước lên đường, rồi ngồi lại dưới chân những vị đạo sư trứ danh thời bấy giờ để học. Những vị này dạy Ngài nhiều điều, nhưng không vị nào thật sự hiểu biết nguồn cội khổ đau của nhân loại và làm thế nào để vượt thoát ra khỏi nguồn cội khổ đau đó. Cuối cùng, sau sáu năm tu học và hành thiền, Ngài thu hoạch đủ kinh nghiệm để tự phá vỡ màn vô minh và thành đạt giác ngộ.

Kể từ đó, Ngài được tôn là Phật, bậc Chánh đẳng Chánh giác. Trong bốn mươi lăm năm trường, Ngài chu du cùng khắp miền bắc xứ Ấn Độ để dạy người khác những gì chính Ngài đã chứng ngộ. Lòng từ bi và hạnh nhẫn nhục của Ngài quả thật là kỳ diệu, và hằng ngàn người đã theo Ngài, trở thành tín đồ Phật giáo. Đến năm được tám mươi tuổi thọ, già yếu và bệnh hoạn, nhưng lúc nào cũng hạnh phúc và an bình, Ngài nhập diệt.

VẤN: Đức Phật ra đi, lìa bỏ vợ con, như vậy có phải là lẩn tránh nhiệm vụ không?

ĐÁP: Đối với Đức Phật, dứt lìa gia đình để ra đi có thể không phải là chuyện dễ. Chắc chắn là Ngài đã đắn đo thắc mắc và do dự lâu ngày trước khi quyết định. Trước mặt Ngài có hai con đường: hiến thân cho gia đình, và tự hiến mình cho toàn thể thế gian. Sau cùng, vì lòng từ bi vô lượng, Ngài quyết định tự cống hiến cho thế gian. Và đến nay, toàn thể thế gian vẫn còn thọ hưởng những lợi ích từ lòng hy sinh cao cả của Ngài. Đây không phải là sự lẩn tránh trách niệm. Đây có lẽ là cuộc hy sinh có nhiều ý nghĩa cao cả nhất, từ xưa đến nay.

VẤN: Đức Phật đã nhập diệt, làm thế nào Ngài có thể giúp ta?

ĐÁP: Ông Faraday là người khám phá ra điện, ông nay đã qua đời, nhưng những gì ông sáng chế vẫn còn giúp ích cho chúng ta. Ông Louis Pasteur đã tìm ra phương thức trị liệu cho nhiều chứng bệnh. Ông ta đã chết, nhưng đến nay những khám phá y khoa ấy vẫn còn cứu mạng nhiều người. Ông Leonardo da Vinci, người sáng tạo nhiều tác phẩm mỹ thuật, nay đã chết. Nhưng, những gì ông sáng tác vẫn còn làm phấn khởi tinh thần và giúp cho nhiều người hoan hỷ thưởng thức. Những bậc cao nhân và anh hùng hào

kiệt đã ra người thiên cổ từ cả mấy thế kỷ, nhưng khi đọc lại lịch sử oai hùng về những gì các vị ấy đã làm và thành tựu, chúng ta vẫn còn tìm được nguồn gợi cảm và muốn làm như các ngài. Đúng vậy, Đức Phật đã nhập diệt, nhưng 2.500 năm sau, giáo huấn của Ngài vẫn còn tế độ chúng sinh, gương lành của Ngài vẫn còn là nguồn gợi cảm cho nhiều người, những lời dạy của Ngài vẫn còn làm thay đổi nhiều cuộc sống. Chỉ có Đức Phật mới có thể có oai lực hùng mạnh như thế ấy, trong nhiều thế kỷ sau khi chết.

VẤN: Đức Phật có phải là một thần linh không?

ĐÁP: Không, Ngài không phải thần linh. Ngài không bao giờ tự xưng là thần linh, là con của một thần linh hay là sứ giả của một thần linh. Ngài là một con người đã tự cải thiện để trở nên toàn hảo, và dạy rằng nếu ta noi theo gương lành ấy, chính ta cũng có thể trở nên toàn hảo như Ngài.

VẤN: Nếu Đức Phật không phải là thần linh, tại sao người ta sùng kính lễ bái Ngài?

ĐÁP: Có nhiều cách lễ bái khác nhau. Khi lễ bái thần linh, người ta tán thán công đức và tôn vinh, dâng cúng lễ vật và van xin ân huệ, tin tưởng rằng vị thần linh sẽ lắng tai nghe lời mình tán thán công đức, sẽ nhận lãnh lễ vật, và

sẽ thoả mãn lời cầu nguyện của mình. Người Phật tử không tự nuông chiều trong loại lễ bái ấy.

Còn phương cách lễ bái khác là để tỏ lòng tôn kính người hay vật mà mình khâm phục. Khi vị thầy giáo bước vào phòng, ta đứng dậy. Khi gặp người đáng tôn kính, ta xá chào. Khi nghe quốc thiều trổi lên, ta nghiêm chỉnh đứng chào. Đó là những cử chỉ tôn kính và lễ bái để tỏ lòng cảm phục và kính mộ của ta đối với một người hay một vật nào. Đó là loại lễ bái của người Phật tử. Một pho tượng Phật trong tư thế ngồi với hai tay dịu dàng đặt trên vế, với nụ cười tự tại, từ ái và bi mẫn, nhắc nhở chúng ta nỗ lực phát triển tình thương và an định nội tâm. Hương trầm nhắc ta mùi hương thâm diệu của giới đức, ngọn đèn tượng trưng ánh sáng của trí tuệ, và những cành hoa sớm nở tối tàn khơi dậy nơi ta ý niệm về đặc tướng vô thường của vạn pháp. Khi lễ lạy, ta bày tỏ lòng tri ân đối với Đức Phật, vì Ngài đã ban truyền cho ta những lời dạy vô cùng hữu ích. Đó là ý nghĩa của lễ lạy trong Phật giáo.

VẤN: Nhưng tôi có nghe nói rằng người Phật tử lễ bái thần tượng.

ĐÁP: Những lời phát biểu tương tự chỉ biểu lộ tình trạng kém hiểu biết của người nói. Tự điển định nghĩa thần tượng là "một hình ảnh hay một pho tượng được tôn sùng như thần linh". Như chúng ta đã thấy, người Phật tử không tin rằng Đức Phật là một thần linh, thì làm sao họ có thể tin rằng một khúc gỗ hay một khối kim khí là một thần linh? Tất cả các tôn giáo đều dùng biểu tượng để diễn đạt những khái niệm khác nhau. Đạo Lão dùng âm dương để tượng trưng trạng thái hòa diệu của hai cái đối nghịch. Đạo Sikh dùng lưỡi kiếm để tượng trưng sự chiến đấu tinh thần. Trong Ky-tô giáo, con cá được dùng để tượng trưng cho sự hy sinh của Chúa Giê-su. Trong Phật giáo, pho tượng Phật tượng trưng tính nhân bản của giáo lý nhà Phật, rằng Phật giáo lấy con người làm nồng cốt, không phải thần linh, rằng chúng ta phải quay nhìn vào bên trong, không

phải hướng ra bên ngoài, để tìm trạng thái toàn hảo và trí tuệ. Như vậy, nói rằng người Phật tử sùng bái thần tượng là không đúng.

VẤN: Tại sao người ta đốt giấy tiền vàng bạc và làm đủ điều kỳ dị trong chùa?

ĐÁP: Đối với ta, có nhiều chuyện hình như rất kỳ lạ khi ta chưa thấu hiểu. Thay vì bác bỏ những lạ kỳ tương tự, ta nên cố gắng tìm hiểu ý nghĩa của nó. Đúng rằng lối hành lễ của người Phật tử đôi khi bắt nguồn từ những tín ngưỡng dị đoan và những hiểu biết lầm lạc trong dân gian, hơn là từ những lời dạy của Đức Phật. Những hiểu biết lầm lạc này không phải chỉ có trong Phật giáo. Chính Đức Phật đã dạy rất rành rẽ và với nhiều chi tiết, ta không thể đổ lỗi

cho Ngài nếu có vài người không hiểu biết đầy đủ. Có câu châm ngôn: "Nếu người kia lâm bệnh mà không tìm cách chữa trị, mặc dầu có lương y ở sẵn bên cạnh, lỗi không phải tại vị lương y ấy. Cùng thế ấy, nếu người kia bị chứng bệnh ô nhiễm làm bứt rứt dày vò, mà không nhờ đến sự giúp đỡ của Đức Phật, thì lỗi ấy không phải tại Đức Phật" (JN 28-9).

Ta cũng không nên xét đoán Phật giáo hay bất luận tôn giáo nào khác vì có người tín đồ thực hành sai lạc. Nếu bạn muốn hiểu biết giáo lý thật sự của Đức Phật, hãy đọc những lời Phật dạy, hoặc nói chuyện với những ai thông hiểu Phật pháp đúng đắn.

VẤN: Nếu Phật giáo là tốt, tại sao các quốc gia Phật giáo lại nghèo như vậy?

ĐÁP: Nghèo, nếu bạn muốn nói rằng vài quốc gia Phật giáo nghèo nàn về mặt kinh tế, thì quả đúng như thế. Nhưng, nếu xét về "phẩm chất của đời sống", thì có lẽ vài quốc gia Phật giáo rõ thật là khá giàu. Chẳng hạn như Hoa Kỳ, là một quốc gia phong phú cường thịnh, nhưng tỷ lệ số người phạm trọng tội cũng là cao nhất trên thế giới, hằng triệu người già yếu bị con cháu lãng quên và chết cô đơn trong các trại dưỡng lão, tình trạng bạo động trong gia đình và trẻ con bị ngược đãi là những vấn đề quan trọng. Trong ba gia đình có một cặp vợ chồng ly dị, báo chí và phim ảnh khiêu dâm là một kỹ nghệ lớn. Tuy là giàu có về mặt tiền của, nhưng phẩm chất của đời sống thì có lẽ quả thật là nghèo nàn.

Bây giờ hãy thử nhìn xem các quốc gia có truyền thống Phật giáo, ta sẽ thấy rất khác biệt. Tại các xứ đó, cha mẹ được con cái trọng đãi và tôn kính, tỷ lệ tội phạm tương đối thấp, trường hợp ly dị và tự sát tương đối ít xảy ra, và các giá trị truyền thống như hòa nhã, rộng lượng bố thí, hiếu khách, bao dung và kính trọng người khác vẫn còn vững mạnh. Về mặt kinh tế thì hậu tiến, nhưng về phẩm chất của đời sống thì có lẽ cao hơn những quốc gia giàu có phồn thịnh như Hoa Kỳ. Nhưng nếu ta chỉ xét về mặt kinh tế mà thôi, ta cũng nên biết rằng một trong những quốc gia có nền kinh tế vững mạnh nhất trên thế giới ngày nay là Nhật Bản, và 93% người Nhật tự xem mình là Phật tử.

VẤN: Tại sao ít khi nghe nói đến người Phật tử làm những công tác từ thiện?

ĐÁP: Có lẽ bởi vì người Phật tử không cảm thấy cần phải khoe khoang những hành động từ thiện của họ. Nhiều năm trước, một nhà lãnh đạo Phật giáo Nhật Bản tên là Nikkho Nirwano nhận lãnh giải thưởng Templeton Prize vì ông có những công tác đem

lại sự hòa hợp và khuyến khích tình thân hữu giữa các

tôn giáo. Cùng thế ấy, mới đây, một nhà sư người Thái Lan vừa nhận lãnh giải thưởng trứ danh Magsaysay Prize, vì ngài có những công tác thượng thặng trong việc bài trừ ma túy. Vào năm 1987, một nhà sư Thái khác, Đại đức Kantayapiwat, được thưởng giải Norwegian Children's Peace Prize vì trong nhiều năm, ngài đã gia công giúp đỡ trẻ con vô gia cư trong những vùng thôn dã. Còn những công tác xã hội rộng lớn của Hội Western Buddhist Order nhằm giúp người nghèo ở Ấn Độ thì sao? Họ xây cất những trường học, thành lập những trung tâm nhằm trợ giúp trẻ con, những bệnh viện, và những cơ sở kỹ nghệ ở tầm mức nhỏ để tự túc.

Cũng như những người ở các tôn giáo khác, người Phật tử cũng xem các việc mà họ thực hiện để giúp người khác là một trong những phương cách thực hành Giáo Pháp, nhưng họ tin rằng những việc ấy phải được làm một cách âm thầm lặng lẽ và không lấy đó làm hãnh diện, tự mãn, xem mình là trọng. Do đó, bạn không được nghe nhiều về những công tác từ thiện xã hội của họ.

VẤN: Tại sao Phật giáo có nhiều tông phái như vậy?

ĐÁP: Có nhiều loại đường: đường nâu, đường phèn, đường cát, đường thẻ, đường táng, đường phổi v.v. nhưng tất cả các loại đường ấy đều có chung một vị, vị ngọt. Người ta làm đường dưới nhiều hình thức để tiện sử dụng trong những công việc khác nhau. Phật giáo cũng vậy. Có Phật giáo Nguyên thủy, Phật giáo Thiền tông, Phật giáo Tịnh độ, và Phật giáo Mật tông, nhưng tất cả những tông phái Phật giáo ấy đều có chung một vị, đó là vị giải thoát. Phật giáo phát triển dưới nhiều hình thức để có thể thích ứng với những nền văn hóa khác nhau. Xuyên qua nhiều thế kỷ, những hình thức Phật giáo được diễn giải khác nhau để thích ứng với thế hệ mới. Nhìn bề ngoài, các hình thức Phật giáo có thể xem hình như rất khác biệt, nhưng phần nồng cốt của tất cả vẫn là Tứ Diệu Đế và Bát Chánh Đạo.

Tất cả những tôn giáo lớn, kể cả Phật giáo, đều được chia chẻ thành nhiều hệ phái và tông phái. Tuy nhiên, những tông phái khác nhau của Phật giáo không bao giờ gây chiến tranh chống đối lẫn nhau, không bao giờ tỏ ra thù hiềm lẫn nhau, và đến nay, người Phật tử đi lễ chùa, cúng dường và lễ Phật mà không phân biệt chùa ấy thuộc tông phái nào. Sự hiểu biết và đức tính khoan dung, không phân biệt ấy chắc chắn là hiếm có.

VẤN: Phật giáo bắt đầu ở Ấn Độ nhưng cuối cùng thì tàn diệt ở đó. Tại sao?

ĐÁP: Giáo pháp của Đức Phật đã phát triển thành một trong những tôn giáo chính ở Ấn Độ, nhưng dần dần, suy tàn và biến mất, cũng như Ky-tô giáo bắt đầu ở Palestine nhưng rồi cũng biến mất ở đó. Không ai thật sự biết rõ nguyên do. Có lẽ đó là do các biến đổi xã hội và chính trị cộng thêm với các cuộc chiến tranh và xâm chiếm đã làm cho một tôn giáo dịu dàng và hiếu hoà không thể tồn tại. Tuy nhiên, trước khi tàn diệt ở Ấn Độ, Phật giáo đã được truyền bá sang các vùng khác, xa xôi nhất của châu Á.

VẤN: Chắc chắn là Sư rất tôn trọng Phật giáo. Tôi nghĩ rằng, có lẽ Sư thấy tôn giáo của Sư là đúng, và tất cả tôn giáo khác là sai?

ĐÁP: Không có người Phật tử nào hiểu biết giáo huấn của Đức Phật mà lại tin rằng những tôn giáo khác là sai. Cũng không ai đã thật sự cố gắng khảo sát những tôn giáo khác với tôn giáo của mình trong tinh thần cởi mở mà lại nghĩ như thế.

Việc đầu tiên mà ta lưu tâm đến khi nghiên cứu các tôn giáo khác nhau là những tôn giáo ấy có những điểm giống nhau nhiều ít thế nào. Tất cả mọi tôn giáo đều xác nhận rằng tình trạng hiện hữu của con người là bất toại nguyện. Tất cả đều tin rằng con người cần phải thay đổi thái độ và tác phong của mình, nếu muốn cải thiện hoàn cảnh. Tất cả đều dạy một nền tảng đạo đức, bao gồm tình thương, đức tính dịu hiền, hạnh nhẫn nhục, lòng quảng đại khoan hồng và tinh thần trách nhiệm xã hội, và tất cả đều chấp nhận một hình thức tuyệt đối nào đó.

Người ta dùng những ngôn ngữ khác nhau, những danh từ và những biểu tượng khác nhau, để mô tả và giải thích những điều ấy, và chỉ có những tâm hồn hạn hẹp mới dính mắc, kẹt vào lối nhìn sự vật theo một chiều, phát sinh do tính cố chấp, thiếu khoan dung, hãnh diện tự cho rằng chỉ có mình là đúng.

Ta thử tưởng tượng một người Anh, một người Pháp, một người Hoa và một người In-đô-nê-xia, tất cả đều nhìn một cái tách.

Người Anh nói: "Đây là một cái Cup". Người Pháp trả lời: "Không phải vậy, đó là một cái Tasse". Người Hoa cãi lại: "Tất cả hai ông đều nói sai. Đó là cái Pei". Và người In-đô-nê-xia bật cười: "Các ông quả thật là điên rồ. Đó là một cái Cawan".

Rồi người Anh lấy ra một quyển tự điển để chỉ cho mọi người và nói: "Tôi có thể chứng minh rằng đây là một cái Cup. Tự điển của tôi nói vậy". "Vậy thì

tự điển của ông nói sai", người Pháp nói tiếp, "vì tự điển của tôi rõ ràng nói rằng đây là một cái Tasse". Người Hoa chế giễu: "Tự điển của tôi có trước tự điển của quý ông hơn cả ngàn năm, như vậy của tôi là đúng. Vả lại, trên thế giới người ta nói tiếng Hoa nhiều hơn bất luận thứ tiếng nào khác, như vậy đây phải là cái Pei".

Trong khi họ cãi lẫy và tranh luận với nhau, một người Phật tử đến, rót nước vào cái tách, rồi uống. Khi uống xong người ấy nói: "Dù cho quý ông gọi đây là cái Cup, cái Tasse, cái Pei hoặc cái Cawan, cái này được làm ra để dùng. Xin quý ông ngưng cãi vã và hãy uống nước, ngưng chế giễu nhau và hãy giải khát". Đó là thái độ của người Phật tử đối với các tôn giáo khác.

VẤN: Phật giáo có hợp với khoa học không?

ĐÁP: Trước khi giải đáp câu hỏi, tốt hơn ta nên định nghĩa danh từ "khoa học" (science). Theo tự điển, khoa học là "kiến thức mà có thể hợp chung lại thành hệ thống, kiến thức thuận theo những gì ta thấy, những sự kiện được trắc nghiệm và nêu lên những định luật thiên nhiên tổng quát, là một ngành của kiến thức ấy, bất luận gì có thể khảo sát là đúng vậy".

Có những sắc thái của Phật giáo không hợp đúng với định nghĩa này, nhưng giáo lý nồng cốt của Phật giáo, Tứ Diệu Đế, hay bốn chân lý thâm diệu, chắc chắn là thích ứng.

Đế đầu tiên, Khổ đế, là một kinh nghiệm có thể mô tả, chứng nghiệm và đo lường. Đế thứ nhì, Tập đế, nói rằng đau khổ phát sinh do một nguyên nhân thiên nhiên, ái dục, cũng có thể mô tả, chứng nghiệm và đo lường. Không có sự cố gắng nào để giải thích đau khổ như một khái niệm hay những câu chuyện thần thoại có tính cách siêu hình.

Đau khổ chấm dứt, theo Diệt đế – đế thứ ba, không phải bằng cách ỷ lại nơi một nhân vật tối cao, bằng đức tin, hay bằng cách van vái nguyện cầu, mà chỉ giản dị bằng cách diệt trừ nguyên nhân của nó. Đó là định lý rõ ràng và hiển nhiên.

Đế thứ tư, Đạo đế, là con đường, phương cách để chấm dứt đau khổ, một lần nữa, không có gì liên quan đến siêu hình, mà chỉ tùy thuộc nơi cuộc sống theo những đường lối đặc thù. Và một lần nữa, lối sống này có thể được trắc nghiệm.

Phật giáo, cũng như khoa học, không dựa trên khái niệm về một nhân vật tối thượng, mà giải thích những nguyên nhân và những sinh hoạt của vũ trụ, theo những định luật thiên nhiên. Tất cả những điểm này chắc chắn cho thấy rõ tinh thần khoa học. Một lần nữa, Đức Phật luôn luôn khuyên dạy không nên có đức tin mù quáng, mà phải nghiên cứu, học hỏi, khảo sát tận tường trước khi chấp nhận điều gì là chân lý. Ngài nói:

"Đừng tin vì nghe nói lại, đừng tin vì theo phong tục, đừng tin vì nghe tin đồn, đừng tin vì kinh điển truyền tụng, đừng tin vì lý luận, đừng tin vì công thức, đừng tin vì có suy tư đầy đủ về những dữ kiện, đừng tin vì có thẩm sát và chấp nhận lý thuyết, đừng tin vì thấy thích hợp, đừng tin vì người đó là thầy mình.

Nhưng khi nào quý vị tự biết rõ các pháp này là thiện, các pháp này là không đáng chê, các pháp này được người trí khen ngợi, các pháp này nếu thực hiện và chấp nhận thì dẫn đến hạnh phúc an vui, thời quý vị hãy tuân theo các pháp ấy" (Kinh Kalama, AN III.65). Do đó, chúng ta có thể nói rằng mặc dù Phật giáo không hoàn toàn là khoa học, nhưng tôn giáo này có màu sắc khoa học rất sâu đậm, và chắc chắc có nhiều tính khoa học hơn các tôn giáo khác. Đây là một sự kiện có ý nghĩa khi ông Albert Einstein, một nhà khoa học lỗi lạc nhất của thế kỷ 20 đã nói về Đạo Phật:

"Tôn giáo của tương lai sẽ là một tôn giáo vũ trụ. Tôn giáo đó cần phải siêu hóa vị Thượng Đế cá thể, không có các giáo điều và thần học. Bao gồm tính thiên nhiên và tâm linh, nó phải dựa trên một ý nghĩa tôn giáo sinh khởi từ thể nghiệm của mọi sự việc, thiên nhiên lẫn tâm linh, và trên một sự hợp nhất có ý nghĩa. Phật giáo phù hợp với sự diễn tả này. Nếu có một tôn giáo nào có thể thỏa mãn các nhu cầu khoa học hiện đại thì tôn giáo đó phải là Phật giáo.

Đạo Phật hiện đại như thế nào trước mắt Tây phương?

Con người Tây phương khám phá ra rằng cách đặt vấn đề của đạo Phật đáp ứng nhu cầu của thời đại mới. Tây phương đang chối từ Thượng Đế thì đạo Phật giải thích không có Thượng Đế. Tây phương phải nhờ Darwin để cắt nghĩa rằng vũ trụ không phải do một Đấng nào sáng tạo ra cả trong bảy ngày thì đạo Phật đã nói cách đây hơn 2500

năm rằng thời gian là vô thủy vô chung, vũ trụ là vô cùng vô tận. Tây phương ngay ngáy lo sợ về ngày phán xét cuối cùng của Thượng Đế thì Phật giáo nói: không có ai phán xét ta cả, chỉ có con người phán xét con người thôi. Tây phương trăn trở về những vấn đề siêu hình

thì Phật giáo kể chuyện mũi tên: khi anh bị mũi tên độc bắn vào thân thì anh phải rút nó ra ngay hay anh ca vọng cổ hỏi mũi tên do ai bắn, lý lịch thế nào, ở đâu...Rút mũi tên ra: đó là nhu cầu giải phóng con người ở Tây phương và họ thấy nơi Phật giáo một đáp số hợp với lý tính, đặt nặng trên kinh nghiệm, trên thực hành, và kiểm chứng được bằng kết quả bản thân, ở ngay đời này, chứ không phải đợi đến khi lên thiên đường hay xuống địa ngục. Hợp với lý tính: người Tây phương ngưỡng mộ nét đặc biệt đó của Phật giáo, làm Phật giáo khác với các tôn giáo khác. Phật giáo từ chối lòng tin nếu không đặt cơ sở trên trí tuệ. Bởi vậy, trong Phật giáo không có tín điều. Tây phương ngưỡng mộ kinh Kalama khi Phật dạy: Đừng vội tin một điều gì dù điều đó được ghi trong kinh điển hay sách vở. Hãy quan sát, suy tư, thể nghiệm, thực chứng rồi mới tin. Tinh thần đó xuyên suốt kinh kệ Phật giáo. Người trí thức Tây phương thấy tinh thần đó hợp với khoa học, hợp với đầu óc phê phán. “Phật giáo là tôn giáo duy nhất thích ứng với khoa học hiện đại”, Einstein đã phát biểu như vậy. Tại sao Phật giáo hợp với khoa học? Tại vì Phật giáo không nói điều gì mà không có kiểm chứng. Phật giáo nói: sự vật là vô thường. Hãy nhìn chung quanh với mắt của mình, kinh nghiệm của mình: có cái gì là thường còn đâu? Cái thường còn duy nhất là khoảnh khắc này đây. Vậy thì tìm thiên đường ở đâu nếu không phải nơi chính cái khoảnh khắc này? Hạnh phúc nằm ngay nơi mỗi khoảnh khắc: đó là bài học hiện đại quý giá nhất mà Phật giáo đem đến cho người Tây phương. Và hãy nhìn thêm nữa: mọi sự mọi vật đều tương quan lẫn nhau mà có và tương quan lẫn nhau mà diệt. Màu hồng nơi đóa hoa kia có phải tự nó mà có không? Đâu phải! Nếu không có mặt trời thì nó đâu có hồng thắm như vậy? Nhưng mặt trời có phải là tác giả duy nhất của màu hồng kia không? Không! Vì nếu không có mưa thì làm sao hoa sống? Nhưng mưa có cũng là do mây, mây có cũng là do hơi nước. Cái này có thì cái kia có, cái này không thì cái kia cũng không. Đó là luật vô ngã của Phật giáo và cũng là luật tương quan tương sinh. Ai đọc sách của nhà vũ trụ vật lý học Trịnh Xuân Thuận đều biết: những luật đó có nhiều điểm hội tụ với khoa học vũ trụ vật lý. Áp dụng được luật đó vào đời sống bản thân, đời sống gia đình, đời sống xã hội, cam đoan không cần tìm thiên đường ở đâu xa. Đó là chưa kể đến luật nhân quả mà ai cũng có thể dễ kiểm chứng. Từ đó, người Tây phương đi đến một cái nhìn hiện đại hơn nữa vào bản chất của cuộc đời để hiểu chữ “khổ” trong Phật giáo. Họ chất vấn Thượng Đế: Nếu Thượng Đế là toàn năng thì sinh ra làm chi thiên tai, động đất, triều cường, dịch này dịch nọ giết hại phút chốc hàng trăm ngàn người như vậy? Nếu Ngài là nhân từ thì sao con người khổ thế, con người khổ thế thì Ngài ở đâu? Phải chăng, người Tây phương hỏi, khổ nằm ngay trong bản chất của cuộc đời như muối nằm trong biển, mà sinh lão bệnh tử chỉ là những khía cạnh dễ thấy nhất? Từ đó, Tây phương hiểu

chữ “niết bàn” của Phật giáo đúng hơn hồi thế kỷ 19: niết bàn là hết khổ, mà hết khổ là tự mình. Bản thân tôi, mỗi khi tôi nghe ai cầu cho người chết được siêu thoát, tôi không khỏi cười thầm, bởi vì “siêu” là vượt lên, “thoát” là giải thoát, vượt lên trên tham sân si

thì giải thoát, vậy thì nên cầu cho cả người sống được siêu thoát. Tôi không dám đùa đâu, người Tây phương hiểu điều đó hơn ta, bởi vì họ hiểu tư tưởng nhân bản của chính họ: nhân bản nghĩa là con người vượt lên trên con người, con người có đủ khả năng để vượt lên trên chính mình. Nhưng vượt lên như thế nào, cụ thể bằng cách nào? Đây là cái mới mà Phật giáo đem đến cho Tây phương và đem đến trong tinh thần khoa học. Trong lịch sử, Tây phương đã vượt quá ta hằng mấy thế kỷ nhờ khám phá thế giới bên ngoài. Nhưng đến một lúc họ bỗng giật mình thấy rằng khám phá thế giới bên ngoài không đủ để đem lại hạnh phúc như họ tưởng bởi vì con người còn có đời sống ở bên trong. Ngài Đạt Lai Lạt Ma nhắc họ: "Những vấn đề của chúng ta, dù đến từ bên ngoài, như chiến tranh, như bạo lực, như tội ác, hay đến từ bên trong dưới hình thức khổ đau về tâm lý hay tình cảm, đều sẽ không tìm ra giải pháp chừng nào chúng ta còn không hiểu chiều sâu nội tâm của ta". Đó là lúc mà ngài và các vị sư đắc đạo của Tây Tạng đến Âu Mỹ, mang theo một ánh sáng khoa học mới rọi soi vào nội tâm của con người, để làm một cuộc cách mạng thứ hai mà người Tây phương gọi là "cách mạng ở bên trong", bổ túc cho "cách mạng ở bên ngoài" mà Tây phương đã từng làm, từng biết với khoa học. Chìa khóa của hạnh phúc không nằm ở đâu khác hơn là trong nội tâm mỗi cá nhân. Mà muốn nhìn thấy cái chìa khóa đó thì phải rọi soi vào bên trong bằng những kỹ thuật thiền định mà các nhà sư Tây Tạng đã thực chứng do chính kinh nghiệm của họ. Trong lĩnh vực này, đừng hòng các lang băm đến làm ăn bịp bợm: khoa học Âu Mỹ đã đặt nền móng vững chắc cho cuộc thám hiểm vào não bộ của con người. Các nhà sư Tây Tạng đã đem chính bản thân để các máy móc tối tân trong các đại học danh tiếng nhất của Mỹ đo lường ảnh hưởng của thiền định trên não bộ. Họ không phải chỉ đem lời nói, họ đem thực hành, họ đem kỹ thuật, phương pháp cụ thể để các nhà khoa học quan sát, phán xét tính hiệu nghiệm của thiền định, góp phần lớn vào sự phát triển của ngành sinh học thần kinh. Tôi xin thú thực: bản thân tôi có tính đa nghi, khi đọc lịch sử đức Phật, tôi không hiểu làm sao Phật có thể ngồi thiền định dưới bóng cây bồ đề trong suốt 49 ngày. Bây giờ thì tôi hiểu: mỗi người chúng ta đều có một sức dự trữ tâm linh mà ta không ngờ bởi vì chưa bao giờ sử dụng. Tôi sẽ trở lui lại điểm này - cuộc hành trình của ta tìm ta để chữa bệnh cho chính ta và chữa bệnh cho thời đại. Bây giờ, tiếp tục vấn đề nhân bản và khoa học, có phải sức quyến rũ của Phật giáo chỉ nằm ở tính khoa học của Phật giáo mà thôi hay không? Tôi không nói đến chiều sâu của triết lý Phật giáo ở đây, cũng không nói đến tính minh triết

mà Tây phương đang tìm lại. Tôi chỉ hạn chế trong một vấn đề nữa thôi: đạo đức. Đạo đức học ở Tây phương là những răn cấm, những mệnh lệnh. Người Tây phương hiện đại có cảm tưởng như có ngón tay chỉ vào trán và ra lệnh: mày không được thế này, mày không được thế kia, mày làm là phạm tội. Phạm tội với ai? Tại sao như thế là phạm tội? Tại sao tội đó phải nhờ một người khác giải tội với Trên Cao? Đạo đức đó, con người hiện đại chối bỏ vì họ cảm thấy như vậy là hãy còn vị thành niên. Đạo đức của Phật giáo trái hẳn, bắt nguồn từ con người. Không ai ra lệnh, không ai răn cấm. Phật giáo nói: tham thì khổ, sân thì khổ, si thì khổ. Từ thì vui, bi thì vui, hỷ thì vui, xả thì vui. Từ bi hỷ xả, cứ thực hành sẽ thấy vui. Tham sân si, cứ mắc vào sẽ thấy khổ. Đừng giết hại, đừng nói dối, đừng trộm cắp, đừng tà dâm, đừng say rượu: đó là năm

điều tôi tự nguyện với tôi, làm được đến đâu chính tôi nhẹ nhàng đến đó. Đạo đức của Phật giáo là thực nghiệm, nhắm mục đích làm cho con người tốt hơn đã đành, nhưng cốt nhất là làm nội tâm thanh thản, bởi vì thanh thản chính là hạnh phúc. Hơn thế nữa, đạo đức Phật giáo còn thức tỉnh con người hiện đại ở Tây phương ở chỗ nới rộng lòng từ bi và ý thức liên đới ra khắp chung quanh, không những giữa người với người, mà còn giữa người với thú vật, với thiên nhiên. Dưới ảnh hưởng của tôn giáo cổ truyền của họ, Tây phương đã cổ vũ, huy động từ thế kỷ 17 mọi cố gắng để chinh phục, cai trị thiên nhiên. Chiến công đó, nhân loại cám ơn. Xẻ sông, lấp núi: cái gì con người cũng làm được, thiên nhiên đã bị nhân hóa. Nhưng thiên nhiên cũng đã bị khai thác, bóc lột đến kiệt quệ, rừng trọc đầu, mưa hóa chất, nước nhiễm độc, chúng ta biết rõ hơn ai hết. Và rốt cục, con người ăn trong miếng ăn những chất độc do chính con người thải ra. Đạo đức đối với thiên nhiên trở thành trách nhiệm của chính con người. Các tôn giáo khác nói: không được giết người. Phật giao nói: tôi nguyện không sát sinh, nghĩa là không giết sự sống, và sự sống đó, thú vật đều có, cây cối thiên nhiên đều có, vũ trụ, khí quyển, trái đất đều có, tất cả đều liên đới với con người, phải yêu thương nhau như một thì mới sống còn với nhau. (Trích từ "Hãy Bay với Hai Cánh vào Hiện Đại của Cao Huy Thuần - Thư Viện Hoa Sen") ---oOo--- Buddhist texts - speak of four types or qualities of intelligence:

- Great intelligence – because we must analyze the subject matter carefully. - Clear intelligence – because we can not natively conclude that something is the case except on the basis of the meticulous (tỉ mỉ) analysis. - Swift intelligence – because we need to be able to “think

on our feet”. - Penetrating intelligence – because we need to pursue the full implication (sự kiện) of the line of inquiry (sự thẩm tra).

Bulge - chỗ lồi, chỗ phồng ra

Bullock – bò thiến

Bulwart – solid wall-like-structure raised for defense = bức tường thành

Bungle – awkwardly = vụng về, cẩu thả

Buoyancy - khả năng chóng phục hồi sức khoẻ; tinh thần hăng hái

Buoyant – sôi nổi, vui vẻ

Bustle - hối hả, vội vàng

Buttress – structure of masonry or wood for supporting = trụ tường

Buzzard – predatory bird = chim săn mồi

Quý Thầy & Phật tử - Cổng chùa ở Đài Loan

C

Cackle - tiếng gà cục tác, tiếng cười khúc khích

Cacophony – hardness in a sound of word = tiếng lộn xộn chói tai

Cadastral - địa chính (cadastral map = bản đồ địa chính)

Cadenced – có nhịp điệu

Caduceus – y hiệu (dấu hiệu hai con rắn quấn nhau)

Cajolery - lời tán tỉnh

Cakkavatti (pali) – world ruler - is an ancient Indian term used to refer to an ideal universal ruler, who rules ethically and benevolently over the entire world. Such a ruler's reign is called sarvabhauma.

Callously – nhẫn tâm, tàn nhẫn (Callous - bị chai ở tay, chân)

Camber - mặt khum, mặt vòng lên

Canny - cẩn thận, dè dặt

Canon – kinh điển

Caprice – tính thất thường (Capricious - đồng bóng)

Carapace – mai rùa

Cardamom – cây bạch đậu khấu

Caricature – tranh biếm hoạ

Carmine - chất đỏ son, màu đỏ son

Carnality - nhục dục

Cartouche – trang hoàng theo hình xoắn ốc

Cartography - bản đồ học

Cassia - rượu lý màu đen

Castigate - trừng phạt, trừng trị, khiển trách

Castration - thiến

Casuistry – khoa phán quyết đúng, sai

Cataclysm - đại hồng thủy, biến cố địa chất, tai biến

Catalyst – substance that enable chemical reaction = chất xúc tác

Catapult – ná thung, súng cao su

Cataract – thác nước, cơn mưa như trút

Catechism – sách giáo lý vấn đáp

Cauldron - vạc để nấu

Causality - Karma: Relation between a cause and its effect (luật nhân quả) is the relation between an event (the cause) and a second event (the effect), where the second event is understood as a consequence of the first.

Cause of dukkha – nguyên nhân của khổ - The cause of dukkha is *Tanha, which means craving. This craving is of three kinds, craving for sensuality, sensual experience (kamatanha), craving for continued existence (bhavatanha), and craving for non-existence (vibhavatanha). Craving for continued existence is linked to the eternalist view, wanting to live forever, whereas craving for non-existence is linked to the annihilationist view of everything ceasing at death.

Craving is exactly the same mental state (cetasika) as greed (lobha), although has a wider application. The two types of craving connected to existence also have similarities to the opposites of greed and anger, in that they are both attachment to different sides of the same coin. In society these

cravings can be recognized by people’s attachment to their appearance and wealth, striving to stash away the millions they estimate will be needed to cover their retirement. The craving for non-existence, on the other hand, leads to such extremes as suicide, alcoholism, narcotic addiction, and pointing out the foibles of your local dictator (death wish).

The concepts of eternalism and annhilationism have been around for thousands of years. Some people attach to the idea of reincarnation, where their self goes on from one life to another, and others believe that everything ends at death. In a way, both of them are half truths.

The error in the first concept is that there is no self, although something does move on, and with the second concept it is true that this particular being we have, does come to a complete end, yet again, something moves on.

The problem is that in ignorance we focus upon the product rather than the manufacturer.

Whoever we are, eventually we are most certainly all history, and were only here in the first place so that the mind could continue to experience, so our being here has no great significance. Even many Buddhists think of their being going on and on through different lives, but it doesn't happen like that. It is the mind that goes on and on, using up its creations and then getting another one.

The interesting aspect of Tanha is that it comes down to the primal instinct of greed for survival, greed for experience, and it really is dukkha as there is absolutely nothing at all that will satisfy it. Thus, whatever you do to feed it, and no matter how much money you accumulate, Tanha just increases. What fools most people is that while their mind is being controlled by Tanha they actually think that Tanha is their ‘self’, so they never come to face the reality of their own attachments.

The only significance we can achieve from experiencing our mind’s travels in Samsara is by waking up and seeing things as they really are.

The Cause of Dukkha is the Second Noble Truth.

*Tanha (Pali, Sanskrit: trishna) is a Buddhist term that literally means "thirst," and is commonly translated as craving or desire.

Nguyên Nhân Của Khổ - 'Tình dục là nguyên nhân chính gây ra sự khổ đau'

Bất cứ ai khao khát cuộc sống của người tu hành đều phải chọn cho mình một lối sống đơn sơ - và cũng chính vì lý do đó mà các truyền thống tu tập đã được hình thành - vì khi suy xét thật cẩn thận chúng ta sẽ nhận thấy chỉ khi nào loại bỏ được mọi ham muốn vô độ, dục vọng và thèm khát thì khi đó mới có thể tự giải thoát cho mình khỏi khổ đau.

Nếu đã quyết tâm muốn vượt lên trên mọi khổ đau thì phải loại bỏ nguyên nhân của chúng, và sự ham muốn tình dục là một trong những nguyên nhân nhất thiết sẽ mang lại khổ đau. Nếu muốn chọn một cuộc sống nơi tu viện thì phải chế ngự được sự ham muốn tình dục vì tu viện không phải là nơi nuôi dưỡng những gì có thể làm phát sinh ra sự thèm khát tình dục.

Tam Độc gây ra sự khổ đau

Thông thường khi nói về nguyên nhân của khổ, đa số cho là ba độc: tham, sân, si. Nhưng nguyên nhân của khổ có thể nhìn từ cạn đến sâu. Theo cạn thì nguyên nhân của khổ là ba độc hoặc mười phiền não: tham, sân, si, mạn, nghi, thân kiến, biên kiến, tà kiến, kiến thủ, giới cấm thủ.

Sâu hơn một chút thì ái dục được xem là nguyên nhân của khổ. Sâu hơn và tột cùng thì vô minh chính là nguyên nhân của khổ. Vô minh thường biểu lộ qua hai khía cạnh: chấp ngã và chấp pháp. Chấp ngã là tin có một cái Ta chân thật, hiện hữu tự tánh và bám víu vào nó. Chấp pháp là cho rằng tất cả sự vật thật có tự tánh, thường hằng không thay đổi.

Chấp ngã và chấp pháp là hai căn bệnh vô thỉ của chúng sinh mà cũng là nguyên nhân chính của đau khổ luân hồi. Tất cả giáo lý Phật pháp đều nhằm giải trừ hai căn bệnh này. Tuy nhiên giáo lý Tiểu thừa nhấn mạnh về việc điều trị bệnh chấp ngã, còn giáo lý Đại thừa nhấn mạnh về việc điều trị bệnh chấp pháp.

Thực ra, khổ chỉ là một trong nhiều nghĩa của dukkha, như bất toàn, hư dối, giả tạo, bất an, tạm bợ, trống rỗng, vô nghĩa, bất toại, không đáng tầm cầu, không nên bám víu, không nên tin cậy v.v. Rất khó tìm ra một chữ thích hợp để dịch trọn nghĩa từ dukkha. Khi nói đến dukkha Đức Phật không phủ nhận có hạnh phúc trong cuộc sống này. Ngài công nhận có nhiều loại hạnh phúc tinh thần và vật chất như hạnh phúc của thỏa mãn giác quan, hạnh phúc của

đời sống gia đình thuận hoà hiếu thảo, hạnh phúc của sự thành đạt, hạnh phúc của lòng từ thiện vị tha v.v. và cao hơn nữa là hạnh phúc của đời sống độc cư thiền tịnh,

hạnh phúc của sự thoát khỏi ràng buộc, hạnh phúc của đời sống nhẹ nhàng thanh thản, an nhiên tự tại v.v... Ngay cả những hạnh phúc trên cõi trời Dục giới, những cảnh thiền hữu sắc, vô sắc với tâm an lạc, thuần tịnh cũng không nằm ngoài dukkha. Bởi vì chúng đều là đối tượng của sự đổi thay, bất toàn, tạm bợ... không nên tầm cầu, không nên bám víu... Nghĩa là tất cả hạnh phúc nào thuộc về thế gian đều nằm trong dukkha. Như vậy, dukkha không chỉ có khổ mà còn bao hàm cả lạc và hỷ trong tam giới.

Tam Khổ

Tam khổ là ba nỗi khổ xét theo nguyên nhân và mức độ gây khổ, gồm:

1.Khổ khổ (skt. duhkha-duhkha) Nghĩa là khổ vì những sự khổ của thế tục, chẳng hạn khổ vì đói khát, khổ vì phải trải nạn chiến tranh. Đây là mức độ khổ thấp nhất mà ai cũng cảm nhận được.

2.Hoại khổ (skt. viparinama-duhkha) Nghĩa là khổ vì sự thay đổi. Ở cấp độ này, ngay cả những kinh nghiệm tưởng có vẻ khoái lạc thì cũng là khổ. Sở dĩ con người cảm thấy các kinh nghiệm đó là vui sướng là bởi họ đã so sánh chúng với những kinh nghiệm đau đớn. Sự vui sướng đó chỉ là tương đối. Trong khi đó, sự vật luôn thay đổi, vì vậy sau một thời gian thì những kinh nghiệm tưởng chừng là vui sướng đó chỉ còn là sự nhàm chán, không thỏa mãn, sự vui sướng rồi cũng mất đi.

3.Hành khổ (skt. samskara-duhkha) Nghĩa là khổ vì duyên sinh, tức trạng thái khổ ở kiếp này không chỉ là nền tảng cho cái khổ trong kiếp này mà còn là nền tảng cho đau khổ trong kiếp sau. Cái khổ này nối tiếp nhau kéo từ đời này sang đời khác một khi con người vẫn nằm trong vòng vô minh. Sự nhận biết về khổ ở mức độ này là sâu sắc nhất.

Cavalierly – phong cách hiệp sĩ

Caveat – báo trước

Celestial deities – thiên thần

Celibacy - sống độc thân

Central Buddhist Sangha - GHPG Trung ương

Cerebral – relating to the brain or head = thuộc về não

Certitude - sự tin chắc, sự biết đích xác

Cha (Tibetan) – butter tea

Chaff - trấu, rơm rạ bầm nhỏ

Chafing – sơ ra, xước ra

Chagrin – distress of mind cause by disappointment = buồn nản, chán nản

Chakras – spiritual energy

The Seven Chakras – Yogic tradition teaches that we have two bodies – our tangible, physical body and our “subtle”, or energetic body. Seven subtle energy centers or

chakras (meaning “wheels” in Sanskrit), lie along the midline of the subtle body, within the spine, at the points where the main nadis (energy channel) intersect. Each chakras is associated with not only a particular part of the body but also a particular color, mantra, and mental or emotional benefit. Meditation on the chakras can help to release physical and emotional tensions connected to their individual location. To meditate on a particular chakras, visualize it as a radian lotus in the relevant place within your body, or as a spinning wheel of light – in that chakra’s color. Breath in and imagine energy flowing into the chakra; then breath out and imagine that same energy radiating throughout your body. Gentle repeat the seed mantra of your chosen chakra to enhance the benefits.

Chakra Name Location Color Seed Mantra Meditation Benefit

Sahasrara Crown of the White or Om (aaa-uuu- Liberation of the head golden mmm) mind Ajna Center of the Deep blue Om (aaa-uuu- Enhance Intuition forehead, the or violet mmm) “third eye” Vishuddha Throat Sky blue Ham (hanng) Improved commu-nication

Anahata Center of chest Green Yam (yanng) Spiritual and emotional opening Manipura Solar plexus Yellow Ram (ranng) Transcendence of physical desire Swadhisthana Around the Orange Vam (vonng) Emotional balance sacrum and enhanced creativity

Muladhara Perineum Red Lam (lonng) Release of deeply between the held anxiety anus and genitals

(“The Body, Mind, Spirit Miscellany” Tác giả Jane Alexander) ------ooOoo------ CHAKRA 1. Chakra là gì?

Chakra là gì? Trong truyền thống của các tôn giáo Ấn Độ thì Chakra (Luân Xa) được xem là nguồn năng lượng trung tâm của cơ thể con người và có liên quan đến các phản ứng của cơ thể, tình cảm hay tâm lý của một người. Chức năng của các Chakra là xoay tròn để thu hút vào Năng lượng sống từ vũ trụ để giữ cân bằng cho sức khỏe về tâm linh, tâm lý, tình cảm và sinh lý của cơ thể. Có tất cả 114 loại Chakra, nhưng chúng được chia thành 7 loại chính và xếp thành một hàng thẳng từ gốc của cột sống lên đến đỉnh đầu.

Theo người Ấn Độ thì cơ thể đòi hỏi các Chakra luôn mở để giữ năng lượng luôn chuyển động trong cơ thể. Nếu năng lượng ngừng chuyển động thì chúng ta sẽ trở nên chán nản, lo lắng, tức giận và dễ bị mắc bệnh. Một trong những cách để giữ cho các Luân Xa luôn hoạt động đó là sử dụng những tinh thể đá quý có màu sắc trùng với màu của Luân Xa.

2. Có bao nhiêu Chakra trên cơ thể?

Tìm hiểu về ý nghĩa của 7 Chakra trong Yoga

2.1 Root chakra (Luân xa gốc)

Root Chakra (Muladhara) là luân xa liên quan đến bản năng, sự an toàn, sự sống còn và các tiềm năng cơ sở của con người. Trung tâm này nằm ở vùng giữa cơ quan sinh dục và hậu môn.

Luân Xa này được hình tượng hóa bởi

Một đóa hoa sen với 4 cánh.

Màu Sắc: Đỏ

Đá Quý Phù Hợp: Smoky Quartz, Red Jasper, Red Tiger's Eye, Obsidian, Jet,

Black Tourmaline, Bloodstone

Nếu Chakra này bị mất cân bằng, bạn sẽ cảm thấy lo lắng, bất an, còn về thể chất, bạn có thể bị rối loạn tiêu hóa. Đó là lý do tại sao khi bạn lo lắng thì thường kèm theo đau bụng hoặc buồn nôn Để kiểm tra xem liệu Muladhara chakra có bị mất cân bằng hay không, hãy trả lời những câu hỏi sau:

Bạn luôn muốn ở trong nhà, mà không hề có ý định ra ngoài?

Bạn đang đặt câu hỏi cho sự nghiệp và cuộc sống của bạn?

Bạn thường có cảm giác không an toàn?

Nếu câu trả lời là " có" thì chakra gốc của bạn đang bị mất cân bằng. Để mở Muladhara chakra bạn hãy thử dành thời gian hoạt động ngoài trời, tiếp xúc với thiên nhiên nhiều hơn để thư giãn. Ngoài ra nếu bạn đang tập yoga, hãy gắn bó với các động tác tadasana (hòn non bộ), warrior poses (tư thế chiến binh), hoặc half-moon (tư thế nửa vầng trăng).

Root chakra (Luân xa gốc)

2.2 Sacral Chakra (Luân xa xương cùng)

Sacral Chakra (Svadhisthana) là luân xa ở vùng háng, và liên quan đến các tình cảm cơ bản, tình dục và sự sáng tạo. Luân xa này được coi là tương ứng với tinh hoàn hay buồng trứng, nơi sản xuất ra nhiều loại nội tiết tố tình dục khác nhau có trong chu kỳ sinh sản, và tạo ra sự thay đổi về tâm trạng.

Luân Xa này được hình tượng hóa bởi

Một đóa hoa sen với 6 cánh.

Màu Sắc: Cam

Đá Quý Phù Hợp: Citrine, Peach Moonstone, Orange Aventurine, Orange Calcite, Sunstone, Amber, Pyrite

Khi chakra này mở ra nó giúp bạn có nguồn cảm hứng sáng tạo hơn, gia tăng nội tiết tố tình dục có trong chu kỳ sinh sản. Chakra này gắn liền với các yếu tố nước và sự sáng tạo, do đó nếu bạn muốn mở chakra này thì hãy tham gia hoạt động như bơi lội,khiêu vũ, âm nhạc hoặc nghệ thuật…

Sacral Chakra (Luân xa xương cùng)

2.3 Solar Plexus Chakra (Luân Xa Búi Mặt Trời)

Solar Plexus Chakra (Manipura) là luân xa có liên quan đến sự gia tăng các yếu tố tình cảm cao hơn, năng lượng, sự tiêu hóa và đồng hóa, và được cho là liên quan đến vai trò của tuyến tụy, tuyến thượng thận nằm phía bên ngoài, và

vỏ thận. Những tuyến này đóng những vai trò quan trọng trong sự tiêu hóa, sự chuyển đổi từ thức ăn thành năng lượng cho cơ thể.

Solar Plexus Chakra được hình tượng hóa bởi

Một đóa hoa sen với 10 cánh.

Màu Sắc: Vàng

Đá Quý Phù Hợp: Citrine, Peach Moonstone, Orange Aventurine, Orange Calcite, Sunstone, Amber, Pyrite

Nhằm xác định xem Chakra Manipura của bạn có mất cân bằng hay không, hãy tự đặt ra các câu hỏi để kiểm tra

Bạn muốn kiểm soát mọi tình huống?

Bạn cảm thấy cần phải kiểm soát người khác?

Nếu bạn đang nắm quyền, bạn có thấy mình lạm dụng nó không?

Lòng tự trọng của bạn không được đề cao? Bạn hay cảm thấy tức giận?

Solar Plexus Chakra (Luân Xa Búi Mặt Trời)

2.4 Heart Chakra (Luân Xa Tim)

Heart Chakra (Anahata) là luân xa liên quan đến lòng từ bi, tình yêu, sự cân bằng, và sự hạnh phúc. Cơ quan này còn là một phần của hệ miễn dịch, và hệ

nội tiết. Nó sản xuất ra những tế bào T chịu trách nhiệm đánh trả bệnh tật, và thường bị ảnh hưởng xấu khi căng thẳng.

Heart Chakra được hình tượng hóa bởi

Một đóa hoa sen với 12 cánh.

Màu Sắc: Xanh Lá Cây

Đá Quý Phù Hợp: Rose Quartz, Green Aventurine, Rhodochrosite, Rhodonite, Amazonite, Malachite, Unakite

Nếu bạn không chắc liệu chakra của bạn có bị khóa hay không? Hãy trả lời những câu hỏi dưới đây:

Việc bị từ chối có gây cho bạn nhiều đau đớn ?

Bạn có hay hoang tưởng, thiếu quyết đoán, thiếu kiên nhẫn?

Bạn đang mất niềm tin vào mối quan hệ của mình?

Bạn có cảm thấy yếu đuối hoặc thiếu thốn mỗi khi cảm xúc bị tổn thương?

Bạn có thường xuyên thầy tiêu cực, chán nản, và lơ đãng?

Nếu câu trả lời là “có” thì có thể chakra của bạn đang bị đóng đấy. Khi chakra bị khóa, bạn sẽ nhận thấy ghen tuông và sợ hãi về sự thân mật. Thực hiện các động tác yoga camel, wheel, wild thing, và bridge sẽ giúp khai mở chakra này một cách hiệu quả.

Heart Chakra (Luân Xa Tim)

2.5 Throat Chakra (Luân Xa Cuống Họng)

Throat Chakra (Vishuddha) có liên quan đến sự truyền đạt thông tin và sự diễn đạt ý tưởng. Luân Xa này song song với tuyến giáp, giúp sản xuất hormon và điều khiển sự phát triển của cơ thể.

Throat Chakra với hình tượng hóa bằng

Một đóa hoa sen có mười sáu cánh.

Màu Sắc: Xanh Da Trời

Đá Quý Phù Hợp: Lapis Lazuli, Lolite, Blue Lace Agate, Angelite, Turquoise, Amazonite, Kyanite, Blue Tiger’s Eye (Hawk’s Eye), Blue Topaz

Hãy tự đặt ra các câu hỏi cho bản thân để xem chakra này của bạn cần khai mở không?

Nói lên ý kiến của mình có khó không?

Bạn có cảm thấy ý kiến của mình không được lắng nghe, và không biết cách để cải thiện vấn đề này?

Nếu có, bạn cần phải mở lượng chakra này bằng cách uống đủ lượng nước cần thiết, ăn trái cây có hàm lượng nước cao. Nếu việc tắc nghẽn xảy ra thường xuyên thì bạn nên tiếp xúc với thiên nhiên nhiều hơn ví dụ như ngồi tĩnh tâm ở sân nhà cũng đủ rồi.

Throat Chakra (Luân Xa Cuống Họng)

2.6 Third Eye Chakra (Con Mắt Thứ 3)

Third Eye Chakra (Ajna) là luân xa giữa hai chân mày. Đây là luân xa rất nhạy với ánh sáng, giúp sản sinh ra hormone melatonin, điều khiển các bản năng của con người.

Ajna gắn với hình tượng

Một đóa hoa sen hai cánh.

Màu Sắc: Chàm (Xanh Đậm).

Đá Quý Phù Hợp: Lapis Lazuli, Lolite, Sapphire, Sodalite

Nếu luân xa này bị tắc nghẽn, có thể thấy một số triệu chứng thể chất xuất hiện như viêm xoang, chứng mất ngủ…

Dấu hiệu là gì?

Bạn không thể tin tưởng vào trực giác của mình?

Bạn có rất nhiều kế hoạch nhưng không bao giờ thực hiện được?

Bạn luôn trong trạng thái lo lắng ?

Có thể cải thiện sự tắc nghẽn của luân xa này bằng các tư thế yoga như downward facing dog, dolphin, sun salutations, và thiền.

Third Eye Chakra (Con Mắt Thứ 3)

2.7 Crown Chakra (Luân Xa Vương Miện)

Crown Chakra (Sahasrara) là luân xa của nhận thức, có vai trò điều khiển tất cả các luân xa khác. Nó tiết ra hormone và cũng liên kết với hệ thần kinh trung ương thông qua vùng não để điều khiển thân nhiệt, đói, khát,…

Chakra này được hình tượng hóa bằng

Đóa hoa sen nghìn cánh.

Màu Sắc: Tím hoặc Trắng Bạc.

Đá Quý Phù Hợp: Selenite, Clear Quartz (Thạch Anh Trắng), Moonstone (Đá Mặt Trăng), Fluorite, Amethyst (Thạch Anh Tím), Labradorite (Đá Xà Cừ), Celestite

Hãy đặt câu hỏi để tìm hiểu xem liệu Chakra này của bạn có bị chặn không? Bạn có cảm thấy tuyệt vọng về hiện tại hay tương lai? Bạn có cố gắng để thoát khỏi thực tế?

Bạn có phải là người khó chấp nhận thay đổi?

Bạn hay hỏi mình là ai hay tại sao lại ở đây?

Để khai mở luân xa, bạn có thể thử tập thiền. Nó cho phép tâm trí của bạn được giải phóng khỏi những phiền muộn, cũng nên dành nhiều thời gian ra bên ngoài hoặc làm vườn để có thêm năng lượng trong cuộc sống.

Crown Chakra (Luân Xa Vương Miện)

Tham khảo bài viết về Luân xa là gì và cách khai mở luân xa tại đây:

Bài viết trên đây giúp bạn hiểu thêm về Chakra là gì và sức mạnh của nó đối với cơ thể con người. Bên cạnh đó, các bạn có thể tham khảo thêm về cách khai mở luân xa để phát huy được hết những tác dụng thần kỳ của chúng. Cảm ơn các bạn đã quan tâm theo dõi bài viết. WheyShop chúc các bạn tập luyện hiệu quả, thành công…

3. Hướng dẫn khai mở luân xa

Để có thể phát huy được hết sự thần kỳ của luân xa thì chúng ta cần phải biết khai mở chúng đúng cách

Để khai mở được Luân Xa, bạn có hai cách để tiến hành. Hoặc là khai mở Luân Xa ở đỉnh đầu bằng hoạt động ý chí (từ cao xuống thấp), hoặc là dịch chuyển năng lượng

dương từ thấp lên cao. Hai cách này tuy nghe có vẻ ngược nhau nhưng mang tính hai chiều tương trợ cho nhau.

Để tiến hành khai mở bạn có thể áp dụng một hoặc nhiều phương pháp sau đây:

Thiền định Nhân Điện: Mắt nhắm, miệng ngậm, khép kín răng, lưỡi đặt lên vòm họng, thả lỏng cơ thể và không nghĩ gì cả.

Phụng sự chúng sinh;

Xây dựng đức hạnh cao quý, mở lòng bác ái;

Nghiên cứu tài liệu khoa học về các Luân Xa;

Luyện tập thở đúng cách;

Phát triển kỹ thuật sử dụng ý chí và sử dụng thời gian;

Khơi hoạt luồng hỏa Kundalini.

Việc khai mở các chakra cũng được chia thành 2 giai đoạn:

Giai đoạn 1: Tự thân tinh luyện 3 thể (thể trí, thể xác, thể tình cảm) bằng các phương pháp khai mở để khai thông kinh mạch, làm quen và kích thích các Luân Xa mở dần. Trong giai đoạn này người tu hành không nên đặt nặng tâm trí vào Luân Xa mà chỉ cần làm sao cho 3 thể của mình được thư giãn và tĩnh lặng nhất.

Giai đoạn 2: Tìm đến các vị giảng huấn giàu kinh nghiệm để được hướng dẫn tỉ mỉ, cụ thể và đúng cách để khai mở được hết các Luân Xa, tránh hiện tượng tẩu hỏa nhập ma. Tùy vào từng người mà quá trình này sẽ được tiến triển nhanh hay chậm.

Thực tế rất hiếm người khai mở được hết 7 Luân Xa, đa phần những người tham gia phương pháp này đạt được con số 4 – 5 Luân Xa. Dù vậy, vũ trụ sẽ không phụ những người thực sự tin và kiên trì luyện tập để đạt được cảnh giới cao nhất.

Dù bạn thực hành cách khai mở Luân Xa trong Nhân Điện bằng phương pháp nào và đang ở giai đoạn nào cũng hãy tin tưởng và thực hành một cách khoa học theo sự hướng dẫn của người đi trước. Dần dần bạn sẽ cảm nhận

được những thay đổi trong chính cơ thể và tâm trí bạn, sống vui, khỏe, lạc quan và có ích hơn.

Truyền thống phương Tây gần đây liên kết màu sắc và chức năng tâm linh cho 7 luân xa chính.

Chakra Meditation for beginners - only needs a person’s commitment and willingness to try it. This kind of meditation focuses on the body’s energy centers. These centers keep the body free of diseases and in balance. If one or more of the chakras become imbalanced, it can produce fatigue, a compromised immune system, stress and other kinds of ailments.

Preparation for the Chakra Meditation for Beginners

Before you start, decide where you will meditate. It's extremely beneficial to have an area when practicing this meditation. Find an area that's free of distractions. You'll know when you enter this area as you will feel it's only for the meditation practice. The more you practice chakra meditation, the deeper silence you'll create within your special place and yourself. This area will be your sanctuary and will begin to draw you in that place of inner tranquility.

You can also make an altar by decorating a table. Put a nice material on the table and place special objects and icons that symbolize sacredness. You can have an icon or picture of Buddha, a candle, flowers or whatever you like that will help you practice chakra meditation for beginners. A meditation pillow can also help keep your posture aligned.

You really need to use your imagination and truly throw yourself into this meditation otherwise it makes it a lot more difficult.

1. Find a place where you'll be undisturbed for about 30 minutes. Lie down on a mat or rug placed on the floor. You can also sit on a chair if you can meditate in this position.

2. If possible, don't let your pets go inside the room. There is nothing worse than a dog barking or cat nuzzling you in the face while you are in deep meditation.

3. There's a lot of imagining involved in chakra meditation. Don't be afraid if you cannot see what you are asked. Having troubles imagining a certain chakra means you're unbalanced in this field. Spend more time and focus on the ones you find hard to imagine.

If you find it difficult to remember the instructions, you can ask a family member or friend to guide you through the chakra meditation. After a couple of times, you will be able to do it on your own.

4. The chakra meditation should last between twenty to thirty minutes. Spend at least three to four minutes on every chakra.

Once you have assumed a comfortable position, you will close your eyes and start taking some deep breaths. In through the nose, out through the mouth. The increased oxygen from breathing heavily acts as a relaxant so you are able to focus on the meditation easier. If you are feeling particularly stressed or restless try saying the affirmation "I am now calm and relaxed" , I find it quite effective in entering a peaceful mind-state.

Begin meditating from the Crown Chakra located at the top of your head. Feel and visualize a white energy flowing into your body like a river through the crown chakra. The energy continues to pour in filling you up with a warmth and energy. It makes you feel calm but powerful at the same time.

The energy feels like it is healing you. It simple washes away any fears, anger, resentment, guilt, sadness, helplessness. It washes away everything and leaves behind

no thoughts, just comfort and bliss.

You begin to notice your crown chakra is feeling rather full and the energy stops pouring in. The energy begins to flow down from your crown chakra to your third eye or brow chakra. You can feel the energy moving from one area to another until it rests in-between your eyes. It's swirling around in the center of your forehead. You can feel the pure relaxing energy from it. Then the flow of energy stops as it has all moved from the crown chakra to the brow chakra. Then your throat chakra opens up and the energy is slowly flowing down into that. You feel that same comforting warmth. It relaxes all the muscles in your body as it passes from area to area.

Continue this process until you have reached your root chakra. Once you complete the meditation, open your eyes then note how you feel. You may or might not see a difference. When you first start to meditate, it takes some time to quiet the mind. Just be patient and continue practicing. You will start to receive the benefits of chakra meditation if you continue doing it. (Author Lsamson) ---oOo--- Chalice - cốc, ly rượu lễ

The Heart of Chan Buddhism

by Gilbert Gutierrez - August 28, 2023

Chan Buddhism is a painstaking practice of learning nothing, says Gilbert Gutierrez. You can't become enlightened - you can only embody it.

When asked "What is Chan?" I'm reminded of how one old Buddhist master once answered the same question: "Ask the lamppost."

Here's another Chan story about a master speaking with a young monk. The master says, "I have nothing to teach you."

The young monk is wide-eyed and stunned. Scratching his head, he asks, "But, Master, if you have nothing to teach me, why am I learning from you?" The master smiles and says, "You are learning from me until you realize I have nothing to teach you."

To know all the buddhas of the past, present, and future, perceive that all phenomena is created by the mind.

The meaning of Chan Buddhism - and the meaning of Buddhism generally— is beyond words and phrases. It cannot be described. Chan is a practice tradition that puts spiritual authority and knowledge not in written scripture, but in immediate, embodied experience, which is available to anyone, anywhere. Nonetheless, there are still ways we can talk and learn about Chan.

It's said that Chan originated in India when the Buddha held up a flower, and his disciple Mahakasyapa smiled in response; he was the only one who understood the wordless sermon and could embody it, demonstrate it. Mahakasyapa is recognized as the first patriarch in the Indian lineage of Chan. Following Mahakasyapa, the teachings were passed from person to person, mind to mind. In total, there were twenty-eight Indian patriarchs.

After Buddhism was first introduced in China during the Han dynasty (202 BCE–220 CE), it was viewed as a foreign religion for centuries. Then Chan, a form of Buddhism indigenous to China, began developing in the sixth century. The Chinese word chan is the Sinification of the word dhyana in Sanskrit, which means “contemplative meditation.” The Chan tradition, though, was not special in emphasizing meditation. What distinguished Chan was its emphasis on the embodied realization of awakening or enlightenment, transmitted directly and wordlessly from teacher to student in face-to-face encounters.

Bodhidharma is credited with being the first patriarch, or teacher, of Chan in the Chinese lineage. Hailing from Central Asia or India, he made his way to China where he taught a “special transmission outside of scriptures.” He presented “wall gazing”—that is, meditation while facing the wall of mind— as a way to realize or awaken to one’s inherent buddhanature. This is at once a simplified meditation and a profound practice. Chinese Chan masters coined the term wunian (no thought) to describe it.

Wunian does not mean that the purpose of the practice is to make the mind blank. Such an erroneous take is considered to be “entering the devil’s cave.” Instead, the mind is restored to its proper function and is unmoved by habitual thought patterns, which produce vexations from the three poisons of greed, hatred, and ignorance. So, in Chan meditation, one sits gazing at a wall, using natural awareness of the mind to perceive mental formations, including emotions and sense of self, simply as thoughts—not truths, not states of reality, or states of being—just contingent conceptualizations rising and

falling away. One does not try to purge the mind of thoughts but to see them as clouds naturally passing through the mind.

Including Bodhidharma, there were six ancestral founders or original teachers of the Chinese lineage of Chan. Some of these patriarchs’ names might be familiar to you: Dazu Huike, Sengcan, Dayi Daoxin, Daman Hongren, and Huineng (the well-known sixth patriarch of the Platform Sutra). In Chan Buddhism, a lineage of ancestors is listed in order and a record is kept of which teacher has transmitted this unutterable, inconceivable teaching, and to which student(s). Maintaining the lineage and reciting the names of our ancestors is a practice still employed as a way of verifying whether someone is qualified to teach, and as a way of maintaining the integrity of the dharma.

Chan is a branch of Mahayana, a broad group of Buddhist traditions, which first developed in India. After developing in China, Chan was subsequently imported to Japan. There, it was pronounced Zen. Chan also came to be known as Seon in Korea and as Thien in Vietnam. Chan, Zen, Seon, and Thien are related, but they’ve taken on the flavors of the cultures they’re practiced in.

The Chan tradition shares the Mahayana Buddhist belief that the minds of all beings are already buddha mind, so practitioners reason that one cannot practice Chan to

become enlightened, only to embody and demonstrate enlightenment. In other words, enlightenment is not something to seek by means of meditation. Enlightenment, rather, is to be realized as a state or condition that has ever been the case—whether you see or not, whether you like it or not! In principle, awakening requires no particular training at all. It's available right here, right now.

But don't assume that the Chan Buddhist tradition is without doctrinal beliefs. Chan includes a philosophy, which attempts to verbally approximate the nature of reality. In Chan practice, one makes great effort to distinguish between "conceptual thinking" and "mind." Think of a Venn diagram in which all conceptions or thoughts are contained in a circle inside a larger and infinite circle of mind. Mind cannot be defined. Indian Buddhists referred to mind as tathata, meaning "thusness." (Just try to define the term "thusness.")

The Chan statement of "just this mind is the Buddha" means that there is no other mind apart from one's ordinary, mundane mind. There is no separate, higher, or "better" buddha mind. Further, Chan practitioners do not confuse consciousness with mind. There is a saying in Chan: "The wise return

consciousness to mind; Fools turn mind into consciousness." This statement, at the heart of Chan, means that all phenomena return to the buddha mind. So, the emphasis in Chan is to clearly view—through mind's own awareness— that all phenomena, including your regular daily judgments, thoughts, conceptions, emotions, and desires, are "empty." How does one do it?

Chan uses the huatou and mozhao as its primary meditation methods. Huatou, which literally means "before the word," involves repeating a meaningless inquiry such as "What is emptiness (wu)?" or "Who is reciting the Buddha's name?" or "Who is dragging this corpse around?" The purpose is to place the mind's attention on where the question arises. The method of mozhao, literally "silent illumination," is just sitting. It uses samadhi (a calm, stabilized mind) and vipassana (insight) to stay in the present moment via awareness of mind. Both of these Chan meditation methods effectively allow the true nature of mind to be realized.

I'd like to offer two Chan statements to help give direction to your practice. The first is: "To know all the buddhas of the past, present, and future, perceive that all phenomena is created by the mind." The second, which is the actual practice, is to "turn the mind's eye inward." This is accomplished by maintaining an awareness of what is arising in mind without allowing unnecessary discriminations to arise. In other words, you notice thoughts arising without judging, evaluating, or attaching to them. Just notice. And as you practice, you may increasingly notice more and more. What's there to notice? A very good question. See for yourself.

These notes so far begin to answer how to practice Chan, but the question remains: why practice it? The purpose is to carry out the bodhisattva vows. These are the fundamental vows of Chan, and express the practitioner's resolution to awaken in

order to liberate (or awaken) all sentient beings, because with enlightenment comes the understanding that to liberate oneself one must liberate other beings, and to liberate other beings is to liberate oneself. This is reflected not only in Chan scripture but also in the wisdom teachings of Mahayana Buddhism, which preceded Chan.

The Mahayana (greater vehicle) Buddhist tradition emphasizes liberating all sentient beings before oneself. This is seen as a greater goal then the personal achievement of nirvana. Relieving the suffering of all sentient beings is the demonstration of wisdom by way of compassion. For Chan practitioners, the object is to apply right view in all activities. It is said that fundamentally, one

sits, walks, eats, works, and sleeps in Chan. Even amidst the tasks of necessary worldly affairs, a Chan practitioner views the world—all phenomenon, including the sense of self—as an illusion or dream. This is the viewing of the world via mind's own perception.

Some describe Chan as the pointing of a finger at the moon, that is, the practice points a person in the direction of buddha mind. But to really see and experience buddha mind, a Chan practitioner might hone in on this question: Whose finger is pointing? You could say that the moon is watching the finger pointing. All of this, though, is far too much chatter. Confused? Have a cup of tea.

Tâm của Thiền Phật giáo

Gilbert Gutierrez| Ngày 28 tháng 8 năm 2023

Gilbert Gutierrez nói rằng Phật giáo Thiền là một phương pháp thực hành siêng năng và không học được gì cả. Bạn không thể trở nên chứng ngộ - bạn chỉ có thể thể hiện nó.

Khi được hỏi "Thiền là gì?" Tôi nhớ lại một vị thiền sư Phật giáo xưa đã từng trả lời câu hỏi tương tự: "Hỏi cột đèn."

Đây là một câu chuyện Thiền khác về một vị thiền sư nói chuyện với một hòa thượng trẻ. Thầy nói: "Ta không có gì để dạy con cả." Vị tu sĩ trẻ mở to mắt và sửng sốt. Anh ta gãi đầu hỏi: "Nhưng thưa Thầy, nếu Thầy không có gì để dạy con thì tại sao con lại học từ Thầy?" Thầy mỉm cười và nói: "Bạn đang học từ tôi cho đến khi bạn nhận ra rằng tôi chẳng có gì để dạy bạn cả".

Biết tất cả chư Phật quá khứ, hiện tại và vị lai, nhận thức rằng mọi hiện tượng đều do tâm tạo tác.

Ý nghĩa của Thiền Phật giáo – và ý nghĩa của Phật giáo nói chung – vượt xa từ ngữ và cụm từ. Nó không thể được mô tả. Chan là một truyền thống thực hành đặt uy quyền và kiến thức tâm linh không phải ở kinh sách thành văn mà ở trải nghiệm trực tiếp, được thể hiện, có sẵn cho bất kỳ ai, ở bất kỳ đâu. Tuy nhiên, vẫn có nhiều cách để chúng ta có thể trò chuyện và tìm hiểu về Chan. Người ta nói rằng Thiền bắt nguồn từ Ấn Độ khi Đức Phật giơ một bông hoa lên và đệ tử của Ngài là Maha Ca Diếp mỉm cười đáp lại; ông là người duy

nhất hiểu bài giảng không lời và có thể thể hiện nó, chứng minh nó. Mahakasyapa được công nhận là vị Tổ đầu tiên trong dòng truyền thừa Chan của Ấn Độ. Theo chân Mahakasyapa, giáo lý được truyền từ người này sang người khác, từ tâm này sang tâm khác. Tổng cộng có 28 tộc trưởng Ấn Độ. Sau khi Phật giáo lần đầu tiên được du nhập vào Trung Quốc vào thời nhà Hán (202 TCN–220 CN), nó đã bị coi là một tôn giáo nước ngoài trong nhiều thế kỷ. Sau đó Chan, một hình thức Phật giáo bản địa của Trung Quốc, bắt đầu phát triển vào thế kỷ thứ sáu. Từ chan trong tiếng Trung là sự Hán hóa của từ dhyana trong tiếng Phạn, có nghĩa là "thiền quán". Tuy nhiên, truyền thống Thiền không đặc biệt nhấn mạnh đến thiền định. Điều làm Chan khác biệt là sự nhấn mạnh của nó vào sự chứng ngộ hiện thân của sự thức tỉnh hay giác ngộ, được truyền trực tiếp và không lời từ thầy sang trò trong những cuộc gặp mặt trực tiếp.

Bồ Đề Đạt Ma được coi là vị tổ đầu tiên hay vị thầy đầu tiên của Thiền trong dòng truyền thừa Trung Quốc. Đến từ Trung Á hoặc Ấn Độ, Ngài tìm đường đến Trung Quốc, nơi Ngài dạy một "sự truyền dạy đặc biệt ngoài kinh điển". Ông trình bày "nhìn vào tường" - nghĩa là thiền trong khi đối mặt với bức tường tâm trí - như một cách để nhận ra hoặc đánh thức Phật tính vốn có của một người. Đây vừa là một thiền định đơn giản vừa là một thực hành sâu sắc. Các bậc thầy Thiền Trung Quốc đã đặt ra thuật ngữ vô niệm (vô niệm) để mô tả nó.

Vô Niệm không có nghĩa là mục đích của việc luyện tập là làm cho đầu óc trống rỗng. Việc thực hiện sai lầm như vậy được coi là "vào hang quỷ". Thay vào đó, tâm trí được phục hồi lại chức năng bình thường của nó và không bị lay động bởi những khuôn mẫu tư duy thói quen, vốn tạo ra sự khó chịu từ ba độc tham, sân và si. Vì vậy, trong thiền Thiền, người ta ngồi nhìn vào tường, sử dụng nhận thức tự nhiên của tâm trí để nhận thức các hành động tinh thần, bao gồm cả cảm xúc và ý thức về bản thân, đơn giản như những suy nghĩ— không phải sự thật, không phải trạng thái thực tế, hay trạng thái tồn tại—chỉ là ngẫu nhiên. những khái niệm sinh và diệt. Người ta không cố gắng gột rửa tâm trí khỏi những ý nghĩ mà nhìn chúng như những đám mây bay qua tâm trí một cách tự nhiên.

Bao gồm cả Bồ Đề Đạt Ma, có sáu vị tổ hoặc vị thầy nguyên thủy của dòng Thiền Trung Hoa. Một số tên của các vị Tổ này có thể quen thuộc với bạn: Dazu Huike, Sengcan, Dayi Daoxin, Daman Hongren và Huineng (vị tổ thứ sáu nổi tiếng của Đàn Kinh). Trong Thiền tông, dòng dõi tổ tiên được liệt kê theo thứ tự và ghi chép về vị thầy đã truyền giáo lý không thể diễn tả, không

thể nghĩ bàn này và (những) học trò nào. Duy trì dòng truyền thừa và niệm danh hiệu tổ tiên là một thực hành vẫn được sử dụng như một cách để xác minh liệu ai đó có đủ phẩm chất để giảng dạy hay không và như một cách để duy trì tính toàn vẹn của Giáo Pháp.

Thiền là một nhánh của Đại thừa, một nhóm truyền thống Phật giáo rộng lớn, lần đầu tiên phát triển ở Ấn Độ. Sau khi phát triển ở Trung Quốc, Chan sau đó đã được nhập khẩu sang Nhật Bản. Ở đó, nó được phát âm là Zen. Chan còn được biết đến với cái tên

Seon ở Hàn Quốc và Thiên ở Việt Nam. Chan, Zen, Seon và Thiện có liên quan với nhau, nhưng họ mang hương vị của nền văn hóa mà họ đang thực hành.

Truyền thống Thiền chia sẻ niềm tin của Phật giáo Đại thừa rằng tâm của tất cả chúng sinh vốn đã là tâm Phật, vì vậy các hành giả lý luận rằng người ta không thể thực hành Thiền để trở nên giác ngộ mà chỉ để hiện thân và chứng tỏ sự giác ngộ. Nói cách khác, giác ngộ không phải là thứ có thể tìm kiếm bằng thiền định. Đúng hơn, sự giác ngộ phải được nhận ra như một trạng thái hay điều kiện đã từng có - dù bạn có thấy hay không, dù bạn có thích hay không! Về nguyên tắc, sự thức tỉnh không đòi hỏi sự huấn luyện đặc biệt nào cả. Nó có sẵn ngay tại đây, ngay bây giờ.

Nhưng đừng cho rằng truyền thống Phật giáo Thiền không có niềm tin học thuyết. Chan bao gồm một triết lý cố gắng mô tả gần đúng bản chất của thực tế bằng lời nói. Trong thực hành Thiền, người ta nỗ lực rất nhiều để phân biệt giữa "suy nghĩ khái niệm" và "tâm trí". Hãy nghĩ đến biểu đồ Venn trong đó tất cả các quan niệm hoặc suy nghĩ được chứa trong một vòng tròn bên trong một vòng tròn lớn hơn và vô tận của tâm trí. Tâm trí không thể được định nghĩa. Phật tử Ấn Độ gọi tâm là tathata, có nghĩa là "như vậy". (Chỉ cần cố gắng định nghĩa thuật ngữ "như vậy").

Câu nói của Thiền "chỉ tâm này là Phật" có nghĩa là không có tâm nào khác ngoài tâm phàm tục, bình thường của con người. Không có tâm Phật riêng biệt, cao hơn hay "tốt hơn". Hơn nữa, người tu Thiền không nhầm lẫn thức với tâm. Trong Thiền có câu: "Người trí đưa thức về tâm; Kẻ ngu biến tâm trí thành ý thức." Câu nói này, cốt lõi của Chan, có nghĩa là mọi hiện tượng đều quay về tâm phật. Vì vậy, điểm nhấn trong Thiền là nhìn rõ ràng - thông qua nhận thức của chính tâm trí - rằng tất cả các hiện tượng, bao gồm cả những phán đoán, suy nghĩ, quan niệm, cảm xúc và ham muốn thường ngày hàng ngày của bạn, đều "không". Làm thế nào để một người làm điều đó?

Chan sử dụng huatou và mozhao làm phương pháp thiền chính. Huatou, có nghĩa đen là "trước từ", liên quan đến việc lặp lại một câu hỏi vô nghĩa như "Tính không (wu) là gì?" hoặc "Ai đang niệm Phật?" hoặc "Ai đang kéo cái xác này đi loanh quanh?" Mục đích là hướng sự chú ý của tâm trí vào nơi đặt ra câu hỏi. Phương pháp mozhao, nghĩa đen là "sự chiếu sáng im lặng", chỉ là ngồi. Nó sử dụng samadhi (tâm trí bình tĩnh, ổn định) và vipassana (sáng suốt) để duy trì thời điểm hiện tại thông qua nhận thức về tâm trí. Cả hai phương pháp thiền Chan này đều cho phép nhận ra bản chất thực sự của tâm một cách hiệu quả.

Tôi muốn đưa ra hai câu nói về Thiền để giúp bạn đưa ra phương hướng thực hành. Đầu tiên là: "Biết tất cả chư Phật quá khứ, hiện tại và vị lai, nhận thức rằng mọi hiện tượng đều do tâm tạo tác." Cách thứ hai, là sự thực tập thực sự, là "hướng tâm vào trong". Điều này được thực hiện bằng cách duy trì sự tỉnh giác về những gì đang nảy sinh trong tâm trí mà không cho phép sự phân biệt không cần thiết nảy sinh. Nói cách khác, bạn nhận thấy những suy nghĩ nảy sinh mà không phán xét, đánh giá hay gắn bó với chúng. Chỉ cần chú ý. Và khi bạn thực hành, bạn có thể ngày càng chú ý nhiều hơn. Có gì cần chú ý? Một câu hỏi rất hay. Xem cho chính mình.

Những ghi chú này cho đến nay bắt đầu trả lời cách thực hành Thiền, nhưng câu hỏi vẫn là: tại sao thực hành nó? Mục đích là để thực hiện Bồ Tát giới. Đây là những lời nguyện cơ bản của Thiền, và thể hiện quyết tâm thức tỉnh của hành giả để giải thoát (hoặc đánh thức) tất cả chúng sinh, bởi vì với sự giác ngộ xuất hiện sự hiểu biết rằng để giải thoát chính mình, người ta phải giải thoát những chúng sinh khác, và giải thoát chúng sinh khác là giải thoát chúng sinh. giải phóng chính mình. Điều này không chỉ được phản ánh trong kinh điển Chan mà còn trong những giáo lý trí tuệ của Phật giáo Đại thừa có trước Chan.

Truyền thống Phật giáo Đại thừa (phương tiện lớn hơn) nhấn mạnh đến việc giải phóng tất cả chúng sinh trước chính mình. Đây được coi là một mục tiêu lớn hơn là đạt được niết bàn của cá nhân. Làm giảm bớt nỗi đau khổ của tất cả chúng sinh là sự thể hiện trí tuệ bằng lòng từ bi. Đối với người tu Thiền, mục tiêu là áp dụng chánh kiến vào mọi hoạt động. Người ta nói rằng về cơ bản, người ta ngồi, đi, ăn, làm việc và ngủ ở Thiền. Ngay cả giữa những nhiệm vụ cần thiết của thế gian, một hành giả Thiền vẫn xem thế giới—mọi hiện tượng, kể cả cảm giác về bản thân—như một ảo ảnh hay một giấc mơ. Đây là cách nhìn thế giới thông qua nhận thức của chính tâm trí.

Một số mô tả Thiền giống như ngón tay chỉ mặt trăng, tức là sự thực hành hướng con người về hướng tâm phật. Nhưng để thực sự thấy và trải nghiệm tâm phật, một hành giả thiền có thể tập trung vào câu hỏi này: Ngón tay chỉ của ai? Bạn có thể nói rằng mặt trăng đang nhìn ngón tay chỉ. Tuy nhiên, tất cả những điều này chỉ là nói quá nhiều. Bối rối?... uống tách trà.

Chan (phồn thể: ; giản thể: ; bính âm: Chán; viết tắt tiếng Trung: ; bính âm: chánnà), từ tiếng Phạn dhyāna (có nghĩa là "thiền" hay "trạng thái thiền định", là một trường phái Phật giáo Đại thừa của Trung Quốc. Nó phát triển ở Trung Quốc từ thế kỷ thứ 6 CN trở đi, trở nên đặc biệt phổ biến trong triều đại nhà Đường và nhà Tống. Chan là truyền thống khởi nguồn của Thiền tông (cách phát âm tiếng Nhật của cùng một ký tự, là tên tiếng Anh được sử dụng phổ biến nhất). Phật giáo Chan lan truyền từ Trung Quốc về phía nam đến Việt Nam dưới tên Thiền và phía bắc đến Hàn Quốc với tên Seon, và vào thế kỷ 13, phía đông đến Nhật Bản dưới tên Thiền Nhật Bản.

Hua Tou “tiếng Trung - giản thể” Mozhao "silent illumination" - "sự chiếu sáng im lặng"

------oooOooo------ Chandragupta – who was grandfather of Ashoka. He was born in 340 BC, ruled (320-298 BC); was the founder of Maurya Empire…

Chandragupta Maurya - by Cristian Violatti

Indian Emperor Chandragupta Maurya lived from 340-298 BCE and was the first ruler of the Mauryan Empire. He ruled from 322-298 BCE; he was the father of Emperor Bindusara and grandfather of Emperor Ashoka, who was the third Mauryan ruler and under whose reign the Mauryan Empire reached its full power and became the largest empire ever in the Indian subcontinent and one of the world's largest empires at that time.

Before the time of Chandragupta, India was mostly composed of a number of small independent states, with the exception of the Magadha kingdom, a realm that controlled most of Northern India, which was ruled by the Nanda dynasty. Chandragupta began a process that would unify India for the first time in history.

The Liberation of India

During 326 BCE, while fighting his way into India, Alexander the Great came across the army of King Porus, the ruler of the local state of Paurava, located in modern day Punjab. After fighting to his last breath, King Porus surrendered to Alexander, who was impressed by the courage and stature of his enemy. Alexander made Porus his ally and turned him into king of all conquered India as a Macedonian tributary. Shortly after this, Alexander's army refused to go any further into Asia; his men mutinied and thus the Macedonian army turned back and left India.

Chandragupta was a noble member of the Kshatriya caste (the warrior-ruler caste) and the main proponent for removing all fragments of Macedonian influence form India. He was related to the Nanda family, but he was an exile. Ironically enough, Chandragupta was a fugitive in the camp of Alexander the Great during the time of his exile, and it is possible that he personally met Alexander the Great.

With the help of his wise chief advisor and future prime minister Kautilya Chanakya, Chandragupta raised a small army. The military strength lacked by Chandragupta's force was balanced out by the cunning strategies used by Kautilya Chanakya. Chandragupta entered the capital of the Magadha kingdom, Pataliputra, where he triggered a civil war using Kautilya Chanakya's intelligence network. In 322 BCE he finally seized the throne putting an end to the Nanda dynasty, and he established the Mauryan Dynasty which would rule India until 185 BCE. After this victory, Chandragupta fought and defeated Alexander's generals located in Gandhara, present day Afghanistan. Following these successful campaigns, Chandragupta was seen as a brave leader who defeated part of the Greek invaders and ended the corrupt Nanda government, thus gaining wide public support.

Chandragupta's courage, coupled with Kautilya Chanakya's intelligence, soon turned the Mauryan Empire into one of the most powerful governments at that time. Pataliputra remained the imperial capital, and the initial territory controlled by Chandragupta extended all across Northern India from the Indus River in the west to the Bay of Bengal in the East.

After the death of Alexander the Great in 323 BCE, the Eastern territories controlled by the Macedonians fell into the hands of General Seleucus, including the region of the Punjab, which today is part of Northern India and Eastern Pakistan. Seleucus was busy enough with what was happening on the western borders, so Chandragupta saw a tempting opportunity and launched

an attack on Seleucus and captured a big portion of what today is Pakistan and Afghanistan. In 305 BCE, Chandragupta signed a treaty with Seleucus in which both

rulers established borders, and the Punjab was given to Chandragupta in return for 500 war elephants.

The Government of Chandragupta & Imperial Expansion

During the government of Chandragupta, we find the Greek Magasthenes, an ambassador of Seleucus, who lived in the court of Pataliputra from 317-312 BCE. He wrote many different reports about India and although his original work is lost, we can piece together some information found in subsequent works. He reported that the Indians:

“ ... never drink wine except at sacrifice ... The simplicity of their laws and their contracts is proved by the fact that they seldom go to law. They have no suits about pledges and deposits, nor do they require either seals or witnesses, but make their deposits and confide in each other”.

Magasthenes also reports that Pataliputra was nine miles in length and about two miles in width. Chandragupta’s palace was full of luxuries and all type of ostentatious possessions. Inside his palace, Chandragupta paid the price of ascending to power through the use of violence: he lived in it for 24 years, almost as a recluse, with very limited public exposure, solely devoted to the growth of the empire. He managed to extend his empire westwards and became the master of all Northern India. According to the reports of

Magasthenes, Chandragupta’s army was composed of 600,000 foot soldiers, 30,000 horses, and 9,000 war elephants.

After becoming the master of all Northern India, Chandragupta began a campaign to conquer the southern half of the Indian subcontinent. Battle after battle, the Mauryan forces absorbed most of the independent Indian states until eventually, in 300 BCE, the borders of the Mauryan Empire extended southward into the Deccan Plateau. Chandragupta, however, failed to annex the small kingdom of Kalinga in present day Odisha in central-eastern India, on the Bay of Bengal. This pending conquest would be completed in 260 BCE by Emperor Ashoka.

Abdication & Death

In 298 BCE, Chandragupta voluntarily abdicated the throne in favour of his son Bindusara, who became the new Mauryan emperor. What we know after this point seems closer to legend than an actual historical account. It is said that Chandragupta turned into an ascetic and follower of Jainism. Jain tradition claims that Chandragupta migrated south and, consistent with the beliefs of Jainism, he starved himself to death inside a cave. This event supposedly took place in Sravana Belgola, a city about 150 kilometers away from Bangalore, which is one of the most important places of pilgrimage in Jainism.

(Cristian Violatti is an independent author, public speaker, and former editor of Ancient History Encyclopedia with a passion for archaeology and ancient history)

Vương Triều Chandragupta Maurya

Vương Triều Maurya hay đế quốc Khổng Tước là một thế lực hùng mạnh trên một diện tích rộng lớn vào thời Ấn Độ cổ đại, cai trị từ năm 321 đến 185 TCN. Đế quốc Maurya bắt nguồn từ vùng Magadha tại đồng bằng hạ du sông Hằng (nay là Bihar, phía đông Uttar Pradesh và Bengal) ở mặt phía đông của tiểu lục địa Ấn Độ, đế quốc có kinh đô đặt tại Pataliputra (nay là Patna). Đế quốc được Chandragupta Maurya thành lập vào năm 322 TCN, ông đã lật đổ vương triều Nanda và nhanh chóng mở rộng thế lực của mình về phía tây đến vùng trung và tây Ấn Độ do tận dụng được lợi thế là các thế lực địa phương ở các vùng này đang xâu xé lẫn nhau sau khi các đội quân Hy Lạp và Ba Tư của

Alexandros Đại đế rút lui về phía tây. Năm 320 TCN, đế quốc đã hoàn toàn kiểm soát được vùng tây bắc bắc Ấn Độ, đánh bại và chinh phục các satrap do Alexandros để lại.

Với một diện tích 5.000.000 km², Maurya là một trong các đế quốc lớn nhất trên thế giới vào thời gian mà nó tồn tại, và là đế quốc lớn nhất từng tồn tại trên tiểu lục địa Ấn Độ. Vào lúc rộng nhất, đế quốc này mở rộng về phía bắc dọc theo ranh giới tự nhiên của dãy Himalaya, và mở rộng về phía đông đến vùng này là Assam. Ở phía tây, Maurya chinh phục các vùng phía ngoài của Pakistan ngày nay, thôn tính Balochistan, các phần đông nam của Iran và nhiều phần của Afghanistan ngày nay, bao gồm cả các tỉnh Herat và Kandahar. Đế quốc mở rộng đến các vùng miền trung và miền nam dưới thời các hoàng đế Chandragupta và Bindusara, song không bao gồm một phần nhỏ vùng đất của các bộ lạc chưa được thám hiểm và các khu vực rừng gần Kalinga (nay là Orissa), cho đến khi chúng bị A Dục Vương (Ashoka) chinh phục. Đế quốc bắt đầu suy sụp từ 60 năm sau thời kỳ trị vì của A Dục Vương, và tan rã vào năm 185 TCN với sự hình thành của vương triều Sunga tại Magadha.

Dưới thời Chandragupta, đế quốc Maurya đã chinh phục vùng Ngoại-Ấn, đang nằm dưới quyền cai quản của người Macedonia. Chandragupta sau đó đã đánh bại cuộc xâm lược do Seleukos I lãnh đạo (một tướng người Hy Lạp trong quân đội của Alexandros Đại đế). Dưới thời cai trị của Chandragupta và những người kế vị, nội thương và ngoại thương, các hoạt động nông nghiệp và thương mại, tất cả đều phát triển mạnh và mở rộng ra khắp Ấn Độ nhờ việc tạo ra một hệ thống đơn nhất về tài chính, quản trị và an ninh.

Sau chiến tranh Kalinga, đế quốc Maurya đã trải qua nửa thế kỷ hòa bình và an ninh dưới sự cai trị của A Dục vương. Ấn Độ dưới thới Maurya cũng bước vào một kỷ nguyên của hòa hợp xã hội, biến đổi tôn giáo, và sự mở rộng của khoa học và kiến thức. Đường hướng Kỳ Na giáo của Chandragupta Maurya đã làm gia tăng các đổi mới và cải cách xã hội cùng tôn giáo, trong khi đường hướng Phật giáo của A Dục vương đã tạo nên nền tảng của triều đại là xã hội và chính trị thái bình và khắp Ấn Độ không có bạo lực. A Dục vương cũng hỗ trợ cho việc truyền bá các tư tưởng của Phật giáo đến Sri Lanka, Đông Nam Á, Tây Á và châu Âu Địa Trung Hải.

Dân số của đế quốc Maurya được ước tính là khoảng 50-60 triệu người mà nó đã khiến cho đế quốc này trở thành một trong những đế quốc đông dân nhất trong lịch sử. Arthashastra và các sắc lệnh của A Dục vương là những nguồn chính trong các sử liệu về thời kỳ Maurya.

CHÁNH NIỆM

CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC (Từ Mindfulness đến Awareness) THÍCH NỮ HẰNG NHƯ

Xã hội tân tiến ngày nay, đã khiến cho con người không còn sống trong sự bình thản như ngày xưa, bởi vì nền văn minh kỹ thuật cơ khí, điện tử đã lôi cuốn người ta gia nhập và chạy đua với thời gian. Cái gì cũng phải nhanh, phải vội, cuộc sống bon chen, không ai chờ đợi ai. Chính vì thế nên đầu óc con người không lúc nào trụ yên một chỗ để nghỉ ngơi, mà luôn tích cực hoạt động để thực hiện những điều mới lạ nhằm phục vụ cho bản thân mình, hoặc phục vụ cho tha nhân. Tuy nhiên đã là con người thì không ai tránh khỏi lòng tham và ích kỷ. Do đó, mỗi người một cách, tuỳ theo khả năng hoàn cảnh của mình mà lăn xả vào cuộc đời, nhắm mắt nhắm mũi gia tăng tốc lực chạy về phía trước. Họ tranh thủ thời gian, vận dụng toàn bộ sức khoẻ lẫn tinh thần để phấn đấu, tranh danh đoạt lợi và sẳn sàng trừ khử lẫn nhau trên thương trường, bất chấp những mưu mô xảo trá.

Đó là chưa kể đến môi trường sống ngày thêm tồi tệ vì độc khí thải ra từ các công xưởng kỹ nghệ ảnh hưởng nặng nề đến sức khoẻ của con người. Do đó thể chất lẫn tinh thần của con người bị căng thẳng và khủng hoảng tột cùng, đồng thời những căn bệnh thời đại bắt đầu xuất hiện, và sự xuất hiện này, ngày một nhiều hơn tác động thẳng đến con người khiến họ vô cùng đau đớn và khổ sở. Đó là những căn bệnh tâm thể phát xuất do tâm rối loạn gây nên như nhức đầu, hồi hộp, khó thở, cao huyết áp, nhồi máu cơ tim, đột quỵ, suy nhược thần kinh, mặc cảm, bứt rứt, lo âu, sợ hãi, trầm cảm, alzheimer, mất ký ức, hoang tưởng và những biến chứng nguy hại về mặt tâm thần khiến người ta chán sống đi tìm cái chết ..v.v...

Trong số hằng triệu người lặn ngụp trong cơn khủng hoảng khiếp đảm đó, có nhiều người đã thức tỉnh, kịp nhận ra sự mất cân bằng trầm trọng nơi bản thân, nên quay về chăm sóc đời sống tinh thần và tâm linh của mình bằng cách "học thiền".

Thiền là gì? Thiền thật ra không có gì cao siêu huyền bí, mà Thiền chỉ là một chân lý sống của con người tỉnh thức. Họ cũng sống như bao người khác, nhưng không phải sống bằng sự chạy đua với vật chất bên ngoài, mà sống với cái tâm bình thản thư giãn không dính mắc không phiền muộn và dĩ nhiên là không mệt mỏi, khổ đau. Họ sống bằng cách nào? Họ cũng ăn, cũng uống,

cũng ngủ nghỉ, cũng làm việc như bao nhiêu người khác, nhưng việc nào ra việc đó. Tâm họ không bị quấy rối bởi việc nọ xọ vào việc kia. Sự hiểu biết và suy tư có trật tự đó, trong đạo Phật gọi là "Chánh Niệm". Chánh Niệm được xem như là cội nguồn, là gốc rễ để Tâm được an tịnh. Khi tâm an thì thân khoẻ và trí tuệ sáng suốt hơn.

CHÁNH NIỆM LÀ GÌ?

Chánh niệm tiếng Pali là "Samasati" (P) hay tiếng Sanskrit gọi là "Samyaksmrti" (Skt), có nghĩa là sự nhận biết đúng, tương đương với tiếng Anh là Correct Thinking, Right Mindfulness or Right Awareness. Trong Phật giáo từ "Sati" có nhiều ý nghĩa, nội dung khác nhau tuỳ theo cách xử dụng tương ứng với tiếng Việt. Thí dụ như: Suy nghĩ (điều gì đó trong đầu). Sự ngẫm nghĩ, Sự chú ý, Sự chú tâm (Mindfulness về một đối tượng nào đó). Sự nhận biết (Awareness rõ ràng về điều gì). Tưởng nhớ (đến điều tốt lành) hay Chối bỏ (những điều xấu xa). Chánh Niệm còn có nghĩa là lúc nào cũng "Tỉnh Giác".

Chánh Niệm không có nghĩa là chọn lựa (do sự vận dụng của trí óc) và giữ lấy ý niệm thiện lành vừa khởi lên hoặc xua đuổi ý niệm xấu ác trong Tâm, mà Chánh Niệm có nghĩa là biết rõ ràng điều gì qua giác quan một cách vô tư không phê phán. Nói cách khác Chánh Niệm là sự tỉnh giác không quên điều đang xảy ra, biết rõ (tuệ tri) các pháp (sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp) một cách trọn vẹn tức là biết rõ những gì đang có mặt trước giác quan (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý) ngay trong thời khắc "bây giờ và ở đây", một cách khách quan tuyệt đối.

Theo Phật Giáo Nguyên Thuỷ, Chánh Niệm là sự nhận biết của Tâm (the awareness of the mind). Đây là trạng thái Tâm hoàn toàn yên lặng mà vẫn biết rõ ràng và đầy đủ về một pháp nào đó (đối tượng) đang xảy ra trong thân hay ngoài thân.

Chánh Niệm là pháp được Đức Phật dạy đệ tử áp dụng trong 4 oai nghi: đi, đứng, nằm, ngồi, trong bất cứ trường hợp nào như khi ăn uống, khi mặc áo, khi máng áo, khi đi, khi ngồi, khi quay đầu nhìn hay ngay cả khi đại tiểu tiện v.v... Chánh Niệm vững chắc tạo ra năng lượng giúp Tâm nhận diện rõ ràng những gì đang xảy ra cho chính ta và những người xung quanh. Người ta nói Tâm quay về với Thân hay Thân Tâm cùng có mặt khi chúng ta có Chánh Niệm. Nếu Thân một nơi, Tâm một ngã, đó là chúng ta đã bị Thất Niệm.

CHÁNH NIỆM (RIGHT MINDFULNESS)

THEO NGHĨA THÔNG THƯỜNG TRONG THẾ GIAN

Thông thường từ "Sati" được dịch sang tiếng Anh là "Mindfulness" nghĩa là "sự chú tâm, chú ý, tập trung vào một đối tượng" hay "gom tâm vào một đối tượng" để Tâm được yên lặng. Khi Tâm bận chú ý đến một đối tượng thì không thể suy nghĩ lan man hay mơ mộng đến những điều gì khác.

Thí dụ: Khi làm bất cứ việc gì bằng tay chân như tụng kinh, gõ mõ, lần tràng hạt, niệm Phật, may vá, lặt rau, rửa chén, lái xe, làm vườn, giải phẫu, nhổ răng, sửa sắc đẹp, làm móng tay, gỏ computer, làm đồ nữ trang, vẽ tranh ảnh, quan sát hay theo dõi đối tượng, ngay cả việc hành nghề đạo chích (trộm cắp đồ đạc của người khác) v.v... Khi thực hiện một trong các công việc nêu trên, chúng ta phải chú tâm và chú ý vào những gì liên hệ đến công việc. Nếu không, thì chúng ta khó đạt mục tiêu nhắm đến lúc ban đầu, sẽ thất bại hoặc có thể xảy ra tai nạn vì bất cẩn không chú ý.

Như vậy tác dụng của "sự chú tâm chú ý" này, trước hết giúp chúng ta có khả năng ngăn chận sự xao lãng, lo ra, hoặc hạn chế sự phóng tâm hay suy nghĩ linh tinh vào

những việc khác. Trên thực tế làm việc gì mà chúng ta không toàn tâm toàn ý, nghĩa là Tâm không trụ vào đối tượng hay công việc sẽ đưa đến thất bại và dễ gây tai nạn.

Do đó, bằng Chánh Niệm với sự chú tâm và chú ý (Right Mindfulness), Chánh Niệm này không phải là phương tiện dành cho người thực hành Thiền để đạt được Tâm an tịnh, vì với Chánh Niệm này Tâm vẫn đang ở trong trạng thái nhị nguyên, vẫn có chủ thể là Ý Căn, Ý Thức, Trí Năng. Tâm tự nó luôn luôn có đối tượng, đối tượng đó có khi chỉ là đang niệm Phật trong Tâm, hay dính mắc với niệm rửa chén, niệm quét nhà hay niệm thiền hành. Toàn bộ những niệm này là niệm Biết có lời (verbal knowledge).

Tuy nhiên, nếu muốn hạn chế Tâm lo ra để dễ tập trung tâm ý vào một việc, thì phương pháp này có hiệu quả tốt nhất.

CHÁNH NIỆM (RIGHT AWARENESS)

THEO NGHĨA TRONG BÁT CHÁNH ĐẠO

Chánh Niệm là chi thứ bảy trong tám chi của Bát Chánh Đạo (Chánh Kiến, Chánh Tư Duy, Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, Chánh Mạng, Chánh Tinh Tấn, Chánh Niệm và Chánh Định). Chánh Niệm ở đây có nghĩa là "nhận biết không lời" (wordless awareness) về đối tượng một cách rõ ràng đầy đủ mà không có tự ngã hiện diện (để suy nghĩ, phân tích hay so sánh hoặc mong cầu điều gì), Biết không lời là đặc tính của Chánh Niệm cũng là đặc tính của Tánh Giác.

Vì thế, khi xuất hiện trong Bát Chánh Đạo, "sati" có nghĩa là "nhận biết" (awareness). Đây là sự nhận biết đối tượng ngay tức khắc mà Vọng Tâm không có mặt. Nó không giống như trạng thái tâm chú ý, tập trung (Mindfulness). Khi tập trung thì Vọng Tâm có mặt. Vọng Tâm có mặt là có xung đột, Tâm không bao giờ yên lặng nên không thể đi đến Chánh Định được.

CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC

TRONG BỐN TẦNG THIỀN CỦA ĐỨC PHẬT

Nghiên cứu "Tiến Trình Tu Chứng và Thành Đạo của Đức Phật" chúng ta biết rằng "Chánh Niệm Tỉnh Giác" là kết quả của tầng Thiền thứ ba trong bốn tầng Thiền, đó là: Sơ Thiền, Đức Phật kinh nghiệm "Định Có Tầm Có Tứ". Nhị thiền đạt "Định không Tầm không Tứ". Tam thiền Ly Hỷ Trú Xả đạt "Chánh Niệm Tỉnh Giác", Tứ thiền đạt "Định Bất Động" chứng ngộ tuệ giác về ba minh.

Ở mức độ "Chánh Niệm Tỉnh Giác" này chúng ta có thể hiểu rằng thiền giả đang an trú trong Tánh Giác, Tâm thiền giả hoàn toàn yên lặng, không dính mắc với bất cứ những gì xảy ra trong thân cũng như ngoài thân mặc dù thiền giả biết rõ ràng và chính xác những gì đang xảy ra. Có thể nói thiền giả hiện là nhân chứng giữa Tâm và cảnh lúc bấy giờ.

THỰC TẬP CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC

Mục đích của Thiền là hành trì tu tập để thay đổi quán tính vọng động của Tâm thường gọi là Vọng Tâm, sang quán tính yên lặng sáng suốt với niệm biết không lời gọi là Chân

Tâm. Khi Tâm hoàn toàn định tỉnh, yên lặng vững chắc mà vẫn có nhận thức biết không lời thì gọi là Định hay Chánh Định. Chánh Định là chi thứ tám trong Bát Chánh Đạo tương đương với tầng Định

thứ tư là tầng Định cao nhất trong bốn tầng Định mà Đức Phật đã trải nghiệm và thành đạo.

Muốn thực tập Thiền Chánh Niệm, trước hết người tập phải xử dụng Trí Năng Tỉnh Ngộ để tu tập. Trí Năng Tỉnh Ngộ giữ vai trò chú ý, chú tâm vào một đối tượng hay một điểm nào đó để cột Tâm lại không cho Tâm tán loạn. Thí dụ như tu tập đề mục "Định Niệm Hít Vào Thở Ra" (Anapanasati Samadhi). Ban đầu hành giả chú tâm chú ý nói ra lời "Tôi biết tôi hít vào." "Tôi biết tôi thở ra" khi hít vào thở ra. Đây là đơn niệm Biết có lời, nghĩa là câu nói chỉ một nội dung duy nhất là biết mình đang hít vào thở ra mà thôi. Kết quả Tâm được yên lặng, có Định nhưng không vững chắc, thuật ngữ gọi đây là trạng thái của Thiền Chỉ (Samatha Bhavana). Giai đoạn này là giai đoạn Tầm (Vitakka/sự nói thầm trong đầu) tắt Tứ (Vicara/đối thoại thầm lặng hay lầm bầm trong đầu không ngừng). Tức lời nói do hành giả tự động nói ra sẽ tắt đi những vọng tưởng nói thầm qua lại từ trong ký ức khởi lên.

Bước kế tiếp là giữ Chánh Niệm về hơi thở vào ra bằng cách thầm nhận biết không lời về hơi thở vào ra đó. Hơi thở dài biết dài, hơi thở ngắn biết ngắn, hơi thở nặng nề khó chịu biết hơi thở nặng nề khó chịu. Kết quả ngôn hành (Tầm Tứ) yên lặng, hành giả kinh nghiệm Định Không Tầm Không Tứ.

Bước thứ ba Nhận Biết Không Lời rõ ràng đầy đủ về những gì đang xảy ra trên thân, trong thân (thân, thọ, tâm, pháp) hay những gì xảy ra xung quanh (ngoại thân) trong hiện tại bây giờ và ở đây, mà Tâm hoàn toàn yên lặng không dính mắc.Tầng định này gọi là Chánh Niệm Tỉnh Giác. Từ Chánh Niệm sẽ đưa đến Chánh Định.

KẾT LUẬN

Thiền không phải chỉ dành cho các vị xuất gia tu tập để đạt giác ngộ giải thoát, mà Thiền còn dành cho tất cả mọi người không phân biệt tôn giáo, tín ngưỡng, quốc gia để có được đời sống hiện tại an vui hạnh phúc. Chìa khoá để đạt sự an lạc này là Chánh Niệm, cho nên chúng ta phải tập sống trong Chánh Niệm. Nói theo thuật ngữ nhà Phật là an trú trong Chánh Niệm. Chánh Niệm đi đôi với Tỉnh Thức. Vắng Tỉnh Thức chúng ta dễ dàng mất Chánh Niệm gọi là Thất Niệm. Khi Thất Niệm thì Tâm sẽ tán loạn mất năng lượng vì định lực không có, khiến Tâm ta yếu đuối dễ xúc cảm, dễ rơi vào trạng thái phiền não khổ đau.

Thực tập sống trong Chánh Niệm khó, nếu chúng ta không có mục tiêu tức hướng tới, cũng như không có sự cương quyết, kiên nhẫn và pháp hành. Nếu chúng ta có đầy đủ những sự kiện trên thì chúng ta sẽ kinh nghiệm sự an vui hạnh phúc không mấy khó khăn. Thực tập Thiền không phải chỉ ngồi yên một chỗ tư duy quán chiếu về một đề mục, mà chúng ta còn cần phải thực tập trong bốn oai nghi tức là những hoạt động trong đời sống hằng ngày. Chúng ta thực tập qua giác quan mắt thấy, tai nghe, lưỡi, mũi, thân xúc chạm.

Chẳng hạn như nhìn thấy vật gì, chúng ta nhìn vật ấy bằng cái nhìn khách quan không để Ý Thức phân biệt khen chê so sánh. Đó là chúng ta đang tập sống trong Chánh Niệm.

Tới giờ ăn cơm, chúng ta cho cơm cùng với thức ăn vào miệng, khi nhai thức ăn, chúng ta đặt niệm biết của chúng ta vào việc nhai cơm và thức ăn, chúng ta biết mùi vị của thức ăn như thế nào, chúng ta thưởng thức nó nhưng không có một ý nghĩ nào khác ngoài niệm biết chúng ta đang ăn. Đó là chúng ta đang ăn cơm trong Chánh Niệm.

Khi bước lên cầu thang chúng ta đặt niệm biết trên từng bước chân. Khi bước lên mỗi bậc thang, chúng ta cảm nhận chân của chúng ta như thế nào, khi đặt bàn chân xuống chân của chúng ta ra sao? Chúng ta cảm nhận sự xúc chạm của bàn chân. Đó là chúng ta đang bước đi trong Chánh Niệm.

Khi vào buồng tắm đưa tay vặn vòi sen, chúng ta biết chúng ta đang làm động tác mở vòi sen. Đó là chúng ta vặn vòi sen trong Chánh Niệm.

Khi vòi sen toả những tia nước xuống thân thể. Chúng ta biết nhiệt độ nước quá lạnh, chúng ta điều chỉnh sang độ nước ấm. Khi nhiệt độ nước thích hợp với cơ thể, chúng ta biết nhiệt độ vừa phải thích hợp với nhiệt độ cơ thể của chúng ta. Chúng ta kỳ cọ trên thân đến đâu, chúng ta biết. Đó là chúng ta tắm trong Chánh Niệm.

Thời gian thực tập ban đầu, có thể chúng ta dễ bị Thất Niệm. Khi phát giác ra chúng ta đang Thất Niệm có nghĩa là chúng ta đã Tỉnh Thức. Tỉnh Thức nhận ra chúng ta đang không có Chánh Niệm.

Chánh Niệm có công năng tiêu trừ sự dính mắc nên những áp đặt hay trói buộc của Kiết Sử truyền thống trong gia đình, sở làm, xã hội không ảnh hưởng đến Tâm. Những giây phút sống trong Chánh Niệm là những giây phút mà Tâm chúng ta thanh thản, nhẹ nhàng và bình yên. Tín hiệu yên bình này

tác động vào hệ thống thần kinh Đối Giao Cảm tiết ra những chất sinh hoá học có lợi cho cơ thể giúp hài hoà Thân Tâm của chúng ta. Thân Tâm chúng ta được hài hoà thì Thân khoẻ Tâm an. Thân khoẻ Tâm an, thì chúng ta cảm thấy hạnh phúc. Năng lượng khoẻ khoắn hạnh phúc này tạo ra năng lượng từ bi thúc giục chúng ta thương yêu và giúp đỡ người khác để họ cũng được sống trong an vui hạnh phúc như chúng ta.

Tất cả những kết quả tốt đẹp đó đến với đời sống của chúng ta có phải là do chúng ta đã tinh tấn tu tập và sống trong Chánh Niệm Tỉnh Thức hay không? Câu hỏi được đặt ra đã có sẵn câu trả lời. Câu trả lời giúp chúng ta hiểu tại sao sống trong thế giới văn minh kỹ thuật tiến bộ vượt bực, có đầy đủ tiện nghi, mà trên thế giới này vẫn có rất nhiều người không màn hưởng thụ vật chất, lại quay về với đời sống tâm linh của họ bằng cách "học thiền". Chính nhờ "học thiền", biết cách sống trong Chánh Niệm mà con người mới thật sự được an lạc hạnh phúc, mới điều chỉnh được mọi nhiễu nhương phiền não mang tới từ đời sống. Thật quý hoá thay!

(THÍCH NỮ HẰNG NHƯ) ------oooOooo------

Channa – Gotama’s charioteer = người đánh xe cuả Gotama (Xa phu)

Channa – Gotama’s Charioteer

Channa - The Divine Charioteer (Pali: Channa; Sanskrit: Chandaka) (6th century BCE, in what is now Bihar and Uttar Pradesh, India) was a royal servant and head charioteer of Prince Siddhartha, who was to become the Buddha. Channa later became a disciple of the Buddha and achieved arahantship, as is described in the 78th verse of the Dhammapada.

Channa was a servant in the court of King Suddhodana who was entrusted to attend to the needs of Siddhartha, who had been lavished and pampered in a series of purpose-built palaces in order to shield him from thoughts of pain and suffering. This was done due to a prophecy by the ascetic Asita, who predicted that Siddhartha would renounce the throne to become a spiritual leader were he to contemplate human suffering. Channa was the servant who served as the charioteer pulled by the horse Kanthaka, when Siddhartha saw the Four sights whilst meeting his subjects in the Sakya capital Kapilavastu, which prompted his decision to renounce the world.

During these expeditions, Channa explained to Siddhartha the sights of an elderly man, a sick person, a dead person whose funeral was being conducted and finally, an ascetic who had renounced worldly life for a spiritual one, as Siddhartha who had been secluded from such sights within the palace was taken aback. Channa was later entrusted by Siddhartha to accompany him upon his escape from the palace to become an ascetic, whilst the remainder of the palace guards were asleep.

After initially protesting and refusing to accept that Siddhartha would leave him, Channa saddled Kanthaka, guiding him out of the town aboard the horse to a forest by the edge of the Anoma River. Channa returned Siddhartha's acoutrements, weapons and hair to Suddhodarnha upon his return to the palace, after Siddhartha compelled him to return after Channa had refused to leave him.

Upon Siddhartha's enlightenment as Gautama Buddha and return to Kapilavastu, Channa became a Buddhist monk, joining the Sangha. Due to his lone accompaniment of the Buddha on his renouncement, Channa behaved in an overbearing way to the other monks, and frequently criticized the two chief disciples Sariputta and Moggallana. In spite of continual advice from The Buddha he continued to abuse the other monks. Prior to the parinibbana, the Buddha instructed Ananda to impose the brahmadanda on Channa, whereby the other monks would simply ignore him. After the parinibbana, Channa learned of the decree, and feeling remorse for his behaviour, he fainted three times before asking and obtaining pardon. He eventually became an arahant.

Prince Siddhartha after leaving the palace, intending to take up the life of a wandering ascetic or monk. He travelled with his friend and servant Channa, and his horse Kanthaka.

Đại đức XA NẶC (Chandaka - Channa) - (Người hầu cận trung thành của thái tử Tất Đạt Đa thuở trước ở hoàng cung)

Xa Nặc vốn là một người nô lệ, phục vụ trong hoàng cung Ca Tỳ La Vệ, thủ đô của vương quốc Thích Ca. Khi đức Phật (nguyên là thái tử đông cung của vương quốc Thích Ca) trở về Ca Tỳ La Vệ lần đầu tiên sau ngày thành đạo, Xa Nặc vừa nhìn thấy Ngài, liền phát sinh lòng kính ngưỡng sâu xa. Ông ước mong sẽ được làm đệ tử của bậc tôn quí ấy, nhưng làm sao đây? Một kẻ nô lệ thì đâu có thể được chấp nhận vào tăng đoàn! Dù vậy, khi nhìn thấy con của các vị hoàng thân đi xuất gia thì ông không thể tự kềm chế nỗi ao ước của mình được. Ông bèn lấy hết can đảm, đến trước đức Phật, thưa với giọng ấp úng:

- Con cũng muốn được xuất gia, nhưng con lại là một kẻ thuộc giai cấp nô lệ

... Có lẽ con không có hy vọng gì...

Đức Phật liền bảo ngay:

- Này Xa Nặc! Hãy đến đây, ông sẽ được xuất gia.

Rồi Ngài dạy cho ông biết rằng, trong giáo pháp của Ngài không có sự phân biệt giai cấp. Mọi người đều có thể giác ngộ nếu biết tôn kính Tam Bảo là Phật, Pháp, Tăng, và nghiêm trì giới luật, cố gắng đạt đạo. Ông đã nhìn chăm chú vào mắt đức Phật khi Ngài dạy những lời ấy. Về sau, mỗi khi nhớ lại cái nhìn đầy tình thương yêu sâu thẳm của Ngài lúc ấy, Xa Nặc đều cảm thấy niềm an lạc dâng cao trong tâm hồn.

Đúng như lời Phật dạy, trong giáo đoàn của Ngài có rất nhiều vị từng là Bà la môn, thương gia hay địa chủ. Nhiều vị từng là những trưởng giả cự phú, và họ đã từ bỏ tất cả để sống đời xuất gia. Có nhiều vị quý tộc đã từ bỏ cả những người vợ xinh đẹp của họ. Tất cả đều khóac trên mình chiếc áo ca sa giống nhau, và đi khất thực đó đây với một chiếc bình bát như nhau.

Từ khi đại đức Xa Nặc trở thành một trong những vị tỳ kheo gia nhập tăng đoàn từ buổi sớm, những vị xuất gia sau đó đều tỏ lòng kính trọng đại đức. Thấy thế, đại đức đã suy nghĩ: “Hồi còn ở hoàng cung, ta đã từng bị mọi người sai bảo và khinh bỉ, nhưng từ bây giờ trở đi thì mọi chuyện đều đổi khác”.

Thật vậy, từ khi mọi người từ lớn đến nhỏ trong tăng đoàn đối xử một cách cung kính, đại đức Xa Nặc càng ngày càng cảm thấy hãnh diện về địa vị của mình. Bây giờ đại đức thấy, hai tôn giả Xá Lợi Phất và Mục Kiền Liên, chỉ xuất gia suýt soát cùng thời gian với đại đức, mà lại được các đại đức trẻ tuổi tìm đến nương tựa coi như là hai vị cố vấn đầy kinh nghiệm của họ; đại đức tự hỏi, “Tại sao người đáng nương tựa không phải là ta?” Đại đức bắt đầu cảm thấy bị xúc phạm, và cuối cùng thì công khai nói xấu hai tôn giả Xá Lợi Phất và Mục Kiền Liên. Sự việc đó đến tai Phật. Ngài liền cho gọi đại đức đến và hỏi tại sao lại có thái độ như vậy. Đại đức đã nhận lời quở trách của Phật như một liều thuốc bổ dưỡng, và đã hối hận đến nỗi không dám ngẩng dầu lên.

Từ đó đại đức cố gắng kiểm soát tâm ý mình, và siêng năng tu tập, nhưng chỉ một thời gian sau, chứng nào lại vẫn tật ấy. Bất cứ lúc nào đại đức nhìn thấy hai tôn giả Xá Lợi Phất và Mục Kiền Liên, mối hận cũ lại bùng lên, mà đôi khi lại còn mãnh liệt hơn trước. Nhiều vị đại đức trẻ, công phu tu học còn non yếu, lại vô tình nuôi lớn thêm sự ngông

cuồng của đại đức bằng cách dành cho đại đức những lời tâng bốc đẹp đẽ. Bởi vậy, một lần nữa, đại đức lại gây hấn với hai vị trưởng lão kia. Đức Phật biết tin, lại khiển trách, và đại đức lại tỏ lòng hối lỗi, nhưng sự ăn năn của đại đức lúc nào cũng chỉ được một thời gian ngắn thôi. Sau khi đã ba lần phạm cùng một lỗi ấy, đức Phật mới gọi đại đức đến và trách mắng một cách nặng nề:

- Này Xa Nặc! Hai thầy Xá Lợi Phất và Mục Kiền Liên thật sự là những người bạn tu tốt nhất của thầy trong đạo pháp. Thầy không nên để cho chính mình bị kéo vào những hành vi sai trái bởi sự ngu muội và những người không xứng đáng.

Khi mùa mưa chấm dứt, và đồi núi cùng những cánh đồng ở Kiều Tát La (Kosala) phơi mình tươi sáng dưới ánh nắng mặt trời, đức Thích Ca Mâu Ni liền rời tu viện Kỳ Viên, lên đường tiếp tục sự nghiệp hoằng hóa. Chư tăng cũng vậy, đã lần lượt rời tu viện để đi hành đạo ở nhiều địa phương khác nhau. Đại đức Xa Nặc cũng rời tu viện, và tự mình tìm theo dấu chân Phật. Từ thành Xá Vệ (Sravasti - Savatthi), đại đức đi về hướng Nam đến trấn Ta Chỉ Đa (Saketa), rồi sang thành Ba La Nại (Varanasi - Baranasi), một thành phố thương mại nằm trên bờ sông Hằng, và là thủ đô của vương quốc Ca Thi. Từ đó đi ngược bờ sông, đại đức đến Kiều Thưởng Di (Kausambi - Kosambi), một trung tâm mậu dịch phồn thịnh, và là kinh đô của vương quốc Bạt Sa (Vatsa - Vamsa). Đại đức đến đâu cũng được dân chúng hoan nghênh; tại vì, người dân ở địa phương nào cũng vậy, đều rất sung sướng được đón tiếp bất cứ vị đệ tử nào của Phật đi ngang qua khu vực của họ, và đều đem hết lòng

thành hướng về vị ấy để chờ nghe thuyết pháp. Trong lúc đó thì đại đức lại tin rằng, sở dĩ đại đức được tiếp đón nồng hậu như thế là bởi vì đại đức đã trở thành một vị tăng xuất chúng, xứng đáng nhận được sự tôn kính của tín đồ dành riêng cho mình.

Sau một cuộc hành trình dài, đức Phật đến tu viện Cù Sư La (Ghosilarama - Ghositarama) ở thành phố Kiều Thưởng Di. Đại đức Xa Nặc cũng đến đây gặp Phật, và ở lại đó vài hôm. Tại đây, một vị thí chủ giàu có và nhiệt thành, đã tỏ lòng kính trọng và muốn cúng dường cho đại đức, bèn thỉnh nguyện:

- Bạch đại đức Xa Nặc! Xin đại đức hãy ở lại đây để giảng pháp. Con muốn xây riêng cho đại đức một ngôi chùa. Xin đại đức vui lòng chọn địa điểm và chỉ dẫn cho con biết nên xây ngôi chùa ấy như thế nào.

Đại đức vui mừng không xiết, và thầm nghĩ: “Cuối cùng thì ta cũng được mọi người tôn kính như Xá Lợi Phất và Mục Kiền Liên!”

Đại đức liền đi rảo quanh kinh thành Kiều Thưởng Di, và tìm thấy một cây ni câu đà (nyagrodha - nigrodha) rất lớn, sống lâu có đến vài trăm năm. Cho rằng cây đại thọ này chắc chắn sẽ cho gỗ tốt để xây chùa, đại đức bèn mướn người cưa nó xuống, nhưng thật là không may, cây đại thọ đó được người địa phương coi là một cây linh thiêng, được dân chúng sùng kính trải qua nhiều thế hệ. Quá tức giận với hành động khinh suất của đại đức Xa Nặc, dân chúng trong thành phố liền kéo nhau đến tu viện Cù Sư La để khiếu nại. Đức Phật liền cho gọi đại đức đến và quở trách nặng nề:

- Có phải thầy nghĩ rằng đó là những hành động chính đáng của một vị tỳ kheo, khi thầy khinh thường những gì mà dân chúng sùng bái? Thầy có biết rằng, nhiệm vụ của một vị tỳ kheo chỉ là đem giáo pháp phân bố cho mọi người nhằm giúp họ đạt đến an lạc và hạnh phúc không? Hành động của thầy quả thật đã làm tổn thương cho đạo pháp và gây nguy hiểm cho giáo đoàn!

Xa Nặc cũng lại buồn rầu trong một thời gian, và ngôi chùa nguy nga ba tầng đã sớm hoàn thành, đại đức lại vui mừng vô hạn. Đại đức quyết định lợp thêm một mái ngói thật đẹp, nhưng mái ngói ấy chưa kịp hoàn tất thì ngôi chùa đã bị sập vì quá nặng; làm cho rất nhiều công nhân bị thương. Vậy mà đại đức bất chấp tất cả, ngôi chùa xa xỉ của đại đức cứ phải hoàn thành! Đại đức đã bảo vị thí chủ mua cho một chiếc giường thật rộng và đẹp như những chiếc giường của các hoàng tử hay quí tộc nằm, để đại đức dùng. Đại đức đã từ chối

tham dự lễ "bố tát" mỗi nửa tháng, vì cho rằng mình không phạm lỗi lầm gì để phải tới đó thú nhận.

Đại đức Xa Nặc hoàn toàn không thể khắc phục những khuyết điểm của mình. Đại đức tiếp tục phạm luật, rồi sám hối, rồi lại phạm luật không giữ đúng những lời hứa trước đức Phật, lần này lại lần khác, cứ thế cho đến già.

Tại rừng Câu Thi Na (Kusinagara - Kusinara), trước giờ phút nhập niết bàn, đức Phật đã dặn dò tôn giả A Nan, sau khi Ngài nhập diệt, tất cả mọi người trong tăng đoàn không được nói chuyện với Xa Nặc, dù ở bất cứ trường hợp nào. Nếu Xa Nặc muốn gợi chuyện với vị nào, vị đó phải giữ im lặng, không trả lời. Tôn giả A Nan hỏi tại sao Ngài phải có quyết định đó, đức Phật dạy:

- Xa Nặc vẫn còn chìm sâu trong vọng tưởng. Ngày nào Như Lai còn sống trên đời, thì ngày đó thầy ấy còn có người kềm chế, nhưng sau khi Như Lai diệt độ rồi thì không ai có thể kềm chế thầy ấy được. Muốn giúp cho thầy ấy tỉnh ngộ, chúng ta phải cô lập thầy ấy một thời gian, để thầy ấy tự xét lại chính mình.

Lúc bấy giờ đại đức Xa Nặc đang bố giáo ở một vùng gần đó, cho nên tin đức Phật nhập niết bàn đã đến với đại đức rất nhanh. Đại đức lập tức đến rừng Câu Thi Na, hỏi thăm tôn giả A Nan chi tiết về giờ phút nhập diệt của đức Phật. A Nan từng nổi tiếng là người luôn luôn tử tế và thiện cảm, vậy mà tôn giả đã không trả lời câu hỏi thăm của Xa Nặc, lại quay mắt đi với vẻ mặt đau buồn. Đại đức tự hỏi: "Có phải vì ông ấy quá buồn rầu đến nỗi kiệt sức, cho nên không trả lời được câu hỏi của ta?" Nhưng khi khám phá ra là ai ai cũng đều từ chối nói chuyện với mình, thì đại đức liền đổi thái độ từ ngạc nhiên ra giận dữ. Đại đức nghĩ, toàn thể tăng chúng tại đây đã quyết định xa lánh mình sau khi Phật nhập diệt. Đại đức lại càng tức giận, và bỏ đi. thế rồi trên đường đi, các vị tăng sĩ bạn tu khác, khi vừa nhìn thấy đại đức từ xa, đã vội lẩn tránh không muốn gặp mặt. Đại đức rất đổi kinh ngạc về thái độ lạ lùng ấy của họ. Đại đức liên tiếp bị đẩy vào tình cảnh cô đơn, và sự đau đớn bởi cách đối xử ấy còn thê thảm hơn nỗi đau đớn về thể xác, nhưng đại đức hoàn toàn không hiểu được lý do đã dựng nên bức tường băng đá của sự im lặng này.

Một ngày kia, đại đức Xa Nặc đi thơ thẩn đến vườn Lộc Uyển, gần thành Ba La Nại, nơi mà trước đây đức Phật đã chuyển bánh xe pháp lần đầu tiên. Thình lình đại đức nhớ ra rằng, chỉ có thiền tọa mới giải tỏa được mọi nỗi lo âu một cách hữu hiệu. Thế rồi đại đức ngồi xuống nơi một gốc cây lớn trong khu vườn, và bắt đầu nhập định. Trải qua nhiều ngày như thế, đại đức đã chiến

đấu mạnh mẽ với cảm giác cô đơn và ý tưởng bị mọi người bỏ rơi. Rồi một hôm, chỉ trong khoảnh khắc ngắn trước buổi bình mình, một tia sáng của sự thật bỗng lóe lên trong tâm thức, đại đức chợt nhận ra: “Suốt trong thời gian qua, ta đã là một tên nô lệ của sự tham đắm. Đức Phật đã từng dạy về Bốn Sự Thật như là một phương pháp để thoát khỏi vũng lầy tham đắm này. Ta đã hãnh diện giảng dạy cho tín đồ về những sự thật đó, nhưng chính ta thì lại không tu tập cho bản thân mình. Ta chỉ biết sử dụng mọi năng lượng của mình trong việc hủy báng người khác, mà chưa từng đối diện với chính mình”. Chiếc cùm từng khóa chặt tâm ý đại đức bấy lâu, giờ đã bị tháo tung. Đại đức vừa thấy rõ mặt mũi của sự ngu dốt mà từ lâu nay đại đức đã ôm lấy. Đại đức cũng bắt đầu hiểu được lý do vì sao mà gần đây đại chúng đã công khai xa lánh mình.

Đại đức liền rời vườn Lộc Uyển, và đi thẳng về tu viện Cù Sư La, nơi đó, tôn giả A Nan đang có mặt. Đại đức gieo mình dưới chân tôn giả, xin tha thứ; và tôn giả chỉ dạy lại cho phương pháp tu tập để có thể đạt đến an lạc thực sự.

Tôn giả A Nan nhìn Xa Nặc một cách chăm chú, rồi nghiêm nghị gật dầu. Bấy giờ tôn giả mới cho đại đức biết những gì đức Phật đã dặn dò trước khi Ngài nhập niết bàn. Đại đức lẩm bẩm: “Đức Thế Tôn thật dã săn sóc cho mình rất nhiều, nhưng mình lại là đứa đệ tử ngu ngốc nhất của Ngài, cả đến giờ phút Ngài nhập diệt”. Đó là lần đầu tiên đại đức nhận thức rõ rệt tình thương yêu bao la của Phật.

Thật chậm rãi và thật nghiêm trang, tôn giả A Nan bắt đầu giảng dạy trở lại cho đại đức về Ba Ngôi Báu và con đường của tám sự hành trì chân chánh. Lời dạy của tôn giả hoàn toàn làm tươi mát lại tâm hồn Xa Nặc, như nước thấm vào khoảnh đất khô. Và cuối cùng, đại đức đã đạt đến cái trạng thái không còn bị lay chuyển nữa. Từ hôm đó, đại đức dã dùng tất cả thì giờ và công sức vào việc tu tập. Rốt cuộc, đại đức đã chứng được quả vị A la hán, mọi người đều sùng kính.

Niềm vui của đại đức Xa Nặc khi vừa giác ngộ đã được ghi lại trong phẩm “Trưởng Lão Kệ” như sau:

Nhờ vị trưởng lão có trí tuệ siêu việt,

Tôi được nghe giáo pháp vi diệu của bậc Tôn Sư,

Và tu tập để đạt đến quả Vô sinh,

Quả thật người đã theo đuổi tận cùng,

Con đường đưa đến sự an lạc tuyệt đối. (Việt dịch: Cư Sĩ Hạnh Cơ)

Chaperon - bà đi kèm các cô gái ở cuộc dạ hội

Charisma - uy tín, đức tính gây được lòng tin

Charismatic – thuyết phục, lôi cuốn

Charlatan – lang băm, kẻ bất tài

Chasm - kẽ nứt sâu, vực thẩm ngăn cách

Chastise - trừng phạt

Chastity - đức tinh khiết

Chauvinistic – tính chất vô sanh, bá quyền (Chauvinism - chủ nghiã bá quyền)

Chenrezig (Tib) – known as Avalokiteshvara in Sankrit. A male aspect of a deity symbolizing compassion and altruism, Chenrezig is depicted with four or 1000 arms. The Dalai Lama is cons- idered to be a living embodiment of Chenrezig in our time.

Chenrezig (Sanskrit: Avalokiteshvara) - Ngài Quán Thế Âm Tây Tạng

Chenrezig (Avalokiteshvara) is the Bodhisattva of Compassion. A bodhisattva is an enlightened being who has decided to delay becoming a fully enlightened Buddha and who lives in a compassionate spirit life for the sake of all beings. He has taken vows to save all beings. With a mantra, Om mani padme hum! (Hail the jewel in the lotus), he tirelessly attempts to deliver all beings from suffering. He appears in many different forms to assist suffering beings.

Tibetans believe that Chenrezig, as a disciple of the Buddha, made a vow of compassion to free the Tibetan peoples from their violent ways: "May I be

able to establish in emancipation all living beings in the barbaric Land of Snow; where the beings are so hard to discipline and none of the buddhas of the three times has stepped...May I be able to mature and emancipate them, each according to his/her own way. May that gloomy barbaric country become bright, like an island of precious jewels." (Geshe Wangyal , Door of Liberation). He is the patron of Tibet. The Tibetan people claim descent from Chenrezig, who in the form of a monkey sired the original inhabitants of Tibet. Chenrezig, according to Tibetan legends, has appeared in numerous forms to defend Buddhist teachings. He has been identified with the Tibetan emperor Songtsen Gampo (617-698 C.E.) and the successive lineage of Dalai Lamas. The 14th Dalai Lama, Tenzin Gyatso, is the current incarnation of Chenrezig.

Tibetans believe that every person whose heart is moved by love and compassion, who deeply and sincerely act for the benefit of others without concern for fame, profit, social position, or recognition expresses the activity of Chenrezig. Love and compassion are the true signs revealing the presence of Chenrezig.

Compassion is the most important religious practice. For Tibetan Buddhists, compassion is sensitivity to the sufferings of others and attempt to relieve suffering. It is the realization that we (human beings, animals, and the earth itself) are all interconnected. The Buddha is an example of compassion, for he taught human beings the way to freedom.

Quán Thế Âm Chenrezig

Sau khi Phật Giáo được truyền từ Ấn Độ vào các nước Á Châu, vị thế của Quán Âm lại ngày một gia tăng rộng lớn. Nhiều ngôi chùa lớn tại Đông Nam Á đã thờ phụng Thế Tự Tại Vương (Lokeshvara), một hiện tướng khác của Quán Âm Bồ Tát như là phản hiện với thần Shiva của Ấn Độ Giáo. Tại phương Bắc, ở Nepal (Nê Bạc Nhỉ), đã từng có đến 108 hình tượng Quán Âm. Những hình tượng này rất có thể vẫn còn thấy được hiện diện trong một cổ miếu tại Kathmandu. Người Tây Tạng đã xem Quán Âm Bồ Tát (Tây Tạng tôn xưng là Chenrezig) như là một lý tưởng tối cao của Phật Giáo đồ. Rất nhiều bậc Thánh Tăng của Tây Tạng, đặc biệt là đức Dalai Lama (Đạt Lai Lạt Ma) được coi như là hóa thân của Quán Âm Bồ Tát. Tại Viễn Đông, vị thế quan trọng của Quán Âm Bồ Tát đã phổ biến một cách hết sức rộng rãi; đặc biệt, xuyên qua những nghệ thuật phẩm nổi bậc về Quán Âm trong nhiều tư thế. Tại Trung Quốc, Quán Âm cũng còn được tôn xưng là Quán Thế Âm, tại Nhật Bản thì

gọi là Kwannon. Trong tất cả những quốc gia ở Á Châu, Quán Thế Âm đã được tôn sùng như Bậc Vô Úy Thí tối thượng (kẻ ban cho sự phòng hộ thoát khỏi mọi sợ hãi) và Ngài cũng được coi là Bậc Đạo Sư, nhất là được coi như Bậc truyền cảm, dẫn khởi, khai tác lòng Từ Bi giác ngộ sâu thẳm nhất.

Thế thì, lấy Quán Âm làm đối tượng để quán tưởng chính là con đường tối ư căn bản và hết sức hiệu lực đối với những ai chuyên tâm tầm cầu sự khai ngộ. Về Pháp Tu Quán Âm, hành giả phải học hỏi cách quán tưởng Bồ Tát Quán Âm một cách trực tiếp, bao gồm một thứ kỹ thuật khả dĩ khiến hành giả đang trong thiền định có thể cảm nhận được sự gia trì che chở của Quán Âm. Đang trong khi quán tưởng, hành giả và cảnh giới sở nghiệm của hành giả đều được quán tưởng như được trở thành giác ngộ viên mãn. Hành giả, lúc tụng Thần Chú Lục Tự (OM MANI PADME HUM), phải đồng lúc quán tưởng rằng: tất cả hình tướng, sắc tướng, âm thanh và tư tưởng đều đã được chuyển hóa thành hình sắc, âm thanh và tư tưởng của chính Quán Thế Âm. ---oOo---

Ch'i (Qi) – the vital matter or life energy of which all things are made.

Chide – la rầy, quở trách

Chinese Religion – is an almagam of the "Three Teachings" (Confucianism, Taoism, Buddhism) and the folk tradition. All three formal teachings provide methods for self-cultivation and transformation, but have different approaches which reflect concerns specific to each. -Confucianism primarily addresses matters of government and social behavior. -Buddhism provides an elaborate cosmology, a structure priesthood, and a detailed theory of the afterlife. -Taoism meets other needs, and offers methods of spiritual and physical healing, as means of commerce (sự quan hệ) with spirit world, and securing blessings and protection. (Understanding Taoism –Jennifer Oldstone-Moore)

Chivalry – tinh thần thượng võ

Choreograph – sáng tác và dàn dựng điệu múa Ba lê

Chronicler - người ghi chép sử biên niên (chronological = thứ tự niên đại)

Cinca Manavika falsely accuses the Buddha

As the Buddha went on expounding the Dhamma, more and more people came flocking to him, and the ascetics of other faiths found their following to be dwindling. So they decided to ruin the reputation of the Buddha. They instigated Cinca Manavika, a beautiful pupil of theirs, and told her, 'If you have our interests at heart, please help us and put the Buddha to shame.' She agreed to their plot.

That same evening, she took some flowers and went in the direction of the Jetavana monastery. When people asked her where she was going, she replied, 'What is the use of you knowing where I am going?' Then she would go to the place of the other ascetics near the Jetavana monastery and would come back early in the morning to make it appear as if she had spent the night at the Jetavana monastery. When asked, she would reply, 'I spent the night with the Buddha at the monastery.' After three or four months had passed, she wrapped some cloth around her stomach to make herself look pregnant. Then, after nine months, she created the impression of a woman in an advanced stage of pregnancy and she went to the monastery to confront the Buddha.

The Buddha was then expounding the Dhamma to a congregation of bhikkhus and laymen. Seeing him preaching she accused him, 'O you big Samana! You are clever to preach to others. I am now pregnant by you, yet you do nothing for my confinement. You only know how to enjoy yourself!' The Buddha stopped preaching for a while and said to her, 'Sister, only you and I know whether you are speaking the truth or not,' and she replied, 'Yes, you are right, how can others know what only you and I have done?'

At that instant, Sakka, king of the devas became aware of the trouble taking place at the Jetavana monastery. So he sent four of his devas in the form of young rats, who got under her clothes and bit off the strings that held the cloth around her belly. Thus, her deception was uncovered, and many from the crowd reprimanded her, 'O you wicked woman! Liar and cheat! How dare you accuse our noble Teacher!' Fearing for her safety, she ran from the monastery as fast as she could. However after some distance she met with an unfortunate accident and had to face a miserable and untimely death.

The next day, while the bhikkhus were talking about Cinca Manavika, the Buddha told them 'Bhikkhus, one who is not afraid to tell lies, and who does not care what happens in the future existences, will not hesitate to do any evil.' The Buddha then revealed that Cinca Manavika in one of her past existences was born as the chief consort to a King. She fell in love with the King's son

but the Prince did not reciprocate her love. So she conceived an evil plan to harm him. She disfigured her body with her own hands. Then she went to the King and falsely accused that his son had done this to her when she refused his advances.

Without investigating, the King banished him from his kingdom. When the King came to know of the true situation, she was duly punished for her evil deeds.

Cinca Manavika Cô Chiến Già

Sau khi thành đạo, đức Phật thuyết pháp cho vua quan, các nhà giàu có, và dân chúng và làm cho họ đều theo quy y Phật. Do đó các đạo sĩ của các giáo phái khác mất hết tín đồ, nên họ tìm cách hạ uy tín đức Phật!

Các người Bà-la-môn đến nói với cô Chiến Già (Cinca Manavika) là tín đồ của họ, hàng ngày trang điểm xinh đẹp, ôm bó hoa đi về hướng tịnh xá Kỳ Hoàn. Lúc Phật tử nghe pháp xong, trở về thấy cô gái xinh đẹp, có người liền hỏi cô đi đâu thì cô lặng thinh mỉm cười, trông có vẻ bí mật...

Một tháng sau nữa thì cô trả lời thẳng thừng rằng, "Tôi đến tịnh xá Kỳ Hoàn. Đức Thế Tôn là người yêu của tôi." Khi cô đến trước cổng tịnh xá Kỳ Hoàn thì cô sẽ qua trụ xứ của ngoại đạo để nghỉ đêm.

Rồi một hôm, Phật đang thuyết pháp. Cô với 500 ông Bà La Môn đến. Cô đứng lên cắt ngang lời Phật. Cô nói, "Lời đức Thế Tôn nói thì hay lắm, nhưng việc làm của Ngài không tốt chút nào. Hôm nay em đã bụng mang dạ chửa mà đức Thế Tôn không ngó nghĩ gì hết. Nếu Ngài không làm gì thì giao em cho ông Cấp Cô Độc hay bà Tỳ Xá Khư lo liệu. Ngài thật là người bạc tình bạc nghĩa." Năm trăm ông Bà La Môn liền mắng chửi Phật thậm tệ.

Đức Phật hỏi, "Này, Chiến Già (Cinca Manavika), ngươi nói thật hay là vu khống? Chuyện này chỉ có ta và ngươi biết mà thôi."

Cô Chiến Già trả lời, "Việc này chỉ có em và Thế Tôn biết mà thôi. Đế Thích thấy việc dối trá tráo trở của ngoại đạo liền hóa ra bốn con chuột, leo lên mình cô, cắn các dây chằng phía trong. Một khúc gỗ tròn và một cái gối rớt xuống trước mặt mọi người.

Cô Chiến Già quá hổ thẹn, liền chạy, chạy mãi và rơi xuống hố mà chết. Năm trăm ông Bà La Môn cũng liền chuồn mất...

"Đau buồn ngay ở kiếp này
Kiếp sau cũng lại tràn đầy buồn đau
Người làm điều ác hay đâu
Buồn xưa theo mãi dài lâu bên mình
Quay nhìn việc ác tạo thành
Chết mòn thân xác, héo nhanh tâm hồn."

---oOo---

Cistern – thùng chứa nước

Clad - được tráng, lớp sơn

Clairaudience – also known as clear hearing, is the ability to hear voices, and other noises, either as an external sound or within a person mind.

Claircognizance – known as clear knowing, is the ability to know things without having to be told.

Clairsentience – known as clear feeling, is the ability to tune into another person's emotional or physical sensation.

Clairvoyance – known as clear seeing, is the ability to see spirit within the mind's eye or externally.

Clairvoyance - biết trước, nhận thức trước, khả năng nhìn thấu được

Clairvoyance – khả năng nhìn thấu được cả những vật vô hình (trí sáng suốt)

Clamber – leo trèo

Clamor - tiếng la hét, tiếng kêu la

Clandestine – xung đột giai cấp

Clannish – lòng trung thành với thị tộc, với bè đảng

Claustrophobic - nỗi sợ bị giam giữ

Cleft - đường nứt, kẽ, khe

Cling – to hold to, grab = bám víu vào

Clique (of monks = một toán tu sĩ) - bọn, phường, tụi, bè lũ

Cloak – mantle = áo choàng không tay

Cloister – tu viện, nhà tu, hành lang, hàng hiên bao quanh tu viện

Cloven-hoofed – móng chẻ đôi như bò, dê…

Cloying - ngọt ngào giả tạo

Cluster – đám, bó, cụm, đàn, bầy

Coagulate – làm đông lại

Coalesce - kết hợp lại, hợp nhất, liền lại (xương)

Coarse - tồi tàn (thức ăn)

Cockiness – tính tự phụ

Codex – sách chép tay, kinh thánh

Codify – reduce to a code

Coercion – ép buộc, áp bức

Cog – a tooth on the rim of a wheel

Cogent - vững chắc, có sức thuyết phục

Cognitive – being conscious mental activity = hiểu biết, nhận thức

Cognize - nhận thức

Coherent – mạch lạc

Cohesive – dính liền, cố kết

Colloquially – thông tục

Colophon - lời phê cuối sách (sách cổ)

Commensurate – cùng diện tích với..., đo bằng nhau

Commiserate – thương hại, động lòng trắc ẩn

Compartmentalize – chia thành ngăn

Compassion – the altruistic (vị tha) wish to help free all beings from misery and suffering.

Compassion has become related and researched in the field of positive psychology and social psychology. The Dalai Lama once said that "compassion is a necessity, not a luxury, and that without it humanity cannot survive. Compassion is a process of connecting by identifying with another process. This identification with others through compassion can lead to increased motivation to do something in an effort to relieve the suffering of others.

The definition of compassion is: wanting sentient beings to be free from suffering. So compassion is the definition of the highest scope of motivation.

It is said that to generate genuine compassion, one needs to realise that oneself is suffering, that an end to suffering is possible, and that other beings similarly want to be free from suffering.

His Holiness the Dalai Lama:

"Nirvana [liberation from the cycle of uncontrolled rebirth] may be the final object of attainment, but at the moment it is difficult to reach. Thus the practical and realistic aim is compassion, a warm heart, serving other people, helping others, respecting others, being less selfish. By practising these, you can gain benefit and happiness that remain longer. If you investigate the purpose of life and, with the motivation that results from this inquiry, develop a good heart - compassion and love. Using your whole life this way, each day will become useful and meaningful."

"Every human being has the same potential for compassion; the only question is whether we really take any care of that potential, and develop and implement it in our daily life. My hope is that more and more people will realise the value of compassion, and so follow the path of altruism. As for myself, ever since I became a Buddhist monk, that has been my real destiny - for usually I think of myself as just one simple Buddhist monk, no more and no less."

Another quote from His Holiness the Dalai Lama, from The Compassionate Life":

"Compassion without attachment is possible. Therefore, we need to clarify the distinctions between compassion and attachment. True compassion is not just an emotional response but a firm commitment founded on reason. Because of this firm

foundation, a truly compassionate attitude toward others does not change even if they behave negatively. Genuine compassion is based not on our own projections and expectations, but rather on the needs of the other: irrespective of whether another person is a close friend or an enemy, as long as that person wishes for peace and happiness and wishes to overcome suffering, then on that basis we develop genuine concern for their problem. This is genuine compassion.

For a Buddhist practitioner, the goal is to develop this genuine compassion, this genuine wish for the well-being of another, in fact for every living being throughout the universe."

Phát Triển Lòng Từ

Theo kinh nghiệm của riêng tôi, sự thăng bằng về mặt tinh thần và cơ thể mạnh khoẻ có mối liên hệ mật thiết. Sự kích động và tức giận dễ làm chúng ta nhiễm bệnh. Ngược lại, nếu tinh thần yên tịnh và tràn đầy những ý nghĩ tốt lành thì cơ thể ít có nguy cơ bị bệnh tật tấn công.

Muốn được hạnh phúc chân thật thì cần phải có một tinh thần an lạc, và để tinh thần được an lạc, cần phải có lòng Từ bi. Làm sao để chúng ta phát triển được lòng Từ? Chỉ nghĩ đến lòng Từ bi thôi thì chưa đủ, chúng ta phải làm sao để chuyển hoá tâm niệm và hành động của mình trong đời sống hàng ngày.

Trước hết, chúng ta phải biết rõ Từ bi nghĩa là gì. Lòng Từ bi cũng có nhiều hình thức và lắm lúc người ta dễ lẫn lộn nó với sự bám víu và lòng ham muốn.

Chẳng hạn, tình thương của cha mẹ dành cho con cái thường có liên quan đến những nhu cầu tình cảm của riêng họ, vì vậy tình thương đó không hoàn toàn là Từ bi. Cũng vậy, trong hôn nhân, tình thương giữa hai vợ chồng, nhất là giai đoạn mới kết hôn – lúc mà cả hai chưa rõ những cá tính sâu sắc của nhau – tình thương ấy dựa váo sự bám víu rõ hơn là lòng thương yêu. Vì dục vọng của chúng ta quá mạnh nên người hôn phối dù có tính xấu, dưới mắt ta lúc bấy giờ người ấy cũng trở nên hoàn hảo. Hơn nữa, ta lại có khuynh hướng khuếch trương những điều tốt nho nhỏ. Do đó, khi mà tính tình một trong hai người thay đổi thì người kia cảm thấy thất vọng vì chính tính tình họ cũng có đổi thay. Đây là điều cho ta thấy tình yêu được thúc đẩy bởi những nhu cầu của cá nhân hơn là vì thương yêu một cách thực sự.

Lòng Từ bi chân thật không phải là một thứ tình thương có qua có lại, mà là một sự cam kết chắc chắn dựa trên trí tuệ. Vì vậy, cho dù kẻ nhận được sự cư xử không tốt, một hành động từ bi thật sự sẽ không hề thay đổi. Dĩ nhiên là phát triển lòng Từ bi chân thật sẽ không phải là một việc dễ dàng. Lúc bắt đầu thực tập, chúng ta nên nhìn vào những điểm sau đây:

Dù người đẹp hay người xấu, người dễ thương hay kẻ phá hoại, chúng ta đều là con người như nhau cả. Và vì là con người nên chúng ta đều muốn hạnh phúc và không muốn đau khổ. Hơn nữa, mỗi người có quyền tự do riêng để tránh đau khổ và hưởng sung sướng. Bây giờ bạn chấp nhận là tất cả chúng ta đều muốn hạnh phúc, và vì vậy

bạn sẽ tự dưng cảm thông được với mọi người và cảm thấy gần gũi họ hơn. Thực tập điều này sẽ làm cho tinh thần của bạn cảm nhận được tình vị tha, và bạn sẽ phát triển được lòng tôn kính nơi mọi người chung quanh: muốn giúp họ bớt khổ đau. Vì là con người nên ai cũng phải trải qua những kinh nghiệm vui, buồn, sung sướng và đau khổ, vì vậy không lý do gì bạn lại không thương được những người có những hành động ích kỷ.

Trong khả năng của chúng ta, để thực tập và phát triển lòng từ bi, chúng ta cần phải có kiên nhẫn và thời gian. Tận trong tiềm thức của chúng ta, lúc nào cái "tôi" cũng chiếm ưu thế, và vì cái "tôi" đó mà lòng Từ bi của chúng ta bị giới hạn. Thực ra, lòng từ bi chân thật được thể hiện khi mà cái "tôi" bị diệt bỏ. Nói như thế không có nghĩa là chúng ta không làm gì được, cái gì cũng có bắt đầu, thực tập và tiến triển, đó là điều mà mỗi chúng ta đều có thể làm được. Bạn hãy bắt đầu ngay từ hôm nay, ngay trong từng suy nghĩ, lời nói và việc làm của mình. (Đức Đạt Lai Lạt Ma)

COMPASSION - Venerable Sayadaw Ashin U Thittila

Compassion is the English translation of the Pali word 'karuna', which may be further expanded as: that which moves a good man's heart at the sight of suffering of other people. Its main characteristic is the desire to remove suffering from people; its chief function being the overcoming or discarding of cruelty. It is not just a feeling, but a principle, going beyond mere wishing by the actual doing of kind and helpful actions. True compassion goes hand in hand with helpfulness and willingness to sacrifice self-interest in order to promote the welfare and happiness of mankind. It should be realized and remembered that its indirect enemy is grief, grief and sorrow not being compassion in the real sense of the word since they are morally weak states, whereas true compassion is morally strong and gives strength. By cultivating the principle of compassion in ourselves we overcome cruelty, in the course of which we cultivate wisdom, and perfect wisdom is the crown of compassion.

The four sublime states (brahma-vihara) are: pure love (metta), compassion (karuna), sympathetic joy (mudita) and equanimity (upekkha), and these four principles constitute the moral and spiritual foundation of man, being at the same time real sources of peace and happiness. How as ordinary worldings do we acquire them? If we say it is impossible, that means we are unwilling to try, and we do no better than those who deafen their ears to avoid hearing the cry of the distressed because they are absorbed in their own little selfish griefs and joys. Bound up in these they cannot feel compassion, and although there are those who can find it possible, for many people the acquiring of such a quality does not seem to be possible.

Compassion is generally taken to exist in connection with other people, but really, true and pure love or compassion for onself should come first in order to diminish our own cruel tendencies. In meditation, therefore, we first meditate on compassion for ourselves for the purpose of achieving this aim; moreover, it is impossible to radiate thoughts of love and compassion unless we ourselves have properly developed these

qualities. If one can say that one loves oneself and is compassionate towards oneself, one should, by meditation, help oneself to entertain always pure and beautiful thoughts so that any words or deeds, as a result of which they may become manifest, are also pure and beautiful. Can we. I wonder, really say we love ourselves and are compassionate towards ourselves in a true sense? If so, we should never do harm to ourselves by allowing thoughts, words and deeds of craving, anger

and delusion to arise, for by such action we should definitely be harming ourselves. In the form of self-help, therefore, pure love and compassion in the true sense should be for oneself first. The Buddhist method is always to deal with oneself first, for by so doing we are helping ourselves to be in a position to understand and help others more effectively. Should we ourselves have selfish, angry thoughts and misunderstanding. we not only harm ourselves but other people at the same time. Very often it seems to some people that by talking and dealing with external matters it is easier to help others rather than to help oneself, but if one is incapable of helping oneself efficiently one is certainly not capable of helping others efficiently. 'One who profits himself will profit others'; and it should constantly be remembered that no enemy can harm one so much as one's own evil thoughts and craving, these are our inner enemies who follow us day and night, and from whom we must try to keep away. If a person cannot find happiness within himself, he will not be able-to find it anywhere.

People who cannot control themselves cannot find happiness by performing services for others, because since they themselves are no calm they cannot create a calm atmosphere. Those same people in performing social services may be telling others what to do, but they still find unhappiness in themselves and so tend to blame other people, saying,' We do our best, but others are not willing to accept our services', and so on. Such people are not really fit to render these services. A person with true compassion based on understanding, confers a double blessing; he helps others with a true, pure motive, and because of his own calmness he feels happiness within himself as well as happiness in helping others. It takes great effort to cultivate pure compassion for oneself, but to tell others what to do needs only words. It will be observed in the Jataka stories that a Bodhisatta always tries to strengthen and help himself, and so improve his work for the welfare of humanity.

Again, we cannot be right with the world if we are not right with ourselves. The engineer perfects himself in his training, and as a consequence produces perfect, reliable work because he has first perfected himself in his training. A doctor with merely good intentions but no qualifications may try to help, but in actual fact he may really do harm; and a leader of any kind, social, political or religious, may well lead his followers in the wrong direction instead of the right if he has no mental or moral culture.

Meditation is mental training, and from a trained mind spring right thoughts. words and deeds. We are so used to seeing external training that we forget the

inner training of ourselves. Why is it that we do not think of self-development? Buddhist teaching reveals how self-development may be achieved, showing that the individual must be perfect in order that the organic whole may be perfect, the inner world coming first, since the outer world is only a manifestation of the inner world. So often we tend to blame others, thinking that it is we who are right, without even bothering to examine ourselves. Thus compassion for oneself is first, and we can achieve it by clear thinking and by self-discipline; but to attain to it we must also try to understand and find out the right way to bring up both ourselves and our children. Clear thinking can be superficial unless we practise it from childhood. In the case of compassion, for instance, which includes absolutely all beings including animals, it is difficult to imagine how we can expect to introduce humane education when parents give their children nursery rhymes such as Three Blind Mice and The House that Jack Built. These bring dreadful thoughts to children's minds, completely defeating the object of trying to introduce right thinking and self-discipline.

In the Teaching of the Buddha. as already emphasized, compassion for oneself comes first; so, self-pity, being sorry for oneself, will do harm because such thoughts are of a selfish nature, and will be followed by misunderstanding and anger. Some people, though, are proud to speak of my anger', but anger can never be righteous or justified, because it harms the producer as well as others.

When a person has eventually cultivated the principle of compassion in himself he is in a position to extend it, and he should develop it until it covers the whole of society. the whole country and the whole world, without distinction whatsoever with regard to class, colour or creed. If in so doing he should demand acknowledgment of any kind, this is not true compassion.

It is a good thing to meditate, because training of the mind is the starting point, but I should be happy if the students who attend these classes would also give a thought to compassion. People who come to study classes and lectures should consider what is taught to them and make up their minds to practise accordingly. they should not take themselves too much for granted and forget what they have been taught.

First, then, meditate on compassion for yourself, until your heart and mind are full of it and become it, then enlarge that compassion until it embraces all beings throughout the whole universe. (Venerable Sayadaw Ashin U Thittila)

TÂM TỪ TRONG ĐẠO PHẬT - Tỳ kheo Pháp Thông dịch

Tâm từ (Metta) là một nhu cầu cấp thiết của thế giới ngày nay. Thực vậy, nó là một đòi hỏi to lớn hơn bao giờ hết từ trước đến nay. Như chúng ta biết, thế giới hiện nay đã có đủ vật chất và tiền bạc, chúng ta cũng biết rằng hiện nay có rất nhiều nhà trí thức cấp tiến, các nhà văn, triết gia, tâm lý gia, khoa học gia lỗi lạc. Ngoài ra, chúng ta còn có các nhà hoạt động tôn giáo, các vị đứng đầu về luật pháp, đạo đức và tôn giáo v.v.... Mặc dù, có những con người tài hoa xuất chúng như vậy, nhưng thế gian này vẫn không sao có được một nền hoà bình và hạnh phúc thực sự. Điều đó chứng tỏ rằng còn có một cái

gì đó chúng ta đang thiếu. Cái chúng ta đang thiếu đó là Metta (tâm từ).

Metta là một từ Pali đã được người ta dịch sang Anh ngữ là "Love" (tình thương). Khi bạn dùng từ "Love" bạn đã có những ý niệm hoàn toàn khác trong sự giải thích từ này, và dĩ nhiên là bạn có thể muốn nói đến những gì đó khác hơn, bởi vì đó là một từ đã bị sử dụng một cách lỏng lẻo và trong một vài trường hợp nó còn bị lạm dụng hay dùng sai cả ý nghĩa. Chính vì thế khi bạn nói về tình thương (Love), người ta sẽ có một ý niệm khác. Vì vậy chúng ta dùng từ Pali "Metta" để nói về lòng từ - không phải là loại tình thương uỷ mị theo xúc cảm, nhục dục và thường tình. Như mọi người biết, từ "tình thương" (Love) đã được định nghĩa rất nhiều cách trong Anh ngữ, tuỳ theo quan niệm trong tâm của mỗi người thuộc các tôn giáo khác nhau.

Chẳng hạn, trong một cuốn sách nhỏ vừa mới xuất bản mang tựa đề "Love" (tình thương) mà một người bạn đã tặng cho bần tăng để nghiên cứu, và nhân đây bần tăng cũng muốn phê bình một chút về cuốn sách này. Về các quan niệm đặc biệt khác trong cuốn sách bần tăng sẽ không đề cập đến, mà chỉ muốn trình bày cho quý vị thấy rõ nó khác biệt như thế nào so với Metta - một định nghĩa mà từ "Love" (tình thương) có thể đã dùng. Tác giả cuốn sách là giáo sư của một bộ môn tín ngưỡng hữu thần nào đó rất đáng kính. Theo định nghĩa của ông về "Metta", ở đây ông lại dùng từ Pali của đạo Phật "Tình thương (Love) là Thượng Đế, tình thương tự nó phát ra trong bất kỳ sự sáng tạo nào của Thượng Đế và con người là tối thượng" (Love is God. Love emanates itself in any of the creations of god. Man is fore most). Bần tăng xin phép được trích đọc một đoạn nói về "tình thương" đối với loài vật trong cuốn sách này: "Con người đòi hỏi phải có sinh lực, sức mạnh và sinh sôi nảy nở để phục vụ Thượng Đế... để bảo vệ con người và các loài khác cũng như để kiểm soát thế gian này một cách hiệu quả. Muốn được khoẻ mạnh và có năng lực con người cần phải ăn nhưng thực phẩm bổ dưỡng và vì lý do này mà Thượng Đế đã chỉ thị cho con người giết và ăn thịt.. .bò, lạc đà. Con người

không được phép giết các loài thú hoang... Nếu không, chính họ sẽ trở nên hoang dã theo tiến trình thời gian. Vì thịt của những loài gia súc được con người ăn, cái chất thiện của chúng sẽ hoà nhập với linh hồn con người và như vậy (nguyên văn) nó sẽ gián tiếp được lên thiêng đàng. Cái giá trị này đã được con người chuyển hoá cho nó - một hành động đầy bi mẫn mà con người biểu lộ với loài vật. Trong cuộc sống, việc làm như vậy không tội lỗi gì cả".

Không hề có ý bất kính đối với tác giả, sở dĩ bần Tăng đọc cho mọi người nghe đoạn văn này vì chỉ để tìm sự so sánh. Tác giả đã đặt Metta (tâm từ) ngang hàng với Love (tình thương) theo quan niệm của ông. Đối với người Phật tử chúng ta thì cách nhìn sự vật như vậy khá ngộ nghĩnh. Ý niệm về tâm từ của đạo Phật là như thế nào? Metta đã được các nhà phiên dịch ngày nay dịch sang tiếng Anh là "có khuynh hướng rộng lượng, từ ái, ban rải tình thương đến tha nhân". Tuy nhiên, theo lời dạy của Đức Phật metta mang một ý nghĩa sâu xa hơn - một sự bao hàm rộng lớn hơn so với định nghĩa này rất nhiều. Tâm từ có ý nghĩa nhiều hơn là nhân ái, vô hại (Ahimsa) lòng trắc ẩn. Ở đây cũng nên đề cập thêm một điểm nữa là: theo Thánh Kinh Thiên Chúa "thiện tâm" (good will) được xem là rất tốt. Thế nhưng chúng ta nhớ bức thông điệp thiện tâm mà

các thiên thần truyền rao khi Chúa Con giáng sinh. Thánh kinh nói, các thiên thần đã truyền rao Bức Thông Điệp Thiện Tâm cho thế gian "Bình an dưới thế cho người thiện tâm" (Peace on earth to men of good will). Khi đọc kỹ bức thông điệp này chúng ta nhận ra rằng các Thiên Thần đem sự bình an đến trần thế chỉ cho những người có thiện tâm thôi, chứ không phải cho tất cả mọi người.

Đối với đạo Phật, Metta (tâm từ) được nhấn mạnh, nó mang ý nghĩa sâu xa hơn là thiện tâm. Cũng như sự Vô Hại là nguyên tắc đạo đức vô cùng to lớn và rất tốt, thế nhưng nó chỉ là phương diện tiêu cực. Theo lời dạy của Đức Phật thì Tâm Từ có hai phương diện. Một là tiêu cực, đó là vô sân (Adosa) theo giải thích trong Vi Diệu Pháp; đây cũng là một sự giải thích về Metta nhưng trên phương diện thụ động, nó mang ý nghĩa "vắng mặt sân hận và thù nghịch". Mặc dù vắng mặt sân hận là một điều rất quý, thế nhưng nó không đủ tốt nếu không nhấn mạnh đến khía cạnh tích cực của nó - đó là từ ái; không làm điều ác là tốt nhưng đó chỉ là mặt thụ động - hành thiện là mặt tích cực. Tâm từ (Metta) cũng có phương diện tích cực và năng động của nó vậy.

Tình thương (Love) là gì? Tình thương này cũng đã được tự điển Oxford định nghĩa. Theo Oxford thì Love có nghĩa "sự trìu mến nồng nàn, luyến ái, nhiệt tâm có tính trìu mến v.v..." những từ này được xem là đồng nghĩa với tình thương và chúng hoàn toàn liên quan đến thứ tình cảm thế gian uỷ mỵ. Vì vậy,

Metta không có từ tương đương hoàn chỉnh trong Anh ngữ bởi vì Metta (tâm từ) mang ý nghĩa cao cả hơn sự trìu mến thông tục - tức sự trìu mến nồng nàn. Chữ Pali Metta dịch nghĩa đen là: "tình thân hữu" (Friendliness) - cũng là một loại tình thương nhưng không có ước muốn chiếm hữu mà chỉ ước mong giúp đỡ, hy sinh lợi ích cá nhân cho sự thịnh vượng và hạnh phúc chung của nhân loại. Tình thương này không mang tính chọn lựa hay loại trừ nào cả. Nếu bạn chọn một số người tốt và loại trừ một số người khó ưa, như vậy là bạn đã không nắm bắt rõ ý nghĩa của Metta (tâm từ) này. Tâm từ không phải là một cảm tình huynh đệ, mà là một nguyên tắc đạo đức cho chúng ta thực hành. Nó cũng không chỉ đơn thuần là ý tưởng quảng đại mà là những việc làm thể hiện lòng nhân từ, là một sứ mạng tích cực vì lợi ích của một người và mọi người. Một đề tài - không phải để nói suông mà phải sống với - áp dụng nó trong cuộc sống của chúng ta - làm cho nó thấm nhuần trong bản thân chúng ta. Chỉ khi đó, một nguồn sinh lực mới thấm nhuần đến mọi chúng sinh, không loại trừ bất cứ ai, với những tư duy sáng tạo và năng động của tâm từ, một khi những tư duy này có đủ cường độ, tự động chánh hạnh sẽ theo sau.

Người ta thường đưa ra những ý niệm để phản bác lại những quan niệm khác. Người Phật tử chúng ta không cần đến những quan niệm mới, vì chúng ta đã có quá đủ trong giáo huấn của Đức Phật. Phát xuất từ Tứ Vô Lượng Tâm (Brahma Vihara) Metta (tâm từ) này là một trong bốn phạm trú đó, đủ khả năng để sáng tạo những điều cao thượng, những điều kỳ diệu, để kiến tạo an lạc và hạnh phúc ngay trong cuộc sống gia đình, xã hội và cả thế gian này. Metta - lòng từ trong sạch - bao hàm hết thảy chúng sinh ở khắp mọi nơi, hoặc trên đất liền, trên bầu trời hay trên thiên giới. Nó cũng bao trùm mọi chúng sanh không phân biệt cao hay thấp; bởi vì người nghèo, người hạ tiện, người ác,

người ngu dốt là những người cần đến tâm từ này nhất. Vì trong lòng họ tâm từ đã khô héo vì thiếu tình thương ấm áp và tình thân thiện - Tâm từ này hợp với họ như dòng suối yếu ớt chảy vào bãi sa mạc cằn khô. Lòng từ này bao trùm cả người mình thương hay không thương, người tốt hay xấu, tất cả đều được chia sẻ như nhau cả.

Bạn có thể hỏi: "Chúng ta phải thương cả những người ngu ngốc luôn sao?" - thật là điên rồ! Đó là một câu hỏi rất phổ biến, được hỏi tại những nước Tây phương "Chúng ta phải có lòng từ với rắn rít sao?" phụ nữ Châu Âu cũng đặt vấn đề "Chúng ta phải có lòng từ cả với chuột nữa sao?" vì họ không thích loài chuột. Dù thế nào chăng nữa chúng ta cũng không nên ghét bỏ một người nào cả, cũng như vị bác sĩ không bao giờ ghét bệnh nhân, mà phận sự của ông ta là để chặn đứng, để loại trừ căn bệnh mà người bệnh đang phải đau đớn vì nó. Một lương y có phận sự chữa trị cho con người, không kể người đó là ai;

lòng từ cũng vậy, phải bao trùm mọi chúng sanh không phân biệt. Metta hoàn toàn khác hẳn với sự thèm khát nhục dục mà thế giới ngày nay đã xem nó như là tình thương (Love), cũng như nó đã được ngưỡng mộ và nói đến như một loại cảm xúc trong tình thương. Tâm từ này cao cả hơn rất nhiều; thực sự như vậy, nó là một hình thức tột đỉnh của tình thương. Nó vượt hẳn cái loại tình thương đầy dục tính và uỷ mị.

Về hình thức bề ngoài thì tình thương uỷ mị xem ra rất ngọt ngào, tuy nhiên nó chẳng khác nào ngọn lửa - thực sự nó còn tồi tệ hơn lửa nữa. Một khi nó sinh ra, nó phát triển rất nhanh, có lúc nó ngọt ngào như những bông hoa và rồi có lúc nó lại đốt cháy, thiêu rụi người sở hữu nó, để lại những vết thương lòng và những vết hằn vô cùng xấu xí. Đó là lý do tại sao ở Miến Điện người ta thường nói "Achitkyi, amyetky" (thương nhau lắm thì cắn nhau đau), bạn càng giàu tình cảm, bạn càng nhiều thù hận và khổ đau; bởi vì tình cảm cũng giống như ngọn lửa, rất dễ đốt cháy mọi thứ. Ngược lại, Tâm Từ (Metta) có một ảnh hưởng mát mẻ giống như sự xúc chạm mềm mại của một bàn tay dịu dàng - mềm mại nhưng rất kiên quyết không đổi thay lòng trắc ẩn của nó. Chính vì vậy mà Tâm Từ chỉ tạo ra một bầu không khí an lạc và dễ chịu mà thôi. Khổ đau vì những người mình thương mến không phải là dấu hiệu của lòng từ này. Metta là sức mạnh, vì nó là một loại tâm từ thuần khiết và tạo ra sức mạnh, chứ không phải là sự yếu đuối, uỷ mị.

Bần Tăng xin được đọc, không phải bằng Pali mà là một đoạn dịch từ kinh Từ Bi (Metta sutta), một bài kinh rất có giá trị mà chúng ta thường nghe chư tăng tụng bằng tiếng Pali trong hầu hết các dịp lễ.

Đoạn kinh này đưa ra một điển hình cho chúng ta thấy Tâm Từ thực sự là gì. Tuy đây không phải là một thí dụ hoàn chỉnh, nhưng vì muốn cụ thể hoá cho mọi người dễ cảm nhận nên Đức Phật đã chọn tình thương của một bà mẹ.

Trong kinh Từ Bi ngài dạy:
“Ví như người mẹ hiền,
Suốt đời lo che chở
Đứa con một của mình

Hãy phát tâm vô lượng
Cùng tất cả sinh linh
Từ bi gieo cùng khắp
Cả thế gian khổ hải
Trên dưới và quanh mình
Không hẹp hòi oan trái
Không hờn giận oán thù
Khi đi, đứng, nằm, ngồi
Bao giờ còn thức tỉnh
Giữ niệm từ bi này
Thân tâm thường thanh tịnh
Phạm hạnh chính là đây..... " (V.M dịch).
Đây là mẫu mực Đức Phật đã chống đỡ thế gian này. Nó chính là lý tưởng sống mà con người cần thể hiện đối với con người - nghĩa là phải giúp đỡ lẫn nhau, chia sẻ gánh nặng cho nhau. Đây cũng là lời kêu gọi thức tỉnh mọi con tim, là sự phục vụ đối vơi mọi người bằng hình thức tình thương của bà mẹ. Phải chăng người mẹ chỉ toả rạng tình thương của mình trong việc nuôi dưỡng con cái không thôi? Liệu có người nào có thể bộc lộ được tình thương bất tử như của bà mẹ đối với con mình, tình thương mà bà luôn luôn nuôi dưỡng trong lòng này không? Nếu bạn suy gẫm về tình mẫu tử này, bạn sẽ thấy rằng nó thật là bao la. Chẳng thế mà trong kinh Pali nó được gọi là "Appamana" nghĩa là nó không có giới hạn nào cả.

Tình thương của bà mẹ đối với đứa con duy nhất của mình là một ví dụ được Đức Phật chọn để so sánh với tâm từ. Hãy hình dung tình thương của bà mẹ xem; khi con đói bà thận trọng cho con ăn trước khi nó đòi. Khi con gặp hiểm nguy, bà dám hy sinh cả sinh mạng để bảo vệ con. Thế đó, bà đã giúp con mình trong mọi phương diện. Chính vì vậy mà Đức Phật mong mỏi chúng ta thương yêu mọi người như tình mẫu tử. Nếu chúng ta có thể làm được điều này dù chỉ ở mức độ nào đó thôi, Bần Tăng nghĩ thế gian này sẽ là một nơi khác - hạnh phúc hơn và bình an hơn.

Mặc dù chúng ta nói rất nhiều về tình thương và lặp đi lặp lại cái công thức "Sabbe satta avera hontu, avyapajjha hontu v.v..." (cầu cho tất cả chúng sinh thoát khỏi nguy hiểm; cầu cho tất cả chúng sinh không còn bị áp bức v.v...) nếu tâm ta không thực sự từ bi thì làm sao có thể mang lại kết quả. Đoạn kinh này không phải để tụng đọc suông. Đức Phật không yêu cầu chúng ta phải học thuộc lòng những lời của ngài chỉ để tụng suông như vậy. Về bản chất chúng chỉ là những toa thuốc. Vị lương y có thể chẩn bệnh, tìm ra nguyên nhân căn bệnh cho bạn và kê toa thuốc theo những gì ông ta tìm ra đó. Thế nhưng, liệu bệnh của bạn có được chữa lành chỉ đơn thuần bằng cách đọc đi đọc lại cái toa thuốc đó không? Cũng như bạn có thể có một phương thức làm thế nào để nấu các món ăn, chẳng hạn như làm sao để nấu món cà ri cho thật ngon. Bạn có thể đọc đi đọc lại cái công thức đó, nhưng chắc chắn sẽ không có món cà ri được.

Vì vậy, tụng đọc là điều không thực tế. Lý thuyết là tốt nhưng vẫn không đủ tốt, vì nó không phải là cứu cánh của một vấn đề, nó chỉ là bước khởi đầu thôi. Cũng thế, tụng đọc Từ Bi kinh là tốt, nhưng Đức Phật không có ý định thuyết kinh đó để chúng ta tụng suông, Ngài khuyến khích chúng ta nên theo những lời chỉ dẫn của ngài trong kinh để hiểu rõ tâm từ là gì, Metta là trạng thái tâm đẹp nhất trên thế gian. Vì vậy, lời khuyên của Bần Tăng là, chúng ta không nên tự mãn với việc chỉ đọc tụng kinh điển mà thôi, mà phải cố gắng hiểu rõ ý nghĩa của kinh trên quan điểm thực hành và "trở thành một với kinh" - đó là làm cho nó hoà nhập trong cuộc sống của chúng ta, vấn đề là ở chỗ đó. Thiền không phải là chỉ đơn thuần tư duy đến nó, mà phải thực hành Metta trong đời sống hàng ngày của chúng ta. Bần Tăng mong quý vị hành thiền một chút về loại thiền tâm từ này. Để giúp quý vị làm quen với việc hành thiền, bần tăng sẽ chỉ cho quý vị một pháp hành đơn giản mà quý vị có thể hành ở bất cứ nơi nào cũng được.

Bây giờ, trở lại với bức thông điệp của tình thương. Chúng ta được yêu cầu là phải có lòng từ đối với tất cả chúng sanh như tình thương của người mẹ đối với đứa con độc nhất của mình. Vì thế cho nên, tâm từ phải đi đôi với sự sẵn lòng giúp đỡ, với thiện chí và một tinh thần hy sinh cao cả vì lợi ích của người khác.

Trong Trường Bộ Kinh (Digha Nikaya), Đức Phật dạy rằng hầu hết mọi đức hạnh như lòng vị tha, trắc ẩn và từ ái đều bao gồm trong Metta (tâm từ) này. Nếu như chúng ta thực sự có lòng từ, chúng ta có thể có hầu hết các đức hạnh này; chúng ta có thể ban rải một sự an lạc cao quý và rộng khắp. Chính tâm từ này đã cố gắng tháo bỏ mọi chướng ngại ngăn cách giữa chúng sinh này với chúng sinh khác.

Một số người có thể hoài nghi không hiểu tâm từ này có thể làm nền tảng vững chắc cho chính sách hoà giải hay không? Nhiều người còn xem tâm từ như một đức tính của phái nữ. Họ nói đó là một đức hạnh mềm mỏng, nhu mì của phái nữ. Nhưng tâm từ thực sự là một sức mạnh năng động của nam giới, nó có thể phá bỏ mọi chướng ngại và có tính cách xây dựng. Ai là người đã xây dựng được những Đế quốc bền vững nhất? Đó có phải là Alexander đại đế, là Cesar hay là Đức Phật? Chúng ta thường đề cập đến đế quốc La Mã, đế quốc Pháp, đế quốc Nga. Thử hỏi những đế quốc đó hiện giờ nơi nao? Những đế quốc đó chỉ kéo dài trong nhất thời vì chúng được dựa căn bản trên thù hận, ngã mạn và lừa dối. Chúng không dựa trên từ bi. Bất cứ chính sách nào mà người ta sử dụng nếu không dựa trên nguyên tắc từ bi thì chắc chắn nó không thể tồn tại lâu dài được.

Liên hệ đến điều này, Bần Tăng muốn dùng một hình ảnh để thí dụ. Cuộc sống giống như một bánh xe to lớn, chuyển động liên tục. Bánh xe lớn này có vô số những bánh xe nhỏ trong đó và mỗi bánh xe nhỏ có những kiểu mẫu riêng của nó. Bánh xe lớn và các bánh xe nhỏ - hay vũ trụ rộng lớn và các cá nhân sống trong đó liên kết chặt chẽ với nhau đến độ chúng ta phải tuỳ thuộc vào nhau để phục vụ, để có được hạnh phúc và để phát triển. Chính vì vậy, bổn phận của chúng ta là phải khai thác triệt để những cái hay của mình - cái hay, cái thiện đó phải hài hoà với khuôn mẫu của thế gian. Muốn cho tất cả các bánh xe xoay chuyển hài hoà với nhau, cái tốt đẹp nhất trong mỗi người chúng ta cần phải được phát huy. Chẳng hạn như trong một chiếc xe, muốn cho nó chạy tốt -

sử dụng được thì mọi cơ phận của nó phải được hoàn chỉnh. Nếu chúng ta muốn tạo lập một gia đình hạnh phúc, an vui, một mái nhà ấm cúng hoà thuận, thì mọi người trong căn nhà đó hay ít nhất cũng là đa số những thành viên của gia đình đó cần phải hoà hợp với nhau. Nếu bản thân chúng ta muốn đóng góp vào sự hài hoà đó, thì các đức tính tốt của ta cũng phải được phát triển sao cho phù hợp với an vui và hạnh phúc của mọi người.

Điều này chúng ta có thể làm được ngay tại đây và bây giờ bằng cách thực hiện những phận sự hàng ngày, hàng giờ của mình với từ ái, nhã nhặn và chân thực. Cái lý tưởng mà Đức Phật đặt ra trước chúng ta là sự hỗ tương phục vụ - con người sống cần có nhau, giúp đỡ lẫn nhau, chia sẻ những khó khăn cho nhau. Trong Nikaya (Kinh Tạng) có đề cập đến ba loại phận sự mà chúng ta phải thực hiện - hay còn gọi là ba mẫu mực cư xử dành cho một vị Phật. Tiếng Pali là: "Buddhatta Cariya, natattha cariya, Lokattha cariya" (phận sự nỗ lực để thành đạt Phật quả, làm lợi ích cho thân quyến và bè bạn, làm lợi ích cho toàn thế gian). Tương tự như vậy, mỗi chúng ta cũng có ba mẫu mực phải hành xử - "Atta - Cariya", nghĩa là nỗ lực để phát triển tự thân sao cho đạt được hạnh phúc, tự tu và tự ngộ. Mẫu mực cư xử thứ hai là "Natattha Cariya" là làm lợi ích cho bà con thân quyến và bè bạn. Thứ ba là làm lợi ích cho toàn thế gian không phân biệt giai cấp, màu da hay tín ngưỡng - "Lokattha Cariya". Đức Phật yêu cầu chúng ta thực hành ba loại hành xử này.

Đạo Phật là một con đường nhằm phát triển tự thân - là sự giáo dục tâm hồn. Vì vậy công việc của chúng ta là phải thực hành ba nguyên tắc Đức Phật đã đề ra ở trên để tinh lọc bản chất của chúng ta, để nâng mình lên bình diện của một con người.

Giáo dục hiện đại như quý vị đã biết, là một nền giáo dục chỉ chú trọng đến các phương tiện kiếm ra tiền, làm thế nào để sắp đặt và kiểm soát nó. Trong khi đạo Phật nhằm vào việc giáo dục, dạy dỗ tâm. Vì thế cho nên, nếu tôn giáo

chỉ được đón nhận như một niềm tin có tính tri thức trong tâm thôi thì không có sức mạnh nào cả. Nếu tôn giáo không có thực hành, chúng ta không thể tạo được chút hiệu quả nào. Trong Pháp Cú kinh (Dhammapada) Đức Phật có dạy:

"Như bông hoa tươi đẹp
Có sắc nhưng không hương
Nói hay, làm không được
Kết quả có chi lường" (Pháp Cú, 51)
Chính vì vậy hành động chứ không phải suy đoán; thực hành chứ không phải lý thuyết mới là vấn đề. Cũng theo Dhammapada thì "ý chí" nếu không có hành động tương xứng kèm theo, không có gì đáng kể cả, do vậy cái chính của đạo Phật là phải thực hành những lời dạy cao quý này.

Liên quan đến điểm này, bần tăng cũng muốn nói thêm rằng tâm từ (Metta) - lòng từ bao la này - thường có mặt khi có sự liên hệ đến người khác, nhưng trên thực tế thì từ ái với chính mình phải có trước. Nó không phải là một tình thương vị kỷ, mà là tình thương dành cho bản thân - một loại tình thương thuần khiết - đến trước. Khi chúng ta

hành thiền từ ái, chúng ta rải tâm từ đến bản thân mình trước (Aham avero homi v.v..) (cầu mong cho tôi thoát khỏi mọi điều tai hại). Nhờ có lòng từ thuần khiết (Metta) như chúng ta đã định nghĩa, với chính mình như vậy; những khuynh hướng ích kỷ, thù hận, nóng nảy sẽ bị tiêu trừ. Vì vậy, trừ khi bản thân chúng ta có tâm từ trong người, bằng không chúng ta chẳng thế nào chia sẻ với ai được, chúng ta không thể rải hay gởi gấm tâm từ này đến người khác được.

Giả sử bạn không có tiền trong túi thì làm sao bạn có thể cho ai được, dù chỉ là một xu nhỏ thôi? Vì vậy, thiền từ ái cần phải khởi sự với tự thân trước; bạn có thể nói là tôi thương bản thân mình được chứ?. Nếu bạn có thể nói bạn yêu bản thân mình, liệu bạn có thể tự hại mình bằng cách nuôi dưỡng những ý tưởng thù hận trong tâm không? Nếu bạn thương một người liệu bạn có hại người đó được không? Không bao giờ. Thương bản thân mình nghĩa là sống không ích kỷ, thù hận, nóng nảy v.v.... Vì thế cho nên, để bản thân chúng ta thoát khỏi những cảm giác không đáng ưa này, chúng ta phải thương hay có lòng từ với chính mình. Theo Đức Phật thì trước tiên hãy thương tự ngã mình, vì đạo Phật luôn luôn chú trọng đến tinh thần tự giác, chỉ khi nào có tự giác chúng ta mới làm lợi ích cho tha nhân một cách hiệu quả được. Chúng ta nói về độ tha hay giác tha, chính là nói đến việc giúp đỡ cho tha nhân này; tuy

nhiên, như Đức Phật đã dạy: "Nếu một người không thể tự độ mình, họ không thể độ người khác được".

"Người trí trước đặt mình
Vào nếp sống chánh hạnh
Sau ra giáo hoá người
Ắt khỏi bị khiển trách" (Pháp Cú, 158)

Cũng trong kinh Pháp Cú Đức Phật dạy rằng: "không kẻ thù nào có thể làm hại con người tồi tệ hơn là chính những ý nghĩ tham ái, sân hận và ghanh ghét v.v..của họ".. "Kẻ thù hại kẻ thù Oan gia hại oan gia Không bằng tâm niệm ác Do chính ta hại ta" (Pháp Cú, 42)

Nếu người ta không tìm thấy an lạc trong tự thân, họ không thể nào tìm nó ở nơi nào khác. Kinh Điển cũng thường nói rằng: "Người không tự chế được mình sẽ không tìm thấy an lạc". Trong công việc phụng sự xã hội, cái gọi là những người làm công tác xã hội sẽ không cảm thấy an vui trong khi thi hành những phận sự của họ, nếu như bản thân họ không an tịnh. Nếu như tự thân họ không an tịnh chắc chắn họ không thể đem an lạc đến cho mọi người được. Vì vậy, chúng ta phải được rèn luyện một cách thích hợp không những về sự tổ chức bên ngoài mà còn cả ở sự tu dưỡng nội tâm trong chúng ta.

Trong trường hợp của rất nhiều người mệnh danh là làm công tác xã hội, điều thực sự mà họ đang làm là chỉ dẫn người khác phải làm những gì giống như những ông chủ vậy, và rồi họ nói rằng: "Chúng tôi đã cố gắng hết cách, nhưng mọi người không tỏ thiện chí chấp nhận sự giúp đỡ của chúng tôi". Thực ra mọi người đều rất cần sự giúp đỡ, thế nhưng sự giúp đỡ đó phải được thể hiện một cách ân cần theo nhu cầu mà họ

mong đợi, chứ không phải theo tư ý của người giúp. Muốn được như vậy người phục vụ xã hội chân chánh phải là một người có lòng từ ái đối với bản thân mình trước đã - nghĩa là trong lòng họ phải chứa đầy tình thương, một tình thương thuần khiết, không ích kỷ. Chỉ lúc đó họ mới có thể cảm nhận được hạnh phúc gấp đôi; đó là bản thân họ có lòng yêu thương trong sạch, chân chánh, cảm thấy hân hoan trong khi giúp người khác, đồng thời làm cho người khác an vui.

Chúng ta nhớ những mẫu chuyện tiền thân (Jataka) của Đức Phật, khi còn là một vị Bồ Tát ngài luôn luôn nỗ lực tự hoàn thiện mình bằng cách giúp đỡ

mọi người - sao cho người khác được an vui, và niềm vui của người khác thúc đẩy ngài hoàn thiện hơn nữa để phục vụ.

Lại nữa, nếu một người không thể thành thực với bản thân mình làm sao họ có thể thành thực với người khác được. Một bác sĩ không có những kinh nghiệm và phẩm chất theo yêu cầu có thể cố gắng giúp bệnh nhân, nhưng việc làm của ông ta không chừng chỉ làm hại thêm cho bệnh nhân. Vì vậy, một người lãnh đạo của bất kỳ xã hội, chính trị hay tôn giáo, nếu không tu dưỡng tâm có thể đưa những người theo mình đi lạc hướng.

Chúng ta quá chú trọng đến việc luyện tập bề ngoài đến độ quên đi sự tu tập bên trong, việc tu dưỡng bản thân mình. Chúng ta thích dạy dỗ kẻ khác và quên việc dạy mình. Chúng ta có khuynh hướng luôn luôn cho mình là đúng còn mọi người đều sai. Việc đổ lỗi cho người khác dường như đã trở thành một đặc tính chung của mọi người, chẳng hạn khi trễ nải một việc gì, chúng ta liền đổ thừa hoan cảnh... nào là vì vợ, vì bạn bè hay một người nào đó v.v... bần tăng không có ý muốn nói là chúng ta chỉ nên tự trách mình thôi. Khổng Tử có câu nói rằng: "Kẻ ngu dốt trách cứ người, kẻ có học tự trách mình, con kẻ hiểu biết không trách ai cả". Thật là một câu nói rất minh triết. Vấn đề là ở chỗ "Đâu là cái sai chứ không phải ai là người sai".

Theo nguyên lý của đạo Phật, tự độ mình là ưu tiên; sự hoàn thiện cá nhân phải được chú trọng trước nhất, có được như thế thì toàn thể cơ cấu mới hoàn hảo. Thế giới bên ngoài chính là sự phản ánh bản chất nội tại của chúng ta.

Để kết luận bài giảng, bần Tăng mong quý vị dành ít phút để hành thiền từ ái, để cho thân, khẩu, ý của chúng ta thấm nhuần từ bi.

Từ một cái tâm có tu tập này, những ý nghĩ, lời nói và hành động của chúng ta mới chân chánh và từ hoà được. Hành thiền thực sự, trước tiên chúng ta làm tràn ngập chính mình với ý nghĩ từ bi "cầu mong cho tôi được an vui hạnh phúc". Sau một lúc chúng ta mở rộng lòng từ đến tất cả mọi người, nguyện thầm trong tâm "cầu mong cho tất cả chúng sanh đều được an vui, hạnh phúc". Nghĩ sao thì cảm nhận như vậy. Chúng ta cũng cố gắng thấy thế gian này được ngập tràn với lòng từ của chúng ta, với tâm ước mong mãnh liệt rằng mọi người, mọi vật đều được an vui, một ước mong như ước mong của bà mẹ đối với đứa con độc nhất của mình vậy.

Nếu quý vị rải tâm từ này trước khi đi ngủ, bần tăng cam đoan rằng quý vị sẽ có một giấc ngủ an lành kỳ diệu. Nếu quý vị có thể duy trì tâm từ này mãi

mãi, chắc chắn quý vị sẽ có một cuộc sống an hoà, hạnh phúc và thành công, mọi người sẽ yêu mến bạn vì bạn đang từ ái với mọi người. Thế gian cũng như tấm gương soi, nếu bạn nhìn vào gương với khuôn mặt tươi vui, bạn sẽ thấy khuôn mặt xinh đẹp tươi vui của mình. Nếu bạn nhìn với khuôn mặt đưa đám, như người Anh thường nói, chắc chắn bạn sẽ thấy khuôn mặt vô cùng xấu xí của mình. Trong hình thức chào hỏi cũng có một câu thành ngữ tương tự "Chào bạn, thế gian này đối xử với bạn thế nào?" câu trả lời thường là "Tốt, tôi rất an vui". Nhưng với người Phật tử, câu trả lời sẽ là "Tốt, thế gian đối với tôi cũng như tôi đối với thế gian này vậy".

Nếu quý vị xử sự với thế gian một cách hợp lẽ, nhân từ, thế gian cũng sẽ đối xử lại với bạn nhân từ như vậy. Chúng ta không nên trông đợi mọi người đối xử với chúng ta tử tế trước, mà chúng ta cần phải xử sự tốt đẹp với mọi người trước. Đó là cách sống của người Phật tử chân chánh. “Chân thành cám ơn Tỳ kheo Pháp Thông đã gửi tặng bản vi tính” (Bình Anson, 08-2002) -ooOoo-

Wisdom And Compassion - Now a few words on the combination of wisdom and compassion. In Tibetan Buddhism, these are considered the two most important aspects of practice. Just like a bird needs two wings to fly; a very compassionate person without wisdom is only a likeable fool, and a person with wisdom and no compassion is like a lonely hermit in an ivory tower...Both will reinforce each other: once we realise how interrelated we all are, it is hard not to feel some level of compassion, and once we feel compassionate to others we realise our interrelatedness.

Ánh Sáng Trí Tuệ và Từ Bi

Đức Thế Tôn dạy, lúc lâm chung nếu tâm của chúng sanh có 5/10 phần tình (vọng tưởng, vô minh, phiền não, sân giận...) và 5/10 phần tưởng (thanh tịnh, sáng suốt, hoan hỷ, từ bi...) thì chúng ta sẽ tái sanh trở lại vào cõi Người. Nếu phần tình nhiều hơn phần tưởng sẽ bị rơi vào ba đường ác đạo; và ngược lại nếu phần tình ít hơn phần tưởng thì chúng ta sẽ được sanh vào cõi thiện lành cao hơn, có nhiều phước báo hơn như A-tu-la, Trời, Thanh Văn, Duyên Giác, Bồ-tát hay Phật.

Cõi Người mà chúng ta đang sống giống như ranh giới giữa bóng tối và ánh sáng. Bóng tối là vô minh, là tội lỗi, sân giận và phiền não; còn ánh sáng là trí

tuệ và từ bi. Hằng mỗi sát na trong cuộc sống ở thế gian này chúng ta đều đang chịu ảnh hưởng bởi thế lực trái nghịch của hai năng lượng này.

Do đó mục đích chánh yếu của sự rèn luyện và tu tập trong đạo Phật là kết tập năng lượng thanh tịnh từ bi vào nội tâm của chính mình, để phát triển phần tưởng vượt cao hơn phần tình, xa lìa bóng tối mà tiến sâu hơn vào ánh sáng của trí tuệ và từ bi. Khi đã được sống trong ánh sáng của trí tuệ từ bi rồi thì phải duy trì và phát khởi tác dụng lực ánh sáng năng lượng vô biên này, trước là tự lợi sau là lợi tha.

“Phát tâm Bồ Đề, nhất tâm niệm Phật” là phát huy năng lượng ánh sáng trí tuệ và từ bi ở trong nội tâm, cũng là cách duy trì và phát khởi tác dụng cái năng lượng ánh sáng này đến khắp quần sanh. Câu Phật hiệu A Di Đà có năng lực phá tan bóng tối của đêm dài ưu não, giúp cho không gian xung quanh thơm ngát xán lạn. Những chúng sanh hữu tình hay vô tình lọt vào khoảng không gian này nghe đặng âm thanh, ngửi được hương thơm thảy đều an lạc mà phát khởi tâm từ hành thiện.

Người niệm Phật phát tâm Bồ Đề, từ bi, thanh tịnh, chánh trực và bình đẳng càng rộng xa bao nhiêu, thì thời không ảnh hưởng của ánh sáng trí tuệ từ bi này sẽ càng rộng xa bấy nhiêu. Đấy cũng là nguyên nhân vì sao mà ánh sáng quang minh của Đức Phật A Di Đà đã được Phật Thích Ca Mâu Ni, cũng như mười phương chư Phật xưng dương tán thán là “Quang Trung Cực Tôn Phật Trung Chi Vương!”

Thường ngày trong cuộc sống chúng ta đã và đang lãng phí rất nhiều năng lượng bởi những duyên trần và làm tay sai cho chúng; chẳng hạn như những vọng niệm về vọng tưởng, tham muốn, tức giận, bất mãn… Tham lam và tức giận là trạng thái của nội tâm không được hài hòa ngay với chính mình và thế giới bên ngoài, tạo ra năng lượng bóng tối, sẽ tự gây khó khăn và làm chướng ngại duyên Phật của mình.

Nên người niệm Phật phải luôn hoan hỷ và tự tại đối tất cả các pháp, nên xem tất cả ngoại cảnh (thuận hay nghịch) chỉ là sự thử nghiệm sức ‘định huệ’ của mình.

Nếu bạn không thể buông xả và tha thứ mà lại tìm kiếm bất kỳ hình thức nào để trả thù hay chống trái lại đối phương (người gây phiền não cho bạn), thì bạn và họ đều giống như nhau. Vì nếu bạn tự nhận là nạn nhân của họ, tức bạn và họ sẽ cùng nhau liên kết hình thành ra năng lượng xấu ác, tạo ra màn

bóng tối sân giận bao trùm cái không gian sinh hoạt nhỏ hẹp của bạn và những người cùng liên kết tạo nghiệp ấy. Họ có thể không xứng đáng được nhiều thiện cảm từ nơi bạn bởi những ý nghĩ, lời nói và hành động tàn ác của họ đối với bạn; nhưng nếu bạn có trí tuệ và lòng từ bi bạn sẽ hiểu để không mê, để rồi cùng liên kết tạo nghiệp chung với họ, không nên tạo cơ hội cho bóng tối thêm phần dầy đặc.

Muốn được vậy bạn hãy nên thường tư duy rằng: “Ta là một Phật tử (con Phật) và sẽ là một vị Phật trưởng thành trong tương lai. Do đó ta phải học tập và vận dụng khả năng đang có để phát huy năng lượng của ánh sáng trí tuệ và từ bi, hầu giúp phá tan màn đêm u tối cho mọi loài. Sự thành tựu này chỉ có được do ở công phu buông xả, và sự tu tập nghiêm mật để thành tựu sức ‘định huệ’.”

Có những người tuy có kinh nghiệm tu tập, cũng thông rõ các pháp học và hành của Phật giáo, nhưng vì tập khí vô minh hiện hữu từ vô thỉ vẫn chưa hết sạch nên đôi khi có hành động ngược với ‘tự tánh’ để bị rơi vào trong bóng tối. Nhưng nhờ vào sự huân tập hằng ngày nên họ có khả năng đảm lãnh nhanh chóng nhận biết về sự sai lạc, liền tự quay trở về với ánh sáng. Do sự giác ngộ nhanh chóng này, ác nghiệp chưa đủ duyên để thành hình, xem như họ vượt qua được những thách thức.

Nên việc tu tập thường ngày như phụng kinh, trì giới, niệm Phật hay thiền định... đều là những phương pháp do Phật và chư Tổ khuyên dạy nhằm giúp chúng ta duy trì chánh kiến và sức định huệ, để luôn hiện hữu trong ánh sáng của trí tuệ từ bi.

Hòa Thượng Tịnh Không nói: "Thỉnh Phật trụ thế," trong Phổ Hiền Thập Đại Nguyện Vương, cũng có nghĩa là phát khởi Phật tánh của chính mình ngay ở trong thế gian này. Nói cách khác là nếu chúng ta có thể thân chứng và phát khởi được Phật tánh trong thế giới ô trược này thì đồng nghĩa coi như làm được việc "thỉnh Phật trụ thế." Nên 'thỉnh Phật trụ thế,' không hẳn phải là thỉnh một vị Phật nào khác ở bên ngoài, mà nó bao gồm luôn cả vị Phật trong tự tánh của chính mình. Để thỉnh được vị Phật trong tự tánh của mình trụ thế, chúng ta phải tu chứng pháp Tam Muội (Chánh Định).

Trong kinh "Đại Phương Đẳng Như Lai Bất Tư Nghì Cảnh Giới", Ngài Đức Tạng bạch với Ngài Phổ Hiền Đại Sĩ rằng: "Nếu có người muốn chứng tam muội cần phải tu phước đức bố thí, trì giới, trí huệ ra làm sao? Cúi xin Ngài dạy bảo!"

Phổ Hiền Bồ-tát là bậc hiện thân thành Chánh Giác, giáo hóa chúng sanh khắp các thế giới thanh tịnh trong mười phương, bảo với Ngài Đức Tạng rằng:

"Nầy Phật tử! Nếu có người nào muốn chứng tam muội nầy trước tiên hết nên tu phước tích chứa căn lành là nên hằng thường cúng dường Phật, Pháp, Tăng và cha mẹ, luôn luôn chở che săn sóc cho tất cả kẻ nghèo cùng khổ sở không được ai cứu giúp không nơi nương tựa rất đáng thương xót, chính ngay thân thể mình cũng không tiếc rẻ.

Tại sao? Vì cúng dường Phật được phước đức vĩ đại mau thành tựu trí giác vô thượng và cũng được năng lực làm cho chúng sanh đều được an lạc.

Cúng dường pháp được báo trí huệ tăng trưởng chứng pháp tự tại có khả năng thấu rõ thật tánh của tất cả pháp.

Cúng dường chư Tăng được tăng trưởng vô lượng tài sản phước đức trí huệ thành tựu được Phật đạo.

Cúng dường cha mẹ, hòa thượng, tôn sư và các vị mà mình nhờ cậy, đó là những bậc có công ơn lớn nên phải thường nhớ đến thâm ơn, luôn nghĩ các báo đáp lại bội phần. Tại sao? Vì kẻ biết ơn dù ở trong sanh tử nhưng căn lành không bao giờ hư hoại, còn kẻ không biết ơn căn lành diệt mất sẽ tạo tác nghiệp ác, vì thế đức Như Lai ca ngợi kẻ biết ơn chỉ trích người vong ơn.

Lại còn thường thương xót cứu giúp các chúng sanh khổ sở, Bồ-tát do căn lành rộng lớn nầy, không bao giờ thối thất nơi trí giác vô thượng."

Nếu bây giờ bạn thật sự có cảm nhận tất cả chúng sanh muôn loài (vô tình và hữu tình) đều là Phật, đều là các bậc đáng được bạn cung kính cúng dường là bạn đã đạt đến mức độ làm chủ của ánh sáng vô lượng, dầu ở bất cứ cảnh giới nào đi hay ở thì cảnh báo tuyệt vời, hương thơm và những ánh sáng vẫn luôn tỏa khắp.

Lại nữa, nếu bạn còn có chủ ý đánh thức chúng sanh mau giác ngộ để cùng được giải thoát, tức bạn đang duy trì vững chắc trên con đường nhất định, đó là con đường thẳng

tắp bảo đảm tiến tới thành Phật.

Nhờ vào Chánh Kiến, sức Định Huệ và lòng Từ Bi vô hạn của bạn, trong bất kỳ tình huống nào xảy ra: trực tiếp hoặc gián tiếp, bạn sẽ luôn giải quyết mọi

việc một cách mạnh mẽ nhanh chóng, vì bạn đã quẳng lại sau lưng các nguồn năng lượng thấp kém của bóng tối, nên bạn rất vững chắc và rõ ràng trên con đường thẳng tiến tới thành Phật.

Thực tế nhiều bạn cũng mong muốn đạt tới cảnh giới thuần thiện tinh khiết, nhưng lại là nguyên nhân gây ra mâu thuẫn giữa bạn với gia đình, người thân thuộc và bè bạn. Do điều kiện của bạn trong cuộc sống hiện tại trên trái đất này, làm những mối quan hệ gần gũi của bạn đối với những người thân yêu bị hạn chế – đặc biệt là khi bạn có xu hướng muốn nhập thể cùng với một nhóm hữu tình Thiện trí thức – tất bạn sẽ gặp phải sự mâu thuẫn và nhiều khó khăn.

Cũng nên biết rằng những mối quan hệ tương quan thương ghét, thân thù... đều được hình thành do nghiệp nhân quả báo mà bạn đã kết tập từ trong thời gian rất dài ở quá khứ, có thể nói là từ nhiều đời nhiều kiếp trước.

Nhưng cũng không thể vì những cái khó khăn này mà bạn lại đầu hàng, bạn phải có lòng tin mãnh liệt thuận theo cái sở nguyện riêng của chính mình để tiến đến mục tiêu vãng sanh thành Phật.

Trong thời gian tự lực để thực hành đạo giải thoát, bạn sẽ tìm kiếm ra những người bạn thật sự (Thiện trí thức) giúp bạn không bị lôi kéo bởi những ý kiến của người không cùng chung chí hướng. Và sự cần thiết để giúp thăng hoa con đường đi của bạn là thường xuyên thúc liễm thân tâm bạn, cũng như giúp đỡ những người khác cùng thực hành như vậy.

Bạn nên tôn trọng cũng như tuân theo trực giác của chúng sanh quanh bạn hầu giúp đỡ họ, chính nhờ vào sự liên kết tình yêu với lòng từ bi rộng lớn ấy sẽ giúp cho mọi việc dễ thành tựu. Vì thế mà Ngài Phổ Hiền Đại Sĩ đã dạy chúng ta nên "hằng thuận chúng sanh," để "từ bi biến pháp giới, thiện ý khắp nhân gian" là vậy.

Trong tương lai nếu bạn thành đạo, với 'túc mạng thông' bạn sẽ hiểu ra rằng: người bạn thù oán nhất lại chính là người mà bạn đã từng thân thiết nhất trong những đời trước. Có 'tha tâm thông' thì những người thân yêu của bạn dầu ở trong bất cứ cảnh giới nào, cũng sẽ không bao giờ rời xa tầm mắt của bạn. Hơn thế nữa, lòng bàn tay của bạn có thể nắm trọn cả 'tam thiên đại thiên thế giới,' không có một tâm ý nào của chúng sanh mà bạn chẳng biết đến, không có một pháp nào để giáo hóa chúng sanh mà bạn chẳng thông rõ.

Khi bạn phát khởi được tâm tứ vô lượng (từ, bi, hỷ, xả), bạn có thể bắt đầu cảm nhận thấy được nhiều điều tốt hơn về cuộc sống. Niềm vui và hạnh phúc của bạn là luôn biết tri ân, cung kính và thương yêu. Bạn sẽ có năng lượng ánh sáng với tầm thước cao hơn, đó là hạnh phúc chân thiện mỹ. Bạn cũng sẽ cảm thấy yêu tất cả mọi thứ xung quanh bạn, đó là sự phấn khởi và yên bình, cho dù bạn rời bỏ để đi đến nơi nào khác, bạn vẫn

hiện hữu trong ánh sáng đó mãi mãi.

Ánh sáng của trí tuệ và từ bi là nguồn năng lượng tạo ra hòa bình và sự hòa hợp tồn tại ở khắp mọi nơi. Nó tương tự như kinh nghiệm của một số bạn khi ra khỏi cơ thể và nhập vào các khu vực rộng lớn đầy ánh sáng, rời xa những cảnh ngục tù u tối. Với năng lực của ánh sáng vô tận này, bạn có thể cứu độ muôn loài chúng sanh hữu tình hay vô tình bằng cách khôi phục lại sự cân bằng giữa họ với thiên nhiên, và cùng hòa hợp với tất cả các dạng sống khác trong đại vũ trụ không cùng tận bao la.

Tôi tin tưởng rằng Phật tử chúng ta, theo sự giáo hóa của Phật đà, đã và đang nâng cao trái tim và trí tuệ của mình. Do đó, khi chúng ta giúp đỡ hữu tình với lòng từ bi không điều kiện, chúng ta luôn mong muốn họ nhận được những gì tốt đẹp nhất, đó là ánh sáng của 'Trí Tuệ và Từ Bi'. Diệu Âm Trí Thành (Canada)

Compassion and Insight

Dogen Kigen - Thiền Sư Đạo Nguyên (1200-1253) - was often considered the greatest religious philosopher to have lived in Japan in premodern times. His extensive works are still widely read in Japan…Let's begin with a short biographical story that draw together a number of Dogen's concerns.

Several of the monks at Dogen's monastery had noticed a deer grazing nearby. They began to feed it scraps of food. After a while the deer became trusting and would eat out of their hands. Having taken the heart Dogen's teachings about the universality of Buddha-nature, the monks were pleased with themselves. However, Dogen was less happy when he heard about the deer. When a suitable opportunity arose, he threw sticks and stones at the deer, which ran away frightened. The monks were scandalized by Dogen's actions and confronted him demanding an explanation. "We were kindly feeding the deer, but you have cruelly thrown stones at it so it no longer visits."

"So you think you were being compassionate, do you?" Dogen replied. "It is dangerous for a deer to become accustomed to people." The monks protested. "We would never do anything to hurt it. We were just feeding it."

"No, you didn't intend to hurt the deer, but what if the next person your tame deer met was a hunter?"

This story highlighs a common problem. We hear wonderful stories about the importance of compassion and kindness in Buddhism. Compassion almost defines Buddhism for some people. Of course, we want to develop similar love and compassion for all beings. But compassion without insight, Dogen is warning us, can do more harm than good. It is little better than a blind person fumbling in the darkness. Dogen is not telling us to restrict our compassion in any way, but he is advising us to be fully aware of its implications.

If you feel sorry for the homeless alcoholic, it is compassionate to give him money? Consider whether the money you give may help him buy the last bottle that kills him. Might it not be better to help by giving him food or clothing, gifts that cannot cause

harm? At the same time, it is important that you do not become hardened or reluctant to perform acts of compassion. Beware of becoming a person who has developed great insight and knowledge but neglects everyday acts of kindness. Buddhism without compassion is meaningless; its very soul turned cold. Compassion without insight is blind and potentially harmful. Insight without compassion can lead to a callous disregard for the sufferings of others. In Dogen's view, Enlightenment or Buddha-mind is characterized by the harmonious balance of compassion and insight, which he so well exemplified in his own life.

Thiền sư Nhật Dogen Kigen - Đạo Nguyên Hy Huyền (1200-1253), cũng thường được gọi là Eihei Dogen, là vị tổ sáng lập tông Tào Động tại Nhật.

Dogen sanh năm 1200 trong một gia đình quý tộc tại Kyoto, thân phụ của Dogen là Kuga Michichika giữ chức vụ quan trọng trong triều đình. Từ nhỏ Dogen đã tỏ ra rất thông minh. Mới 4 tuổi Dogen đã biết đọc những bài thơ bằng chữ Hán, năm 9 tuổi đã đọc bản tiếng Hán cuốn Abhidharma (Thắng pháp). Cuộc đời khó khăn vì cha mất khi Dogen mới lên 2, mẹ mất lúc 7 tuổi. Một người trong họ là Minamoto, một vị quan trong triều đình, đem Dogen về nhận là con nuôi và tính dạy dỗ Dogen theo con đường khoa bảng để sau này nối nghiệp. Nhưng vì hoàn cảnh mồ côi sớm đã gây xúc động mạnh khiến

Dogen thấy rõ lý vô thường nên quyết định xuất gia để tìm hiểu ý nghĩa về vấn đề sinh, tử. Đến năm 13 tuổi Dogen xuất gia tại núi Hiei với thiền sư Koen thuộc tông Thiên Thai, và được ban cho pháp danh là Buppo-bo Dogen. Trong khi tu tập Dogen vẫn thắc mắc, nghi hoặc với vấn đề: theo các kinh điển thì tất cả chúng sanh đều có Phật tánh, vậy tại sao phải khổ công tu hành để chứng đạt được Phật tánh và giác ngộ. Không tìm được sự giải đáp nơi vị trụ trì Koen nên Dogen rời đến thiền viện Mii-deraji với vị trụ trì là Koin nhưng vị này cũng không giải đáp được và có khuyên Dogen đến gặp thiền sư Myoan Eisai (Minh Am Vinh Tây) tại thiền viện Kenninji (Kiến nhân) ở Kyoto. Thiền sư Eisai (1141-1215), đã qua Trung hoa và đem tông Lâm Tế về truyền bá tại Nhật, được coi là vị tổ khai sáng Thiền tông tại Nhật.

Dogen giải thích thêm về lý do tọa thiền:

"Nếu các ông chỉ biết quán Phật pháp bằng "tâm" thôi thì dù cả ngàn kiếp sống có thể chứng ngộ được không? Nhưng nếu các ông buông xả tâm và từ bỏ những tri thức, hiểu biết thì có thể chứng ngộ được. Những người đã chứng đạo khi nhìn thấy hoa nở, hoặc nghe tiếng đá chọi vào cây đều chứng ngộ do nơi "thân". Vì vậy nếu các ông buông xả hoàn toàn các ý nghĩ và khái niệm trong tâm và chỉ chú tâm vào tọa thiền thì sẽ tiến xa trong việc tu đạo. Việc chứng ngộ thật sự chỉ đạt được với "thân". Các ông cần chú ý vào tọa thiền."

Dogen luôn nhắc nhở là việc tọa thiền là cách tu hành tốt nhất để theo đúng với chánh pháp của đức Phật. Pháp tọa thiền của sư có điểm đặc biệt là phải thấy rõ việc tu tập và giác ngộ là một, không thể nói tu tập "để được" giác ngộ. Tính "như nhau" giữa tu tập và giác ngộ là điều không thấy ở các pháp môn khác trong đạo Phật. Hiểu được đặc

điểm này mới hiểu được tại sao tông Tào động Nhật đã đặt trọng tâm vào việc toạ thiền. Dogen đã căn cứ vào kinh điển, đã thực chứng và nhấn mạnh vào tính bản nguyên của sự giác ngộ, của Phật tánh. Sư coi điều đó là căn bản cho sự tu hành. Sư viết một bài rất dài (chương Phật tánh) trong cuốn Shobogenzo để giải thích rõ về vấn đề này. Việc tu hành không phải là phương tiện để đạt cứu cánh là giác ngộ. Nếu cho rằng việc giác ngộ chỉ đạt được sau khi tu hành thì không thể nói đó là bản nguyên được. Sư nhắc lại đó là cái "bản lai diện mục" (original face), cái tự tánh mà tổ Huệ Năng nói trong Pháp Bảo Đàn Kinh, cũng còn được gọi là Phật tánh...

Compassion – Từ bi = bi là cứu khổ; từ là cho vui - cứu khổ cho vui. Từ là tâm đầu tiên trong "tứ vô lượng tâm tức là từ bi hỷ xả". Người có tâm từ bi phải hành động để xoa dịu nỗi khổ của người khác.

Hỷ: vui với cái vui của người khác; Xả: nên bỏ hết những điều sân, hận, bực bội.

Xả: theo "Pháp Tuyển Tâm Tu" của đạo hữu Hiển Mật Đỗ Hữu Trạch chữ xả có mấy nghĩa như sau:

1.Không sướng, không khổ, không vui, cũng chẳng buồn. Hiểu theo nghĩa này xả thuộc về thọ tâm sở.

2.Không yêu cảnh thuận, không ghét cảnh nghịch, chỉ vui vẻ làm việc lợi ích cho mình và cho chúng sinh. Hiểu theo nghĩa này xả thuộc về hành tâm sở.

3.Thản nhiên trước mọi xung đột, mọi biến chuyển của cuộc sống. Hiểu theo nghĩa này xả thuộc vô lượng tâm.

Compel - bắt buộc, cưỡng bách (compelled = bị bắt buộc)

Compelling - hấp dẫn, thuyết phục

Compendious – súc tích (Compendium = bản tóm tắt, bản trích yếu)

Complacency – self satisfaction, transquil pleasure

Complement - bổ khuyết

Complicity - tội đồng loã

Compulsion - cưỡng bách, bắt buộc

Concatenation – trùng hợp, ăn khớp

Concealment - giấu diếm, che đậy

Conceit – tự phụ, kiêu ngạo

Concert - phối hợp, hòa hợp

Concession - nhượng bộ

Concoction - sự pha chế, thuốc pha chế, đồ uống pha chế

Concomitant – đi kèm với, đi đôi với

Conduit - ống dẫn

Confine – giam giữ, giam cầm

Confiscation - tịch thu, xung công

Conflagration – tai họa lớn, đại họa, đám cháy lớn

Conflate – blend together = đúc kết thành một

Confluence - hợp lưu, ngã ba sông

Congenial – cùng tính tình, cùng tính chất, hợp nhau

Conglomeration - kết hợp, kết khối, tổng hợp, tổ hợp

Congruent – thích hợp, tương đẳng

Conjecture – phỏng đoán, ước đoán

Conjoin - kết giao, kết hợp

Conjuring – trò ảo thuật (Conjure – làm trò ảo thuật)

Conjuror – perform a conjuring trick = người làm trò ảo thuật

Connoisseur - người am hiểu, thành thạo

Connotation – hàm xúc, ý nghĩa

Connubial – hôn nhân, thuộc về vợ chồng

Conscientious – có lương tâm, tận tâm

Conscious, Subconscious and Superconscious mind – Imagine the mind as having three concentric (đồng tâm) circles within each other, from large to small. Visualize a stone thrown into water with waves moving outward from the center.

The first, outer layer represents the conscious mind, our critical, analytical, coping, everyday reasoning center. The second, middle layer is the subconscious mind, where all our physical memories, including past lives are stored. It's also the center for emotion and imagination… Deep within the center core of these concentric rings, lies the superconscious mind, which houses our divine soul memories, reveals our immortal character and its long history…

Consciousness – state of being conscious, characterized = tâm thức, ý thức

Tâm thức, đôi khi được gọi tắt là tâm, là từ chỉ chung cho các khía cạnh của trí tuệ (intellect) và ý thức (consciousness), thể hiện trong các kết hợp của tư duy, tri giác, trí nhớ, cảm xúc, ý muốn, và trí tưởng tượng; tâm thức là dòng ý thức. Nó bao gồm tất cả các quá trình có ý thức của bộ não. Đôi khi, trong một số ngữ cảnh, nghĩa của từ tâm thức còn bao hàm hoạt động của tiềm thức con người.

Có nhiều học thuyết về tâm thức và hoạt động của nó. Các nghiên cứu cổ xưa nhất được ghi nhận về tâm thức là của Đức Phật, Plato, Aristotle, Adi Shankara và các triết

gia Hy Lạp và Ấn Độ cổ khác. Các học thuyết tiền khoa học, dựa trên thần học, tập trung vào mối quan hệ giữa tâm thức và linh hồn - cái được cho là tinh túy siêu nhiên thần thánh trời cho của con người. Các lý thuyết hiện đại, dựa vào hiểu biết khoa học về bộ não, cho rằng tâm thức là một hiện tượng của bộ não và đồng nghĩa với ý thức.

Người ta bàn cãi nhiều về câu hỏi: tâm thức bao gồm những đặc tính gì của con người. Một số cho rằng tâm thức chỉ bao gồm các chức năng trí óc "bậc cao": cụ thể là lý tính và trí nhớ. Trong quan niệm này, các cảm xúc như yêu, ghét, sợ, vui có bản chất "nguyên thủy" hơn hay chủ quan hơn, và do đó nên được nhìn nhận khác với tâm thức. Những người khác tranh luận rằng không thể tách rời hai mặt lý luận và cảm xúc của một con người, rằng chúng có cùng bản chất và nguồn gốc, và rằng cả hai đều nên được xem là một phần của tâm thức cá nhân.

Consciousness - is the quality or state of self-awareness, or, of being aware of an external object or something within oneself. It has been defined as: sentience, awareness, subjectivity, the ability to experience or to feel, wakefulness, having a sense of selfhood, and the executive control system of

the mind. Despite the difficulty in definition, many philosophers believe that there is a broadly shared underlying intuition about what consciousness is. As Max Velmans and Susan Schneider wrote in The Blackwell Companion to Consciousness: "Anything that we are aware of at a given moment forms part of our consciousness, making conscious experience at once the most familiar and most mysterious aspect of our lives."

The Question of Conciousness – Sensations and Perceptions

When we speak of happiness and suffering, we are mainly referring to sensations of pleasure and pain. Together with these pleasurable or painful sensations, we also have to consider the factors that cause them. So let us look at sensations and perceptions. For the most part, sensations arise based on material things. There is something that triggers off a sensation, whether pleasurable, painful, or neutral. We say that it is responsible for the sensation, but it does not necessarily mean that just because this particular factor is there, a sensation will arise. Other conditions have to coincide as well, and if one of them is lacking, the sensation cannot happen. In any case, it seems that there needs to be first some tangible basis for a sensation.

When we talk about sensations, and perceptions as well, we are talking about consciousness – consciousness in the sense of the awareness of objects. The word awareness here does not refer to the rigpa that is differentiated from the ordinary mind. It is simply awareness of objects. It is this kind of consciousness that experiences sensations: we come into contact with an object, next we are aware of it, and then we experience pleasurable or painful sensations. Then, as we are aware of things, so we have ideas about them: This is such and such. That is what is meant by perception.

Sensations come in different kinds. There is one type of everyday sensation, either pleasant of painful, which is not caused by our way of thinking. Say, for example, I bang my hand against the table. It will cause me a feeling of pain, and I will think,

“Ouch! I hit my hand!” The act of hitting my hand and the pain involved then spark off various thought in my mind. So this is one category of sensations, those which are instigated by some kind of external circumstance.

Then there is another category, which comprises those sensations that are not due to this kind of contact with objects through the five senses but are caused

by a change in consciousness itself, as a result of some memory of the past or some thought about the future. This change at the level of our consciousness or awareness can provoke a physical sensation, however. If we examine this, does it mean that first there is an idea, a thought, or a memory, which is then followed by some kind of physical change, such as the activation of neurons or an electrochemical reaction in the brain? Or must ideas or memories, which are changes in our awareness, always be the result of some subtle change at a physical or neurological level? This is a question, I feel, that really needs to be investigated.

It is said that consciousness arises based on the sense faculties. There is indeed this dependent relationship, but if there were absolutely no consciousness that was separated from the physical senses, it would be difficult to account for many events that happen to us in the course of our daily lives – in particular, the amazing physical changes that can come from practicing meditation. These changes are not due to some drug or a medical procedure. There is a physical transformation that takes place because of a change in consciousness itself. Therefore, it is much more convenient, and much easier, for us to account for this kind of thing, if we explain consciousness as something that is primarily dependent on the physical body but also capable of bringing about certain changes by itself. If we don’t accept a role such as this for consciousness, many of these phenomena are difficult to explain.

Consciousness Defined

When we speak about sensations and perceptions, we are talking exclusively about sentient forms of life. Of course, flowers and plants are alive, their chemical makeup is similar to other forms of life, and they are subject to cycles of life, growth, death, and destruction. But while their cells are alive, plants do not have sensations, or perceptions. So when we talk about sentience, or consciousness. I think there is one fundamental defining property common to all sentient forms of life and that is movement. Even tiny insects exhibit this kind of movement. They can use the power of their bodies to move from place to place. A plant can move as it grows, and it can be swayed by the wind or the rain, but it cannot move intensionally from one place to another. So when we talk about sentient beings, we mean that, in addition to basic characteristics of life, which are common to plants and animals, there is also this ability to move intentionally from one place to another. The definition of a living or sentient being is one that possesses consciousness. Whatever lacks consciousness is classed as nonsentient or inanimate matter.

Consciousness is described in terms of its function, which is to know or cognize objects. It is therefore defined as “clear and knowing,” or “luminous and cognizant.” How do we explain this? Clarity here refers to the clear arising of appearances to consciousness. It does not make any difference whether or not this perception corresponds to the actual nature of things. A particular appearance arises to consciousness, along with an awareness of its aspects or features. Now that appearance is always valid and direct. This is what is meant by clear – the fact that this appearance is reflected clearly. Once this appearance has been made clear, there is a “knowing” or awareness that apprehends that appearance, along with its various aspects.

For example, even when we are fast asleep, in our dreams there are all kinds of different perceptions, sights, sounds, smells, tastes, and tactile sensations. Our consciousness in the dream is aware of these countless appearances and their different aspects. They all arise to that consciousness, which is the capacity for clarity and cognizance, and as these experiences appear, we are aware of each of them, along with their respective features. During the course of our lives, in fact, we go through various levels of consciousness from the coarser level of ordinary sensory experience, to the subtler mode of consciousness during dreams, which functions independently of the sense faculties, and then to the even subtler mode of consciousness that prevails during deep sleep.

As for the coarser level of consciousness, if we take the example of a visual cognition, the mere interaction of the eye faculty with some visual form will not necessarily produce a visual awareness. There also needs to be the immediate condition, meaning that the mind is not distracted by thoughts of something else. If the mind is lost in thought, then the contact between the visual faculty and a form will not necessarily lead to a visual cognition. That is why we say that in order to produce a clear knowledge or awareness in which external forms are clearly cognized, there must be this third factor, the immediate condition.

Whatever the case, any act of cognition or consciousness, from the subtle down to the more coarse, must occur on the basis of the continuous stream of subtlemost consciousness, which is by nature clarity and cognizance, the capacity to be aware. (The Dalai Lama in “Mind In Comfort And Ease” – The Vision of Enlightenment in the Great Perfection)

CHỮ TÂM TRONG ĐẠO PHẬT

(Tỳ-Khưu Thích-Chân-Tuệ)
Nương theo giáo pháp Phật Đà
Chữ Tâm Phật dạy giúp ta độ đời.
Đến bờ giác ngộ thảnh thơi
Thoát ly phiền não cuộc đời an vui.

Trong nhà Phật, tam tạng kinh điển ghi lại lời dạy của chư Phật, chư Bồ Tát và chư vị Tổ Sư. Đó là thiền lâm bảo huấn, nghĩa là: các lời dạy quí giá trong rừng thiền. Người phát tâm tu theo Phật thật khó khăn khi phải chọn lựa kinh sách nào để đọc trước, sao cho có thể hiểu biết chánh pháp rõ ràng và áp dụng được vào đời sống hằng ngày. Trong khi đọc tụng kinh sách, người tu học Phật cũng gặp khó khăn với các từ ngữ chuyên môn, dù là tiếng Việt, tiếng Hán Việt, hay các ngôn ngữ khác, cần phải tìm hiểu thấu đáo, qua tự điển, hay nhờ các bậc thiện tri thức giảng giải, giúp đỡ. Sau khi cố gắng lắm mới tạm vượt qua được sự khó khăn này, người tu tập thường gặp phải ngưỡng cửa: dù đã học hiểu rành rẽ giáo lý, nhưng vẫn chưa vào được đạo! Thế nào là: vẫn chưa vào được đạo?

Người tu hành nhiều năm, dù tại gia hay xuất gia, nếu chưa đủ duyên, nếu chưa gặp được hoàn cảnh để sáng đạo, ngộ đạo, thấy đạo, vào được đạo, thì người đó vẫn lòng vòng bên ngoài cửa đạo, vẫn dậm chân tại chỗ ban đầu, vẫn công phu tu tập chậm chạp, vì các nghi lễ nặng phần hình thức, vì các việc làm mong cầu phước báo, vì tâm chấp chặt nhị biên những định kiến đúng sai phải quấy, vì tâm mong cầu bình yên sung sướng, vì tâm chưa thanh tịnh, còn quá lăng xăng lộn xộn bên trong, còn bị trần duyên bên ngoài chi phối.

Thực ra, dù đạo Phật có một rừng kinh điển, sách vở, thích ứng cho đủ mọi căn cơ, trình độ, giới thiệu tất cả các pháp môn tu tập tự cổ chí kim, trình bày các kinh nghiệm tu hành từ xưa đến nay, nhưng tất cả những kinh điển, sách vở đó đều nhằm mục đích duy nhất là: khai mở và chỉ bày cho tất cả mọi người thấy rõ cái bản tâm thanh tịnh của chính mình. Còn bổn phận của chúng ta là: ngộ và nhập được bản tâm thanh tịnh đó. Nếu không ngộ được điều này, tức là không sống được với bản tâm thanh tịnh, người tu tập dụng công phu nhiều, nhưng thu lượm kết quả chẳng được bao nhiêu. Người nào ngộ và nhập được bản tâm thanh tịnh, tức là giữ được tâm bình thường, là người thấy đạo, vào được đạo.

Cho nên, Thiền sư Phổ Nguyện Nam Tuyền có dạy: "Bình Thường Tâm Thị Đạo", chính là nghĩa như vậy.

Nói một cách khác, tất cả kinh điển giáo lý của đạo Phật có thể tóm gọn vào một chữ, đó là chữ TÂM, mà thôi. Nắm vững được chìa khóa quan trọng này rồi, người tu học Phật có thể mở toang được tất cả các cánh cửa của nhà Phật, thấu hiểu những lời dạy của chư Phật, chư vị Tổ sư trong các kinh điển, sách vở, mục đích thấy được con đường giác ngộ và giải thoát, để xây dựng đời sống hiện tại được an lạc và hạnh phúc.

Trong phạm vi bài viết này, chúng ta sẽ tìm hiểu chữ TÂM qua các kinh điển và kinh nghiệm tu tập thực tế của các bậc tôn túc cổ kim. Mỗi đề mục đều có công năng giải bày bản tâm thanh tịnh, hay tóm gọn vào một chữ, chỉ rõ đó là: chữ TÂM trong Đạo Phật.

A .- Chữ TÂM qua lời dạy của chư Phật:

1) Trong Kinh Hoa Nghiêm, Đức Phật có dạy: "Nhứt thiết duy tâm tạo".

Nghĩa là: Mọi sự mọi việc đều do tâm tạo ra tất cả. Công đức cũng do tâm tạo, nghiệp chướng cũng bởi tại tâm. Đó chính là tâm sanh diệt, lăng xăng lộn xộn, thay đổi luôn luôn, thường do tham sân si chi phối, thúc đẩy, điều khiển, cho nên con người thường tạo nghiệp bất thiện nhiều hơn là nghiệp thiện. Chúng ta đã thấu hiểu lý lẽ chân thật của cuộc đời là: vô thường, không có gì tồn tại vĩnh viễn, không có gì là tự nhiên sanh mà không có nguyên nhân. Luật nhân quả áp dụng trong ba thời: quá khứ, hiện tại, vị lai. Sanh sự thì sự sanh. Nhân nào thì quả nấy. Gieo gió thì gặt bão. Có lửa thì có khói. Cầu nguyện với tâm lăng xăng lộn xộn, chỉ đem lại sự bình an tâm trí tạm thời. Bình an thực sự chỉ có cho người thiện tâm. Thiên đàng, địa ngục, tuy là hai tâm trạng khác nhau, nhưng thực sự, tất cả chỉ là các trạng thái ở trong tâm của chúng ta mà thôi. Bởi vậy cho nên, có bài kệ như sau:

Tội tùng tâm khởi tương tâm sám
Tâm nhược diệt thời tội diệc vong
Tội vong tâm diệt lưỡng câu không
Thị tắc danh vi giai sám hối.
dịch là:
Tội từ tâm khởi đem tâm sám
Tâm đã diệt rồi tội cũng vong
Tội vong tâm diệt cả hai không
Đó chính thực là chân sám hối.
Nghĩa là: Tất cả những tội lỗi gây ra, đều do tâm chúng ta chủ động, thì phải thành tâm mà sám hối, tự trong thâm tâm. Từ đó, chúng ta phát nguyện không tái phạm, cho nên mỗi khi tâm tham, tâm sân, tâm si khởi lên, chúng ta liền biết ngay, dừng lại, không làm theo sự điều khiển, sai khiến của tham sân si, thì tội lỗi sẽ không còn tái phạm nữa. Khi tội lỗi không còn, tâm sanh diệt cũng lặng mất, con người sống trong trạng thái tịch tịnh, bình yên của tâm trí. Đó mới thực là sự sám hối chân chánh.

2) Trong Kinh Thủ Lăng Nghiêm, Đức Phật có dạy: "Tùy tâm biến hiện".

Nghĩa là: Mọi sự mọi việc trên thế gian này như thế nào, tốt hay xấu, lành hay dữ, đúng hay sai, phải hay quấy, được hay không, đều do vọng tâm của chúng ta biến hiện ra cả. Sự cảm thọ tùy theo tâm trạng, tùy theo cá nhân, không ai giống ai, không lúc nào giống với lúc nào, không thời nào giống với thời nào, không nơi nào giống với nơi nào.

Trong sách có câu:

“Tâm buồn cảnh được vui sao Tâm an dù cảnh ngộ nào cũng an.”

Nghĩa là: Cùng một cảnh vật như vậy, nếu có tâm sự buồn phiền áo não, chúng ta không thấy cảnh vui chút nào. Còn nếu chúng ta có tâm trạng hân hoan vui vẻ, dù cây khô trụi lá, cảnh vẫn đẹp vui như thường. Cái tâm hân hoan vui vẻ là chúng ta, hay cái tâm buồn thảm lê thê là chúng ta? Cùng một câu nói như vậy, nếu tâm an ổn, vui vẻ mát mẻ, chúng ta cũng cho là: nói đúng nói phải, nói sao cũng được, nói ngược cũng xong. Trái lại, tâm đang bực bội, ai nói câu nào, chúng ta cũng cho là: nói sai nói bậy,

nói xiên nói xỏ, nói bóng nói gió, nói hành nói tỏi, nói quấy nói quá.

Vậy, hãy thử nghĩ xem, chúng ta là người: có tâm thực tốt, hay tâm không tốt? Cái tâm sanh diệt, lăng xăng lộn xộn, thay đổi bất thường như vậy, thực không phải là chúng ta.

3) Trong Kinh A Hàm, Đức Phật có dạy: "Tam giới tâm tận, tức thị niết bàn".

Nghĩa là: Khi nào dứt sạch tâm trong ba cõi, lúc đó chúng ta mới thấy được niết bàn. Ba cõi, còn gọi là tam giới, đó là: dục giới, sắc giới và vô sắc giới. Khi tâm tham nổi lên, chúng ta sống trong dục giới, tức là cảnh giới đắm

nhiễm tham dục, cảm thấy đau khổ triền miên vì lòng tham của con người không đáy, không bao giờ thỏa mãn được. Con người sống trong dục giới lúc nào cũng cảm thấy khao khát, thiếu thốn, được bao nhiêu cũng không thấy đủ, cho nên luôn luôn chạy đôn chạy đáo, tìm kiếm ngũ dục: tiền tài, sắc đẹp, danh vọng, ăn uống và ngủ nghỉ. Khi tâm sân nổi lên, ngay lúc đó, chúng ta sống trong sắc giới, tức là cảnh giới chấp chặt sắc tướng, lòng như thiêu đốt, sắc mặt tái xanh, vì sự tức giận, vì sự bất mãn. Dù tâm tham không còn, tâm sân cũng tai hại vô cùng.

4) Trong Kinh Hoa Nghiêm, Đức Phật có dạy: "Nhất niệm sân tâm khởi, bách vạn chướng môn khai".

Nghĩa là: Một khi tâm niệm tức giận, sân hận khởi lên mà chúng ta không tự kềm chế, không tự khắc phục, thì biết bao nhiêu, trăm ngàn vạn chuyện khó khăn, đau khổ, chướng ngại tiếp nối theo sau đó. Khi tâm si nổi lên, chúng ta sống trong vô sắc giới, tức là cảnh giới vô minh, rất dễ lầm đường lạc nẽo, mê tín dị đoan, rất dễ dàng tạo tội tạo nghiệp bằng cách: hãm hại trả thù, lập mưu tính kế, vu khống cáo gian, thưa gửi kiện tụng, không cần biết hậu quả khổ đau đối với các người khác và gia đình họ. Những giây phút ngu si, lầm lẫn thường là nguyên nhân của những sự hối tiếc, đau khổ sau đó, cho mình và cho người khác, có khi kéo dài triền miên suốt cả cuộc đời.

Bởi vậy cho nên, phải dẹp trừ tận gốc các tâm tham sân si, trong kinh sách gọi đó là: tam độc, chúng ta thoát ly tam giới gia, cuộc sống mới an lạc và hạnh phúc.

5) Trong Kinh A Di Đà, Đức Phật có dạy: "Người nào giữ được nhứt tâm bất loạn, trong một ngày cho đến bảy ngày, khi lâm chung giữ tâm không điên đảo, thì người đó được vãng sanh tây phương".

6) Trong Kinh Đại Tập, Đức Phật có dạy: "Nếu thường xuyên giữ được chánh niệm, tâm không loạn động, dứt trừ được phiền não, thì chẳng bao lâu đắc thành quả vô thượng bồ đề".

Nghĩa là: Người tu tập phải luôn luôn quán sát tâm chính mình, luôn luôn giữ gìn chánh niệm, luôn luôn niệm Phật, khi vọng tâm vọng tưởng vọng thức vọng niệm khởi lên, liền biết, không theo. Nhờ đó tâm được an nhiên tự tại, không loạn động, dứt trừ được phiền não, gọi là: nhứt tâm bất loạn. Nhờ công phu tu tập đó, chẳng bao lâu đắc thành quả vô thượng bồ đề. Khi lâm chung giữ được tâm không điên đảo, cho nên được vãng sanh cảnh giới tịnh độ.

Muốn làm được điều này, muốn giữ được tâm trí nhứt như không loạn động, con người phải thấu hiểu và thực hành quán tứ niệm xứ, gồm có: thân, thọ, tâm, pháp.

7) Trong Kinh Thủ Lăng Nghiêm, Đức Phật có dạy: "Căn bản của sanh tử luân hồi là: Vọng tâm". "Căn bản của bồ đề niết bàn là: Chân tâm".

Nghĩa là: Chúng sanh sở dĩ bị trầm luân sanh tử, bởi vì suốt ngày này qua ngày nọ, luôn luôn sống với vọng tâm, tức là tâm lăng xăng lộn xộn, luôn luôn thay đổi, khi vui khi buồn, khi thương khi ghét, khi khen khi chê, khi tán thán khi phê phán. Muốn tâm trí sáng suốt thanh tịnh, an nhiên tự tại, chúng ta cần quán sát tâm chính mình: khi các vọng tâm nổi lên, chúng ta liền biết, không theo, như vậy vọng tâm lắng xuống, diệt mất, chân tâm hiện ra rõ ràng.

Muốn làm được điều này, muốn chân tâm hiển hiện, chúng ta cần phải thấu hiểu và tu tập bốn tâm rộng lớn, trong kinh sách gọi là tứ vô lượng tâm, đó chính là: từ, bi, hỷ, xả. Khi có tâm từ và tâm bi, chúng ta sẽ dễ cảm thông với muôn loài, nhứt là với loài người, với những người chung quanh, gần như cha mẹ, vợ chồng, con cháu, xa hơn như bà con, láng giềng, bạn bè. Do đó tâm giận tức, tâm sân hận có thể giảm bớt, nhẹ bớt đi. Khi có tâm hỷ và tâm xả, chúng ta sẽ bớt được các tâm ganh tị, tâm đố kỵ, tâm hơn thua, tâm cố chấp. Cho đến khi nào tứ vô lượng tâm tròn đầy, vọng tâm tan biến, tâm ý trở nên an nhiên tự tại, chân tâm hiển hiện.

Đây mới chính là ý nghĩa thiết yếu của việc tu tâm dưỡng tánh theo đạo Phật:

Trong tâm khởi niệm, nếu giác kịp thời, liền biết không theo, đó là: chân tâm.

Trong tâm khởi niệm, nếu còn mê muội, không giác kịp thời, liền theo niệm đó, trở thành: vọng tâm.

Cũng ví như là:

Khi có gió thổi, mặt biển nổi sóng, gọi là biển động, ví như tâm lăng xăng lộn xộn.

Mặc dù có gió thổi, mặt biển vẫn bình yên, đó là biển thái bình, ví như bản tâm thanh tịnh, hay tâm bình thường.

8) Trong Kinh Tịnh Danh, Đức Phật có dạy: "Mặt trời mặt trăng vẫn thường sáng tỏ, tại sao người mù lại chẳng thấy? Cũng vậy, bởi vì nghiệp thức che đậy, chúng sanh thường biết mà cố phạm, cho nên chẳng thấy thế giới Như Lai thanh tịnh trang nghiêm, chẳng nhận ra bản tâm thanh tịnh thường hằng".

9) Trong Kinh Đại Bát Niết Bàn, Đức Phật có dạy: "Tất cả chúng sinh đều có bản tâm thanh tịnh". "Chúng sinh chẳng nhận thấy được, vì bị vô minh che lấp".

Nghĩa là: Con người ai ai cũng có bản tâm thanh tịnh, cũng như mặt trời mặt trăng luôn luôn sáng tỏ. Chỉ vì tâm tham lam của cải tiền bạc, hoặc vì tâm sân hận tự ái cao độ, hoặc vì tâm si mê cố chấp, ví như mây đen che lấp mặt trời mặt trăng, cho nên con người mới tạo tội tạo nghiệp, làm cho tâm trí loạn động, thường xuyên bất an, điên đảo loạn cuồng, để rồi trôi lăn vào vòng sanh tử luân hồi, đã muôn kiếp trước, và sẽ tiếp tục trôi lăn, muôn kiếp về sau, nếu như không chịu dừng nghiệp và chuyển nghiệp.

Với số tiền nho nhỏ, quyền lợi không đáng kể, con người còn có thể tỉnh thức, dừng được nghiệp, dẹp tâm tham, không thưa kiện người khác, không gây não loạn cho người, và gia đình của họ. Nhưng khi kiện thưa đòi tiền bồi thường vài triệu đô la, con người thành ma, tối tăm mặt mũi, liều mạng đưa chân, hết biết lẽ phải, nhắm mắt làm càng, tới đâu cũng được. Mãnh lực của đồng đô la quả thực là vạn năng, thượng đế chẳng bằng, đã lôi kéo không biết bao nhiêu chúng sanh u mê, vào vòng tội nghiệp, từ xưa đến nay!

Chính vì biết mà cố phạm, nghiệp thức che đậy, vô minh che lấp, con người chẳng thấy được thế giới Như Lai trang nghiêm, bản tâm thanh tịnh. Chúng ta là người tỉnh thức, đang tu học chánh pháp, đang muốn trở về nguồn cội, đang muốn chuyển hóa cuộc đời của mình, đang muốn thoát ly sanh tử luân hồi, càng phải nên hết sức cẩn trọng, cẩn trọng và cẩn trọng!

10) Trong Kinh Kim Cang, Đức Phật có dạy: "Quá khứ tâm bất khả đắc. Hiện tại tâm bất khả đắc. Vị lai tâm bất khả đắc".

Nghĩa là: Chuyện quá khứ qua rồi đừng luyến tiếc, đừng nhớ nghĩ làm gì cho bận tâm, chỉ gieo thêm nghiệp chướng chứ chẳng ích lợi gì. Muốn làm được điều này, ở trong gia đình hay ngoài xã hội, chúng ta cần phải có tâm vị tha, độ lượng, biết tha thứ, biết cảm thông, nói chung là tâm từ bi. Chuyện hiện tại rồi cũng qua mau, cố níu kéo cũng chẳng được, có lo âu phiền muộn cũng chẳng ích lợi gì. Chuyện tương lai chưa đến, lo lắng, ưu tư, sầu muộn cũng

chẳng ích lợi gì. Chi bằng chúng ta giữ gìn tâm trí được như như, bình tĩnh, thản nhiên, có phải khỏe hơn không? Chuyện gì phải tới nó sẽ tới, lo sợ cũng chẳng ngăn cản được đâu. Đó chính là nghiệp quả, nghiệp báo, còn gọi là: quả báo. Hiểu sâu được luật nhân quả, chúng ta sẽ bình tĩnh thản nhiên chấp nhận quả báo xảy đến. Nếu không muốn có quả báo xấu, chúng ta phải chấm dứt gây nghiệp nhân xấu, tức là chấm dứt tâm tham sân si, tức là dừng ba nghiệp thân khẩu ý bất thiện. Trong kinh sách gọi là: dừng nghiệp và chuyển nghiệp.

11) Trong Kinh Tịnh Danh và Kinh Tâm Địa Quán, Đức Phật có dạy: "Tâm tịnh thì độ tịnh. Tâm địa bình thì thế giới bình".

Nghĩa là: Khi những vọng tâm vọng tưởng, vọng thức vọng niệm đã dứt sạch, người tu tập không còn tham, không còn sân, không còn si. Đến đây, người tu tập đạt được cảnh giới bất nhị, tức là không còn kẹt hai bên, không còn thị phi, không còn phải quấy, không còn tranh chấp, không còn hơn thua, không còn tạo tội, không còn tạo nghiệp, không còn cố chấp. Trong kinh sách gọi đó là cảnh giới: vô tâm vô niệm, hay là cảnh giới: nhứt tâm bất loạn. Lúc đó, tâm tịnh, tâm địa bình, tâm vô quái ngại, vô hữu khủng bố, viễn ly điên đảo mộng tưởng, tức là tâm an nhiên tự tại, không còn điều gì có thể ngăn ngại được, gây lo sợ khủng khiếp được. Do đó, chúng ta xa rời những thứ điên đảo, lìa bỏ được mộng tưởng, đạt được cứu kính niết bàn. Mọi người chung quanh cảm thấy an ổn, yên tâm, khi sống gần người tu tập có tâm tịnh, tâm địa bình. Thế giới chung quanh thanh bình, quốc độ an ninh, chính là nghĩa như vậy.

12) Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật có dạy: "Thắng vạn quân không bằng tự thắng mình". "Tự thắng tâm mình là điều cao quí nhứt".

Thắng được vạn quân, con người tóm thu được quyền lực, danh vọng, tiền tài, của cải vật chất, đủ mọi thứ trên trần đời. Nhưng tâm người đó vẫn sống trong tam giới: dục giới, sắc giới, và vô sắc giới, cho nên vẫn còn phiền não khổ đau, vẫn còn sanh tử luân hồi.

Muốn xuất được tam giới gia, chúng ta phải luôn luôn quán sát tâm chính mình: Khi nào tâm tham, tâm sân, tâm si nổi lên liền biết, không theo. Lúc đó chúng ta đã tự thắng mình: tức là tự kềm chế hành động, ngôn ngữ, ý nghĩ của chính mình. Người ta công kích, khích bác, vu khống, phỉ báng, phê phán, mạ ly, sỉ nhục, mắng nhiếc, người nào phản ứng nhanh, trả đũa nặng nề thì dễ quá, thường quá. Người nào tự thắng tâm mình, nhẫn nhịn được mà không thấy nhục nhằn, nhịn mà không nhục, tâm trí vẫn an nhiên tự tại, mới đáng kính phục, mới là điều cao quí nhứt.

13) Trong Kinh A Hàm, Đức Phật có dạy: "Tâm khẩu nhứt như". Nghĩa là: "Tâm khẩu không khác".

Tâm nghĩ sao, miệng nói vậy. Miệng thường nói tốt, tâm nên nghĩ tốt. Như vậy, cuộc sống mới được an lạc. Ngược lại, tâm nghĩ một đàng, miệng nói một nẻo, miệng nói như vậy, tâm không như vậy, nên sách có câu: Miệng thì nói tiếng nam mô. Trong lòng chứa cả một bồ dao găm. Ở trên đời này, đố ai lấy thước để đo lòng người. Trong sách có câu: “Tri nhân tri diện bất tri tâm,” nghĩa là: biết người chỉ biết mặt, không biết được tâm địa. Cho nên chư Tổ có dạy: Phản quan tự kỷ, nghĩa là: hãy quay lại, quán sát tâm chính mình, để giữ tâm khẩu nhứt như.

14) Trong Kinh Di Giáo, Đức Phật có dạy: "Chế tâm nhứt xứ, vô sự bất biện".

Nghĩa là: Khi khắc chế được tâm ý, trụ tâm ở một chỗ, bằng cách tụng kinh, niệm Phật, thiền quán, qua sự hiểu biết chánh pháp, tâm trí bình tĩnh thản nhiên, không còn chuyện gì để cãi vã nữa, để tranh chấp nữa, cho nên không có sự việc gì người tu tập không hiểu biết sáng tỏ, rõ ràng, không biện luận được một cách thông suốt. Điều này giải thích rằng: không có vị Phật nào không biết thuyết pháp độ sanh.

B .- Chữ TÂM qua lời dạy của chư Tổ:

1) Trong Kinh Pháp Bảo Đàn, Lục Tổ Huệ Năng có dạy: "Tâm thông thì thuyết thông". Hành giả nào thực tâm tu học, không phân biệt tại gia cư sĩ, hay xuất gia tu sĩ, tâm trí thông suốt, đạt được đến đâu, thuyết giảng thông suốt, đến mức độ đó, lợi ích chúng sanh. Ví như trước có học hành nghiêm trang, chân tu thực học, sau đó mới có thể làm thầy chỉ dạy người khác.

2) Thiền sư Bá Trượng Hoài Hải có dạy: "Tâm địa nhược không, tuệ nhựt tự chiếu" Nghĩa là: Khi tâm địa, hay tâm thức, hoàn toàn trống rỗng, lặng lẽ, lẵng lặng, thanh tịnh, không còn chứa chấp những vọng tâm, vọng tưởng, vọng thức, vọng niệm nào cả, thì trí tuệ bát nhã tự bừng sáng. Cũng như mây đen tan biến hết, tức là phiền não không còn nữa, tâm thức không tịch, thì mặt trời trí tuệ tự chiếu sáng. Tâm được thanh

tịnh thì cảnh vật cũng thanh tịnh, chúng sanh chung quanh cũng được bình yên. Một căn phòng tăm tối ngàn đời, nhưng chỉ cần bật điện một cái, hay đem vào một ngọn đèn, thì liền sáng tỏ ngay, đâu cần đợi ngàn năm sau nữa, mới chịu sáng lại. Cũng vậy, khi con người chịu mồi ngọn đuốc trí tuệ của mình

với ngọn đuốc chánh pháp của chư Phật, chư Tổ, thì ngọn đuốc trí tuệ của mình cũng bừng sáng lên ngay. Giây phút bừng sáng đó, trong thiền tông, gọi là: ngộ đạo, nhập đạo, vào đạo.

3) Thiền sư Bá Trượng Hoài Hải có dạy: "Tâm cảnh không dính nhau là giải thoát".

Nghĩa là: Chúng ta vẫn thấy, vẫn nghe, vẫn hiểu, vẫn biết tất cả các cảnh trên trần đời, trong kinh điển gọi là: kiến văn giác tri, nếu tâm không dính mắc, thì không phiền não. Không phiền não tức là giải thoát. Thật là hết sức đơn giản! Lý lẽ tuy cao siêu vi diệu, nhưng hết sức thực tế. Bất cứ ai cũng có thể làm được, không cần phải thờ lạy, cúng kiến, không phân biệt tôn giáo, sắc tộc, ngôn ngữ, nghề nghiệp, xuất xứ, học thức, nam nữ, già trẻ, bé lớn, giàu nghèo, sang hèn. Tâm không phan duyên chạy theo cảnh trần là: giải thoát!

4) Sơ Tổ Thiền phái Trúc Lâm Trần Nhân Tông có dạy: "Đối cảnh vô tâm, mạc vấn thiền". Nghĩa là: Khi nào đối trước cảnh trần, tâm không còn dính mắc, không khởi bất cứ tâm niệm gì, trong kinh sách gọi là: vô tâm vô niệm, tức là không còn khởi tâm tham sân si, thản nhiên trước sự thịnh suy, thăng trầm của đời sống, bình thản trước những lời khen tiếng chê, vượt qua được sóng gió của cuộc đời, tức nhiên tâm sẽ được khinh an, tự tại, đó là: thiền định niết bàn.

Con người sống trên đời, mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý, thường xuyên tiếp xúc với các cảnh trần: hình ảnh, âm thanh, mùi hương, mùi vị, xúc chạm và ký ức. Khi con người tiếp xúc với các trần cảnh, mà bị dính mắc, tức là: trong tâm khởi niệm thương hay ghét, khen hay chê, ưa thích hay tức giận, đều gọi là: loạn tâm vọng tâm. Không khởi bất cứ tâm niệm nào cả, gọi là: định tâm, hay: tâm thiền định. Đây chính là cốt tủy, là mục đích cứu kính của đạo Phật vậy.

5) Thiền sư Mã Tổ Đạo Nhất có dạy: "Tức Tâm thị Phật" hay "Phật tức Tâm, Tâm tức Phật". Nghĩa là: Tâm của chúng ta chính là Phật, Phật chính là tâm của chúng ta. Khi chúng ta hành động, nói năng hay suy nghĩ bất thiện, lợi mình hại người, tức là tam nghiệp không thanh tịnh, tâm Phật ẩn mất. Khi chúng ta hành động, nói năng hay suy nghĩ hiền thiện, lợi mình lợi người, tức là tam nghiệp thanh tịnh, tâm Phật hiển hiện. Thực là đơn giản!

Vì không chịu học hiểu giáo lý, biết bao nhiêu người gọi là Phật Tử, tại gia hay xuất gia, tin theo đạo Phật, không khác gì ngoại đạo. Ngoại đạo nghĩa là: tuy vẫn thờ tượng Phật, tại gia hay là tại chùa, nhưng vẫn thường ngày ngoài

tâm cầu đạo, chỉ biết lo chuyện cúng kiến lễ nghi, dâng sớ cầu an, cúng sao giải hạn, cầu khẩn van xin, cầu nguyện khấn vái, đủ thứ mọi điều, nhưng không hiểu không biết Phật ở nơi đâu?

Ngoài tâm không có Phật, cầu Phật ngoài tâm, là nghĩa lý gì? Phật không ở trong chùa, không ở trong các pho tượng, bằng vàng hay bạc, bằng đồng hay cây. Phật không ở trên mây, trên non hay trên núi. Phật không ở dưới suối, dưới sông hay dưới biển. Chúng ta không cần phải đi đến xứ Ấn Độ xa xôi, hay bất cứ nơi đâu, mới thấy được Phật. Phật đang ở ngay trong tâm của chúng ta.

Tóm lại, trên cuộc đời này, dù giàu sang hay nghèo khó, dù trí thức hay bình dân, dù nam phụ lão ấu, dù da trắng da đen hay da màu, dù vua chúa hay dân chúng, nói chung, bất cứ người nào cũng có hai thứ bệnh: thân bệnh và tâm bệnh. Đối với thân bệnh, chẳng hạn như đau răng, nhức đầu, sổ mũi, cảm cúm, đau tim gan tì phế thận, con người cần tới khả năng trị bệnh của các vị thầy thuốc, dù đông y hay tây y. Để phòng ngừa thân bệnh, có những phương pháp tập thể dục, những cách dưỡng sinh khoa học, những chế độ ăn uống thích ứng với từng lứa tuổi, và tình trạng sức khỏe cá nhân.

Còn đối với tâm bệnh, chẳng hạn như tâm tham sân si, tâm ganh tị đố kỵ, tâm hơn thua phải quấy, tâm thành kiến cố chấp, tâm lo âu sợ sệt, tâm loạn động bất an, con người cần phải tìm hiểu chánh pháp và áp dụng trong đời sống hằng ngày. Ngay đến Đức Phật là bậc toàn giác, trí tuệ sáng ngời, phước báu vô biên, vẫn CÓ thân bệnh, nhưng KHÔNG phiền não và khổ đau, tâm trí vẫn an nhiên tự tại, trong mọi hoàn cảnh. Nói một cách khác: Đức Phật không có tâm bệnh. Bất cứ ai sống trên đời này, còn mang thân xác con người, là còn khổ vì thân bệnh, nếu không giác ngộ được chân lý vi diệu nhiệm mầu. Các vị giáo chủ của các tôn giáo cũng có thân bệnh và rồi cũng chết như mọi người mà thôi.

Khi đứng trong một căn phòng, cầm đèn rọi ra bên ngoài, thì mình sẽ thấy rõ, biết rõ cảnh vật bên ngoài, còn bên trong căn phòng thì tối thui. Ngược lại, khi xoay ngọn đèn vào bên trong căn phòng, dĩ nhiên căn phòng sáng tỏ, một cách rõ ràng, con người có thể thấy mọi thứ đồ đạc và đi đứng không bị vấp ngã. Cũng vậy, khi phóng tâm quán sát bên ngoài, con người có thể phê phán người này đúng, người kia sai, chuyện này phải, chuyện kia quấy. Con người có thể biết chuyện khắp năm châu bốn biển, chuyện thời sự khắp thế giới, chuyện văn chương kim cổ đông tây, muôn sự mọi việc bên ngoài đều biết rõ ràng rành mạch. Trái lại, chuyện bên trong tâm trí của chính mình thì mù tịt,

chẳng biết tí gì cả! Mình thực sự là ai, chẳng biết! Mình thực sự đang muốn gì, chẳng biết! Mình thực sự đang làm thiện hay bất thiện, chẳng biết! Mình thực sự đang nghĩ thiện hay bất thiện, chẳng biết! Mình thực sự sống trên đời để làm gì, chẳng biết! Mình sau này sẽ đi về đâu, nếu vẫn cứ tạo tội tạo nghiệp hằng ngày, chẳng biết! Chuyện gì thuộc về bên trong, thuộc về nội tâm, chúng ta cũng đều chẳng biết!

Cái tâm ý điên đảo đảo điên, cái vọng tưởng lăng xăng lộn xộn, tạo tội tạo nghiệp này, là nguyên nhân chính dẫn chúng ta vào vòng sanh tử luân hồi. Làm sao hàng phục và an trụ được cái tâm ý này chính là trọng tâm của đạo Phật.

Điều quan trọng trong đạo Phật chính là:

Tâm trí có dính mắc hay không dính mắc cảnh trần.
Nếu tâm dính mắc, gọi là: tâm phan duyên, tâm loạn động.
Nếu tâm không dính mắc, chính là: bản tâm thanh tịnh vậy.
(Tỳ-Khưu Thích-Chân-Tuệ)
Tâm – Bà con thường chúc nhau "thân tâm an lạc", con người có thân hữu hình và tâm vô hình. Thân và tâm còn được gọi là sắc và danh. Thân và sắc là hữu hình; còn tâm thì ta không nhìn thấy được, không sờ mó được, nó chỉ có tên mà thôi.

Theo Phật học, tâm do tám thứ hợp lại, vậy tâm là một hợp thể: nhãn thức, nhĩ thức, tị thức, thiệt thức, thân thức, ý thức, mạt-na-thức, a-lại-da-thức. Đó là tám thức.

Năm thức đầu: mắt, tai, mũi, lưỡi và thân (năm căn) giúp ta phân biệt hình dạng, màu sắc, âm thanh, mùi, vị và xúc (năm trần) (xúc là những cảm giác do da, thân, tay chân mang đến).

Mắt (tức là căn) gặp hình (tức là trần hay cảnh) – theo Phật học thì ta nói "mắt duyên với hình" – là điều kiện làm nảy sinh ra nhãn thức. Nhờ nhãn thức mà ta biết rằng: có một hình.

Tai duyên với tiếng là điều kiện làm nảy sinh ra nhĩ thức. Nhờ nhĩ thức mà ta biết: có một tiếng…Điều kiện nói trên là căn và trần, cho nên ta nói thức dựa vào sinh lý và vật lý vì căn thuộc về sinh lý, trần thuộc về vật lý. Ta bảo đó là điều kiện chứ không bảo đó là điều kiện đủ, vì còn thiếu điều kiện tâm lý nữa. Vậy thức có là do nhân duyên và các nhận thức của năm thức đầu chỉ là cảm giác, thuần túy cảm giác, không có sự so đo, suy lường, phán đoán gì cả.

Thức thứ sáu là ý thức, khi căn duyên với pháp trần (gọi ngắn là pháp, pháp ở đây là tên gọi chung những ý tưởng, tư tưởng thì làm nảy sinh ra ý thức). Ý thức hết sức quan trọng, nó gây ra ý nghiệp, trong ba nghiệp thân khẩu ý thì ý nghiệp nặng ký nhất, lên hàng thánh cũng nhờ nó, trôi lặn trong vòng luân hồi cũng vì nó, nó là "công vi thủ, tội vi khôi" (công cũng hàng đầu, tội cũng hạng nhất). Nó có thể hoạt động chung với năm thức đầu, mà cũng có thể hoạt động riêng một mình. Mắt thấy bông hoa, cảm giác là hoa, phải nhờ ý thức mới biết rõ là hoa, vì ý thức tổng hợp cả 5 thức nên ngoài hình cái hoa, màu cái hoa, còn biết mùi cái hoa…Thế là cảm giác thành tri giác. Có tri giác rồi thì không mấy khi dừng ở đấy, vì nghĩ lan man thêm thói quen, do hoàn cảnh, do thiên kiến…cho nên, lẽ ra cái hoa thế nào thì cứ thế thôi, nhưng lại thêm vào nào thương, nào nhớ, nào yêu…

Thức thứ bảy, tên là ý căn, mạt-na, mạt-na-thức; nó vừa là căn, vừa là thức. Nó là căn (vô hình) cho ý, căn của nó là thức thứ tám tức a-lại-da hay a-lại- da-thức. Mạt-na bám chặt a-lại-da, coi a-lại-da là cái ngã và chấp ngã (dù rằng không có cái ngã thật). Tính chấp ngã này rất nặng, nó rất sâu dày vì tích lũy từ vô lượng kiếp. Cái "ta", cái "ngã" "cái thân này là thật" do ở mạt-na cả. Danh từ ngày nay nói đến "bản năng sinh tồn", cái "muốn sống", cộng với ái dục là những sức mạnh giúp cho nghiệp lực tác động! Mạt-na lại chấp cả các pháp bên ngoài là thật. Đến đây, điều phải nhớ là: mạt-na dựa vào a-lại-da, mạt-na chấp ngã nặng nề.

Như trên đã nói, thức thứ sáu (ý thức) là công vi thủ, tội vi khôi. Nó "đóng đô" ở thức thứ bảy, căn của nó ở đó, nó chịu ảnh hưởng nặng cái tính chấp ngã, làm ra nhiều sai lầm hay rõ hơn là nó xúi làm sai lầm, nhưng cũng phải công nhận rằng nó có cái "khôn ngoan" của nó, nó biết "tu hành" chẳng hạn, làm cho mạt-na "tỉnh táo" ra.

Thức thứ tám là a-lại-da, tên của nó là tạng thức hay tàng thức là kho để chất chứa, cất dấu (tàng là tàng trữ). Nó chứa hết thảy mọi hạt giống tức chủng tử từ mấy thức kia dồn vào qua mạt-na. Chủng tử chứa trong đó không nằm yên, chúng được huân, được ướp, được dồn ở đó đợi lớn lên, chín muồi rồi phát

hiện ra, rồi sau đó những cái phát hiện ấy lại tạo nhân, tạo chủng tử gieo vào a-lại-da...nhưng chủng tử sẽ bị thui chột nếu bị buông lơi hay chèn ép. Vì thế a-lại-da mới có tên là chủng tử thức và dị thục thức. Thức thứ bảy đem chủng tử vào thức thứ tám (truyền) rồi lấy từ đó mà đem ra (tống) nên thức thứ bảy còn có tên là truyền thống thức. Điều phải nhớ là: thức thứ tám quan trọng nhất, cho nên được đặt tên là căn bản thức, và để nói lên vai trò của nó trong đời sống con người nên nó có tên là nguyên thần thức.

Sáu thức đầu được gọi chung là THỨC, thức thứ bảy gọi là Ý và thức thứ tám gọi là TÂM. Muốn cho đơn giản thì tạm nhớ thế này:

Tâm hay thức hay tâm thức là phần tinh thần bên cạnh phần thể xác.

Cái mà chúng ta gọi là hồn, linh hồn...không trường cửu và bất biến, đó chẳng qua là cái tâm mà thôi.

Năm thức đầu cho ta cảm giác.

Thức thứ sáu cho ta các tri giác, căn của nó là thức thứ bảy.

Thức thứ bảy là chấp ngã, căn của nó là thức thứ tám.

Thức thứ tám quan trọng hơn cả, nó chứa nghiệp nhân, chờ nghiệp quả, nó là căn bản, nó có tên là căn bản thức. Thức thứ tám tham dự vào việc tái sinh. Tu là tìm cách chỉ huy thức thứ sáu để cho nó độc lập dần với thức thứ bảy là thức chấp ngã. Niệm Phật là cốt để huân tập, ướp và chứa chủng tử lành vào a-lại-da. Phải ướp thật đều, thật nhiều để làm thui chột các nhân xấu và làm chín muồi các nhân lành thành ra quả lành. Người ta tu định để cho ý thức không phân tán, không rơi vào mê ngủ hay tán loạn, thế là có định lực. Mình căn cơ kém thì niệm Phật. Niệm Phật tam-muội là định.

Tóm lại:

Tâm do 8 thứ hợp lại, một hợp thể: nhãn thức, nhĩ thức, tị thức, thiệt thức, thân thức, ý thức, mạt-na thức hay thức chấp ngã và a-lại-da thức. 5 thức đầu cho ta các cảm giác. Thức thứ 6 cho ta các tri giác. Căn cuả nó là thức thứ 7. Thức thứ 7 là chấp ngã, căn của nó là thức thứ 8. Thức thứ 8 quan trọng hơn cả, chứa nghiệp nhân, chờ nghiệp quả. Nó là căn bản nên gọi là căn bản thức. Thức thứ 8 tham dự vào việc tái sinh.

4 phiền não ứng với mạt-na-thức:

- Ngã si (ngu si, vô minh) – Ngã kiến (chỉ thấy có mình) – Ngã mạn (cho rằng mình hơn người) – Ngã ái (chỉ thương có mình)

Mạn: kiêu ngạo, ngạo mạn; tự cho mình hơn người…

TÁM THỨC

Sắc, thanh, hương, vị, xúc=sắc trần, thanh trần, hương trần, vị trần, xúc trần.

Ý: Vô hình } Ý căn=mạt na, mạt na thức (thức thứ bảy) Căn: Vô hình

A-lại-da thức=thức thứ tám (bát thức)=tạng thức hay a-lại-da=alaya Thức thứ 6 (ý thức) và thức thứ 7 (mạt na thức) lãnh đạo thân thể chúng ta. Đầu thai=nghiệp lực rất mạnh, đẩy a-lại-da vào cảnh giới mới. Vào cảnh giới nào thì sinh ra trong cảnh giới đó.

Tái sinh thành người: a-lại-da nương vào một cặp cha mẹ gồm ba thức hợp lại thành bào thai: trứng của mẹ+tinh trùng của cha+thần thức. Vãng sanh tịnh độ: “Hoa nở thấy Phật” tức là sanh từ hoa sen trong ao Thất Bảo ở miền cực lạc. Vì thế nói “hoa sen là cha mẹ”. Tới đó tu thêm chứ chưa thành Phật ngay được…

Bàn Về Chữ TÂM Trong Đạo Phật

Từ điển Phật học Việt Nam viết như sau: “Nếu định nghĩa tâm một cách khái quát nhất thì trong các kinh điển Phật giáo, chữ tâm thường được dùng theo 6 nghĩa: 1/ Nhục đoàn tâm: quả tim vật chất, làm chức năng bơm máu đi khắp cơ thể. 2/ Tập khởi tâm: tức là thức thứ tám (còn gọi là đệ bát thức, tạng thức, a-lại-da, a-lại-da-thức). Đó là toàn bộ tâm thức, cơ sở của mọi hoạt động tâm lý. 3/ Tư lương tâm: tư lương là đắn đo, suy nghĩ; tâm thức tư lương là thức thứ bảy (còn gọi là mạt-na, mạt-na-thức). Tác dụng của nó là liên tục, nó chấp thức thứ tám là Ta (cái Ta riêng biệt)...Một từ khác để chỉ thức thứ bảy là Ý, tướng trạng của thức này là sinh diệt nối tiếp nhau không bao giờ bị gián đoạn. Đồng thời, thức thứ bảy là nơi nương tựa của thức thứ sáu (ý thức) cho nên thức thứ bảy còn có tên là ý căn. 4/ Liễu biệt tâm: ý thức và 5 thức trước (nhãn thức, nhĩ thức, tị thức, thiệt thức, thân thức) có tác dụng duyên với ngoại cảnh

và phân biệt nhận thức chúng. 5/ Kiên thực tâm: chân tâm, cái Tâm không hư vọng, đó là Phật tính, cái mầm mống giác ngộ vốn có sẵn trong chúng ta. 6/ Tinh yếu tâm: tâm ở đây là cái tinh yếu, cái cốt lõi, như nói Bát-nhã ba-la- mật-đa tâm kinh hay Tâm kinh”.

Phật học Từ điển Đoàn Trung Còn định nghĩa chữ tâm như sau: “Về vật chất, tâm là trái tim (Pháp: coeur); tâm là chỗ chính giữa (Pháp: centre). Về tinh thần, tâm có rất nhiều nghĩa: 1- lòng dạ, nỗi niềm cảm động, như an tâm, loạn tâm, ưu tâm, hỷ tâm. 2- bề trong, đối với bề ngoài, như tâm nhãn. 3- chí, lòng cương quyết, như nhất tâm, chuyên tâm, tâm lực. 4- ý, tức tâm ý, như tham tâm, si tâm, sân tâm, bồ đề tâm. 5- thức, tức tâm thức, như bát thức, tám thức. Người ta thường gọi cái thức a-lại-da là tâm. 6- trí, tức trí thức, tâm trí, như phàm tâm, vọng tâm, thánh tâm, Phật tâm, chân tâm. 7- cái linh giác chung của chúng sinh, vạn vật, vũ trụ tức là tâm linh, thần hồn. 8- căn bổn, chỗ phát sanh, chỗ trụ cốt, như tâm địa, tâm vương. 9- tánh, tức tâm tánh, như tâm bình, tâm trực. 10- chỗ bí mật, như tâm sự, tâm truyền. Tâm đối với: sắc, trần, cảnh, thân”.

Đoạn sau đây, dựa vào Duy thức, được trích từ cuốn Pháp số căn bản: “Trong tám thức (nhãn thức, nhĩ thức, tị thức, thiệt thức, thân thức, ý thức, mạt-na, a- lại-da) thì thức thứ tám tức a-lại-da là thức nền tảng, căn bản; Duy thức học gọi nó là căn bản thức. Bảy thức kia đều được chuyển hiện, sinh khởi từ căn bản thức cho nên chúng được gọi là chuyển thức. Mặc dù có tám thức nhưng về tác dụng thì chúng có ba tác dụng chính yếu: 1/ Tác dụng chứa đựng, gìn giữ hạt giống và chuyển biến thành hiện hành – tức là tác dụng DỊ THỤC – là vai trò của thức a-lại-da, thức này cũng được gọi là TÂM. 2/ Tác dụng suy nghĩ, so đo, tính toán – tức là tác dụng TƯ LƯƠNG – là vai trò của thức mạt-na, thức này cũng được gọi là Ý. 3/ Tác dụng tri giác, phân biệt đối với trần cảnh – tức là tác dụng LIỄU BIỆT CẢNH – là vai trò của sáu thức trước, sáu thức này còn được gọi là THỨC.

Sự phân chia tám thức như trên chỉ là một phương tiện để dễ tìm hiểu những mặt khác nhau của thức; nó không phải là cố định như thế. Thực ra, tám thức ấy chỉ là tám tác dụng, tám hành trạng hay tám cách biểu hiện của nhận thức, chứ không phải là “tám cái tâm” riêng rẽ, biệt lập. Tuy là có tám thức, nhưng mỗi thức đều liên hệ mật thiết đến các thức khác; tuy một mà là tám, tuy tám mà là một, cho nên chúng có thể thu về một mối, đó là THỨC – tức là CĂN BẢN THỨC hay A-LẠI-DA-THỨC. Một cách tổng quát, chúng ta có thể nói: thức có ba tác dụng: dị thục (hay tàng), tư lương và liễu biệt cảnh. Các kinh luận không chuyên về duy thức thường dùng những tên gọi như TÂM, Ý,

THỨC hay NGHIỆP THỨC để chỉ phần tinh thần – khác với phần thân thể” - của chúng sinh.”

Vậy thì chữ tâm mà ta đang tìm hiểu bao trùm luôn tám cái thức nói trên và có tên khác là ý và thức. Có nơi dùng chữ tâm-thức.

BS Bùi Mộng Hùng viết: “Theo Tương ưng bộ kinh, quyển V, trang 184, tâm (citta) nghĩa là tư tưởng, sinh ra do danh sắc. Vậy nhà Phật quan niệm ‘tâm’ là do hoạt động hợp lực của tinh thần (danh) và của thể xác (sắc). Là tư tưởng, ‘tâm’ quan hệ gắn bó với ‘thức’: nó “ẩn hang sâu” (Dhammapada, 37), hang sâu chỉ trú xứ của thức. Cũng như nó quan hệ với các chức năng cảm giác, nhận thức (Trung bộ kinh, I, 301); chức năng tình cảm; khả năng hành động (Tăng chi bộ kinh, III, 437).

Tóm lại, ‘tâm’ là trung tâm của ý thức, cảm giác, tình cảm, hành động.” Tâm có hai bộ mặt, hai trạng thái, hai biểu lộ của cùng một chân lý; đó là hai trạng thái: sáng suốt, giác ngộ và mê mờ, vô minh. Chữ nhà Phật gọi là chân tâm và chúng sinh tâm. Hay là tâm Phật và tâm chúng sinh.

Mỗi nơi dùng một danh từ cho nên người đọc dễ bị lúng túng. Chân tâm còn được gọi là Pháp tánh, Pháp thân, Thật tướng, Không tánh, Chân như, Như lai tạng, Vô tướng, Bình đẳng tánh vv..

Giác ngộ là trạng thái trong sạch của tâm. Vô minh là trạng thái vẩn đục của tâm. Tâm trong sạch thì tự do, không bị điều kiện nào trói buộc. Những nhận thức của nó đều đúng đắn. Tâm vẩn đục tùy thuộc vào nhiều điều kiện, vì thế nó không có tự do. Những nhận thức của nó bao gồm nhiều ảo ảnh, sai lầm.

Chân tâm là tâm của các vị Phật, đã được giải thoát khỏi mọi trói buộc, mọi phiền não và vì không phiền não nên không còn khổ đau. Chúng sinh tâm là tâm của những người phàm như chúng ta, do tạo nghiệp và vướng nghiệp cho nên còn trôi lăn trong vòng sinh tử luân hồi.

Khi nào do tu tập mà tâm đẩy được hết vẩn đục, hết vô minh để nhận rõ được bản thể của chính nó, nhận được "bộ mặt thật" của nó, cái "bản lai diện mục" của nó thì nó trở thành chân tâm, nó chính là chân tâm. Cái chân tâm ấy, cái bản thể ấy, người Phật tử gọi là Phật tánh, nhưng nó không riêng cho Phật tử mà chung cho hết thảy mọi chúng sinh nghĩa là chúng sinh nào cũng có Phật tánh. Đối với người không phải là Phật tử thì ta nên dùng chữ bản thể (của vạn sự vạn vật) thay cho chữ Phật tánh. Có câu rằng: "Phật, chúng sinh

tánh thường rỗng lặng" [Năng lễ sở lễ tánh không tịch], nghĩa là Phật và chúng sinh đều cùng có "cái tánh rỗng lặng" đó. Vì thế bất cứ chúng sinh nào cũng có thể tìm cách hết mê mà thành ngộ, thành Phật. Đó là một đặc điểm của Phật giáo: ai cũng có thể tu để lên thành Phật, tức là lên ngang với Giáo chủ.

Sự khác biệt giữa Phật và người phàm là sự nhận biết bản thể và sự không nhận biết bản thể của tâm, nói khác đi là Phật thì đã phá được màn vô minh mà nhận ra được Phật tánh, Chân Tâm; phàm thì chưa phá được màn vô minh nên chưa nhận ra được Phật tánh, Chân Tâm. Vì thế người ta nói ngắn rằng Phật và chúng sinh chỉ cách nhau có một sợi tóc, sợi tóc ấy là vô minh! Có nơi còn đi xa hơn nữa mà bảo rằng phiền não tức bồ-đề, Phật là chúng sinh. Cách nói như vậy làm cho người mới học phát sợ. Có lẽ chúng ta nên nói: "hết phiền não thì đạt bồ-đề", "Phật là chúng sinh đã giác ngộ".

Thắc mắc: làm thế nào phá vô minh để được giác ngộ? Trả lời: phải tu. Lại hỏi: tu thế nào? Trả lời: tu theo pháp môn mà mình chọn hoặc thày mình chọn cho mình. Người này thì tu theo Thiền tông, người khác thì tu theo Tịnh độ tông, lại có người tu theo Mật tông, vv...

Người tu hành thường dùng chỉ và quán, giữ yên lặng, dẹp cái tâm lăng xăng mà đạt đến cái tâm thật. "Chỉ nói sự lặng yên, tịch tĩnh của tâm thức, đạt cảnh vô phân biệt. Quán là quán xét phù hợp với sự thật. Chỉ là trạng thái phải đạt được để có thể quán xét đúng đắn. Các vị luận sư ví Chỉ như một hồ nước tĩnh lặng và Quán là những con cá bơi lượn...

Từ điển đó còn tiếp: "Cách tu tập Chỉ Quán bao gồm hai phần, phần chuẩn bị và phần chính. Phần chuẩn bị bao gồm: tạo điều kiện thuận lợi cho việc tu tập (thuận cảnh); giảm các nhu cầu hằng ngày (thiểu dục); điều hòa các hoạt động hằng ngày như ăn, uống, ngủ, nghỉ, hơi thở và tâm (ly đa sở tác); chuyên chú vào việc trì giới (thanh tịnh luật nghi).

Trong phần chính, hành giả thực hiện nhiều cách chỉ quán khác nhau. Người ta phân biệt ba cách tu chỉ: 1/ Chú tâm vào chóp mũi; 2/ Thuần phục tâm bằng cách nhận ra sự khởi động, phát sinh của ý nghĩ và lập tức gián đoạn nó ngay; 3/ Nhận thức được nguyên lý Duyên khởi và tính Không của vạn vật. Quán được thực hành theo nhiều

cách khác nhau: 1/ Quán bất tịnh; 2/ Quán tâm Từ để đối trị tâm sân hận; 3/ Quán những hạn chế, không trọn vẹn trong sáu nẻo luân hồi để hàng phục ngã kiến; 4/ Quán tính Không của các pháp. Tất cả các cách tu luyện trên có thể được thực hành trong mọi hoạt động thân thể hàng ngày.

Kế theo là việc phòng hộ các giác quan (nhiếp căn) và tu chỉ ở đây được hiểu là sự nhận thức được tính huyễn của tất cả những hiện hữu, phòng ngừa sự xuất hiện của hai tâm trạng đối đãi là yêu và ghét. Quán là sự hướng nội của tâm trong khi thụ nhận những tin tức từ những giác quan, với mục đích là nhận thức được tính vô sắc, vô tướng của tâm. Cuối cùng, hành giả phải quán tưởng đến tính cách "phi thật" của hiện hữu để trực ngộ được tính không của chúng và ý nghĩa tột cùng của Trung đạo".

Sau đây là ý kiến của thiền sư D.T. Suzuki, rất đáng chú ý và làm cho chúng ta nghĩ ngợi nhiều: "Một người có thể trầm tư hay quán tưởng về một đề mục có tính cách tín ngưỡng hay triết lý trong khi đang tu Thiền, nhưng việc này chỉ là ngẫu nhiên; cốt tủy của Thiền không phải ở đó. Thiền nhằm đào luyện tâm, làm chủ tâm, qua sự kiến chiếu vào tận thể tánh. Chiếu phá vào tận thực tánh của mỗi tâm ý hay linh hồn chúng ta chính là chủ đích căn bản của Thiền tông đạo Phật, vì thế hơn hẳn trầm tư hay quán tưởng hay Thiền định (Dhyana) theo nghĩa thông thường. Tu thiền cốt khai mở tâm nhãn hầu kiến chiếu vào tận lẽ thực của hiện hữu. Muốn trầm tư hay quán tưởng, ta phải tập trung tư tưởng cố định vào một cái gì, sự vô thường của muôn vật chẳng hạn. Nhưng đây chính là việc mà Thiền mong muốn loại trừ. Nếu có một điều mà Thiền nhấn mạnh triệt để thì đó là chứng đạt tự tại, nghĩa là giải thoát tất cả những ưu phiền hư giả. Trầm tư hay quán tưởng là một thứ giả tạo được khoác vào, và không trực thuộc hoạt động bẩm sinh của tâm ..."

BS Bùi Mộng Hùng viết về thiền: "...đó là trạng thái tâm bình thản, tập trung vào hình ảnh từ ngoài đến, không xao xuyến với tư tưởng bên trong nổi lên: 'Người tu hành phải quán sát cách nào để cho trong khi quán sát, ý thức về ngoại vật không xao lãng, phân tán, ý thức về nội tâm không dấy động, để cho ý thức không bị dao động bởi tham ái ' (Trung bộ kinh, III, 223).

Lòng yên tĩnh, bình thản là một nguyên tắc chủ yếu. Tuy nhiên, nếu nghĩ cứ việc ngồi xếp bằng, lim dim con mắt mà nhìn đời là yên, thì cho có đúng cũng chỉ đúng một phần. Như kiểu nhận chân voi làm cả con voi.

Cũng dễ hiểu lầm lẫn này từ đâu mà ra. Nào là những hình ảnh Phật ngồi kiết già, nào là huyền thoại nghe từ hồi thơ ấu kể các vị chân tu ngồi không nhúc nhích chim đến làm tổ trên đầu, cho đến chữ thiền trong ngồi thiền, tất cả, hình ảnh, ngôn từ hợp lực nhau mà sinh ra cái quan niệm nhập nhằng lẫn lộn "ngồi thiền" với "thiền", với đạo Phật.

Phương pháp của nhà Phật thực ra phong phú hơn thế nhiều. Nó gồm ba vế, tác động vòng tròn qua lại với nhau. Phong cách sống trong sạch, thuật ngữ gọi là'giới'; đó là yếu tố cho tâm trí thanh thản tập trung, được 'định'. Sống trong lành, lòng tĩnh lặng, tâm trí trở nên sáng suốt, ấy là 'tuệ'. Tâm sáng suốt soi cho đời sống thêm trong lành, tâm trí

thêm tập trung, và cứ thế mà tác động vòng tròn lẫn nhau ..

Thiền định là phương pháp đã có từ xa xưa. Đức Phật Thích Ca khi chưa thành đạo đã có lúc theo học danh sư thời đó đến tận cùng của phương pháp. Đạo Phật trân trọng thiền định, như một phương tiện đáng quý. Nhưng chỉ là phương tiện không hơn không kém, vì cứu cánh không phải là nơi đó. Cái chính là tâm trí sáng suốt, là 'tuệ', sự vật ra sao thì nhận định y như vậy, không méo mó, lệch lạc...".

Những lời trên đây đủ cho thấy rằng việc thiền không đơn giản, ấy là chưa kể đến những loại thiền gọi là tà dễ dẫn người ta đến sai lầm, có khi sai lầm nghiệm trọng đến nỗi tẩu hỏa nhập ma.

Duy thức tông nói đến việc tu đến lúc chuyển thức thành trí: Khi tu đến lúc chứng được quả vô lậu tức là xa lìa hết mọi phiền não, chứng Phật quả, thì:

1/ Năm thức đầu chuyển thành Thành sở tác trí (trí này giúp hoàn thành mọi việc mà không tạo nghiệp).

2/ Thức thứ sáu trở thành Diệu quán sát trí. (trí này là trí huệ siêu việt, giúp cho biết làm việc mà không cần dụng công).

3/ Thức thứ bảy (mạt-na) chuyển thành Bình đẳng tánh trí (trí này giúp thấy rõ sự bình đẳng giữa mọi chúng sinh).

4/ Thức thứ tám (a-lại-da) chuyển thành Đại viên cảnh trí (trí này như một tấm gương lớn, coi vạn pháp thế nào là thế ấy).

Ấy là nói về lý thuyết mà thôi. Có thực hành mới rõ được. Ai rõ rồi thì chỉ một mình người đó biết vì cái tâm không thể nào chỉ bày ra bằng những lời nói thông thường được, không thể mô tả rằng nó như thế này, nó như thế kia. Tất cả đạo Phật rút lại là: giải thoát khỏi mọi khổ đau trong đó cái lớn nhất là sự sinh tử luân hồi, và cách giải thoát là tinh tấn tu hành để tìm ra được cái chân tâm của mình. Thiền tông nói cách khác, là chỉ thẳng tâm người, thấy tánh thành Phật.

Chúng ta vừa thấy chữ tánh, trong kiến tánh thành Phật. Tánh ấy, là Phật tánh, tức là chân tâm. Vậy thì trong lúc chúng ta đang bàn đây, tâm và tánh chỉ là hai danh từ đồng nghĩa.

Tánh hay Tính (SKT: svabhava) là thế nào? Đạo đức Phật giáo phân biệt tính thiện, tính ác, tính vô ký (không thiện, không ác). Tánh còn có nghĩa là bản thể. Thiền tông giảng kiến tánh: thấy được bản thể chân thực của mình vốn sáng suốt, an lạc, trong lặng. Đứng về bản thể mà nói, về Phật tánh mà nói, thì chúng sinh và Phật không khác gì nhau. Nhưng Phật là bậc Thánh đã giác ngộ về bản thể sáng suốt, an lạc và trong lặng đó còn chúng sinh thì lại quay lưng với bản thể chân thực của mình do bị vọng tưởng phiền não che lấp.

Kiến tánh thành Phật là một cách nói quá gọn ghẽ. Kiến tánh là thấy tánh tức là mới ngộ thôi, còn phải chứng mới được. Đọc được cuốn sách rồi, còn phải hiểu sách và ứng dụng cho đúng nữa mới là đủ!

Chúng ta hãy nhớ thật chắc rằng có hai thứ tâm: chúng sinh tâm và chân tâm, gọi là hai thứ cho dễ hiểu vì thật ra khi chúng sinh tâm được thanh tịnh hóa do sự tu hành thì nó lại chính là chân tâm.

Tu đến độ thấy được chân tâm rồi chứng được chân tâm quả thật là khó, đã vậy lại có vô số pháp tu; người Phật tử nhiều khi rất lúng túng, chọn pháp môn này rồi lại bỏ sang pháp môn kia, vì thấy mỗi sách dạy một khác, mỗi thày dạy một khác. Cho nên mất rất nhiều thì giờ mà lại không có kết quả.

Chân tâm có những đức gì? Câu hỏi này có thể được coi là ngớ ngẩn vì chân tâm thuộc về cảnh tuyệt đối, khác với cảnh tương đối, nhị nguyên mà chúng ta đang sống. Dùng ngôn ngữ văn tự của thế giới chúng ta để nói về tuyệt đối là một việc không làm nổi. Đạo Phật dùng danh từ không thể nghĩ bàn (bất khả tư nghì). Tuy nhiên, trong cuốn sách "La Voie du Bouddha suivant la tradition tibétaine" của nhà tu Kalou Rinpoché, do đức Dalai-Lama viết lời mở đầu, chúng ta thấy mấy trang nói rằng bản chất của chân tâm có ba tính cách như sau: 1/ tính không; 2/ tính minh mẫn-sáng chói và 3/ tính vô hạn tức trí tuệ vô biên.

Vì tâm không có kích thước, không có màu sắc, không có hình thù, không có cái gì cả, cho nên ta nói rằng nó giống như không-gian, nó là không. Không ở đây chẳng phải là không có gì; nó hiện hữu khắp mọi nơi, khắp mọi lúc, nó bao trùm và thấm nhuần vạn pháp. Tâm có khả năng thực nghiệm, nhận biết. Nói rằng nó minh mẫn-sáng chói vì sự thông minh của nó thật là mẫn tiệp và

các thực nghiệm của nó hết sức là sáng láng. Hãy tạm tưởng tượng một cái phòng trống không, ấy là môi trường của thực nghiệm, của mọi thực nghiệm. Tính minh mẫn-sáng chói của tâm được ví như ánh sáng chiếu soi căn phòng ấy và nhờ đó mà biết được mọi sự vật. Nói rằng nó có trí tuệ vô biên vì đó là trí tuệ của một vị Phật đem dùng để hóa độ và cứu độ chúng sinh.

Tu hành đạt đến chân tâm, ngộ và chứng được chân tâm thì chứng Niết- bàn. Bất cứ trường phái nào của Phật giáo cũng nhằm đến Niết-bàn. Đó không phải là một nơi chốn. Phật giáo Nam tông quan niệm Niết bàn là một trạng thái của tâm, vào lúc mà hành giả: 1/ hết tham sân si; 2/ chứng đắc vô ngã; 3/ thoát hẳn sinh tử luân hồi. Phật giáo Bắc tông quan niệm Niết-bàn là sự thống nhất với Pháp thân, với Nhất thể tuyệt đối, giải thoát khỏi mọi ảo giác, mọi tham ái, mọi khổ đau, khỏi sự sinh diệt. Nói vậy chỉ là tạm thôi vì Niết bàn là một thứ tuyệt đối không thể tả ra bằng ngôn ngữ, nói ra bằng lý luận. Không được nói Niết-bàn là hư vô, là không có gì hết. "Như lửa phát sinh từ hư không và trở về với hư không, thì Niết-bàn là một tình trạng của tâm thức trở về với một cõi xứ không chịu sự sinh diệt. Đó là một tình trạng không có vị trí địa lý mà là một dạng siêu việt, xuất thế và chỉ có hành giả đã đạt mới biết được".

Niết-bàn có bốn đức là thường, lạc, ngã, tịnh. Thường nghĩa là không biến đổi, không sanh không diệt. Lạc là yên vui, tịch diệt mà yên hoài. Ngã là cái tự thể, cái bản thể (chứ không phải là cái ta thông thường vì khi chứng Niết bàn thì hết cái ta rồi). Tịnh là trong sạch, thanh tịnh. Muốn cho chắc người ta dùng bốn chữ: chân thường, chân lạc,

chân ngã, chân tịnh để khỏi lầm với các nghĩa thông dụng. Tác giả Đoàn Trung Còn ghi thêm: Trong Niết-bàn kinh, quyển 2, Phật giải nghĩa như sau: Thường nghĩa là Pháp thân, Lạc nghĩa là Niết-bàn, Ngã nghĩa là Phật, Tịnh nghĩa là Pháp.

Câu hỏi: cái gì đi tái sanh? Trả lời: a-lại-da đi tái sanh. Nếu gọi a-lại-da là tâm thì tâm đi tái sanh, hay nếu gọi a-lại-da là thần thức thì thần thức đi tái sanh. Thông thường người ta nói: cái hồn, cái thần hồn, cái linh hồn đi tái sanh. Người ta cũng dùng chữ vong linh để chỉ phần hồn của người vừa chết. Khi đọc sớ, người ta gọi là hương linh. Dùng danh từ gì thì cũng nên nhớ rằng đạo Phật nói rằng: không có linh hồn trường cửu và bất biến.

Ta vẫn nghe nói đến thân tiền ấm (như thân chúng ta đây, khi đang sống, chữ tiền có ý nói đến thời kỳ trước khi chết), thân trung ấm (thân trong khoảng tối đa 49 ngày sau khi chết, nói là thân nhưng không hề có thân xác) và thân hậu ấm (tức là thân sau khi tái sinh). Nói đơn giản nhất thì: Thần thức của người mới chết mang cái nghiệp của người đó đi sang một kiếp sống mới. Cái nghiệp

ấy (gồm tất cả các nghiệp của kiếp sống vừa qua và mọi kiếp sống trước) quyết định tính cách của kiếp sống mới: tái sinh vào cảnh giới nào, sung sướng hay khổ sở, hay trung bình v.v...

Kết luận:

1/ Con người có danh và sắc tức tâm và thân.

2/ Tâm ấy gồm thọ, tưởng, hành, thức.

3/ Chân tâm và chúng sinh tâm: hai thứ ấy thật ra là một.

4/ Phải tu để chứng ngộ chân tâm. Thức biến thành trí.

5/ Tu thế nào là do mình hoặc thày mình chọn pháp môn tu.

6/ Thức do tám thứ hợp lại, căn bản là thức thứ tám (a-lại-da). Thức mang nghiệp đi tái sinh vào cảnh giới mới. (Giáo Sư Nguyễn Văn Phú)

Conscript - người đến tuổi đi lính = a person who is forced to serve in the armed forces ---oOo--- Consecrated - được cúng, được đem dâng, thánh hóa

Consensus - đồng tâm, nhất trí

Conspicuous - dễ thấy, rõ ràng, đập ngay vào mắt

Constraint - cưỡng ép, bắt buộc

Contemplation of mind – quán tâm

Contemplation of the State of Mind - (SKT. cittanupassana)

Contemplation of Mind (Cittanupassana)

Because people have no practical knowledge in vipassana meditation, they are generally not in a position to know the real state of the mind. This naturally leads them

to the wrong view of holding mind to be "person," "self," "living entity." They usually believe that "imagination is I," "I am thinking, " "I am

planning," "I am knowing," and so forth. They hold that there exists a living entity or self which grows up from childhood to adulthood. In reality, such a living entity does not exist, but there does exist a continuous process of elements of mind which occur singly, one at a time, in succession. The practice of contemplation is therefore being carried out with the aim of discovering the true nature of this mind-body complex.

Mind usually wanders far and wide. While the yogi is trying to carry on with the practice of contemplation in his meditation room, he often finds that his mind has wandered to many far-off places, towns, etc. He also finds that his mind can wander to any of the far-off places which he has previously known at the very moment of thinking or imagining. This fact is discovered with the help of contemplation.

Mind occurs singly, moment to moment in succession. Those who do not perceive the reality of this believe that one mind exists in the course of life or existence. They do not know that new minds are always arising at every moment. They think that the seeing, hearing, smelling, tasting, touching and thinking of the past and of the present belong to one and the same mind, and that three or four acts of seeing, hearing, touching, knowing usually occur simultaneously.

These are wrong views. In reality, single moments of mind arise and pass away continuously, one after another. This can be perceived on gaining considerable practice. The cases of imagination and planning are clearly perceptible. Imagination passes away as soon as it is noted as "imagining, imagining," and planning also passes away as soon as it is noted as "planning, planning." These instances of arising, noting and passing away appear like a string of beads. The preceding mind is not the following mind. Each is separate. These characteristics of reality are personally perceptible, and for this purpose one must proceed with the practice of contemplation.

Mind has no substance, no form. It is not easy to distinguish as is the case with materiality. In the case of materiality, the body, head, hands and legs are very prominent and are easily noticed. If it is asked what matter is, matter can be handled and shown. Mind, however, is not easy to describe because it has no substance or form. For this reason, it is not possible to carry out analytical laboratory experiments on the mind. One can, however, fully understand the mind if it is explained as that which knows an object. To understand the mind, it is necessary to contemplate the

mind at every moment of its occurrence. When contemplation is fairly advanced, the mind's approach to its object is clearly comprehended. It appears as if each moment of mind is making a direct leap towards it object. In order to know the true nature of the mind, contemplation is thus prescribed.

Tâm Quán Niệm Xứ (Cittanupassana)

Nếu chúng ta thực hành thuần thục Tâm Quán Niệm Xứ (Cittanupassana), chúng ta sẽ dễ dàng thực hành Pháp Quán Niệm Xứ (Dhammanupasssana). Căn bản của Thiền Quán là hiểu rõ Thân và Tâm. Nhưng hiểu rõ Tâm thực sự quan trọng hơn.

Khi Thiền tập, chúng ta sử dụng Tâm để thiền, vì vậy chúng ta phải hiểu rõ Tâm.

Trí tuệ của chúng ta chỉ tròn đầy nếu chúng ta thực sự hiểu rõ cả Danh và Sắc. Tâm chúng ta chỉ có thể nhu nhuyến và dễ uốn nắn khi chúng ta hiểu rõ bản chất của nó.

Quán Tâm giúp chúng ta hiểu rõ bản chất của Niệm, Định và Huệ. Chỉ khi nào chúng ta hiểu rõ bản chất của Niệm, Định và Huệ, chúng ta mới có thể xác chứng được chúng là đúng hay sai, là chánh hay tà.

Phiền não chỉ diễn ra trong Tâm (không phải trên Thân). Do đó nếu chúng ta không quán Tâm, chúng ta sẽ không nhận ra được sự hiện hữu của phiền não, và vì thế không thể hành thiền tốt đẹp được.

Nhờ quán Tâm chúng ta hiểu rõ thái độ của mình khi hành thiền. Nếu chúng ta không biết mình đang hành thiền với thái độ nào (chân chánh hay không chân chánh), chúng ta không thể kinh nghiệm Pháp Bảo được.

Khi quan sát, nếu chúng ta không thấy cái Tâm Biết, chúng ta không thể kinh nghiệm Chân Đế. Nếu chỉ đơn thuần nhìn / quan sát đối tượng, chúng ta sẽ bị dính chặt vào khái niệm Tục Đế.

Mỗi khi chúng ta quán Thân hay quán thọ hay quán bất cứ đề mục nào, chúng ta cũng sẽ đi đến chỗ quán thấy cái Tâm Biết bởi vì đó là cách thức vận động tự nhiên của mọi Pháp. Không có con đường nào khác.

Khi thực hành Pháp Bảo, dù bằng bất cứ phương cách nào, chúng ta nhất định sẽ đi đến một trạng thái là nhận biết có một cái Tâm Biết, có chánh niệm và có chánh niệm trên chánh niệm. Tất cả mọi Pháp Hành đều phải đi đến điểm này. ---oOo--- Contemptible – unworthy = đáng khinh, đê tiện

Content - nội dung, sức chứa, dung tích

Contentment - bằng lòng, vừa lòng

Conternation - sự kinh hoàng, thất kinh

Contingency - ngẫu nhiên, tình cờ

Contradict – mâu thuẫn với, trái với

Contrite – ăn năn, hối hận

Contrive – nghĩ ra, sáng chế ra (Contrivance – sáng kiến)

Conundrum – câu hỏi hóc buá

Convalescent – đang hồi phục

Convent – nunnery (nữ tu viện); monastery = tu viện

Conventional – theo quy ước, theo tập quán, theo lối cổ truyền

Conventional truth – chân lý quy ước - The conventional truth may be interpreted as "obscurative truth" or "that which obscures the true nature" as a result. It is constituted by the appearances of mistaken awareness. Conventional truth would be the appearance that includes a duality of apprehender and apprehended, and objects perceived within that. Ultimate truths, are phenomena free from the duality of apprehender and apprehended.

CONVENTIONAL AND ULTIMATE TRUTHS

Whatever exits is either a conventional truth or an ultimate truth, and since ultimate truth refers just to emptiness, everything except emptiness is a

conventional truth. For example, things such as houses, cars and tables are all conventional truths.

All conventional truths are false objects because the way they appear and the way they exist do not correspond. If someone appears to be friendly and kind but his real intention is to gain our confidence in order to rob us, we would say that he is false or deceptive because there is a discrepancy between the way he appears and his real nature. Similarly, objects such as forms and sounds are false or deceptive because they appear to exist inherently but in reality are completely devoid of inherent existence. Because the way they appear does not coincide with the way they exist, conventional truths are known as 'deceptive phenomena'. A cup, for instance, appears to exist independently for its parts, its causes and the mind and the way it exists do not correspond, the cup is a false object…

To summarize, conventional objects are false because, although they appear to exist from their own side, in reality they are mere appearances to mind, like things seen in a dream. Within the context of a dream, however dream objects have a relative validity, and this distinguishes them from things that do not exist at all…

Suppose in a dream we steal a diamond and someone then asks us whether it was we who stole it. Even though the dream is merely a creation of our mind, if we answer 'yes' we are telling the truth whereas if we answer 'no' we are telling a lie. In the same way, even though in reality the whole universe is just an appearance to mind, within the context of the experience of ordinary beings we can distinguish between relative truths and relative falsities…(Modern Buddhism – Geshe Kelsang Gyatso) ---oOo---

CHÂN LÝ TƯƠNG ĐỐI VÀ CHÂN LÝ TUYỆT ĐỐI Hoà Thượng Thích Thanh Từ

CHÂN LÝ TƯƠNG ĐỐI

Chân lý tương đối là những sự thật còn nằm trong đối đãi đối trị nhau. Những sự đối đãi ấy là: sáng đối tối, lạnh đối nóng, xấu đối tốt, thiện đối ác, khổ đối vui, động đối tịnh, sanh diệt đối vô sanh...Còn sanh hoạt trong tương đối thì, có xấu phải có tốt, có thiện phải có ác, có khổ phải có vui..., chúng ta không thể chối cãi sự thật ấy được. Chỗ

khôn ngoan của chúng ta là, khéo lợi dụng

cái này đối trị cái khác, để tiến lên đúng nguyện vọng của mình. Như lương y biết bệnh biết thuốc, khéo dùng thuốc trị lành bệnh cho người. Phật pháp là những phương thuốc trị lành bệnh cho chúng sanh, nên gọi Phật là Ông vua thầy thuốc (Vô thượng y vương).

Sáng đối tối. Chúng ta biết tối không phải tự nó tối, mà do nhân duyên thiếu ánh sáng. Nếu ta khéo tạo điều kiện - đèn dầu, đuốc, đèn điện...- cho nó ánh sáng thì bóng tối tự mất. Ngược lại, muốn có bóng tối cũng như thế. Đây là cái tối, sáng của hiện tượng bên ngoài. Đến cái tối, sáng tinh thần bên trong của chúng ta cũng có nhân duyên. Nhân thiếu học, thiếu đọc sách khiến ta tối dốt. Dùng ánh sáng học tập đọc sách... thì cái tối dốt dần dần tiêu diệt.

Nóng đối lạnh. Chúng ta nhân chạm khí lạnh, gió lạnh, nước lạnh... nên phát lạnh run. Biết thế, chúng ta phải tạo điều kiện cho có hơi nóng để đối trị, như đốt lửa hơ, lò sưởi ấm, mền bông trùm...

Khổ đối vui. Khổ có nhiều loại: khổ do đói rét, khổ do bệnh tật, khổ do vô minh phiền não... Nếu khổ do đói rét, chúng ta phải nỗ lực tạo điều kiện cho có ăn có mặc, tức là lấy cái vui no ấm trị cái khổ đói rét. Nếu khổ vì bệnh tật, chúng ta phải dùng thuốc thang điều trị, lấy cái vui khỏe mạnh trị cái khổ bệnh tật. Nếu khổ do vô minh phiền não, chúng ta phải lấy chánh pháp của Phật trị nó. Vô minh phiền não tức là si tham sân. Si mê là vô minh, tham sân là phiền não.

Động đối tịnh. Động là xao xuyến rối loạn, tịnh là yên ổn lặng lẽ. Ở đây riêng giải thích về cách đối trị của tâm thức. Tâm thức chúng ta xao xuyến rối loạn khiến suy yếu mờ tối. Muốn dừng sự xao xuyến rối loạn này, chúng ta phải dùng sự yên ổn lặng lẽ đối trị. Song chúng ta phải biết rõ do nhân duyên gì khiến tâm thức xao xuyến rối loạn. Bởi tâm thức chạy theo sự được mất tiền của, được mất sắc đẹp, được mất danh vọng, được mất ăn uống, được mất ngủ nghỉ, mà thành xao xuyến rối loạn. Muốn dừng sự chạy theo ấy, Phật pháp dạy chúng ta trước tiên phải giữ giới. Giới là hàng rào ngăn chận tâm thức chạy theo ngũ dục. Kế dùng phương pháp thiền quán làm sợi dây cột nó lại. Ngoài có hàng rào giới luật, trong có sợi dây thiền quán, con khỉ tâm thức sẽ thúc thủ ngồi yên, dần dần ngủ lịm. Giới có năm giới, mười giới v.v... nhằm ngăn chận mọi sự đuổi theo ngoại cảnh của tâm thức. Thiền quán có sổ tức quán, từ bi quán, bất tịnh quán, nhân duyên quán..., cốt cột chặt tâm thức lại một chỗ, bắt buộc nó phải yên lặng. Đây là phương pháp lấy tịnh trị động.

Sanh diệt đối vô sanh. Cặp đối này cũng gọi là sanh tử đối Niết-bàn. Sanh diệt là nói chung cho muôn loài, sanh tử chỉ nói riêng cho loài động vật. Sanh tử đối Niết-bàn, lại khu biệt hoàn toàn vào người Phật tử. Muôn loài hằng chịu sanh diệt, mà không biết lẽ vô sanh, để dùng đối trị. Đức Phật sau khi giác ngộ đã thấy rõ lẽ ấy, nên dạy đệ tử lấy vô sanh đối trị sanh diệt hay sanh tử. Vô sanh là nghĩa chánh của Niết-bàn. Dòng tâm thức biến động là nguồn gốc sanh tử. Tâm thức biến động bởi do luyến ái bản thân và ngoại cảnh. Nếu biết rõ cảnh vật vô thường, thân người vô ngã thì dòng luyến ái sẽ khô

kiệt, tâm thức sẽ dừng lặng. Tâm thức dừng lặng thì nhân duyên sanh tử dứt bặt, đó là nghĩa vô sanh. Ví như gió dừng thì sóng lặng, mặt biển sẽ bằng phẳng an lành. Luyến ái là động cơ thúc đẩy tâm thức sanh diệt, còn luyến ái thì sanh tử không bao giờ dứt. Chúng ta yêu mến một người, người ấy vắng đi thì tìm cách gặp lại, hoặc nơi này hay nơi khác. Lòng yêu mến thúc giục chúng ta tìm gặp nhau mãi mãi. Chỉ khi lòng yêu mến cạn thì, sự tìm kiếm mới dừng. Trong pháp Mười hai nhân duyên, Ái là động cơ thúc đẩy có Thủ, Hữu rồi Sanh Lão Tử ở đời sau. Ái dứt thì Thủ Hữu không còn, làm gì có Sanh Lão Tử tiếp nối. Ái là luồng gió mạnh thổi cuốn sóng tâm thức nổi dậy. Gió Ái dừng thì sóng tâm thức cũng theo đó mà lặng. Bức tường chặn gió Ái không gì hơn quán các pháp vô thường, quán thân tâm vô ngã.

Bờ sông bên này là sanh tử, bờ sông bên kia là Niết-bàn. Thấy rõ như thế, hành giả cấp bách kết bè vượt dòng sông qua bờ bên kia, qua rồi từ biệt vĩnh viễn bờ sông bên này. Đó là quan niệm chán sanh tử cầu Niết-bàn của hàng Nhị thừa, vì còn thấy sự đối đãi là chân thật. Cũng dùng phương pháp đối trị này, song Bồ-tát chỉ thấy là phương tiện tạm thời, nên không mắc kẹt ưa chán. Chân lý tương đối bàng bạc khắp thế gian. Bất luận nhân loại vật loại ngôn ngữ tư tưởng... phát xuất đều nằm gọn trong phạm vi của nó. Chúng ta khôn khéo ứng dụng tài tình những phản đề, để tiêu diệt chúng theo đúng đường lối vươn lên của chúng ta. Không biết dùng, hoặc dùng sai phương pháp đối trị, mà muốn tiêu diệt chúng, không bao giờ thành công. Thầy thuốc hay, là người khéo biết bệnh biết thuốc và dùng thuốc trị liệu đúng phương pháp. Vì thế, Phật pháp gọi là “phương pháp trị liệu”.

CHÂN LÝ TUYỆT ĐỐI

Một thực thể không lệ thuộc nhân quả, duyên sanh, thoát ngoài đối đãi là chân lý tuyệt đối. Không thuộc nhân quả nên không sanh diệt vô thường. Không thuộc duyên sanh nên không phải hợp tướng giả dối. Thoát ngoài vòng đối đãi nên không trị liệu, không so sánh, không luận bàn, không suy nghĩ đến được. Thực thể này không lệ thuộc thời gian, không bị chi phối của không gian, vượt

ngoài mọi đối tượng trong vũ trụ. Chính nó là sanh mạng là mạch sống của chúng sanh, mà chúng sanh không nhận ra nó. Nó hiển nhiên hằng có mặt nơi chúng ta, mà chúng ta lãng quên nó một cách đáng thương. Nó là thể chẳng sanh chẳng diệt vĩnh cửu trường tồn của chúng ta, chúng ta không biết đến nó, đi nhận cái sanh diệt tạm bợ làm mình. Bỏ quên thực thể này là vô minh là si mê, nhận được nó là giác ngộ là trí tuệ. Bỏ quên nó, đi theo sanh diệt là luân hồi, nhận sống với nó là vô sanh giải thoát. Bởi thực thể này hệ trọng dường ấy, nên chúng ta phải biết: Nó tên gì? Làm sao nhận ra nó? Nhận được nó có lợi ích gì?

Thực thể này nguyên không có tên, trong Phật pháp tùy công dụng gắng gượng đặt rất nhiều tên: Kinh Kim Cang gọi là Kim Cang Bát-nhã Ba-la-mật tức là trí tuệ cứu kính như kim cang. Bởi vì trí tuệ này không có cái gì phá hoại được nó, mà nó hay phá hoại tất cả, như chất kim cang. Kinh Viên Giác gọi nó là Viên giác tánh, là tánh giác tròn đầy. Vì đối với các thứ chân lý, chúng ta nhận được từng phần chân lý nào thì, giác ngộ phần

chân lý ấy, nên gọi là phần giác. Chỉ nhận được Chân lý tuyệt đối này, mới gọi là giác ngộ viên mãn. Kinh Pháp Hoa gọi là Tri kiến Phật hay Phật thừa. Bởi vì nó là cái thấy biết Phật, là cỗ xe đưa người đến Phật quả. Kinh Hoa Nghiêm gọi là Trí tuệ Phật. Vì nhận được thực thể này là trí tuệ giác ngộ của chư Phật. Kinh Lăng Nghiêm gọi là Chân tâm hay Như lai tàng. Nó là tâm thể chân thật hay kho tàng Như Lai của chúng sanh. Kinh Duy-ma-cật gọi là Pháp môn bất nhị, vì nó vượt ra ngoài vòng đối đãi hai bên. Thiền tông gọi là Chân tánh. Nó là tánh chân thật của tất cả chúng sanh. Lại còn những tên thông dụng là: Chân như, Phật tánh, Pháp thân, Đạo, Bản lai diện mục..., không thể kể xiết.

Tạm biết tên thể này một cách khái quát rồi, chúng ta cần phải nhận ra mặt mày nó mới là điều thiết yếu. Song phàm có nói năng có trình bày đều thuộc về tương đối, làm sao diễn đạt khiến người chưa hiểu nhận được. Đây quả là điều thiên nan vạn nan.

Chúng ta tạm đặt những nguyên tắc để khả dĩ nhận ra mặt mày của nó. Phàm cái gì "có hình tướng đều do duyên hợp là hư giả", cái gì "có tác động là sanh diệt", cái gì "đối đãi là không thật". Ngược lại, cái gì "không hình tướng, không tác động, không đối đãi là chân thật thường còn vô sanh". Cái không hình tướng thì không giới hạn chỗ nơi trong ngoài. Vừa đặt câu hỏi tìm chỗ nơi nó là sai. Cái không tác động thì không sanh diệt, không bị vô thường theo thời gian. Đặt vấn đề thời gian với nó là sai. Cái không đối đãi thì không còn so sánh không phân biệt. Đặt vấn đề so sánh phân biệt với nó là sai. Thực thể này tràn đầy hiện hữu nơi chúng ta. Vừa dấy tâm tìm kiếm nó là sai. Nó là

thực thể của giác tri, không phải cái đối tượng giác tri. Nếu khởi nghĩ cầu biết nó là sai. Nó không hình tướng, không tác động, không đối đãi, mà có mặt khắp ba nơi ấy. Cho nên nghĩ ly khai hình tướng tác động đối đãi để tìm nó là sai. Yếu chỉ nhận ra nó là tự ta "trực nhận, thầm nhận". Lời Phật dạy, phương tiện Tổ chỉ đều là lối "đập cỏ rắn sợ" hay "vỗ nước cá đau đầu" mà thôi. Chúng ta muốn nhận ra nó phải khéo nhìn theo tinh thần "ngón tay chỉ mặt trăng". Mặt trăng không nằm tại đầu ngón tay, khéo nương theo ngón tay thấy mặt trăng ở tận trong hư không. Hoặc nhìn theo tinh thần soi gương. Nhân thấy bóng trong gương, biết được mặt thật của mình, đừng chấp bóng là thật, đợi khi xoay gương mất bóng la hoảng lên "mất mình".

Đây là phương tiện tạm đặt những nguyên tắc, nương nó khả dĩ chúng ta thấy được thực thể chính mình.

Thực thể này biểu lộ thường xuyên nơi sáu cơ quan (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý) của chúng ta, mà không lệ thuộc hoàn toàn sáu cơ quan ấy. Dễ nhận dễ thấy nhất là, ở mắt và tai. Vì thế, đức Phật khi muốn chỉ thực thể chẳng sanh chẳng diệt ấy, thường dùng phương tiện chỉ ngay nơi mắt và tai của chúng ta.

Kinh Lăng Nghiêm có đoạn:

...Phật ở trong đại chúng đưa tay lên rồi nắm lại xòe ra, nắm lại xòe ra, hỏi ngài A-nan: Nay ông thấy cái gì? A-nan thưa: Con thấy bàn tay trăm báu của Như Lai ở trong chúng xòe nắm. Phật bảo A-nan: Ông thấy tay ta ở trong chúng xòe nắm, là tay ta có xòe có nắm hay cái thấy của ông có xòe có nắm? A-nan thưa: Tay trăm báu của Thế Tôn ở

trong chúng xòe nắm. Con thấy tay Như Lai tự xòe nắm, chẳng phải tánh thấy của con có xòe nắm. Phật hỏi: Cái nào động cái nào tịnh? A-nan thưa: Tay Phật động, tánh thấy của con còn không có tịnh, huống nữa là động. Phật khen: Đúng thế!

Lúc đó, trong lòng bàn tay Phật phóng một làn hào quang báu soi bên phải ngài A-nan, A-nan liền xoay đầu nhìn bên phải; lại phóng quang soi bên trái ngài A-nan, A-nan xoay đầu nhìn bên trái.

Phật hỏi A-nan: Hôm nay tại sao đầu ông dao động? A-nan thưa: Con thấy hào quang báu của Như Lai phóng đến bên trái bên phải của con, con nhìn theo hai bên nên đầu tự dao động. Phật hỏi: Ông nhìn hào quang Phật soi bên trái bên phải nên đầu dao động, thế là đầu ông động hay cái thấy động? A-nan thưa: Bạch Thế Tôn! Đầu con tự động, tánh thấy của con còn chẳng dừng, huống là dao động. Phật khen: Đúng thế!

Khi ấy, Như Lai bảo khắp đại chúng rằng: Nếu như chúng sanh nhận lấy cái dao động gọi là trần, nhận lấy cái dao động gọi là khách. Các ông xem A- nan, đầu tự dao động cái thấy không động. Lại xem ta, tay tự xòe nắm cái thấy không xòe nắm. Tại sao hôm nay các ông lấy động làm thân, lấy động làm cảnh, từ thủy đến chung niệm niệm sanh diệt, quên mất chân tánh làm việc điên đảo, tâm tánh đã mất chân, nên nhận vật làm mình, ở trong luân hồi tự chịu lưu chuyển.

Qua đoạn kinh này, chúng ta nhận thấy thâm ý Phật muốn chỉ cho ngài A-nan và đại chúng biết: Ngoại cảnh biến động sanh diệt như bàn tay Phật xòe nắm, thân này dao động vô thường như đầu ngài A-nan xoay qua lại. Chỉ có cái thấy, xem thấy cảnh biến động mà không bị biến động, tựa nơi đầu dao động mà không bị dao động. Cái biến động và dao động là vô thường hư giả, tại sao chúng ta nhận nó làm thật thân mình, làm thật cảnh của mình? Trái lại, cái thấy biết chưa từng dao động là chân thật vô sanh, mà chúng ta lại bỏ quên nó, để cam chịu lưu chuyển luân hồi.

Lại cũng một đoạn trong kinh Lăng Nghiêm:

Vua Ba-tư-nặc đứng dậy bạch Phật: Con xưa chưa từng nghe sự chỉ dạy của Phật, gặp Ca-chiên-diên, Tỳ-la-chi-tử đều nói: “Thân này sau khi chết không còn gì nữa, gọi là Niết-bàn.” Nay con tuy gặp Phật vẫn còn hồ nghi “làm sao phát huy chứng biết chỗ tâm này chẳng sanh chẳng diệt”? Đại chúng ở đây, những người còn trong hàng hữu lậu, thảy đều thích được nghe. Phật hỏi: Đại vương! Nhục thân hiện tại của ông là đồng kim cang thường trụ chẳng hoại hay là biến hoại? Vua thưa: Bạch Thế Tôn! Thân con hiện nay trọn theo biến diệt. Phật bảo: Đại vương! Ông chưa từng diệt làm sao biết nó diệt? Vua thưa: Bạch Thế Tôn! Thân biến hoại vô thường của con tuy chưa từng diệt, song con xem hiện tiền niệm niệm đổi dời luôn luôn chẳng dừng, như lửa tàn thành tro dần dần tiêu mất, mất hết không dừng, nên biết thân này sẽ theo tiêu diệt. Phật bảo: Đại vương! Đúng thế. Nay ông đã già, đi theo suy yếu, nhan mạo đâu giống lúc còn trẻ? Vua thưa: Bạch Thế Tôn! Thuở xưa con còn trẻ da dẻ tươi nhuận, đến lúc trưởng thành khí huyết sung mãn, nay con già cả suy yếu hình sắc khô khan, tinh thần mờ tối, tóc bạc mặt nhăn không còn bao lâu sẽ chết, làm sao sánh được với lúc sung thạnh? Phật bảo: Đại vương! Hình dung của ông đâu lẽ già liền? Vua thưa: Bạch Thế Tôn! Nó thầm biến

hóa đổi dời thật con chẳng biết, nóng lạnh đổi thay dần dần đến như thế. Vì sao? Khi con hai mươi tuổi tuy nói niên thiếu, nhan mạo đã già hơn lúc mười tuổi, đến ba mươi tuổi lại suy hơn hai mươi tuổi, nay đã sáu mươi hai tuổi xem lại thuở năm mươi tuổi rõ ràng cường tráng. Bạch Thế Tôn! Sự thầm đổi

dời tuy đặt thời hạn mười năm, song con suy xét kỹ nó biến đổi đâu những mười năm hai mươi năm, mà thật dời đổi từng năm; đâu chỉ từng năm, mà dời đổi từng tháng, đâu những từng tháng mà dời đổi từng ngày. Suy xét chín chắn tế nhị hơn thì khoảng mỗi sát-na, mỗi niệm đổi dời. Vì thế, biết thân con trọn theo biến diệt. Phật bảo: Đại vương! Ông thấy sự biến hóa đổi dời chẳng dừng, ngộ biết thân ông tiêu diệt; cũng chính khi diệt đó, ông biết trong thân có cái chẳng diệt chăng? Vua chấp tay bạch Phật: Thật con chẳng biết. Phật bảo: Nay tôi chỉ cho ông biết cái tánh chẳng sanh diệt. Đại vương! Ông khi mấy tuổi được thấy sông Hằng? Vua thưa: Khi con được ba tuổi mẹ bồng đi yết kiến Kỳ-bà Thiên sang ngang sông này, khi ấy là biết sông Hằng. Phật bảo: Đại vương! Như ông đã nói, khi hai mươi tuổi già hơn mười tuổi, cho đến sáu mươi tuổi, năm tháng ngày giờ niệm niệm đổi dời, ắt khi ông ba tuổi thấy sông Hằng đến năm mười ba tuổi thấy sông Hằng, cái thấy ấy thế nào? Vua thưa: Như lúc ba tuổi rõ ràng không đổi, cho đến hiện nay sáu mươi hai tuổi vẫn không có khác. Phật bảo: Nay ông tự lo tóc bạc mặt nhăn, quyết định mặt nhăn hơn lúc còn trẻ, song hiện nay ông thấy sông Hằng cùng với cái thấy sông Hằng thuở xưa có trẻ có già chăng? Vua thưa: Bạch Thế Tôn! Không. Phật bảo: Đại vương! Mặt ông tuy nhăn, song tánh thấy của ông chưa từng nhăn; nhăn thì biến đổi, chẳng nhăn thì không biến đổi; biến đổi thì bị sanh diệt, cái không biến đổi vốn không sanh diệt, tại sao ở trong ấy chịu sanh tử với ông, mà ông dẫn lời Mạc-dà-lê... đều nói thân này sau khi chết là diệt hết?...

Kinh Lăng Nghiêm đầu quyển 2 Hán tự:

Đọc đoạn kinh này, chúng ta thấy Phật chỉ rõ ràng ngay nơi thân này cái nào sanh diệt, cái nào chẳng sanh diệt. Thân là dòng biến động thay đổi từng phút giây, tức là vô thường hoại diệt. Tánh thấy xưa nay chưa từng thay đổi thì làm gì có hoại diệt. Nói tánh thấy là chỉ cái thấy biết thường xuyên nơi mắt chúng ta, khi chưa hợp tác với niệm thứ hai để so sánh đẹp xấu hơn kém. Cho đến mắt chúng ta mở hay nhắm, nó cũng luôn luôn hiển lộ. Nó không lệ thuộc hoàn toàn vào mắt, cơ quan mắt tốt thì nó hiện sáng tỏ, cơ quan mắt xấu thì nó hiện lu mờ, cho đến cơ quan mắt hoại nó cũng không bị hoại theo. Đó là đặc tính chẳng sanh chẳng diệt của nó vậy.

Chẳng những thực thể chẳng sanh chẳng diệt hằng biểu lộ ở mắt, mà ở tai nó cũng có mặt luôn luôn.

Cũng kinh Lăng Nghiêm có đoạn:

... Phật bảo La-hầu-la đánh một tiếng chuông, hỏi A-nan: Hiện giờ ông nghe chăng? A-nan và đại chúng đồng thưa: Chúng con nghe. Tiếng chuông bặt dứt, Phật lại hỏi: Hiện giờ các ông nghe chăng? A-nan và đại chúng đồng thưa: Chẳng nghe. La-hầu-la lại đánh một tiếng chuông, Phật hỏi: Hiện giờ các ông nghe chăng? A-nan và đại chúng đồng đáp: Nghe. Phật hỏi A-nan: Ông tại sao nghe, tại sao chẳng nghe? A-nan và đại

chúng đồng bạch Phật: Nếu đánh tiếng chuông thì chúng con được nghe, đánh lâu tiếng bặt âm vang dứt hết thì gọi là không nghe.

Phật lại bảo La-hầu-la đánh chuông, hỏi A-nan: Hiện giờ có tiếng chăng? A- nan và đại chúng đồng thưa: Có tiếng. Đợi giây lâu tiếng bặt, Phật lại hỏi: Hiện giờ có tiếng chăng? A-nan và đại chúng đáp: Không tiếng. Giây lát La- hầu-la lại đánh chuông, Phật hỏi: Hiện giờ có tiếng chăng? A-nan và đại chúng đồng đáp: Có tiếng. Phật hỏi A-nan: Ông nói thế nào là có tiếng, thế nào là không tiếng? A-nan và đại chúng đồng bạch: Nếu đánh chuông thì gọi có tiếng, đánh lâu tiếng bặt âm vang dứt hết thì gọi không tiếng. Phật quở A- nan và đại chúng: Hôm nay tại sao các ông tự nói rối loạn?

Đại chúng và A-nan đồng thời hỏi Phật: Thế nào hôm nay chúng con nói rối loạn? Phật bảo: Tôi hỏi các ông nghe thì các ông đáp nghe, tôi hỏi các ông tiếng thì các ông đáp tiếng. Chỉ nghe với tiếng mà đáp không nhất định. Tại sao như thế chẳng gọi là rối loạn?

Này A-nan! Tiếng bặt không còn âm vang ông nói không nghe, nếu thật không nghe thì tánh nghe đã diệt, giống như cây khô, lại đánh tiếng chuông thì ông làm sao mà biết? Biết có biết không chính là thanh trần (tiếng) hoặc có hoặc không, đâu phải tánh nghe kia là có là không. Nếu tánh nghe thật không thì ai biết nó không? Thế nên, A-nan! Tiếng ở trong tánh nghe tự có sanh diệt, chẳng phải tánh nghe của ông do có tiếng, không tiếng mà nó thành có thành không. Ông còn điên đảo nhận lầm tiếng làm cái nghe, đâu còn lạ gì chẳng mê lầm cho cái thường làm đoạn. Trọn không nên nói lìa các thứ động tịnh, thông bít mà bảo không có tánh nghe...

Kinh Lăng Nghiêm cuối quyển 4 Hán tự:

Đây là cái mê lầm chung của toàn thể chúng ta, nhận tiếng làm cái nghe, nhận hình tướng làm cái thấy. Có tiếng gọi là có nghe, không tiếng gọi là không nghe. Có hình tướng gọi là có thấy, không hình tướng gọi là không thấy. Nghe thấy là cái giác tri của chính mình, hình tướng và âm thanh là trần cảnh bên ngoài. Nhận lầm trần cảnh là mình, trách gì không mất mình và trôi lăn theo

cái sanh diệt mãi mãi. Đó là bằng chứng hiển nhiên để thấy chúng ta đang bị vô minh điên đảo. Nếu ngay nơi đây mà chúng ta không chịu thức tỉnh, phát minh tánh chân thường chẳng hoại, không biết bao giờ ra khỏi vòng sanh tử luân hồi... ---oooOOooo--- Conventional wisdom – trí huệ quy ước - Conventional wisdom is not necessarily true. Conventional wisdom is additionally often seen as an obstacle to the acceptance of newly acquired information, to introducing new theories and explanations, and therefore operates as an obstacle that must be overcome by legitimate revisionism.

Convey – chuyên chở, vận chuyển (Conveyer - người mang thư)

Conviviality – thú vui yến tiệc, ăn uống vui vẻ

Convulse – làm chấn động

Copious – phong phú, dồi dào, hậu hỉ

Coquette - người đàn bà hay làm dáng

Corbel – tay đỡ, đòn chìa

Corollary - hệ luận, kết quả tất yếu

Corporeal - vật chất, cụ thể, hữu hình

Corpulent – to béo, béo tốt

Correlate - thể tương liên, liên hệ, liên kết

Corroborative – làm chứng, chứng thực (Corroboration)

Corselet – áo giáp, phần ngực

Cosmic genotype – each individual's unique spiritual or cosmic makeup which remains unchanged from lifetime to lifetime. Also known as spiritual genotype.

Cosmic language – the universal language of the spirit realm

Cosmogony – thuyết nguồn gốc vũ trụ = the study of the origin, evolution, and eventual fate of the universe.

Cosmographer – nhà nghiên cứu vũ trụ - A scientist specializing in understanding and describing the nature of the universe.

Coterie – an exclusive group of people = nhóm, phái

Coterminous – having the same bounderies = có đường ranh giới chung

Covetousness – thèm muốn, thèm khát

Crafty - lắm mánh khoé, láu cá

Crag – núi đá dốc lởm chởm, vách đá cheo leo

Cranny – xó xỉnh, góc tối tăm

Crave - desire something strongly – craving = thèm muốn, lòng khao khát

Credo – cương lĩnh

Credulity - cả tin, nhẹ dạ

Creed – tín điều, tín ngưỡng = is a statement of the shared beliefs of a religious community in the form of a fixed formula summarizing core tenets.

Creep – ghê rợn

Crescendo - tới đỉnh cao

Crevice - đường nứt, kẻ hở

Crony – close friend = bạn chí thân, bạn nối khố

Crucible - nồi nấu kim loại

Crudite – miếng hành sống, cà-rốt làm món ăn khai vị

Crumble - mảnh vụn

Crumpled - bị nhàu, bị vò nát

Cryptic – mysterious, secret = khó hiểu, bí ẩn

Culminate – rise, reach highest level = cực điểm, tột bậc

Culpable – đáng khiển trách

Culprit - thủ phạm

Cumbersome - ngổn ngang, cồng kềnh

Cumulative - chồng chất, dồn lại (Cumulation - chất chứa, tích luỹ)

Cunda – the son of the goldsmith who invited the Buddha to an excellent dinner which included some sukaramaddava (truffle mushrooms dish) for his last meal... In Buddhism in the Mahaparinibbana Sutta of the Pali canon, Kunda or Cunda was a blacksmith who gave the last meal as an offering to Buddha. Falling violently ill, The Buddha instructed his attendant Ananda to convince Cunda that the meal eaten at his place had nothing to do with his passing and that his meal would be a source of the greatest merit as it provided the last meal for a Buddha. Buddha recovered from his illness before he attained parinirvana.

The Buddha's Last Meal

When the Buddha and his disciples arrived at Pava, the son of the village goldsmith, whose name was Cunda, invited the party to a meal called sukaramaddava, or "boar's delight". Some scholars believe it was a special delicious dish of mushrooms, while others believe it to be a dish of wild boar's flesh.

The Buddha advised Cunda to serve him only with the sukaramaddava that he had prepared. The other food that Cunda had prepared could be served to the other monks. After the meals were served Buddha told Cunda, "Cunda, if any sukaramaddava is left over, bury it in a hole. I do not see anyone in the world other than the Blessed One who could digest the food if he ate it.

"So be it, Lord," Cunda replied, and buried the leftovers in the ground. He went to the Buddha and, after paying homage to him, sat down at one side.

Then the Buddha taught him the Dharma. The Buddha also praised Cunda for the meal that had refreshed and strengthened him after his journey. But soon after this, the Buddha suffered from an attack of the dysentery he had been suffering from earlier and sharp pains came upon him. By an effort of will he was able to bear the pain. Though extremely weak the Buddha decided to continue on immediately to Kusinaga, a little more than six miles away. After a painful struggle, he reached a grove of sala trees just outside the town.

The Buddha took his last bath in the Kakuttha river. After resting a while, he said, "Now it may happen that some people may make Cunda regret having given me the meal that made me sick. Ananda, if this should happen, you should tell Cunda that you have heard directly from the Buddha that it was a gain for him. Tell him that two offerings to the Buddha are of equal gain; the offering of food just before his supreme enlightenment and the offering of food just before he passes away. This is the final birth of the Buddha."

Then he said, "Ananda, please make a couch ready for me with its head to the North between two big sala trees. I am tired and I want to lie down."

Now, on that occasion, those two sala trees were covered with blossoms through the influence of the devas, though it was not the season. They scattered and sprinkled the Buddha with the falling blossoms, as though out of respect for him. Then the Buddha said to Venerable Ananda, "Ananda, the two big sala trees are scattering flowers on me as though they are paying their respects to me. But this is not how I should be respected and honoured. Rather, it is the monks or nuns, or the men or woman lay followers, who live according to my teaching, that should respect and honour me."

A little while later it was noticed that Venerable Ananda was nowhere to be seen. He had gone inside a hut and stood leaning against the door bar, weeping. He thought: "Alas! I remain still but a learner, one who has yet to work out his own perfection. And the Master is about to pass away from me - he who is so kind!"

And the Buddha, sending for Ananda, said to him, "Enough now, Ananda! Do not sorrow and cry. Have I not already repeatedly told you that there is separation and parting from all that is dear and beloved? How is it possible that anything that has been born, has had a beginning, should not again die? Such a thing is not possible.

"Ananda, you have served me with your acts of loving-kindness, helpfully, gladly, sincerely, and so too in your words and your thoughts. You have gained merit, Ananda. Keep on trying and you will soon be free of all your human weaknesses. In a very short time you too will become an arahant.

"Now you can go, Ananda. But go into Kusinaga and tell all the people that tonight, in the last watch of the night, the Buddha will pass away into nirvana. Come and see the Buddha before he passes away."

So Venerable Ananda, taking with him another monk, did as the Buddha bid him and went to Kusinaga to tell the people. When they heard the news, they were much grieved. And all the people of Kusinaga, men, women and children came to the two big sala trees to bid a last farewell to the Buddha. Family by family, they bowed low down before him and so bade him farewell. There are four places for faithful followers to see their inspiration. These are four holy places made sacred by their association with the Buddha. They are: 1. The Buddha's birth place (Lumbini)

2. The place where the Buddha attained enlightenment (Bodh Gaya)

3. The place where the Buddha gave his first teachings and set in motion the Wheel of the Dharma or Truth (Sarnath)

4. The place where the Buddha attained parinibbana, or final liberation (Kusinaga).

Cunda - Thuần-Đà – ông Thuần-Đà là một người thợ bạc. Khi đức Phật sắp nhập diệt, sau khi nghe đức Phật thuyết giảng, ông xin quy y và được đức Phật chấp thuận. Nhân tiện, ông Thuần-Đà mời đức Phật và đoàn tùy tùng nghỉ tại khu vườn của ông và được ông đãi bửa ăn cháo nấm. Sau khi thọ trai, đức Phật dạy ông ta rằng: “Chỗ còn lại của thức ăn này, hãy đào đất mà chôn đi, đừng để cho ai ăn nữa”... Đó cũng là bữa ăn cuối cùng cuả đức Phật!

Ăn xong, Đức Phật bị kiết lỵ nặng. Ngài tuy mệt nhưng vẫn giữ tinh thần bình thản và quyết định lại lên đường đi Kusinara, cách Pava khoảng 6 dặm. Đức Phật tắm lần cuối cùng ở sông Kakutthi, và sau khi nghỉ một lát, Ngài nói với Đại đức Ananda: "Có thể có người trách Cunda về bữa cơm cuối cùng dọn cho Ta, vì sau bữa ăn đó Ta sẽ nhập Niết bàn, và Cunda có thể ăn năn hối hận. Nhà ngươi cần nói cho Cunda biết rằng, có hai bữa ăn cúng dường cho Như Lai, đem lại công đức lớn nhất cho người cúng dường. Đó là bữa ăn cúng

dường Như Lai trước giờ Như Lai thành đạo và bữa ăn cúng dường Như Lai trước giờ Như Lai nhập Niết bàn. Hãy nói cho Cunda biết rằng, nhờ đã cúng dường Như Lai bữa ăn cuối cùng trước khi Như Lai nhập Niết bàn, Cunda được phúc đức lớn, quả báo lớn, nhờ đó mà Cunda được thọ mạng lâu dài, tái sanh ở cõi lành, giàu có, tiếng tăm, được sanh lên cõi trời và có quyền lực lớn. Này Ananda, ngươi hãy nói như vậy để loại bỏ mọi nỗi ân hận của Cunda, nếu có".

Nói xong, Đức Phật đến vườn cây Sala ở Kusinara, nơi có bộ tộc Mallas ở, và bảo Đại đức Ananda chuẩn bị chỗ nằm, để Đức Phật yên nghỉ, đầu hướng Bắc, nằm nghiêng mình, chân phải để trên chân trái, bình thản, tỉnh táo...

Thấy các cây Sala trổ hoa trái mùa, và các biểu hiện khác của niềm tin tưởng, quý mến, tôn trọng Như Lai, Đức Phật bèn nói với các Tỳ kheo có mặt như sau:

"Này Ananda, không nên tôn trọng, đảnh lễ, tán thán, quý mến Như Lai theo kiểu như vậy. Nhưng bất cứ Tỳ kheo hay Tỳ kheo ni nào, Ưu bà tắc hay Ưu bà di nào mà sống đúng với Chánh pháp, tự mình ứng xử hợp với đạo, có hành động chân chánh, thì chính người đó tôn trọng, đảnh lễ, tán thán và quý mến Như Lai một cách tốt đẹp nhất. Do đó, này Ananda, các người phải tu tập như vậy. Mọi người hãy sống đúng với chánh pháp, tự mình ứng xử hợp với đạo, có hành động chân chánh".

Rồi Đức Phật nói tới bốn địa điểm có liên hệ tới Đức Phật, mà Phật tử có thể đến chiêm bái. Đó là:

-Nơi Đức Phật giáng sinh, ở vườn Lumbini (Lâm tỳ ni) tại vùng biên giới Ấn Độ - Nepal.

-Nơi Đức Phật thành đạo ở Bodhi Gaya (Bồ Đề Đạo Tràng).

-Nơi Đức Phật bắt đầu chuyển thành bánh xe Pháp (Sarnath) tức là Vườn Nai gần Benares.

-Nơi Đức Phật nhập Niết bàn ở Kusinara (nay là Kasia, cách 32 dặm nhà ga Gorakbpur).

Đức Phật dạy rằng: "Những người nào qua đời trong quá trình đi chiêm bái, với lòng có đức tin, thì sẽ được sanh lên các cõi trời".

Kinh Đại Bát Niết Bàn trong Kinh Trường Bộ của Tam Tạng kinh điển Pali với bản dịch của Hòa Thượng Thích Minh Châu mà chúng tôi dẫn chiếu trên là nguồn tư liệu đáng tin cậy nhất về bữa ăn cuối cùng của Đức Phật (vào khoảng 483 trước Công nguyên). Trong bản Việt dịch, Hòa thượng dùng chữ sukara-maddava một lần và chuyển ngữ chữ này thành “món ăn mộc nhĩ” 6 lần trong suốt bản văn kinh. Song hành với Kinh Trường Bộ Pali là Kinh Trường A Hàm Sanskrit, Hòa Thượng Thích Thiện Siêu dịch là “nấm chiên- đàn (chiên-đàn-thọ nhĩ)” và ghi chú là “Chiên-đà ở đây nên hiểu là quý báu. Thức ăn này theo chữ Pali là sukara-maddavam, có nghĩa là một loại nấm hay rau mà loài heo ưa thích”.

Thật ra “sukara-maddava” là một thuật ngữ đã gây tranh luận từ rất lâu trong giới học giả Phật Giáo, vì thế trong một số bản dịch Anh ngữ thuật ngữ này được để lại y nguyên. Sukara-maddava được phân làm hai từ: "sukara" và "maddava". Theo nhiều học giả Pali thì danh từ sukara được dịch là "lợn / heo rừng" mà tỉnh từ maddava được dịch là "được ưa thích, mềm mại, dịu dàng". Tuy nhiên, trong bài viết bằng Anh ngữ “How did the Buddha die?” Tiến sĩ Bình Anson, một học gỉa/hành giả Phật Giáo Nam Truyền thời nay cho biết:

“Thuật ngữ sukara -maddava có nghĩa là (1) phần mềm của lợn hay heo rừng, (2) một loại mà giống lợn/heo rừng thích ăn, được cho là một thứ nấm (mushroom) hay loại nấm truffle, khoai lang hay tuber (LND: truffle là quả thể phát sinh từ nấm tuber mọc hoàn toàn dưới mặt đất). Trong một số bài bình luận khác, sukara -maddava cũng được nhắc đến như là một loại "cây thuốc" (dược thảo) trong y học cổ Ấn Độ, hoặc là "măng non bị chà đạp bởi lợn".

Tất cả các nhà sư học giả ngày nay đều đồng ý với ý nghĩa của "nấm hoặc nấm truffle", và tôi đồng tình với họ. Theo các quy tắc của tu viện, các nhà sư không được phép ăn thịt từ động vật đặc biệt bị giết để làm thức ăn cho họ. Ý nghĩa của sukara -maddava là "thịt lợn / thịt heo rừng " không thích hợp ở đây. "

(“sukara -maddava may mean: (1) the tender parts of a pig or boar,(2) what is enjoyed by pigs or boars, which may be referred to a mushroom or truffle, or a yam or tuber. In some other commentaries, sukara-maddava was also mentioned as a "medicinal plant" in classic Indian medicine, or as "young bamboo shoots trampled by pigs".

All the current scholar monks agree with the meaning of "mushroom or truffle", and I concur with them. According to the monastic rules, the monks are not allowed to eat meat from animals specifically killed to make food for them. The meaning of sukara-maddava as "pork/boar meat" is thus not appropriate here.”)

Ngoài ra, trong lời nói đầu cho bản dịch tiếng Đức Kinh Trung Bộ, Karl Eugen Neumann, một trong những học gỉa Phật Giáo sớm nhất của Đức Quốc đã trích dẫn từ một bản tóm lược các cây thuốc Ấn Độ thì có một vài cây thuốc bắt đầu với chữ sukara và ông kết luận sukara - maddava có nghĩa là một món ăn ngon của heo, một loại nấm truffles. Trong bản dịch từ tiếng Pali sang tiếng Anh, học giả Rhys Davids cũng đã dịch thuật ngữ sukara - maddava là “truffles”. Một học gỉa khác là Arthur Waley trong một luận án viết vào năm 1932 (("Did Buddha die of eating pork?") đã giải thích sukara - maddava có ít nhất bốn nghĩa: (1) thức ăn mềm của heo (pig's soft-food), (2) món ăn ưa thích của lợn (pig's-delight), (3) thực phẩm, chà đạp bởi lợn (pig-pounded) và ông liệt kê một số thực vật bắt đầu bằng chữ “pig” như sukara -kanda (pig-bulb), sukara -paadika (pig's foot), sukaresh.ta (sought-out by pigs). Và sau khi phân tích các chữ và nghĩa, ông cho rằng sukara - maddava không có nghĩa là thịt heo mà chính là một loại thực phẩm mà heo ưa thích, một loại nấm truffles. Hơn nữa, Waley chỉ ra loại thực vật này là do dân địa phương xứ Ma Kiệt Đà (Maghada) tức bang Bihar (Bắc Ấn) ngày nay đặt ra mà vùng Tây và Nam Ấn, nơi Phật Giáo Pali hoàn toàn không biết nên đã hiểu lầm sukara - maddava là món ăn làm bằng thịt heo. Tưởng cũng nên biết rằng: Tại sao Phật dặn Thuần Đà đừng dọn cho các vị Tăng khác món ăn nấm và phải chôn phần còn dư của món này. Có phải Phật đã biết món ăn nấm đã bị nhiễm độc là cơ duyên cuối để Phật Niết Bàn nên không cho chư tăng khác ăn? Cho nên rất có thể đây là món ăn mộc nhĩ như Hòa Thượng Minh Châu dịch hay là món ăn nấm như đa số các học gỉa Phật Giáo thời nay đồng ý, vì loại nấm này, một loại nấm chỉ mọc ngầm dưới đất có thể bị nhiễm độc và chỉ có heo rừng mới tìm ra được mà thôi. Một điều nữa cần biết thêm là vùng Pava, nơi cư ngụ của ông Thuần Đà là trung tâm truyền giáo của Kỳ Na Giáo thời Phật tại thế, một đạo giáo chủ trương triệt để ăn chay thuần, cấm sát sinh và cấm uống rượu. Nói tóm lại, phần lớn các học giả Phật giáo đều đồng ý với ý nghĩa của sukara -maddava là "một loại nấm truffle", chứ không thể là thịt lợn hay thịt heo rừng vì các nhà sư không được phép ăn thịt từ động vật đặc biệt bị giết để làm thức ăn cho họ. Điều này cũng dễ hiểu vì Thuần Đà là một vị cư sĩ Phật tử đã quy y theo Phật, biết luật Phật, biết Đức Phật rất nhạy cảm đến nỗi khổ đau của

chúng sinh, ngay cả việc Ngài không dùng sữa của bò trong mười ngày đầu khi bê con ra đời; nên ông không thể nào nỡ giết heo làm thịt cúng dường Phật. Đức Phật biết nhân duyên tịch diệt của Ngài đã đến, lại thêm lòng từ bi muốn tạo phước đức cho Thuần Đà nên Ngài quyết định dùng bữa ăn do Thuần Đà cúng dường, cho dù không dùng bữa ăn ấy thì ngày giờ Niết Bàn của Đức Thế Tôn cũng được Ngài quyết định từ ba tháng trước. Để xóa tan nghi ngờ và niềm hối hận trong lòng của cư sĩ Thuần Đà vì nghĩ rằng chính thức ăn mà mình dâng cúng làm cho đức Thế Tôn Niết Bàn. Đức Phật bảo Ngài A Nan hãy đến trấn an tinh thần Thuần Đà. (Tâm Diệu) ---oooOooo---

Cuneiform – hình nêm, chữ hình nêm (chữ Ba Tư ngày xưa)

Cunning - xảo quyệt, gian trá

Curator - người phụ trách, quản lý

Curd - sữa đông

Curlicue – decorative curl = trang trí vòng xoắn

Curtail - cắt bỏ, rút ngắn

Cutthroat – gay gắt, tàn khóc, kẻ giết người

Cynical - bất nhẫn, bất cần đạo lý

Cynicism - thuyết khuyển nho, tính hoài nghi, yếm thế

NAM MÔ ĐẠI HẠNH PHỔ HIỂN BỒ TÁT

D

Dabbler - người làm theo kiểu tài tử, người học đòi

Dalai – In 1576, the Mongols began converting to Buddhism. Altan Khan and Queen Noyanchu Junggen, both descendants of Queen Manduhai and Dayan Khan, bestowed on the Tibetan Monk Sonam Gyatso, the old Mongolian title of “dalai”, meaning “sea” or “ocean”, which had first been used by Genghis Khan’s son Ogodei as his title, dalai khan, meaning “sea of power”. Therefore the Lama and his future reincarnations would bear the title Dalai Lama, “Sea of Knowledge”. Not long afterward, in 1592, another Queen Manduhai and Dayan Khan’s descendants was discovered to be the new Dalai Lama. Reigning under the title Dalai Lama IV, he was the only Mongolian to hold the office... Trích từ "The Secret History of the Mongol Queens của Jack Weatherford".

"Đạt-lại" có gốc từ tiếng Mông Cổ nghĩa là "biển cả" còn "Lạt-ma" là từ tiếng Tây Tạng được dịch từ tiếng Phạn guru là từ xưng hô dành cho các vị Đạo sư. "Đạt-lại Lạt-ma" có nghĩa là "Đạo sư với trí tuệ như biển cả". Trong lối dùng hàng ngày nhiều người còn dùng Phật sống để chỉ Đạt-lại Lạt-ma.

Dalai Lama – ‘Ocean of Wisdom’, the temporal and spiritual leader of the Tibetan people, in Tibet and in exile. The present Dalai Lama is the fourteenth, born in 1935 in eastern Tibet. Tenzin Gyatso (real name) was hailed as his predecessor’s incarnation at the age of two and enthroned in 1940. After a strict monas- tic training, in 1949 he assumed full power early, in the face of the communist Chinese threat. The limited autonomy (quyền tự trị) that he negotiated following China’s occupation of Tibet in 1950 ended 1959, when a Tibetan uprising was brutally put down. He fled to India along with 100,000 refugees...The Dalai Lama resides at Dharamsala in Northern India, from where he vigorously promotes non-violence and the preservation of his culture. He was awarded the Nobel Peace Prize in 1989... The powerful prayer by Shantideva, a prayer that the Dalai Lama recites everyday:

“For as long as space endures”
“And for as long as sentient beings remain”
“May I also abide”

“To relieve the sufferings of living beings”
Theo truyền thống của người Tây Tạng, Đạt-lại Lạt-ma là hiện thân lòng từ của chư Phật và Bồ Tát, người chọn con đường tái sinh trở lại kiếp người để cứu giúp chúng sanh. Danh hiệu Đạt-lại Lạt-ma cũng được hiểu là Hộ Tín, "Người bảo vệ đức tin", Huệ Hải, "Biển lớn của trí tuệ", Pháp vương, "Vua của Chánh Pháp", Như ý châu, "Viên bảo châu như ý"...

Dalai Lama in his book “Freedom in Exile”:

“The trouble with sexual desire is that it is a blind desire. To say ‘I want to have sex with this person’ is to express a desire which is not intellectually directed in a way that ‘I want to eradicate poverty in the world’ is an intellectually directed desire. Furthermore, the gratification of sexual desire can only ever give temporary satisfaction. Thus as Nagarjuma, the great Indian scholar said:

“When you have an itch, you scratch”. “But not to itch at all” “Is better than any amount of scratching”. “In fact, there are prayers prescribed for every activity from waking to washing, eating and even sleeping. For tantric practitioners, those exercises which are undertaken during deep sleep and in the dream state are the most important preparation for death…”

“As a Buddhist, I view death as a normal process of life, I accept it as reality that will occur while I am in samsara. Knowing that I cannot escape it, I see no point of worrying about it. I hold the view that death is rather like changing one’s cloths when they are torn and old. It is not an end of itself. Yet death is unpredictable, you do not know when and how it will take place…So it is only sensible to take certain precautions before it actually happens…

“I further believe that the actual experience of death is very important. It is then that the most profound and beneficial experiences can come about. For this reason, many of the great spiritual masters take release from earthly existence – that is, they die – while meditating, when this happens, it is often

the case that their bodies do not begin to decay until long after they are clinically dead”…

Dalai Lama: Học làm người

Học làm người là việc học suốt đời chẳng thể nào tốt nghiệp được!

1. Thứ nhất: “Học Nhận Lỗi”.

Con người thường không chịu nhận lỗi lầm về mình, tất cả mọi lỗi lầm đều đổ cho người khác, cho rằng bản thân mình mới đúng. Thật ra không biết nhận lỗi chính là một lỗi lầm lớn.

2. Thứ hai: “Học Nhu Hòa”.

Răng người ta rất cứng, lưỡi người ta rất mềm, đi hết cuộc đời răng người ta lại rụng hết, nhưng lưỡi thì vẫn còn nguyên. Cho nên cần phải học mềm mỏng, nhu hòa thì đời con người ta mới có thể tồn tại lâu dài được.

3. Thứ ba: "Học Nhẫn Nhục".

Thế gian này nếu nhẫn được một chút thì sóng yên bể lặng, lùi một bước biển rộng trời cao. Nhẫn, vạn sự được tiêu trừ. Nhẫn chính là biết xử sự, biết hóa giải, dùng trí tuệ và năng lực làm cho chuyện lớn hóa thành nhỏ, chuyện nhỏ hóa thành không.

4. Thứ tư: "Học Thấu Hiểu".

Thiếu thấu hiểu nhau sẽ nảy sinh những thị phi, tranh chấp, hiểu lầm.

Mọi người nên thấu hiểu thông cảm lẫn nhau, để giúp đỡ lẫn nhau. Không thông cảm lẫn nhau làm sao có thể hòa bình được?

5. Thứ năm: "Học Buông Bỏ".

Cuộc đời như một chiếc vali, lúc cần thì xách lên, không cần dùng nữa thì đặt nó xuống, lúc cần đặt xuống thì lại không đặt xuống, giống như kéo một túi hành lý nặng nề không tự tại chút nào cả. Năm tháng cuộc đời có hạn, biết buông bỏ thì mới tự tại được!

6. Thứ sáu: "Học Cảm Động".

Cảm động là tâm thương yêu, tâm Bồ tát, tâm Bồ đề; trong cuộc đời mấy mươi năm của tôi, có rất nhiều câu chuyện, nhiều lời nói làm tôi cảm động, cho nên tôi cũng rất nỗ lực tìm cách làm cho người khác cảm động.

7. Thứ bảy: "Học Sinh Tồn".

Để sinh tồn, chúng ta phải duy trì bảo vệ thân thể khỏe mạnh; thân thể khỏe mạnh không những có lợi cho bản thân, mà còn làm cho gia đình, bạn bè yên tâm, cho nên đó cũng là hành vi hiếu đễ với người thân.

Tất cả chân lý đều ở trong cuộc sống này, khi sống với tham sân si thì đó là luân hồi đau khổ, khi đoạn tận tham sân si thì đó là Niết-bàn tịch tịnh. Vậy bài học là thấy ra đâu là đau khổ, đâu là Niết-bàn và nguyên nhân của nó ngay trong chính mình và cuộc sống chứ không phải cố gắng cho những ảo tưởng ở tương lai... Lắng nghe, quan sát lại chính mình trong tương giao với cuộc sống, sẽ thấy ra (vipassati) mọi chân lý mà chư Phật đã chứng ngộ.

"Sức mạnh của trẻ thơ là tiếng khóc. Sức mạnh của đàn bà là phẩn nộ. Sức mạnh của người ăn trộm là vũ khí. Sức mạnh của vua chúa là quyền uy. Sức mạnh của kẻ ngu là áp đảo. Sức mạnh của bậc hiền trí là cảm hóa. Sức mạnh của người đa văn là thẩm sát. Sức mạnh của sa môn là nhẫn nhịn."

Phần lớn chúng ta khổ vì muốn được thường, lạc, ngã mà không thấy vô thường, khổ, vô ngã trong vạn pháp. Trong vô thường mà muốn thường hằng, trong khổ đau mà muốn hạnh phúc, trong vô ngã mà muốn đó là ta, của ta và tự ngã của ta: Đây được gọi

là những điên đảo tưởng.

Mọi sự mọi vật do duyên sinh đều có biến đổi, có thành hoại, có sinh diêt. Do đó ai muốn chúng thường còn thì tự chuốc lấy khổ đau. Ví dụ như hoa Mai có nở có tàn nhưng ai muốn hoa Mai nở mãi không tàn thì sẽ khổ đau thất vọng

Mọi sự mọi vật do ái dục + vô minh, tức tham-sân + si chi phối trong các hành động tạo tác mà đưa đến sầu khổ. Ví dụ như đời người có sinh, già, đau, chết nhưng ai tham sống sợ chết thì sẽ khổ đau phiền muộn.

Mọi sự mọi vật vốn vận hành theo quy luật tự nhiên của chúng, còn ý niệm "ta, của ta, tự ngã của ta" được gán ghép vào đó chỉ là ảo tưởng. Và chính ảo tưởng này đem lại khổ sầu. Ví dụ như mắt thấy mà cho là "ta thấy", tai nghe

mà cho là "ta nghe"... rồi "đây là con ta", "đây là tài sản của ta"... nên mới khổ.

Bởi chúng ta không thể thay đổi được thế giới chung quanh, nên chúng ta đành phải sửa đổi chính mình, đối diện với tất cả bằng lòng từ bi và tâm trí huệ"

"Ra đời hai tay trắng.

Lìa đời trắng hai tay.

Sao mãi nhặt cho đầy.

Túi đời như mây bay".

Hãy thành thật đối diện với mâu thuẫn và khuyết điểm trong tâm mình, đừng lừa dối chính mình.

Thiên Đàng, Cực Lạc, chỉ là cách gọi tên thôi. Phật giáo, Thiên Chúa giáo chỉ là hệ thống tổ chức Tôn giáo và Giáo lý thôi. Trên thực tế Chân Lý vẫn là một đối với người đã giác ngộ. Giống như người miền Trung gọi là củ sắn thì người miền Nam gọi là củ mì, còn người nào ăn củ đó rồi thì mới thấy chỉ là một củ thôi ...

Khi còn tranh cãi nhau về cách lập ngôn hay còn chấp giữ hệ thống lý thuyết riêng của mình thì vẫn còn chưa thấy Chân Lý... Chính ý niệm của con người chia cắt manh mún. Sự Thật thành cái của tôi và của anh mà thôi.

Sự khác biệt giữa con người là do mức tiến hóa khác nhau qua các kiếp sống. Có khi nào ta thù ghét một kẻ kém ta? Nhận thức rằng " Vạn vật đồng nhất ", ta sẵn sàng tha thứ cho kẻ khác, vì họ không hiểu biết, không ý thức hành động của mình, vả lại họ và ta nào có khác nhau đâu. Khi ta hiểu rằng vạn vật như chính mình, từ loài người qua loài thú, thảo mộc, kim thạch, và ý thức rằng mọi vật đều có sự sống, đều có Thượng đế ngự ở trong, ta sẽ cởi bỏ thành kiến, mở rộng lòng thương đến muôn loài.

Có hai cách biết: Một là cái biết thực tính (paramattha), hai là cái biết chế định (pannatti) với khái niệm.

Khi biết thực tính thì không qua khái niệm và không phản ứng tạo tác (không làm: vô vi, hoặc làm mà không tạo tác: duy tác).

Khi biết chế định với khái niệm thì có hai cách: Một là làm thiện theo nhu cầu cần thiết, hai là làm bất thiện theo tà kiến và tham ái.

Vì vậy, thấy biết chân thật là chính, còn làm hay không là một động lực tất yếu từ sự thấy biết này.

“Sống với đạo Phật”:

- Nếu không nói được những gì Phật nói, hãy im lặng như chánh pháp; đừng nói những lời ác, xuyên tạc, bịa đặt, vu khống, làm tổn hại kẻ khác.

- Nếu không làm được những gì Phật làm, hãy im lặng và lắng nghe, quán sát, học hỏi những thiện tri thức; đừng vọng động làm những điều thương tổn đến tha nhân”.

Trí tuệ không để bản ngã xen vào (= chấp thủ của các tư kiến) sự vận hành của các Pháp được gọi là Minh. Chỉ có Minh mới chấm dứt được toàn bộ tiến trình của bản ngã trói buộc con người, làm cho con người bị động trong vòng luân hồi sinh tử.

“Ác khẩu, mãi mãi đừng để nó thốt ra từ miệng chúng ta, cho dù người ta có xấu bao nhiêu, có ác bao nhiêu”.

- Anh càng nguyền rủa họ, tâm anh càng bị nhiễm ô.

- Anh hãy nghĩ, họ chính là thiện tri thức của anh”.

- Trong lành là tuyệt đỉnh của Giới.

- Tĩnh lặng là tuyệt đỉnh của Định.

- Sáng suốt là tuyệt đỉnh của Tuệ.

Thực ra, chỉ có buông xả mới đạt được tuyệt đỉnh của Giới Định Tuệ mà thôi… “Người mà trong tâm chứa đầy cách nghĩ và cách nhìn của mình thì sẽ không bao giờ nghe được tiếng lòng người khác.

Ví như trong tay anh nắm chặt một vật gì mà không buông xuống, thì anh chỉ có mỗi thứ ấy, nếu anh chịu buông xuống, thì anh mới có cơ hội chọn lựa những thứ khác.

Vì thế, nếu một người luôn khư khư với quan niệm của mình, không chịu buông xuống thì trí tuệ chỉ có thể đạt đến ở một mức độ nào đó mà thôi.”

Hãy tin vào tất cả nhưng cũng đừng tin vào điều gì cả, hay nói chính xác hơn là đừng bám víu vào bất cứ điều gì. Tin vào mọi sự, mọi người, mọi vật… vì tất cả điều gì đến với mình đều có nhân duyên với mình, đều là bài học giúp mình học ra cái đúng cái sai, cái xấu cái tốt, cái chân cái giả…

Do đó phải biết ơn và phải học cho thật nhiệt tình, tận tâm và chuyên chú… chứ không nên chểnh mảng.

Nhưng phải cẩn thận, đừng bám víu vào điều gì, vì bám víu là dính mắc, dính mắc là trói buộc, trói buộc là đau khổ, là không còn thong dong tự tại…

“Hạnh phúc không phải là thứ có sẵn, Nó đến từ chính hành động của bạn...

Tín ngưỡng của tôi rất đơn giản. Không cần có các chùa chiền, không cần các triết lý cao siêu. Tim và óc của tôi là các chùa chiền; triết lý của tôi là lòng tốt. (Dalai Lama)

---oooOooo---

CHỈ CÓ 2 THỨ THÔI:

+ Có 2 thứ bạn nên tiết kiệm, đó là sức khỏe và lời hứa .

+ Có 2 thứ bạn phải cho đi, đó là tri thức và lòng tốt.

+ Có 2 thứ bạn phải thay đổi, đó là bản thân và nhận thức.

+ Có 2 thứ bạn phải giữ gìn, đó là niềm tin và nhân cách.

+ Có 2 thứ bạn phải trân trọng, đó là gia đình và hiện tại.

+ Có 2 thứ bạn phải tự mình thực hiện, đó là lao động và chịu trách nhiệm với việc mình làm.

+ Có 2 thứ bạn phải lãng quên, đó là đau thương và hận thù.

+ Có 2 thứ bạn phải khắc ghi, là công ơn Mẹ Cha và sự giúp đỡ của người khác.

+ Có 2 thứ bạn buộc phải có để là người thành công, đó là đam mê và lòng kiên trì.

+ Có 2 thứ bạn không được làm, đó là hãm hại người khác và phản bội lòng tin.

+ Có 2 thứ bạn phải bảo vệ, đó là danh tín và lẽ phải.

+ Có 2 thứ bạn phải chấp nhận, là cái chết và sự khác biệt.

+ Có 2 thứ bạn phải kiểm soát, đó là bản năng và cảm xúc.

+ Có 2 thứ bạn phải tránh xa, đó là cám dỗ và sự ích kỷ.

+ Có 2 thứ bạn luôn phải xử dụng mà đừng hà tiện, là tiền bạc và kinh nghiệm.

+ Có 2 thứ bạn không được sợ sệt, là cái ác và sống thật.

+ Có 2 thứ bạn phải nuôi dưỡng, là tình yêu và sự bao dung.

+ Có 2 thứ mà bạn cần phải đạt được trong cuộc sống, đó là thành đạt và hạnh phúc.

+ Có 2 thứ bạn phải luôn sẵn sàng, đó là khó khăn và ngày mai.

Có 2 thứ bạn phải luôn ghi nhớ, đó là thực hiện những điều trên là làm thật tốt chúng trong cuộc sống hàng ngày. Dalai Lama -----oooOooo------

Dana paramita - bố thí Ba-la-mật - Dana or Daana (Pali, Sanskrit: dana) is generosity or giving, a form of alms. In Hinduism, Buddhism, and Jainism it is the practice of cultivating generosity. Ultimately, the practice culminates in one of the perfections (paramita): the perfection of giving - dana-paramita. This can be characterized by unattached and unconditional generosity, giving and letting go.

Dana as a formal religious act is directed specifically to a monastic or spiritually-developed person. In Buddhist thought, it has the effect of purifying and

transforming the mind of the giver.

Generosity developed through giving leads to being reborn in happy states and the availability of material wealth. Conversely, lack of giving leads to unhappy states and poverty. Buddhists believe that giving without seeking anything in return leads to greater spiritual wealth. Moreover, it reduces the acquisitive impulses that ultimately lead to continued suffering from egotism.

Bố thí Ba-la-mật - Bố thí không thể là một cái gì tự nhiên có được, phải có đầy đủ ba yếu tố (người cho, vật cho, người nhận) hợp lại mới có nó. Nếu thiếu một trong ba thì không thể có sự bố thí. Do đó bố thí không có thiệt, nó

chỉ là giả danh của một hợp thể (yếu tố). Xa hơn nữa, ba yếu tố vừa kể trên, chúng cũng lại là giả danh của một hợp thể nào đó. Như người cho và người nhận là giả danh của hợp thể ngũ uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành, thức), đồ vật được cho là giả danh của một hợp thể vô số chất liệu. Và cứ thế ta quán chiếu để thấy không có một yếu tố nào có thực tướng, nó hiện hữu vì vô số các yếu tố khác hiện hữu. Thấy được như vậy gọi là thấy 'Không' (sunya). Đem áp dụng cái thấy 'Không' vào sự bố thí ta sẽ thấy không có cái gì thực sự là bố thí cả, mà chỉ có một sự biến chuyển, diễn tiến, sinh diệt của vô số nhân duyên, đây gọi là Bố thí Ba La Mật.

The 6 Paramitas (and the 10 Paramis)

The six paramitas and ten paramis are qualities in Buddhism that can lead us to awakening. The lists differ between Mahayana and Theravada Buddhism, but the premise remains the same. With the cultivation of the qualities on the list, you will achieve full awakening, or nirvana.

The lists differ slightly. In Mahayana schools you will find six perfections.

The Six Paramitas

1.Generosity
2.Ethics/Virtue
3.Patience
4.Energy
5.Concentration
6.Wisdom
In Theravada schools, the list is a bit longer, including a few additional qualities.

The Ten Paramis

1.Generosity
2.Ethics/Virtue
3.Renunciation
4.Wisdom
5.Energy

6.Patience

7.Honesty

8.Resolve 9.Loving-kindness 10.Equanimity

The teaching of the perfections is much more prevalent in Mahayana schools of Buddhism, but this is a Buddhist teaching that can be found across traditions. We're going to focus on the full list of ten here.

1. Generosity

The first of the paramitas is dana, or generosity. Although we may think of money in relation to generosity, there are actually many ways we can cultivate this quality. Dana is the action of giving, whether it is our money, resources, food, time, or attention. As with all of the paramis, it is a practice for us to investigate ourselves.

As we grow in our generosity, we loosen the grips of greed and clinging. The perfection of generosity allows us to experience joy and love without clinging, and make space for the difficult and painful times. With generosity, we create an openness to experience free from craving.

2. Ethics

The second perfection is sila, which may be understood as virtue, morality, or ethics. In Buddhism, ethics may be most simply understood as living in a way that does not cause harm to others. This includes following the five precepts, living with both internal and external mindfulness, and taking care of how our actions impact our own wellbeing.

With proper moral conduct, we are given quite a few benefits. We don't have to live in regret or worry in our daily lives. We also become more effective in our meditation practice. Wholesome ethics help us build concentration in practice, as the mind is not wandering away to harms we have caused. Buddhist ethics are often believed to be training rules, and not strict laws for lay people. We can use the teachings of virtue as a framework for investigating our actions.

3. Renunciation ten paramis

The third of 10 paramitas is nekkhama, or renunciation. Renunciation is not just about giving away our things and moving to a monastery. Instead, we are to work on our relationship to things, people, and experiences. We don't just get rid of things while still craving them; we practice letting go mentally and lessening our attachment.

With renunciation, we are able to take things as they come and leave them when they go. This is another perfection that can help us with craving and clinging, one of the three poisons. Renunciation is a liberating quality that allows us to see we have and are enough as is.

4. Wisdom

Panna, or wisdom, is the fourth parami and sixth paramita. Panna is simply seeing things as they are, not as we are conditioned to see them. There is a section of the Eightfold Path on wisdom, including Wise View and Wise Intention. Wisdom also includes seeing the Four Noble Truths clearly in our lives.

The perfection of discerning wisdom allows us to see clearly in practice and life. As we grow to see experience clearly, we work with ignorance or delusion. This leads to less suffering, less clinging, less aversion, and more freedom. Like other qualities on the list, wisdom is inter-related with other qualities like ethics, generosity, and equanimity.

5. Energy

Energy, or virya, is found on both lists of perfections. It is sometimes translated as diligence or effort, but the idea is simple: we put forth energy to cultivate wholesome qualities. This means we meditate, recognize when we are causing harm and learn to stop taking that action, and recognize when we are cultivating wholesome qualities in order to continue our growth.

With energy and diligence, we continue practicing without fear or hesitation. Whether our practice is pleasant and easy or difficult and a strain, we continue to orient ourselves toward liberation. This perfection is about the intention and actions, not the end result.

6. Patience

Khanti is a tough word to translate. It is often called patience, tolerance, forgiveness, or acceptance. Whatever word we use to describe khanti, it comes down to the same quality. The paramita of khanti is the patient acceptance of experience as it arises and passes. Similar to equanimity, khanti includes a drive to continue practicing. When the hardships arise, we continue to use our energy to practice and aren't as impacted in our journey.

Khanti gives us some resilience. We have all had the experience of something knocking us off our game. With patience, we are able to continue moving toward growth when the difficulties arise. We turn toward forgiveness and are able to work with the pain. One of the translations of khanti is to be "able to withstand," pointing toward the resiliency that comes from this parami.

7. Honesty

The perfection of sacca is often called truthfulness in English, but I like the word honesty a bit more. Sacca isn't just about not lying. We also must not omit truths. Furthermore, we are to be honest with ourselves. This doesn't mean we are brutally and harmfully honest to others, but we do practice a wise practice of honesty.

Honesty helps us in many ways. With others, we are able to build more wholesome relationships. We don't have anything to hide. This is a less energy-intensive way to

live mentally. Internally, we practice honesty with ourselves. This goes hand-in-hand with panna, as we see clearly and don't deny our own experience.

8. Resolve

Resolve, or adhitthana, is the perfection that helps us stay determined. The perfection of resolve is what drives us to practice and grow. Closely related to Wise Effort and the paramitas of energy and khanti, resolve is the continued movement toward liberation. It's important to note that we must practice the Middle Way, neither being lazy with the path nor burning ourselves out.

Cultivating resolve gives us drive to continue. We all naturally have some resolve. We want to be happier, develop insight, and experience less stress. We need to be mindful of this, recognizing that we have a choice in how we

move toward freedom. Whether we are happy and excited or sad and fearful, we continue to dedicate ourselves to the dharma.

9. Loving-kindness

Loving-kindness, or metta, is also one of the four heavenly abodes in Buddhism. Loving-kindness is the quality of mind and heart that care for the wellbeing of others and ourselves completely. This perfection helps us see the interdependence of all beings, respond with gentleness, and care for the welfare of all.

We can work with this perfection in loving kindness meditation, dedicating effort and energy to opening the heart. It takes time, but we grow to see the humanity of all beings and care for their happiness and suffering deeply.

10. Equanimity

Finally, there is upekkha, or equanimity. Also one of the four brahma-viharas, equanimity is a spaciousness that allows things to arise and pass without knocking us so far off balance. We see what is happening clearly, but don't become so attached or dependent upon what is arising and passing.

Equanimity is found on many Buddhist lists, and is one of the highest qualities we can cultivate. This perfection allows us to see clearly as we aren't so entangled in experience. Things can come and go, and we see them clearly without being swayed into defeat or pride.

Together, these ten perfections (or six paramis) serve to help us awaken. They are practices that we take on. Although they are called perfections, the teaching is not that we should be absolutely perfect with them immediately. Instead, we work to grow these qualities within ourselves until they are indeed perfected. It takes time, diligence, patience, and continued work.

If you're interested in starting a practice but don't know where to begin, you can reach out to one of our mindfulness coaches to get some help!

MƯỜI PHÁP BA LA MẬT (PARAMI)

Bồ Tát là một vị Phật đang thành, và như vậy Bồ Tát là một chúng sanh đang thực hành, trải qua một giai đoạn không thể tính kể được của chu kỳ thế gian, để đạt đến mức độ cao tột của sự thành tựu về đạo đức, tri thức và tâm linh. Là một vị Bồ Tát, trong mỗi kiếp tái sanh, vị ấy thực hành 10 pháp ba la mật (Parami), đây là điều kiện tiên khởi dành cho một vị Bồ Tát.

Chúng ta không nên nghĩ rằng lý tưởng Bồ Tát này chỉ dành cho những con người phi thường; điều gì người khác làm được, chúng ta cũng có thể làm được nếu chúng ta nỗ lực và nhiệt tâm cần thiết. Chúng ta cần cố gắng làm việc một cách vô tư vì lợi ích của bản thân cũng như lợi ích của tha nhân. Như vậy, chúng ta đã có mục đích trong cuộc đời này - có lý tưởng cao quý để phục vụ và hoàn thiện mình.

Mười pháp ba la mật đó là:

1) Bố thí (Dana)
2) Trì giới (Sìla)
3) Xuất gia (Nekkhamma)
4) Trí tuệ (Panna)
5) Tinh tấn (Viriya)
6) Kham nhẫn (Khanti)
7) Chân thật (Sacca)
8) Quyết định (Adhitthana)
9) Tâm từ (Metta)
10) Hành xả (Upekkha).

1. DANA (Bố thí)

Bố thí là ba la mật đầu tiên. Thực hành bố thí tạo cơ hội cho Bồ Tát được công đức hay phước báu gấp đôi đó là, một mặt nó diệt trừ những tư tưởng bất thiện của lòng ích kỷ, và mặt khác nó làm phát triển những tư tưởng thuần khiết của lòng vị tha.

Mục đích của bố thí là để diệt trừ tham ái ngủ ngầm trong tâm chúng ta; ngoài ra nó còn có những phước báu của bố thí đi kèm như tâm hoan hỷ phục vụ, đem lại hạnh phúc, niềm an ủi và xoa dịu khổ đau.

Vị Bồ Tát luôn mở rộng lòng thương không phân biệt trong lúc thực hành bố thí, đồng thời cũng không quên dùng óc suy xét sáng suốt của mình trong lúc bố thí. Chẳng hạn, nếu một gã say rượu muốn xin Ngài giúp đỡ, nhưng Ngài

tin chắc rằng người say rượu này sẽ lạm dụng vật thí của mình, Bồ Tát sẽ không ngại ngùng từ chối anh ta, vì lòng quảng đại trong trường hợp này sẽ không kiến tạo bố thí Ba la mật được. Tuy nhiên, nếu có người cầu xin giúp đỡ vì mục đích chính đáng, Ngài sẽ bày tỏ lòng biết ơn sâu xa đối với cơ hội được cho này, và cho họ mọi trợ giúp có thể được một cách sẵn lòng và khiêm tốn, không hề có chút thái độ miễn cưỡng hay đưa ra những lời thoái thác giả dối nào. Vị Bồ Tát luôn sẵn lòng gia ơn cho kẻ khác, nhưng

Ngài sẽ không bao giờ cúi đầu van xin chút ân huệ nào cho cá nhân mình. Bồ Tát Bố Thí rộng rãi, không phân biệt đẳng cấp xã hội, tín ngưỡng hay màu da, nhưng bản thân Ngài không mong cầu gì cả, vì Ngài không vị kỷ cũng không tư hữu. Bồ Tát thực hành đức hạnh bố thí đến mức không những có thể từ bỏ những tài sản sở hữu thân yêu khác, mà cả đến quốc thành, thê tử, thậm chí chân tay nếu ai xin Ngài cũng sẵn sàng bố thí. Bố thí ba la mật có thể xem là sự hy sinh cao cả của một vị Bồ Tát vì lợi ích của nhân loại.

2) TRÌ GIỚI (Sila)

Ba la mật thứ hai là trì giới, thanh lọc hành vi cư xử của bản thân. Nếu Bồ Tát đang sống cuộc đời của bậc xuất gia, Ngài sẽ cố gắng hết sức để giữ gìn những giới hạnh liên quan đến đời sống xuất gia; tuy nhiên, nếu sống cuộc đời của một gia chủ, Ngài sẽ nghiêm trì ngũ giới của người tại gia đến mức tối đa, cho dù những quyền lợi của Ngài có bị đe doạ. Bồ Tát sẽ tránh không sát sanh, trộm cắp, nói dối, hoặc nói ly gián, Ngài cũng tránh xa sự tà dâm, nói lời thô ác, nói lời phù phiếm và uống các chất say. Nói chung một vị Bồ Tát luôn luôn cố gắng giữ gìn những nguyên tắc sơ đẳng nhất (tức ngũ giới) với hết khả năng của mình, vì nếu phạm vào một giới nào trong đó có nghĩa là đã tạo thêm những phiền não và chướng ngại mới trên bước đường giác ngộ giải thoát. Tuy nhiên, cũng không nên hiểu rằng một vị Bồ Tát là hoàn toàn không phạm sai lầm và hoàn toàn không còn bất thiện pháp (xem Jataka 318, chuyện tiền thân kể về kiếp Bồ Tát làm tướng cướp), vì một người toàn thiện hoàn toàn, vị đó chắc hẳn đã chứng đắc Phật quả rồi.

3) XUẤT GIA (Nekkhamma)

Ba la mật thứ ba là sự Từ Bỏ hay Xuất Gia. Ba la mật này bao hàm hai ý nghĩa, thứ nhất là sự từ bỏ nếp sống trần tục và những lạc thú thế gian để chọn cho mình đời sống thanh cao của một tu sĩ, và thứ hai là việc thực hành tu tiến thiền định nhờ đó chế ngự tạm thời các triền cái ngăn che tiến bộ tâm linh (năm triền cái là: Tham Dục, Sân Hận, Hôn Trầm - Thuỵ Miên; Trạo Cử, Phóng Dật và Hoài Nghi). Mặc dầu vị Bồ Tát có thể sống trong cảnh xa hoa,

đắm chìm trong dục lạc thế gian, nhưng cái ý niệm luôn luôn hiện khởi trong tâm của Ngài, là đời sống của một gia chủ quả thật giống như hang ổ của tranh chấp, nếu đem so với đời sống không gia đình của bậc xuất gia ví như bầu trời rộng mở thênh thang. Nhận thức rõ tính chất hư ảo của đời sống trần tục như vậy, Bồ Tát tự nguyện từ bỏ những sở hữu thế gian của mình, và khoác vào người chiếc y vàng giản dị của một nhà tu, Ngài cố gắng sống cuộc sống thánh thiện với tất cả sự trong sạch của nó. Trong đời sống xuất gia này Ngài thực hành giới luật đến một mức độ rất cao hầu như trở thành vô ngã hoàn toàn trong mọi hoạt động của mình; không vì danh, không vì lợi và những điều này cũng không thể khiến Ngài hành động ngược lại với những nguyên tắc thánh thiện của mình. Đôi khi chỉ một sợi tóc bạc xuất hiện trên đầu (xem Jataka số 9) cũng đủ khiến một vị Bồ Tát rời bỏ bầu không khí không còn phù hợp với mình nữa, để hướng về cuộc sống viễn ly, độc lập của một ẩn sĩ; tuy nhiên, việc thực hành hạnh xuất

gia này không phải là một quy luật mà một vị Bồ Tát buộc phải tuân thủ. Trong Túc Sanh chuyện số 531, kiếp Bồ Tát là hoàng tử Kusa chẳng hạn, kiếp này Bồ Tát phải chịu đựng rất nhiều tủi nhục bẽ bàng do lòng tham ái không chế ngự được, vì Ngài muốn chiếm đoạt tình yêu của nàng công chúa xinh đẹp Pabhavatì.

4) TRÍ TUỆ (Panna)

Ba la mật thứ tư là trí tuệ; trí tuệ có nghĩa là sự hiểu biết chân chánh thực chất của thế gian, thấy các pháp như chúng thực sự. Bồ Tát nỗ lực thu thập kiến thức từ mọi nguồn có thể được, mặc dù vậy, chưa từng có lần nào Ngài biểu lộ lòng mong muốn phô trương những kiến thức của mình, Ngài cũng chưa hề cảm thấy hổ thẹn nhìn nhận sự si mê của mình. Điều gì Ngài biết luôn luôn là để phục vụ tha nhân, và Ngài cũng sẵn sàng chia sẻ nó với mọi người không chút giấu giếm.

5) TINH TẤN (Viriya)

Ba la mật thứ năm là tinh tấn. Tinh tấn ở đây không chỉ có nghĩa là sức mạnh thể chất như mọi người thường hiểu, mà nó là sinh lực hay sức mạnh tinh thần, hiển nhiên sức mạnh này siêu việt hơn sức mạnh thể xác rất nhiều, và được định nghĩa như một nỗ lực không hề suy giảm nhằm phục vụ tha nhân cả trong tư tưởng lẫn hành động, củng cố vững chắc đức hạnh tinh tấn này. Bồ Tát phát triển lòng tự tin và tạo cho nó thành phẩm chất đặc biệt của mình, với quan niệm thất bại là mẹ thành công; sự áp bức chỉ làm tăng thêm nỗ lực và hiểm nguy giúp lòng can đảm của mình phát triển mạnh hơn.

6) KHAM NHẪN (Khanti)

Ba la mật thứ sáu là lòng kham nhẫn. Ở đây kham nhẫn là sự chịu đựng, hình thức cao nhất của lòng chịu đựng khi phải đương đầu với khổ đau có thể do người khác giáng xuống cho mình; và nó cũng còn có nghĩa là lòng kiên nhẫn đối với những sai trái của kẻ khác. Một vị Bồ Tát thực hành kham nhẫn đến mức độ khi tay chân của mình bị người khác chặt đứt đi, Ngài cũng không khởi tâm phẫn nộ.

7) CHÂN THẬT (Sacca)

Ba la mật thứ bảy là chân thật. Khi nói đến chân thật có nghĩa là muốn nói đến sự giữ lời hứa của mình, đây là một trong những phẩm cách nổi bật của một vị Bồ Tát. Theo chuyện tiền thân Haritaca (431), không vị Bồ Tát nào trong quá trình luân hồi đã từng nói một lời không chân thật; dù rằng, vị Bồ Tát có thể phạm vào những giới khác, Bồ Tát lấy chân thật làm sự hướng đạo của mình và giữ vững lập trường đó; Bồ Tát luôn luôn cân nhắc kỹ lưỡng trước khi hứa một điều gì, nhưng một khi đã hứa rồi Ngài sẽ hoàn tất với bất cứ giá nào. Trong Túc Sanh chuyện Maha - Suttasoma có kể lại rằng, vì một lời hứa mà Bồ Tát thậm chí đã hy sinh cả cuộc đời mình để thực hiện nó.

Ngài là một người rất đáng tin, thành thực và lương thiện, Ngài nói như thế nào thì làm như vậy, và làm thế nào Ngài nói y như thế, không thêm không bớt. Trong lời nói và hành động của Ngài có một sự hài hoà hoàn hảo, Ngài không bao giờ hạ mình để ve vãn hay tâng bốc kẻ khác để chiếm cảm tình; Ngài cũng chẳng bao giờ đề cao cá nhân mình để được sự kính trọng.

8) QUYẾT ĐỊNH (Adhitthana)

Ba la mật thứ tám là tâm quyết định. Điều này có thể được giải thích như là sự quyết tâm vững chắc, nhờ sức mạnh ý chí này mà Ngài đã buộc mọi chướng ngại phải rời khỏi hướng đi của mình, và dù cho bất cứ điều gì xảy đến, có thể đó là tai hoạ hay chuyện đau buồn cũng không làm Ngài xao lãng mục tiêu của mình. Ngài có thể dễ bị thuyết phục để làm điều thiện, nhưng không dễ cám dỗ Ngài làm những điều trái với lý tưởng và đạo đức, và tuỳ từng trường hợp, có thể Ngài mềm mỏng dịu dàng như một cánh hoa, nhưng cũng có thể vững như thái sơn.

9) TÂM TỪ (Metta)

Ba la mật thứ chín là tâm từ. Trong trường hợp này tâm từ có ý nghĩa thâm sâu hơn thiện chí, tình thân thiện hoặc từ ái. chính tâm từ này đã thúc đẩy Bồ Tát từ khước sự giải thoát cá nhân để thực hiện lợi ích cho tha nhân, đây là lòng từ vĩ đại mà Ngài dành cho tất cả chúng sanh, không phân biệt giai cấp, tín ngưỡng hoặc mầu da; và vì Ngài là hiện thân của lòng từ bao la như vậy nên Ngài không sợ hãi điều gì, và Ngài cũng không gieo rắc sự sợ hãi cho chúng sanh nào, ngay đến những loài thú hung tợn sống đơn độc trong rừng già cũng là những người bạn thân thiết của Ngài, vì Ngài luôn luôn ôm ấp trong lòng một tình thương vô biên cho muôn loài chúng sanh.

10) XẢ (Upekkha)

Ba la mật thứ mười là tâm xả. Nghĩa đen của từ này là nhận thức một cách đúng đắn, quan niệm một cách chính đáng, hoặc nhìn một cách vô tư, nghĩa là không thương, không ghét, không thủ không xả, và ở đây từ ngữ không được dùng trong ý nghĩa của một cảm xúc lãnh đạm hay trung tính. Có thể nói xả là một trong những pháp khó thực hiện nhất và cần yếu nhất trong 10 pháp ba la mật, đặc biệt đối với hàng tại gia cư sĩ còn phải sinh hoạt trong những mất cân đối của thế gian với những cơ may thất thường, trong thế gian này những điều như khinh rẻ và phỉ báng là lẽ thường của nhân loại. Cũng như khen - chê, được - mất; thế nhưng, trước những thăng trầm của cuộc sống này, một vị Bồ Tát cố gắng đứng vững như núi đá kiên cố, giữ tâm xả hoàn toàn. Trong những lúc hạnh phúc và trong những lúc nghịch cảnh, giữa lời khen tiếng chê, Ngài vẫn thản nhiên vô tư. “Phật Pháp Giảng Giải” (Đại Trưởng Lão U Thittila - Tỳ kheo Pháp Thông dịch) -ooOoo- Buddhism's Perfection of Giving

Giving is essential to Buddhism. Giving includes charity, or giving material help to people in want. It also includes giving spiritual guidance to those who seek it and loving kindness to all who need it. However, one's motivation for giving to others is at least as important as what is given.

What is right or wrong motivation? In sutra 4:236 of the Anguttara Nikaya, a collection of texts in the Sutta-pitaka, lists a number of motivations for giving. These include being shamed or intimidated into giving; giving to receive a favor; giving to feel good about yourself. These are impure motivations.

The Buddha taught that when we give to others, we give without expectation of reward. We give without attaching to either the gift or the recipient. We practice giving to release greed and self-clinging.

Some teachers propose that giving is good because it accrues merit and creates karma that will bring future happiness. Others say that even this is self- clinging and an expectation of reward. In many schools, people are encouraged to dedicate merit to the liberation of others.

Paramitas

Giving with pure motivation is called dana paramita (Sanskrit), or dana parami (Pali), which means "perfection of giving". There are lists of perfections that vary somewhat between Theravada and Mahayana Buddhism, but dana, giving, is the first perfection on every list. The perfections might be thought of as strengths or virtues that lead one to enlightenment.

Theravadin monk and scholar Bhikkhu Bodhi said,

"The practice of giving is universally recognized as one of the most basic human virtues, a quality that testifies to the depth of one's humanity and one's capacity for self-transcendence. In the teaching of the Buddha, too, the practice of giving claims a place of special eminence, one which singles it out as being in a sense the foundation and seed of spiritual development."

The Importance of Receiving

It's important to remember that there is no giving without receiving, and no givers without receivers. Therefore, giving and receiving arise together; one is not possible without the other. Ultimately, giving and receiving, giver and receiver, are one. Giving and receiving with this understanding is the perfection of giving. As long as we are sorting ourselves into givers and receivers, however, we are still falling short of dana paramita.

Zen monk Shohaku Okumura wrote in Soto Zen Journal that for a time he didn't want to receive gifts from others, thinking that he should be giving, not taking. "When we understand this teaching in this way, we simply create another standard to measure gaining and losing. We are still in the framework of gaining and losing," he wrote. When giving is perfect, there is no loss and no gain.

In Japan, when monks carry out traditional alms begging, they wear huge straw hats that partly obscure their faces. The hats also prevent them from seeing the faces of those giving them alms. No giver, no receiver; this is pure giving.

Give Without Attachment

We are advised to give without attaching to either the gift or the recipient. What does that mean?

In Buddhism, to avoid attachment doesn't mean we can't have any friends. Quite the opposite, actually. Attachment can only happen when there are at least two separate things -- an attacher, and something to attach to. But, sorting the world into subjects and objects is a delusion.

Attachment, then, comes from a habit of mind that sorts the world into "me" and "everything else." Attachment leads to possessiveness and a tendency to manipulate everything, including people, to your own personal advantage. To be non-attached is to recognize that nothing is really separate.

This brings us back to the realization that the giver and the receiver are one. And the gift isn't separate, either. So, we give without expectation of reward from the recipient -- including a "thank you" -- and we place no conditions on the gift.

A Habit of Generosity

Dana paramita is sometimes translated "perfection of generosity." A generous spirit is about more than just giving to charity. It is a spirit of responding to the world and giving what is needed and appropriate at the time.

This spirit of generosity is an important foundation of practice. It helps tear down our ego-walls while it relieves some of the suffering of the world. And it also includes being grateful for the generosity shown to you. This is the practice of dana paramita.

Bố thí có mấy loại?

Nếu ta là người học Phật lâu năm ta sẽ nhanh nhẹn trả lời rằng có 3 loại:

1) Tài thí: tức bố thí tiền.

2) Pháp thí: tức bố thí pháp.

3) Vô úy thí: tức bố thí sự không sợ hãi.

Trả lời như vậy xong, ta yên chí cho là mình đã hiểu xong Bố thí Ba La Mật, rồi ta bỏ qua, đi lấy Kinh Hoa Nghiêm ra đọc, hoặc lấy sách Tổ Sư Thiền ra coi. Nhưng than ôi! Ta đã lầm to, Bố thí Ba La Mật đâu phải chỉ có bấy nhiêu thôi!

Khi nói đến sự bố thí, thì ta nhận ra có ba yếu tố tạo ra nó, đó là: người cho (năng thí), món đồ (vật thí), và người nhận (sở thí).

Ba món Bố thí mà ta vừa kể trên (Tài, Pháp, Vô úy) thuộc về vật thí. Còn người cho và người nhận, ta đã sơ xuất bỏ quên. Ba yếu tố cho ra sự Bố thí quan trọng lắm, nếu thiếu một trong ba cái đó thì sẽ không có sự Bố thí.

Có người cầm trong tay một món đồ muốn cho mà không có ai nhận thì không có sự bố thí. Có món đồ mà không có người cho và người nhận thì cũng không có sự bố thí. Có người sẵn sàng nhận đồ mà không có ai cho thì cũng không có sự bố thí.

Nếu muốn phân loại thì ta phải căn cứ trên ba yếu tố của sự Bố thí mà phân loại:

– Trên phương diện người cho (dayaka) thì có hai loại: Bố thí trong sạch (visuddhadana) và không trong sạch (avisudha).

– Trên phương diện vật thí (deya) thì có ba loại: Tài thí (Dravyadana), Pháp thí (Dharmadana) và Vô úy thí (Abhayadana).

– Trên phương diện người nhận (tức đối tượng của sự bố thí), còn được gọi là ruộng phước (phước điền) thì có hai loại: ruộng phước nhỏ (karunapunyaksetra) và ruộng phước lớn (satkarapunyaksetra).

Trên đây chỉ là tạm phân loại tổng quát thôi, vì mỗi loại lại được phân ra làm các phần nhỏ nữa mà ta sẽ đi sâu vào chi tiết sau.

I. Trên phương diện người thí

Có hai loại bố thí: Trong sạch và không trong sạch.

1) Thế nào là bố thí không trong sạch ?

Đó là bố thí vì: tư lợi, bất kính, chán ghét, yếu hèn, muốn dụ dỗ, sợ chết, muốn chọc tức, ghen tức, ganh đua, kiêu ngạo, cầu danh, tránh né sự nguy hiểm, muốn mê hoặc lòng người,... Tóm lại bố thí vì một cái tâm xấu xa, không nghĩ đến sự an vui hay lợi ích cho người nhận.

2) Thế nào là bố thí trong sạch?

Nói một cách giản dị, đó là sự bố thí có tánh cách ngược lại những gì đã tả ở phần trên. Còn có nghĩa là Bố thí mà muốn đem lại lợi ích cho người nhận. Vừa kể trên là sự bố thí trong sạch cho tất cả mọi người. Riêng cho Phật tử thì Bố thí trong sạch còn có nghĩa là bồi đắp công đức cho sự giải thoát, tức Niết Bàn (Nirvana).

Phải bồi đắp cách nào? Bằng cách bố thí với tâm trong sạch, không cầu phước báo của Trời (Deva), người (Manusya), không cầu sự sung sướng trong đời này và đời sau, chỉ cầu giải thoát của Niết Bàn, bố thí với tấm lòng cung kính (satkara) hoặc từ bi (maitrikaruna). Trong lúc chưa chứng được hoàn toàn quả Niết Bàn, ta vẫn tái sinh ở cảnh an vui của Trời, người (mặc dù không cố ý cầu), đó là do nghiệp báo tốt của sự bố thí trong sạch. Đức Phật có nói rằng: 'Trên đời này có hai hạng người rất là hiếm có: 1) Một vị Tỳ Khưu đã hoàn toàn giải thoát trong số các tu sĩ lang thang (pravajita); 2) Một người biết bố thí trong sạch trong số các cư sĩ tại gia' (Anguttara I).

II. Trên phương diện vật thí

Có ba loại: Tài thí, Pháp thí và Vô úy thí.

Trong mỗi loại trên lại chia ra: chân chính và không chân chính.

1) Tài thí

Tài thí lại chia ra hai loại: Ngoại thí và Nội thí.

a) Ngoại thí (bahyadana) Ngoại thí là bố thí những đồ vật bên ngoài như: vàng, bạc, của cải, quần áo, đồ ăn thức uống...

b) Nội thí (adhyatmika) Nội thí là bố thí những gì trong thân thể con người chúng ta; như xưa kia đức Phật còn làm Bồ Tát đã bố thí đầu, mắt, chân, tay... Ngày nay ta không làm nổi như vậy thì ta có thể ra công giúp sức như làm công quả cho chùa, kéo xe cho người già, v...v... Hoặc tiếp máu cho bệnh nhân ở nhà thương, hoặc ký giấy cho những bộ phận trong thân thể mình nếu bị chết bất đắc kỳ tử.

c) Tài thí chân chính: là những đồ vật được bố thí không phải do từ trộm cắp hay cướp giật. Nếu ngược lại là tài thí không chân chính.

Ngoài ra nếu ta bố thí trong những trường hợp sau đây thì phước báo sẽ tăng lên gấp bội:

1. Bố thí đúng lúc. Có nghĩa là bố thí cho: những người đi xa, người từ xa mới đến, người bịnh, người trông coi kẻ bịnh, trong những mùa giá lạnh. 2. Bố thí luôn luôn mà không thấy mệt mỏi hay chán nản. 3. Bố thí tùy theo sở thích của người xin. 4. Bố thí những vật quí giá. 5. Bố thí cho những người làm việc cho Chùa, làm vườn, đào mương ... 6. Bố thí cho chư Tăng. 7. Bố thí mà kính trọng người nhận. 8. Bố thí cho những người có đức hạnh. 9. Bố thí tất cả những gì mà mình có.

2) Pháp thí

Thế nào là pháp thí? Được xem là pháp thí gồm có:

1. Tất cả những lời nói chân thật, hữu ích có thể đem lại an lạc cho người nghe.

2. Giảng dạy chánh pháp của đức Phật (Buddhadharma).

3. Giảng dạy ba Tạng pháp: Kinh (Sutra), Luật (Vinaya) và Luận (Abhidharma).

4. Giảng dạy cho người biết hai pháp: Thanh văn (Sravaka) và Bồ Tát (Bodhisattva).

Nghi vấn: Tại sao Đề Bà Đạt Đa (Devadatta) cũng giảng dạy ba Tạng pháp, pháp Thanh văn và Bồ Tát mà lại bị đọa xuống Địa ngục? Lý do tại sao?

Ai cũng biết Đề Bà Đạt Đa là người chuyên môn ganh đua tìm cách hại đức Phật, lại còn hay chia rẽ phá rối sự hòa hợp của Tăng đoàn. Ngoài hai trọng tội này ra, Đề Bà Đạt Đa lại còn tạo rất nhiều tội về tà kiến. Sự giảng dạy thuyết pháp của Đề Bà Đạt Đa không phải là một sự bố thí Pháp trong sạch, nhằm cầu sự giải thoát, mà là cầu danh, cầu lợi, cầu sự kính trọng, ... Chính vì sự Pháp thí không trong sạch này nên Đề Bà Đạt Đa chả gặt hái được công đức nào mà vẫn bị xuống địa ngục như thường.

* Pháp thí không chân chính là giảng dạy những giáo pháp của ngoại đạo, không đưa con người đến sự giải thoát sinh tử luân hồi (như dạy xuất hồn, dạy làm bùa phép, v...v...) * Pháp thí chân chính là giảng dạy những giáo pháp đưa con người đến giải thoát rốt ráo của Niết Bàn (Nirvana).

3) Vô úy thí

Vô úy thí có nghĩa là bố thí sự không sợ hãi, tức là làm cho người khác được an tâm yên chí, không sợ gì cả.

Theo nguồn gốc Kinh tạng nguyên thủy (Anguttara, Itivuttaka) thì chỉ có hai loại Bố thí, đó là Tài thí và Pháp thí. Nhưng theo giáo lý Đại thừa (Mahayana), có thêm vào một loại bố thí thứ ba là Vô úy thí.

Theo ý kiến cá nhân, thì tôi thấy Vô úy thí nằm trong Tài thí hoặc Pháp thí. Vì sao? Vì khi bố thí, tức là cho, thì có hai cách: một là cho bằng hành động, hai là cho bằng lời nói. Nếu bằng hành động thì đó thuộc Tài thí, còn nếu bằng lời nói thì đó thuộc Pháp thí.

Thí dụ:

* Nếu có một người đi đường ban đêm sợ cướp giật, thấy thế ta liền đi theo bảo vệ cho người đó hết sợ. Ta gọi đó là Vô úy thí. Nhưng hành động đi theo của ta chính là thân thí (có nghĩa là vác cái thân của ta đi theo người đó), vậy tức là thuộc tài thí rồi. * Nếu có người sợ chết, sợ xuống địa ngục, ta liền đem giáo lý an ủi họ, chỉ cho họ làm lành hoặc biết niệm Phật thì sau khi chết sẽ về Cực Lạc. Nhờ đó

họ không còn sợ chết nữa. Ta gọi đó là vô úy thí. Nhưng những lời lẽ mà ta an ủi họ, đó chính là Pháp thí rồi.

Ta không thể nào tự nhiên làm cho người khác hết sợ hãi được. Ta phải làm một cái gì đó (một lời nói, một sự hiện diện, một sự an ủi, một sự giúp sức,...) cho người ấy thì người ấy mới hết sợ (vô úy) được. Sự hết sợ chính là kết quả của Tài thí hoặc Pháp thí. Vì vậy Vô úy thí không thể được xem là một loại bố thí riêng biệt không tùy thuộc gì nơi hai sự bố thí kia cả (Tài và Pháp thí).

* Thế nào là vô úy thí chân chính?

Vô úy thí chân chính hay không chân chính đó là tùy thuộc ở Tài thí và Pháp thí có chân chính hay không?

Thí dụ:

– Có một người sợ chết. Ta bảo họ đừng sợ, cứ lo niệm Phật, ăn chay, làm phước, đến khi chết sẽ về Cực Lạc. Thế rồi họ nghe theo và hết sợ chết. Đó là vô úy thí chân chính.

– Cũng cùng một người, nếu ta bảo họ đừng sợ chết, vì chết là hết, không có gì phải lo cả, không có địa ngục, không có thiên đàng. Nếu họ tin ta mà không sợ chết nữa, thì đó là Vô úy thí không chân chính (vì ta dạy họ chấp đoạn).

4. So sánh ba loại Bố thí

Vì thấy Vô úy thí nằm trong Tài thí hoặc Pháp thí nên ở đây tôi chỉ so sánh Tài thí với Pháp thí thôi.

Đa số chúng ta ai cũng biết trước là Pháp thí quý hơn Tài thí. Chính đức Phật đã nói: 'Trong hai loại Bố thí này, thì Pháp thí là trên' (Anguttara I). Vì sao?

Vì nhiều lý do:

– Phước báo của Tài thí vẫn thuộc cõi Dục giới (Kamadhatu) còn phước báo của Pháp thí có thể nằm trong ba cõi (Traidhatuka) hoặc ngoài ba cõi.

– Sự Bố thí tài (tiền của, đồ vật) có giới hạn, còn sự Bố thí Pháp không có giới hạn (apramana), vì tiền cho lâu rồi cũng hết, còn giáo pháp cho hoài không bao giờ hết.

– Quả báo của Tài thí còn thuộc về hữu lậu, trong khi quả báo của Pháp thí thuộc vô lậu.

– Bố thí tài cần phải đòi hỏi nhiều sức lực, ra công trong khi bố thí pháp chỉ cần sự thông minh và trí tuệ.

– Chỉ có bố thí Pháp mới có thể gặt hái được những phước báo giống như các hàng Thanh Văn (Sravaka), Bích chi Phật (Pratyekabuddha) hay Bồ Tát (Bodhisattva).

– Chỉ có bố thí Pháp mới có thể dẫn người khác đến con đường giác ngộ (Bodhimarga).

– Ta có thể thực hành Tài thí trong bất cứ thời đại (Kalpa) nào, dù có Phật hay không có Phật ở đời. Ngược lại, chỉ trong thời đại có một đức Phật ra đời ta mới có thể thực hiện Pháp thí được. Vì thế Pháp thí hiếm hơn Tài thí. Ta có thể nêu ra nhiều lý do nữa, nhưng tóm lại bố thí Pháp sẽ gặt hái được nhiều công đức hơn bố thí tài.

III. Trên phương diện người nhận hay ruộng phước

Tại sao lại gọi người nhận (pratigrahaka) ruộng phước (punyaksetra)? Tại vì chính ở nơi họ mà ta gieo hạt giống phước đức nên gọi là ruộng phước. Nhờ có họ mà ta mới thực hiện được sự Bố thí. Có hai loại ruộng phước:

1) Ruộng phước nhỏ (Karunapunyaksetra): Vì lòng thương hại (karuna) người nhận nên ta phát tâm bố thí. Những hạt giống thương hại sẽ cho ra những cây lúa nhỏ, nên gọi là ruộng phước nhỏ.

2) Ruộng phước lớn (satkarapunyaksetra): Vì có tâm kính trọng (satkara) người nhận nên ta phát tâm bố thí. Những hạt giống kính trọng sẽ cho ra những cây lúa lớn, nên gọi là ruộng phước lớn.

* Sự Bố thí của vua A Dục (Asoka)

Một hôm đức Phật đi tản bộ cùng với ngài A nan trên thành Vương Xá (Rajagrha). Đến một quãng đường có hai trẻ nhỏ Jaya và Vijaya đang vui đùa lấy đất sét nắn thành những cái nhà nhỏ. Khi thấy đức Phật đến gần, chúng rất vui mừng hớn hở. Jaya lấy đất sét nắn thành một cái bánh, thành kính cúi đầu

cúng dâng cho đức Phật, còn Vijaya lức đó cũng chắp hai tay lại cúi lạy theo bạn. Jaya, trong lúc cúng dường cái bánh đất, phát nguyện rằng sau này sẽ làm vua an trị cả một thế giới, rồi em tụng lên một bài kệ cúng dường đức Phật. Đức Phật hoan hỷ đưa tay đón nhận cái bánh đất của em và mỉm cười. Thấy đức Phật mỉm cười, ngài A nan lấy làm lạ nên hỏi lý do, và đức Phật trả lời rằng: ‘Một trăm năm, sau khi ta nhập Niết Bàn, đứa bé này sẽ là một vị Chuyển luân thánh vương (Cakravartin) trông coi một trong bốn châu thiên hạ, và trong thành phố Kusumapura (Pataliputra), nó sẽ làm một vị

minh vương tên là A Dục (Asoka). Sau khi chia phát những xá lợi của ta xong, nó sẽ xây cất 84.000 bảo tháp để làm lợi ích cho muôn loài'.

Sự tích trên cho ta thấy ý nghĩa phước báo của một sự bố thí với lòng kính trọng người nhận, tức ruộng phước lớn. * Sau khi phân tách tỉ mỉ, đi sâu vào chi tiết từng loại bố thí, ta có thể tóm tắt lại như sau:

Một sự bố thí được xem là trong sạch và đem lại phước đức quả báo vô lượng vô biên cần phải có ba yếu tố sau đây:

1) Người bố thí phải có tâm trong sạch.
2) Vật được thí phải chân chính.
3) Người nhận phải được kính trọng tối đa.
(KINH ĐIỂN PHẬT PHÁP) ---oooOOOooo---
Phật Thích Ca nói về sự bố thí trong các kinh tạng
Nếu là phật tử, nên cúng dường những người tật bệnh như cúng dường chư Phật không khác. Trong 8 món phước điền, phước thăm bệnh là đứng đầu.

Kinh Ưu Bà Tắc Giới

Đức Phật ở trong vô lượng kiếp đã làm người Đại Thí Chủ, giúp khắp các kẻ nghèo khó, rồi mới thệ nguyện thành quả Chảnh Đẳng Chánh Giác (quả vị Phật).

Kinh Vô Lượng Thọ

Nếu là phật tử, nên cúng dường những người tật bệnh như cúng dường Chư Phật không khác. Trong 8 món phước điền, phước thăm bệnh là đứng đầu.

Kinh Phạm Võng

Nếu các vị Quốc Vương hay Balamôn (giáo sỹ quý tộc) thấy người già cả, tật bệnh, phụ nữ sinh sản... mà trong một niệm, đủ lòng đại từ, bố thí thuốc thang, ăn uống, áo mền... khiến cho họ được an ủi; tu phước như thế không thể nghĩ bàn (thành tựu vô lượng công đức).

Kinh Địa Tạng Bồ Tát Bản Nguyện

Từ nay về sau cần thăm nuôi người bệnh. Nếu ai muốn cúng dường cho Ta (đức Phật) thì cúng cho người bệnh trước.

Kinh Luật Tứ Phần

Cất 100 ngôi chùa, chẳng bằng cứu sống 1 người.

Kinh Ma Ý

Đức Thế Tôn bảo các Tỳ kheo: có 5 việc bố thí được phước báu lớn:
1. Tạo lập vườn tược (để trồng trọt),
2. Trồng cây bên đường (làm lâm nghiệp)
3. Tạo tác cầu cống (thuỷ lợi & giao thông)
4. Đóng thuyền to (để cứu hộ và phòng thiên tai),

5. Vì người sẽ đến mà xây cất chỗ ở (lo an cư cho dân)
Kinh Tăng Nhất A Hàm

Nếu có người bần cùng, không của bố thí, khi thấy kẻ khác bố thí thì nên khởi tâm tuỳ hỷ (vui vì việc lành của người khác), phước báu tuỳ hỷ ngang với phước báu của kẻ bố thí không khác. Ấy là việc rất dễ làm.

Kinh Nhân – Quả

Này, Thiện nam tử! Dầu cho những kẻ bần cùng trong thiên hạ đi nữa, đâu phải họ không có cái thân, nếu họ không có vật chi bố thí, thì mỗi khi thấy người khác tu bố thí, họ đem thân đến mà hiệp lực giúp đỡ.

Kinh Ưu Bà Tắc Giới

Xưa kia, có người muốn mở hội cúng dường sữa bò. Bèn dắt bò mẹ nhốt riêng, đợi đến khi mở hội vắt sữa luôn một thể. Đến khi khách đến thì sữa đã khô hết, chẳng vắt được một giọt.

Người muốn đợi cho giàu to rồi mới bố thí chứ thường ngày chẳng chịu cho. Đến khi muốn bố thí, thời của cải đã bị nước, lửa, giặc, tai nạn, tranh đoạt… mất hết, chẳng còn gì mà thí. Cũng như để dành sữa trong bụng bò vậy.

Kinh Bách Dụ

Đức Phật hỏi vua nước Ba Tư:

– Nay có người bảo với Đại Vương rằng: có 4 núi lớn ở 4 phương sắp sập, sẽ đè hại nhân dân thì nhà vua có phương sách gì để đối phó không? Vua Ba Tư Nặc thưa:

– Nếu quả có việc ấy xảy ra, thật không có nơi lánh nạn, chỉ chuyên tâm trì giới và tu bố thí mà thôi. Đức Phật khen: – Hay thay.

Kinh Niết Bàn

Những bậc sa môn, đạo sỹ phải lấy những điều chú ý dạy dỗ nhân dân:
1. Dạy họ bố thí,
2. Dạy họ trì giới,
3. Dạy họ nhẫn nhịn,
4. Dạy họ siêng năng.
Những bậc sa môn, đạo sỹ dạy người ta bỏ ác làm lành, khai mở con đường chánh đạo, ơn ấy lớn hơn ơn cha mẹ.

Kinh Lục Phương Lễ

Vua nước Iran hỏi đức Phật: “Bố thí và Giữ giới được những quả báo gì?”

Đức Phật đáp: “Tái sinh về cõi trời hoặc cõi người được hưởng an vui”

Kinh Niết Bàn

3 sự bố thí không thanh tịnh:

1. Trước nghĩ muốn cho nhiều, đến khi cho lại rút bớt
2. Chọn vật xấu đem cho người, vật tốt giữ lại cho mình
3. Đã cho xong, sinh tâm hối tiếc của đã cho
Những kẻ thí chủ như vậy không thể gặp đức Phật & các bậc Hiển Thánh được.

Kinh Ưu Bà Tắc Giới

Nếu ta làm việc lành, vì sức mạnh tự nhiên mà được hưởng nghiệp báo tốt, dầu cho có sức mạnh của nhà vua viện trợ đi nữa chẳng bằng sức mạnh của nghiệp.

Kinh Luận Đại Trang Nghiêm

Phước như trái chín, chẳng phải nhờ cúng Thần mà được. Phải biết phước đức do việc làm mà thành, chứ chẳng phải nhờ cúng cầu

Kinh Tập Bảo Tạng

Đời lắm kẻ ngu, giữ lòng bủn xỉn chẳng dám bố thí. Đến khi chết, mắt thấy ác quỷ, bấy giờ tuỳ theo lòng tham nặng nhẹ mà lãnh lấy quả báo. Lúc ấy ăn năn đâu còn kịp nữa

Kinh Bồ Tát Xử Thai

Đừng coi thường những việc lành nhỏ, cho là không có phước. Một giọt nước tuy ít mà tích dồn đầy lu. Phước đức đến khi đầy đủ là do chứa dồn từng mảy mún mà thành

Kinh Pháp Cú

Cứu 1 người lúc nguy nan, còn hơn bố thí tất cả

Kinh Luận Đại Trượng Phu

Những người không có đức tin, dẫu có đồ ăn dở mà có kẻ đói đứng trước mặt, họ vẫn chẳng thí, huống là những vật tốt đẹp khác.

Có hai người gặp kẻ hành khất đến xin. Cả hai cùng buồn lo: một người thì lo sợ người ta xin mất của, người kia thì lo cho có được thứ gì để cho. Tâm trạng lo tuy đồng, nhưng quả báo khác nhau: người có lòng hảo tâm thì sanh về cõi Trời hưởng an vui vô tận, kẻ bỏn xẻn thì đoạ vào cõi Ngã Quỷ chịu khổ khó biết.

Kinh Luận Đại Trượng Phu

Hãy bảo với người xin rằng: ” Ngươi thật làm nhân công đức cho ta, khiến ta lìa lòng xan tham đều nhờ nhân duyên người đến xin “.

Kinh Ưu Bà Tắc Giới

Nếu thấy người đến xin mà mặt mày nhăn nhó, thời phải biết đang tự mở cửa Ngã Quỷ.

Kinh Bồ Tát Bổn Hạnh

Thường vui tu trí huệ mà chẳng tu bố thí – đời sau được thông minh nhưng nghèo túng. Chỉ vui tu bố thí mà chẳng tu trí huệ – đời sau được giàu to nhưng ngu ám chẳng biết gì.

Hai món đều chẳng tu – nhiều kiếp bị nghèo ngu!

Kinh Phân Biệt Nghiệp Báo

Đem của bố thí làm cho chúng sinh ưa mến.
Đem pháp bố thí thường được thế gian kính trọng.
Thí của, được kẻ ngu mến.
Thí pháp, được người trí trọng.
Thí của phá trừ cái nghèo cùng về của cải.
Thí pháp phá trừ cái nghèo cùng về công đức.
Cho của là cho vui hiện tại.
Cho pháp là cho vui tương lai.
Kinh Luận Đại Trượng Phu

Bậc Bồ Tát có 3 trường hợp rơi nước mắt:

1. Thấy người tu công đức mà rơi lệ vì lòng kính mến.

2. Thấy chúng sinh đau khổ do không có công đức mà rơi lệ vì lòng xót thương.

3. Khi tự tu đại bố thí thường vui mà rơi lệ.

Kinh Luận Đại Trượng Phu

Người mà ý thức luôn được huân tập bởi đức tin, bố thí, tinh tấn, trí tuệ; do nhân duyên này tự nhiên thác sinh lên cõi trên, sinh vào thiện xứ.

Kinh Trung A-hàm

Nếu bức bách gia tộc lấy của làm bố thí thì chẳng được phước báo lớn. Chẳng hay cúng dường phụng dưỡng cha mẹ, hoặc làm khổ não vợ con mà làm bố thí thì không được gọi là Nghĩa Thí.

Kinh Tăng Nhất A Hàm

Đức Thế Tôn bảo các Tỳ kheo rằng: “Thí cho đúng lúc thì có 5 thời điểm:
1. Cho kẻ từ xa mới tới,
2. Cho kẻ sắp đi xa,
3. Cho kẻ tật bệnh,
4. Cho lúc mất mùa đói kém,
5. Cơm mới hay quả mới chín, trước phải cúng cho người tinh tấn trì giới, nhiên hậu mình mới dùng “.
Kinh Tăng Nhất A Hàm

Có ngọc báu cao từ mặt đất đến cõi trời thứ 28, lấy đem bố thí cho người, được phước báu, nhưng không bằng cúng dường cha mẹ.

Kinh Mạt La Mật

Bồ Tát, trước phải lo tu bố thí, trì giới, tri túc, tinh tấn… nhiên hậu mới giáo hoá người.

Kinh Ưu Bà Tắc Giới

Có 4 món đừng đem bố thí cho người: 1. Của cải phi pháp – vì đồ thí bất tịnh.

2. Rượu và độc dược – vì làm loạn chúng sinh. 3. Lưới giăng, cạm bẫy, dao, cung… – vì hại chúng sinh. 4. Nữ sắc và âm nhạc – vì huỷ hoại sự tĩnh tâm.

Kinh Bảo Tích

Người có được hành vi Công Quả, chỉ bởi bỏ bớt dục lạc thế gian.

Kinh Tăng Nhất A Hàm

Phật vì chúng sinh nói:
– Bố thí được đại phước,
– Trì giới được lên trời,
– Nhẫn nhục được quả báo thân tốt đẹp,
– Tu thập thiện được hưởng phước người trời,
– Từ bi hỷ xả được Phạm Thiên.
Kinh Phạm Thiên Tư Ích Sở Vấn

Đức Phật bảo đại chúng rằng:
– Nhân là hơn hết trên đời.
– Có nhân mới thành tựu Bố thí, Trì giới, Thiền định.
– Nhân chính là Phật pháp vậy.
(Trích dịch trong bộ Đại Tạng Kinh)
Người dịch: Hoà Thượng Thích Trí Nghiêm (1911 – 2003) ---oOo---
Dapple - đốm, vết lốm đốm

Dauntlessness – dũng cảm, gan dạ

Dawdle – lãng phí thời gian

Dazzling – bright, radiant, splendid = rực rỡ, làm loé mắt

Death – What is Death? Life is impermanent. After we come into this world, we may live for ten years, possibly a hundred years, or perhaps even longer. But we grow, and finally we have to die. According to Buddhism, our life does not begin only at the moment of birth; and death too, does not imply the

end of everything. Actually, we existed before we were born, and we will have another life after death. We will be reborn in another place and the cycle of life and death will continue endlessly. When we talk about life and death, some think that death means the end of everything. Thus, we must first clarify these misunderstandings about "death" before we discuss "life". People normally have a fear of death. In fact, death is nothing to be afraid of.

According to Buddhism, there are three types of death:

1.The end of life: No matter how long we live, once the life that we obtained from our past karma is finished, we will die. This is like a lamp. When the fuel is consumed, the light will go out. If the "karmic fuel" for our life is for one hundred years, then, at the end of one hundred years, we will die, and there are no alternatives!

2. The exhaustion of merit: We need daily necessities such as food, clothing, and shelter in order to live. Some of us may die before we reach old age because of the exhaustion of our merits. We may die of hunger or cold.

3. Death at a time when one should not die: Some of us may die because of wars, floods, fires, accidents, sickness, lack of care or nutrition, or over-work. This type of death is different to the other two types mentioned above.

With regards to death, a practicing Buddhist should remember two points:

a.Whether we are young or old, we may die at any time. Although humans have an average life span, exhaustion of merits or unforeseen circumstances for any individual may cause us to die at any time. Life is impermanent. So we should be diligent in practicing the Buddha's teachings, and not wait until the next life, or life thereafter!

b. Do not think or misunderstand that life is determined by our past karma only. In fact, the major influence comes from our actions in the current life. If we always commit wrong deeds, do not take care of ourselves, and are lazy, then consequently we may become poor and may die of starvation while young or middle aged. But death as such does not necessarily imply the end of one's actual life process.

Chết - thông thường được xem là sự chấm dứt các hoạt động của một sinh vật hay ngừng vĩnh viễn mọi hoạt động sống (không thể phục hồi) của một cơ

thể. Tuy nhiên, một định nghĩa cho sự chết còn tùy thuộc vào các quan điểm tôn giáo, tín ngưỡng cũng như các lĩnh vực liên hệ. Trong y học, chết là giai đoạn cuối cùng của sự sống. Môn khoa học nghiên cứu về cái chết đã trở thành ngành riêng gọi là "tử vong học" (tiếng Anh: thanatology; tiếng Hy Lạp: thanatologia).

Người ta chia chết ra làm hai loại: chết lâm sàng mà các phương pháp khám lâm sàng cho phép xác định là chết (tim ngừng đập, ngừng thở, mất tri giác, vv.); Chết thật, khi các mô không còn hoạt động được nữa và bắt đầu phân hủy. Không có bằng chứng khoa học về ý thức sự sống sau cái chết của một sinh vật. Những ca tử vong phổ biến ở con người là bệnh tim, tiếp theo là đột quỵ và tai biến mạch máu não, và xếp thứ 3 là nhiễm trùng đường hô hấp dưới. Trong xã hội loài người, bản chất của cái chết và sự nhận thức của con người về cái chết là các mối quan tâm qua hàng thiên niên kỷ của thế giới tôn giáo và triết học. Điều này bao gồm niềm tin vào sự sống lại (liên quan đến tôn giáo Abraham), tái sinh (liên quan đến tôn giáo Dharm), hoặc ý thức rằng vĩnh viễn không còn tồn tại, được gọi là lãng quên theo chủ nghĩa vô thần. -ooOoo-

Hỏa táng, Thổ táng, Điểu táng hay hiến xác cho Khoa Học?

Hỏa táng: Hoả là lửa, hỏa táng là hình thức an táng người chết bằng cách dùng lửa để thiêu xác người chết. Trong Phật giáo thường dùng chữ trà tỳ để thay cho từ hỏa táng, do vậy lễ hỏa táng của đức Phật và các Hòa thượng... thường được gọi là lễ Trà tỳ. Hình thức lễ táng này đang được phát triển và phổ biến nhất hiện nay. Sau khi chết, xác người chết được mang đến nơi hỏa táng để thiêu xác người chết ấy thành tro bụi. Ngày xưa thì xác người chết được đốt bằng củi. Sau khi cháy hết, người thân thâu nhặt tro cốt của người chết rồi rải trên núi rừng, hay thả xuống sông, biển... Ngày nay thì xác người chết thường được đem đến những dịch vụ hỏa táng, để đốt bằng củi, bằng ga, bằng điện... sau đó sẽ thu lấy tro cốt để vào trong một cái hủ, lọ... rồi đem thờ tại các chùa, nhà thờ, hay trong nhà, hay rải xuống sông biển, hay trên núi rừng... để gieo duyên với vạn loại chúng sanh, hay mang ý nghĩa "xác thân tứ đại trả về với tứ đại."

Ngày nay, hai phương pháp mai táng và hỏa táng là phổ biến nhất, nhưng vẫn tồn đọng những quan điểm khác nhau về hai cách lễ táng này. Tuy nhiên, theo chúng tôi, phương pháp hỏa táng thì có lợi ích hơn cho con người và môi trường, đồng thời cũng thích hợp với truyền thống Phật giáo. Đứng về mặt truyền thống của Phật giáo, thì khi đức Phật nhập Niết-bàn, Ngài cũng chọn

phương pháp hỏa táng (gọi là lễ Trà tỳ). Các đại đệ tử của ngài, từ ngài Xá- lợi-phất đến Mục-kiền-liên... cũng dùng phương pháp hoả táng. Xác thân con người do tứ đại (đất, nước, gió, lửa) hợp thành, khi chết tứ đại trả về với tứ đại, phần tinh thần (còn gọi là thần thức, linh hồn...) không thuộc thể xác. Hơn nữa, khi chết xác thân và thần thức đã tách ra, nên dù hỏa táng hay thủy táng... thần thức sẽ không sợ nóng hay lạnh...

Theo giáo lý của đạo Phật con người sanh ra trong cõi Ta-bà đều do lòng luyến ái - "Ái bất nhiễm bất sanh Ta-bà". Những người khi sống thường luyến tiếc thân thể, khi chết thần thức cũng dễ chấp chặt, bám víu vào xác thân của mình, do vậy hình thức hỏa táng cũng tốt hơn là mai táng hay thủy táng... đó cũng là một trợ duyên giúp thần thức của họ không chấp chặt, bám víu vào thể xác, mau được thọ sanh hơn. Do vậy, chỉ trừ những nơi chưa có cơ sở hỏa táng thì ta dùng hình thức mai táng, nếu có thì nên dùng cách hỏa táng, vì thủ tục hoả táng cũng đơn giản và ít tốn kém hơn, nhất là những nơi thành phố đông người, việc mua đất xây mồ mả... khá là nhiêu khê.

Đối với người Tây Tạng, họ đã nghe các vị Lạt Ma giảng giải từ tấm bé rằng thân xác của mỗi con người là vật tạm bợ như bộ áo quần để mặc mà thôi – khi chết giống như là cởi bỏ bộ áo quần cũ đi đầu thai chuyển vào một sinh mệnh mới như mặc bộ đồ mới khác. Chỉ cần quan sát xác thân một người chết bên bờ bụi không ai thừa nhận lâu ngày tan rã tỏa mùi hôi hám thì sẽ thấy rõ cái xác thân chỉ là cái tạm thời.

Do đó khi chết người Tây Tạng thường hỏa táng xác chết, cái thây người chết được xem như biểu tượng của tất cả nghiệp ác, nên khi thân xác bị lửa thiêu cháy thì những nghiệp ác tiêu tan và đồng thời phát ra ánh sáng rực rỡ. Câu Thần chú giúp xóa tan ác nghiệp của người qua đời đang rực cháy trong lửa là "OOM VAJRA SATTIVA HUM" (ý nghĩa của câu chú là mong mỏi Thần Kim cương tát đỏa chuyển hóa Ác nghiệp). Ngoài ra có một câu chú khác giúp người chết không bị mê mờ u tối lạc vào 6 nẻo luân hồi –

Câu chú đó là “A A HA SHA SA MA”.

Nhiều người thắc mắc, con người sau khi chết, nên hỏa táng hay chôn cất? Và câu trả lời nghiêng về phía nên hỏa táng. Theo niềm tin của phần lớn người Đông phương thì khi chết phần lớn người chết vẫn còn mơ hồ chưa biết là mình đã chết, vì thế họ thường quay trở lại nhà và sống như lúc đang còn sống mặc dù người thân chẳng thấy chẳng biết có họ hiện diện. Có khi họ mượn tạm xác thân đã chết để hiện ra trong chốc lát mà người sống khi thấy hoảng sợ và gọi là “hồn ma”. Kinh nghiệm dân

gian cho thấy ở những nơi xảy ra tai nạn chết người “hồn” người chết thường hiện ra với bộ quần áo họ mặc lúc bị tai nạn. Vì lý do đó mà khi chết nên thiêu xác để người chết không thể mượn xác thân của mình để hiện ra nữa hoặc không còn quyến luyến cái thân xác cũ nữa…

Một số vị đại sư còn cho rằng: khi chết thân xác sẽ dần dần tan rã, dù đem chôn thì lâu ngày xác thân cũng bị các loài vi sinh vật đục khoét biến dạng rất ghê rợn, do đó chỉ có thiêu xác là tránh được nhiều điều không hay.

Người Âu Mỹ trước đây không nghĩ tới vấn đề thiêu xác khi chết, nhưng ngày nay nhiều người đã nhận thấy ít nhất là về mặt vệ sinh, thực tế thì việc thiêu xác tốt lành thuận lợi hơn chôn cất xác chết rất nhiều – việc duy trì bảo quản hoặc phải di chuyển cũng dễ dàng, ít tốn kém… Mới đây, trong năm 1999 John F Kennedy Jr, vợ và chị vợ bị chết vì tai nạn phi cơ đã hỏa thiêu theo truyền thống Phật giáo và công chúa Margaret cũng yêu cầu được thiêu xác mình chớ không chôn khi bà mất vào năm 71 tuổi.

Dù người thân qua đời ta thương quý đến mấy cũng không thể chôn cất trong vườn nhà để được gần gũi. Nếu là tro cốt của họ, ta cũng không đặt thờ trong nhà. Tốt nhất là đem thờ ở Chùa hay nhà Thờ hoặc chôn cất làm mộ chí như bình thường. Khoảng 5 năm sau tro cất được thờ nên đem rãi trên biển là tốt nhất.

Hỏi: Sau khi người chết hỏa táng (thiêu) hoặc chôn thì sự tái sinh có gì thay đổi hay không?

Đáp: Hỏa táng hay thiêu lệ thuộc vào quan niệm của người quá cố. Có một số người trước khi chết có một di chúc, di chúc ấy gắn liền với hỏa táng, thổ táng, hoặc điểu táng. Người ta di chúc như thế nào, người còn sống nếu thương và hiểu được luật nhân quả phải đáp ứng và thỏa mãn như thế đó. Việc không làm đúng theo di chúc có thể làm cho người ra đi không an tâm. Phản ứng của trạng thái không an tâm này là trạng thái chết mà không nhắm mắt, đó là phản ứng đầu tiên. Phản ứng thứ hai, khi người không thực hiện di chúc đó có mặt, hoặc người có ân oán giang hồ hoặc có thề thốt không nhìn mặt nhau có mặt thì làm cho quan tài xì máu ra, hơi làm cho hòm bị xì, vì thần thức của người đó đang còn luẩn quẩn xung quanh. Mỗi một di chúc được thực hiện sẽ giúp người kia được tái sinh dễ dàng, mặc dù lời di chúc đó có thể không đúng lắm.

Đừng bao giờ có lời cầu nguyện di chúc gì, người còn lại lo thế nào thì tùy. Không nên đòi hỏi, sau khi chết phải có huyệt mộ lớn, trống kèn, tụng kinh

bao nhiêu thời. Có nhiều lời di chúc tác hại vì nếu người còn sống không làm theo ảnh hưởng rất nhiều cho người quá cố. Là con cháu, nếu cha mẹ ông bà có di chúc ráng hướng vào đó mà làm. Khi đã hứa thì nên làm, vì liên quan đến cộng nghiệp với người quá cố. Do đó, chết thiêu hay chết chôn không quan trọng, nếu họ có di chúc cần phải thực hiện. Nếu có thể giải thích được, ví dụ có người nói sợ chết chôn vì dưới nước lạnh, côn trùng cắn rỉa không chịu nổi, nếu được giải thích chết rồi thần thức không còn nữa, dù cho có ngàn con trùng ăn cũng không còn đau. Cơ thể này là cơ hội để ta cúng dường cho các loài khác không cần đốt nhang, và thân thể đó tạo ra phước báo.

Khi thiêu có thể nghĩ cơ thể trở thành tro, trở về với cát bụi, yêu cầu người thân làm tro bón phân ở cây cỏ. Bản thân sẽ có nghiệp tạo ra cho môi trường sinh thái, đó cũng là một việc làm tốt. Nếu ảnh hưởng của nền văn hóa Tây Tạng và Ấn Độ yêu cầu người thân treo mình trong rừng sâu cho kên kên, quạ, chó sói, các loài thú dữ chia nhau ăn, một thân thể này nuôi sống cho nhiều loài trong vài ngày. Người Tây Tạng và Ấn Độ nghĩ rằng thân thể sau khi chết như một khúc cây vô dụng, vẫn có thể tạo ra phước báo. Do vậy, cần tâm niệm như thế nào đó để tạo ra phước báo. Tùy theo sở thích mà chọn thế này hay thế khác.

Nếu ai có kiến thức về y học nhiều, có thể di chúc thân phận này, cơ thể này cúng cho y học, y khoa muốn làm gì thì làm. Nếu mắt mình còn sáng thì giúp cho một người mù, gan còn tốt có thể giúp cho một người có nhiệt huyết, có trình độ tiếp tục sống để phục vụ. Thận và lục phủ ngũ tạng còn lại cũng như vậy, với điều kiện sau khi cúng rồi đừng nên tiếc nuối. Sự cúng dường ấy sẽ trở thành tài sản của người khác mà ta vẫn còn tiếc nuối đòi lại thì sẽ mất phước báo. Nên sau khi cúng không nên nuối tiếc ăn năn gì. Ai có tâm tánh không biết pháp rõ ràng dễ bị tác động thì đừng bao giờ phát tâm cúng. Vì khi ấy thấy thân thể vật lý này thông qua tai nạn nhất định, chưa chấp nhận sự chết nên tiếc nuối bám víu vào thân thể này. Lúc đó, đưa thân thể ta vào bệnh viện để lấy phần còn lại cho những người có nhu cầu. Lúc đó, ta tiếc nuối và nghĩ rằng người đó đang đánh đập mình, đang ăn cắp chi phần của mình. Sự tiếc nuối và sân hận diễn ra, phước không có mà còn ảnh hưởng tai hại nhiều đến tiến trình tái sinh.

Cần xem rằng mình có đủ lòng từ bi để hiến xác cho khoa học hay không. Nếu câu trả lời là không thì đừng nên làm. Nếu câu trả lời là có và dứt khoát thì đừng sợ, đừng tiếc nuối. Chết hỏa táng, hay chết thiêu, hay chết điểu táng hay hiến xác cho khoa học, thì tiến trình tái sinh có thể khác và giống tùy theo từng tình huống. Nếu là người dứt khoát vẫy tay chào với cơ thể vật lý này thì

tiến trình tái sinh sẽ được diễn ra theo nghiệp lực của người ấy đã gieo trồng suốt mấy mươi năm có mặt trong cuộc đời, cộng với năng lực trong quá khứ giống nhau như vậy. Khác nhau ở chỗ lẽ ra nghiệp của người này phải được tái sinh làm người giàu sang sung sướng để hưởng những quả phúc mà mình đã làm, vì tiếc nuối vào tình yêu thương của vợ chồng, cha mẹ, con cháu, ông bà, gia tài, sự nghiệp, danh vọng, chương trình, kế hoạch, người đó sẽ phải bị đầy đọa trong tiến trình của thân Trung Ấm.

Tức là mang thân thể tâm lý, không có thân thể vật lý, cho nên kéo dài chừng nào thì khổ đau chừng ấy. Vì thế, kinh điển nhà Phật gọi các hồn ma bóng vía chưa được tái sinh là ngã quỷ, tức là đói khát. Đói về cảm xúc, về nhận thức, về tiếc nuối, về các phương diện khác nhau. Giống và khác lệ thuộc hoàn toàn vào dòng cảm xúc buông hay không buông của người ra đi. Còn phương tiện thiêu, chôn, điểu táng, hiến xác cho khoa học không quan trọng. Quan trọng là thái độ của chúng ta đối với bốn loại hình của sự tống táng này thế nào. Là Phật tử, nên hiểu sống chết như một quy luật. Nhận biết, tận dụng tạo phước báo trong mọi cơ hội, tình huống diễn ra với chúng ta phước sẽ có, tội sẽ giảm, người sống lẫn kẻ mất sẽ được an vui hạnh phúc. (Thư Viện Yarra) ---oOo--- Preparing to Die – Practical Advice and Spiritual Wisdom from Tibetan Buddhist Tradition

As we approach death, we are about to experience what countless beings have already experienced. Not only that, we have already experienced death countless times. Remind yourself “I’m not the only one traveling this road. All beings of the past have died, all those alive will die, and all who come in the future will die. No one escapes death”.

Billions of people have died throughout history, vastly more than are currently alive. Life is but a tiny speck floating on an ocean of death.

Demographer Carl Haub, using 50,000 BCE as his starting point, calculated that including the seven billion people now are alive, around 108 billion people have walked on this planet. This means over 100 billion people have already died. Account vary but between 156,000 and 250,000 people die each day. This doesn’t include the unfold numbers of animals, insects and unseen forms of life. About 383,000 people are born each day (140 million per year). In addition to these numbers, there are countless beings transmigrating through the twenty-seven states of samsaric existence…

What Does Our Death Mean?

Our death is the permanent separation of our body and mind. We may experience many temporary separations of our body and mind, but these are not our death. For example, when those who have complete their training in practices known as ‘Transference of Consciousness’ engage in meditation, their mind separates from their body. Their body remains where they are meditating, and their mind goes to a pure land and then returns to their body. At night, during dreams, our body remains in bed, but our mind goes to various places of the dream world and then returns to our body. These separations of our body and mind are not our death, because they are only temporary.

At death, our mind separates from our body permanently. Our body remains at the place of this life but our mind goes to various places of our future lives, like a bird leaving one nest and flying to another. This clearly shows the existence of our countless future lives, and that the nature and function of our body and mind are very different. Our body is a visual form that possesses color and shape, but our mind is a

formless continuum that always lack color and shape. The nature of our mind is empty like space, and its function is to perceive or understand objects. Through this we can understand that our brain is not our mind. The brain is simply a part of our body that, for example, can be photographed, whereas our mind cannot.

We may not be happy to hear about our death, but contemplating and meditating on death is very important for the effectiveness of our Dharma practice. This is because it prevents the main obstacle to our Dharma practice – the laziness of attachment to things of this life and it encourages us to practice pure Dharma right now. If we do this we shall accomplish the real meaning of human life before our death.

How To Meditate On Death

First we engage in the following contemplation: I shall definitely die. There is no way to prevent my body from finally decaying. Day by day, moment by moment, my life is slipping away. I have no idea when I shall die, the time of death is completely uncertain. Many young people die before their parents, some die the moment they are born, there is no certainty in this world. Furthermore, there are so many cases of

untimely death. The lives of many strong and healthy people are destroyed by accidents. There is no guarantee that I shall not die today.

Having repeatedly contemplated these points, we mentally repeat over and over again 'I may die today, I may die today', and concentrate on the feeling it evokes. We transform our mind into this feeling 'I may die today' and maintain on it single-pointedly for as long as possible. We should practice this meditation repeatedly until we spontaneously believe each and everyday 'I may die today'. Eventually we shall come to a conclusion: 'Since I soon have to depart from this world, there is no sense in my becoming attached to the things of this life. Instead, from now on I will devote my whole life in practicing Dharma purely and sincerely. We then maintain this determination day and night.

During the meditation break, without laziness we should apply effort to our Dharma practice. Realizing that worldly pleasure are deceptive and that they distract us from using our life in a meaningful way, we should abandon attachment to them. In this way, we can eliminate the main obstacle to pure Dharma practice. (Modern Buddhism – Geshe Kelsang Gyatso)

Định nghĩa về sống chết theo quan điểm Phật giáo

Phật Giáo quan niệm cái chết chỉ là một sự chuyển tiếp, một hiện tượng hay biến cố trên dòng tiếp nối liên tục của sự sống. Đối với hành tinh này thì các nhà khoa học cho rằng sự sống bắt đầu hình thành cách nay khoảng từ 3,5 đến 3,8 tỷ năm. Sự sống đó khởi đầu bằng sự kết hợp các thành phần vô cơ để tạo ra các phân tử hữu cơ nhờ vào một số điều kiện môi trường thuận lợi xảy ra trên địa cầu. Sau đó các phân tử này lại kết hợp với nhau và dần dần biến thành các vi sinh vật thật thô sơ. Các vi sinh vật thô sơ này lại kết hợp với nhau để trở thành các vi sinh vật đa bào, dưới dạng thực vật

cũng như động vật. Các vi sinh vật đa bào thô sơ theo dòng tiến hóa lại tiếp tục biến thành các sinh vật phức tạp và đa dạng hơn: từ những loài khủng long to lớn cho đến con người rất thông minh và biết suy nghĩ. Trên dòng tiến hóa đó vô số chủng loại đã bị tận diệt cũng như hàng tỉ cá thể đã chết. Ngay đối với riêng loài người trên dòng hình thành đó cũng đã có nhiều chủng loại bị tận diệt. Các nhà sinh học gọi chung dòng tiến hóa đó của sự sống là sự "hình thành sinh học" (biogenesis).

Tóm lại sự sống trên bình diện tổng quát, ít nhất là trên hành tinh này, là một sự tiến hóa liên tục và "cái chết" thì mang hai khía cạnh khác nhau: sự biến

mất đồng loạt của một chủng loại (chẳng hạn như các loài khủng long) và cái chết của từng cá thể sinh vật (chẳng hạn như cái chết của mỗi người trong chúng ta). Nếu sự tiến hóa và tận diệt của một chủng loại trực tiếp hay gián tiếp tạo ra điều kiện thuận lợi và cần thiết đưa đến sự hình thành của một chủng loại mới, thì nếu căn cứ theo mô hình đó ta cũng có thể nghĩ rằng cái chết của một cá thể hay một sự sống cũng sẽ tạo ra điều kiện thuận lợi và cần thiết để làm phát sinh ra một sự sống khác.

Những hiểu biết khoa học trên đây rất gần với quan niệm của Phật Giáo về sự sống và cái chết: tất cả chỉ là một sự tiếp nối và chuyển động bất tận. Quan niệm đó khác hẳn với quan niệm của các tôn giáo thần khải khi các tôn giáo này xem mỗi sự sống là "duy nhất" và mỗi cái chết cũng là "duy nhất": cả hai đều tùy thuộc vào ý chí của một Đấng Tối Cao. Phật Giáo trái lại chỉ là một tín ngưỡng phát sinh từ kinh nghiệm của con người, dựa vào kinh nghiệm của một con người là Đức Phật, một con người đã đạt được sự Giác Ngộ (Bodhi) có nghĩa là đã đạt được sự hiểu biết đích thật về sự vận hành của sự sống và cái chết và cả bản chất của thế giới.

ĐẠO PHẬT TRƯỚC VẤN ĐỀ TRỢ TỬ “Trịnh Nguyên Phước”

Thân thể con người cũng như một yên ngựa, phải biết rời bỏ khi đã tới cuối hành trình " Ibn Sina (Avicenne)

Vấn đề trợ tử (euthanasie) là một vấn đề nóng bỏng của thời đại vẫn được nêu lên báo chí và các phương tiện thông tin khác một cách thường xuyên. Những vụ án gần đây chung quanh cái chết của Vincent Humbert và Terri Schiavo đã làm sôi nổi dư luận thế giới, và gây nên những phản ứng đam mê giữa hai phe ủng hộ và chống đối trợ tử, ngay cả trong giới lãnh đạo chính trị, như tổng thống G.W. Bush đã vội vã ban ra một đạo luật đặc biệt nhằm ảnh hưởng lên quyết định của Toà án Tối cao Mỹ. Và tháng tư vừa qua, Thượng Nghị viện Pháp đã thông qua một đạo luật cho phép ngừng điều trị bệnh nhân khi đã tới giai đoạn cuối đời.

Thoạt nhìn, vấn đề đặt ra có vẻ giản dị: khi một người bị bệnh nặng đã tới giai đoạn cuối đời, đang kéo dài trong sự đau đớn, thì có thể nào giúp người đó ra đi một cách nhẹ nhàng, êm ái, và mau chóng hơn không? Nhất là khi ngày hôm nay, người ta có đầy đủ phương tiện để gây nên cái chết nhẹ nhàng, trợ giúp bởi y khoa.

Thật ra, xét kỹ lại chúng ta mới thấy rằng trợ tử là một trong những vấn đề phức tạp nhất trong xã hội, bởi vì liên quan tới nhiều lãnh vực của cuộc sống: khoa học, kỹ

thuật, kinh tế, văn hoá, đạo đức, tôn giáo, luật pháp... Trợ tử nằm trong khung cảnh rộng lớn hơn của những vấn đề sinh đạo đức (bioéthique), mới được đặt ra từ khoảng ba chục năm nay, do những bước tiến khổng lồ của ngành sinh học.

Thái độ của đạo Phật

Thái độ của đạo Phật trước vấn đề trợ tử ra sao?

Nếu muốn tìm câu trả lời trong kinh điển, thì chúng ta sẽ thất vọng, bởi vì ngược lại với hộ tử (accompagnement) là một trong những lãnh vực được phát triển mạnh mẽ, đặc biệt qua những lời dậy của cuốn Bardo Thudrol (Tử Thư Tây Tạng), thì trợ tử lại rất ít được đề cập trong đạo Phật. Trong một bài viết về "Quan niệm về trợ tử của đạo Phật", đạo hữu Nguyễn Phúc Bửu Tập cho biết học giả Nanayakkara có dẫn trong kinh Vinaya Pitaka (Luật Tạng) ba trường hợp trợ tử, đều bị đức Phật Thích Ca khiển trách, và trong hai trường hợp các vị tỳ kheo phạm tội bị loại ra khỏi tăng đoàn.

Xét kỹ ra thì trường hợp thứ nhất (năm người tỳ kheo hiểu sai kinh điển tìm cách tự vẫn) không phải là trợ tử, mà là một vụ mưu toan tự tử tập thể. Điều đó không khác gì những vụ tự tử tập thể của các giáo phái như "Đền Mặt Trời" mới gần đây, và dĩ nhiên đạo Phật không thể nào chấp nhận được. Trường hợp thứ hai, sáu người tỳ kheo xúi dục một người đàn bà kết liễu đời sống của chồng mình bị bệnh nặng gần chết, thiết tưởng cũng nên xét lại. Vì sao cả sáu người tu hành, lấy từ bi, cứu khổ làm gốc đều xúi dục điều đó? Có phải chăng vì tình trạng khổ đau đã tới cùng cực, cho nên họ đành phải tìm cách làm chấm dứt mạng sống đi liền với khổ đau? Trường hợp thứ ba lại càng bất nhẫn hơn nữa: một vị tỳ kheo quá già yếu, mắc bệnh nan y, đau khổ triền miên, yêu cầu một người bạn giúp đỡ cho ông sớm chết. Chúng ta có thể tự hỏi điều gì quan trọng, sự sống như là một giá trị, hay cái khổ của con người, là cái hiện thực nhất, là cái căn bản gốc rễ của đạo Phật? Tôi không tin rằng đức Phật có thể lên án một kẻ khổ đau cùng cực, và một người vì lòng nhân ái đi cứu trợ kẻ khổ đau.

Nếu lấy kinh điển ra để dẫn chứng, thì tôi nghĩ rằng một số kinh điển Phật giáo, ngay cả thuộc vào Tam Tạng kinh điển, là kinh điển gần nhất với những lời dậy của đức Phật, cũng có thể đáng ngờ vực là bị thêm bớt ít nhiều sau đó. Bởi vì những lời dậy được truyền khẩu đó phải đợi tới Hội Nghị Kết Tập lần

thứ ba, hai trăm năm sau khi đức Phật viên tịch, mới được đúc kết lại thành kinh Tạng, và sau đó còn sao đi chép lại nhiều lần, thì làm sao tránh khỏi sai lạc ít nhiều.

Hơn nữa, bối cảnh xã hội đã đổi thay rất nhiều so với 2500 năm trước, với những bước tiến của khoa học, y học, v.v. cùng với những biến chuyển về giá trị xã hội và tâm tính con người. Chúng ta chỉ có thể dựa lên trên giáo lý căn bản của đạo Phật mà rút ra những kết luận về thái độ của đạo Phật trước vấn đề thời đại phức tạp này :

1) Ai cũng biết rằng đạo Phật chủ trương tôn trọng sự sống, và giới luật đầu tiên của người Phật tử là không được giết hại (avihimsa). Nhưng đạo Phật không coi sự sống là một điều thiêng liêng bất khả xâm phạm như các tôn giáo thần khải. Đối với đạo Phật, sự sống cũng như sự chết nằm trong một vòng sinh tử rộng lớn, cũng như lão tử chỉ là

một chiếc vòng trong dây chuyền 12 nhân duyên. Chết chỉ là một giai đoạn, sinh ra cũng chỉ là một giai đoạn.

2) Nghiệp (kamma) trong đạo Phật là hành động có ý thức, chứ không phải là bất cứ hành động nào, vô tình hay cố ý, như trong Ấn Độ giáo và đạo Jain. Trong Tăng Chi Bộ Kinh (Anguttara Nikaya), đức Phật dậy: "Này các tỳ kheo, chính ý muốn (cetana) ta gọi là nghiệp; sau khi muốn, người ta hành động bằng thân, khẩu, ý". Trong Kinh này, ngài cũng nói "Sát sinh do duyên sát sinh tạo ra sợ hãi hận thù ngay trong hiện tại, tạo ra sợ hãi hận thù trong tương lai, khiến tâm cảm thọ khổ ưu". Nếu sát sinh không phải là do tâm sát sinh gây nên, thì kết quả không phải là sợ hãi hận thù, khiến cho tâm phải khổ đau.

3) Đạo Phật trước hết là đạo diệt khổ. Khổ đau (dukkha) là đối tượng chính của đạo Phật, cũng như đức Phật đã nói cùng với các đệ tử: "Này các tỳ kheo, xưa cũng như nay, ta chỉ nói lên sự khổ và diệt khổ" (Trung Bộ Kinh, Majjhima Nikaya).

4) Đạo Phật là một con đường khế cơ, khế lý, tùy duyên mà hành động. Trong Jataka, những câu chuyện tiền thân của đức Phật, có kể lại trong một kiếp trước ngài đã phải bắt buộc giết một tướng cướp để cứu sống hàng chục người vô tội. Trong trường hợp đặc biệt, giết người để cứu người vì lòng nhân đạo, chính là tinh thần " tùy duyên nhưng bất biến " của đạo Phật.

Như vậy, theo tôi chỉ cần dựa vào những điểm chính đó, mà chúng ta có thể nghĩ rằng hành động trợ tử, gây nên cái chết một cách nhẹ nhàng, nhằm mục

đích làm thuyên giảm những khổ đau của người bệnh trong giai đoạn cuối của cuộc đời, vì lòng từ bi cứu khổ, không đi ngược lại với tinh thần của đạo Phật. Đối với bản thân tôi, hành nghề thuốc từ hơn ba chục năm nay đồng thời là một cư sĩ Phật tử, tôi không thấy có gì mâu thuẫn giữa hành động trợ tử của người thầy thuốc và con đường diệt khổ của đức Phật. Cũng như nhiều đồng nghiệp và y tá chăm sóc những bệnh nhân tới giai đoạn cuối đời, chúng tôi đã hơn một lần quyết định, với sự thoả thuận và nhiều khi do sự yêu cầu của gia đình, dùng những loại thuốc "cocktail lytique", những liều thuốc opiacés gây hôn mê dần rồi tắt thở, đã viết trong hồ sơ mật hiệu DNR (Do Not Ressuscitate), để từ chối điều trị đến cùng... Mỗi trường hợp là một trường hợp đặc biệt và không khỏi gây xúc động, nhưng chúng tôi đều có cảm tưởng đã hành động theo đúng y đức, đã làm giảm bớt và ngắn đi nỗi khổ đau của người bệnh và của gia đình, thay vì một cái chết kéo dài lê thê, hạ thấp phẩm giá con người, một cách vô ích.

Có người cho rằng đạo Phật có thể chủ trương để cho cái chết tới một cách tự nhiên, nhưng không chủ trương gây nên cái chết, và như vậy cho phép trợ tử thụ động, tức là ngưng điều trị, tắt máy thở, bỏ ống dẫn dạ dầy, nhưng không cho tiêm thuốc ngưng tim đập hay ngưng thở. Nhưng theo tôi, sự phân chia này có phần giả tạo và thiếu thực tế, và điều quan trọng vẫn là cái " tâm ý " của người bệnh và của gia đình: khi sự khổ đau trở nên cùng cực, cuộc sống nặng nề vô nghĩa, thì tại sao không cho phép người bệnh được giúp đỡ ra đi một cách tốt đẹp, nhanh chóng và an lành? Đó chính là ý nghĩa cao đẹp của sự trợ tử, phù hợp với tinh thần từ bi và trí tuệ, không chấp trước của đạo

Phật.

Chúng ta có cái may mắn là đạo Phật đặt con người, hay đúng hơn cái tâm con người vào trung tâm điểm của cuộc sống. " Tâm dẫn đầu các pháp " là câu đầu của Kinh Pháp Cú (Dhammapada). Đạo Phật ra đời cũng vì cái khổ của con người, cho nên người Phật tử luôn luôn lấy diệt khổ làm kim chỉ nam. Khác với các tôn giáo thần khải, lấy Thượng Đế làm trung tâm điểm, lấy con người làm hình ảnh của Thượng Đế, với những giá trị tuyệt đối, những giáo điều cứng nhắc, cho nên khó lòng đổi thay, thích hợp với thời đại. Sau các cuộc cách mạng văn hóa mang lại bởi Copernic, Darwin, Freud, Einstein, v.v., ngày hôm nay cuộc cách mạng sinh học cũng đang làm lay chuyển tháp ngà của các tôn giáo thần khải. Đạo Phật chỉ cần dựa lên giáo lý căn bản của mình mà hiện đại hóa, mà thích hợp với thời đại. Nếu không thì cũng sẽ, như các tôn giáo thần khải, càng ngày càng tách xa khoa học, xa xã hội, xa bước tiến của nhân loại...

Cuối cùng, tôi xin đọc một câu của Tuệ Trung Thượng Sĩ, vị thầy của Sơ tổ Trúc Lâm Trần Nhân Tông, trong bài " Sinh tử nhàn nhi dĩ (Sống chết nhàn thôi vậy) " để chúng ta cùng nhau suy ngẫm: " Tâm chi sinh hề, sinh tử sinh. Tâm chi diệt hề, sinh tử diệt ".

(Khi tâm sinh, thì sinh tử cũng sinh. Khi tâm diệt, thì sinh tử cũng diệt.) Sinh tử không ở ngoài cái tâm. Vậy thì còn sợ gì sinh tử? Olivet, ngày 8 tháng 5 năm 2005 (nhân ngày kỷ niệm 5 năm Người Cư Sĩ) Trịnh Nguyên Phước

---oOo---

How to Live and Die in a Better Way

At the time of death, the mind encountering death can be of two types: the grosser level of mind, and the subtle level of mind. At the grosser level of mind the friends around you at the time of death can help in cultivating certain positive attitudes. But when you enter into the subtle level of mind, your external friends are at no help. It is the kind of positive habituations, whatever you might have in your present life or lives before, that will be taken into account. Hence, from the young age, you should get acquainted with death and how to experience the different states of the mental process in the dissolution of the mind. And if possible, make yourself familiar with them through daily meditation and visualization. Instead of fear of death, you may develop an understanding of it. Many years of preparation are needed. Once you have the experience of the deeper and subtle mind through meditation, then finally when the real opportunity arises, you can actually control the process of death. That, of course, cannot be done by everyone. It can be practiced only by those who have reached a higher level of practice. When this is done in conjunction with the tantric practice, then the practice of transference of consciousness can also be done. But the most important and powerful practice is to remember Bodhicitta, the infinite altruism. Even though I do different deity yogas in my daily practice, I have more conviction in remembering Bodhicitta at the time of death. Although I have not fully developed Bodhicitta, I still feel it has some closeness with death. So at the time of death, concentrate on Bodhicitta as much as you can.

The practice of Bodhicitta means cultivating an altruistic mind, wishing to achieve Buddhahood for all suffering sentient beings. It is very, very powerful. If you are able to cultivate this kind of mind even at the level of aspiration, it will definitely leave a strong imprint and impact. With regard to tantric practices, you may practice certain visualizations and the recitation of certain mantras and so forth, but if these tantric practices are not conjoined with other requisite practices, they will often lead to bad results.

In conclusion, practices such as Bodhicitta automatically bring calmness at the time of death. From the Buddhist viewpoint, the mind at the time of death is at a very critical stage, and if you are able to leave a strong positive impact at the time of death, that impact will become a very powerful force in continuing a positive experience in the next life. That is for certain. For Buddhist practitioners, that is how you can have a meaningful life and face death. In fact, in the tantric practice, there is a phase: taking death into the path of “True body” or Dharmakaya. You use the experience of death as a spiritual practice. The intermediary stage after death is also taken into the path of Enjoyment Body or Sambhogakaya, and birth is taken into the path of ‘Emanation body’or Nirmanakaya.

So the experience we will have at the time of death, whether it will be a positive or negative experience, is very much dependent on how we live our life. The most important thing is that our daily life should be meaningful, positive, and we should live well and happily... (The Transformed Mind by His Holiness the Dalai Lama) ---oOo--- Chết Có Thật Đáng Sợ Không? - Hòa Thượng K. S. Dhammananda SỢ CHẾT

Con người lo âu không phải vì ngoại cảnh mà vì hy vọng và tưởng tượng về đời sống tương lai của mình. Cái chết, chẳng hạn, tự nó không khủng khiếp và khiếp sợ hay kinh hãi chỉ do tâm trí của chúng ta tưởng tượng mà ra. Chúng ta thường không đủ can đảm để đối đầu với ý tưởng về cái chết. Với những kẻ không dám đối đầu với thực tế, khổ đau thật sự khủng khiếp và không thể chấp nhận được. Nhưng nếu chúng ta biết đương đầu với sự thật, nó sẽ làm dịu bớt hay loại trừ cái khủng khiếp của sự sợ hãi. Đời sống ví như một viên đạn lao tới mục tiêu, tức là cái chết. Hiểu như vậy, chúng ta phải can đảm trực diện với hiện tượng tự nhiên này. Muốn được tự do trong đời sống, chúng ta phải không sợ chết. Sợ hãi chỉ đến với những kẻ không hiểu quy luật thiên

nhiên. "Dù ở đâu đi nữa, nếu có phát xuất, thì sợ hãi chỉ phát xuất nơi người mất trí điên khùng và không bao giờ phát xuất nơi người khôn ngoan". Đó là lời Đức Phật dạy trong Kinh Anguttara Nikaya. Sợ hãi chỉ là trạng thái của tâm thần. Khoa học cho ta thấy quá trình của một cái chết ra sao? Cái chết chỉ là sự hao mòn sinh lý của cơ thể con người. Chúng ta đừng sợ hãi và tưởng tượng hay tiên đoán về những sự khủng khiếp không bao giờ đến để tìm cách chống lại. Một thầy thuốc nổi tiếng, Sir William Osler nói như sau: "Theo kinh nghiệm hành nghề của tôi, tôi thấy hầu hết những người chết không đau đớn và sợ hãi".

Một nữ y tá lão thành nói: "Hình như thảm kịch lớn nhất đối với tôi là mọi người suốt đời bị nỗi sợ chết ám ảnh. Khi chết đến, ta thấy rằng nó cũng tự nhiên như bản chất cuộc sống. Rất ít người sợ chết khi đã sống trọn cuộc đời. Theo kinh nghiệm của tôi, tôi chỉ thấy có một người có vẻ sợ hãi - một phụ nữ đã làm một điều dữ cho người chị nay đã quá trễ để hối cải".

"Một điều lạ lùng và đẹp đẽ sẽ đến với dù là đàn ông hay đàn bà khi họ đã sống trọn đời. Tất cả sợ hãi, khiếp đảm đều biến mất. Tôi thường ngắm thấy tia sáng bình minh hạnh phúc trong ánh mắt của họ khi họ nhận thức điều đó đúng. Đó là tất cả ơn huệ của Tạo Hóa".

Vì tham sống nên sự sợ chết được hình thành một cách thiếu tự nhiên. Nó tạo sự lo âu trong đời sống. Vì vậy, con người sẽ không bao giờ dám mạo hiểm làm điều gì cho dù đó là lẽ phải. Họ sống trong sợ hãi, lo lắng về bệnh tật và các tai nạn có thể sẩy ra cướp mất mạng sống quý giá của mình. Nhận thức chết là điều không tránh nổi, kẻ yêu đời sống trần thế sẽ đắm trong nhiệt thành cầu nguyện với niềm hy vọng linh hồn sẽ được lên thiên đàng. Không một ai có hạnh phúc giữa cơn lốc của sợ hãi và hy vọng như vậy. Đúng thật khó có thể coi thường hay không lưu ý đến những bộc phát tự nhiên của bản năng để tự bảo vệ. Tuy nhiên có một phương pháp để vượt qua sự sợ hãi. Hãy quên đi quan niệm về cái 'tôi'; hãy đem tình thương vị kỷ hướng ra ngoài có nghĩa là làm lợi ích cho nhân loại và tỏ tình thương với người khác. Bất cứ ai không quên sự thật rằng một ngày nào đó mình sẽ chết và cái chết không thể tránh khỏi, sẽ hăng hái chu toàn nhiệm vụ với đồng loại trước khi chết, làm được như vậy thì bây giờ cũng như mai hậu mọi người chắc chắn sẽ chiêm ngưỡng kính phục. Say mê phục vụ người khác, chẳng bao lâu chính bạn sẽ thoát khỏi cái tự kỷ luyến ái nặng nề, mơ ước, kiêu căng, tự phụ, và tự tôn. BỆNH VÀ CHẾT

Bệnh và chết là việc xẩy ra tự nhiên trong đời sống của chúng ta, và chúng ta phải chấp nhận điều đó với sự hiểu biết. Theo thuyết tâm lý hiện đại, nguyên nhân căng thẳng tinh thần là do việc không dám đương đầu và chấp nhận sự thực ở đời. Nếu không vượt qua hay khắc phục được sự căng thẳng đó sẽ gây nên bệnh tật. Trong khi bệnh hoạn mà quá lo lắng hay thất vọng chỉ làm cho bệnh tăng lên. Đối với những người có tâm hồn và hành động trong sạch, chết chẳng có gì đáng sợ. Mạng sống của chúng ta gồm có tâm trí và thể xác hợp thành và vì vậy tâm trí và thể xác không chết riêng. Nghiệp báo do những hành động xấu của chúng ta đã gây nên trong đời trước theo chúng ta vào lúc tái sanh khiến chúng ta phải chịu những khổ đau trong đời này. Những khổ đau đó có thể tránh khỏi nếu chúng ta cố gắng tạo công đức, sống một cuộc đời đạo hạnh, và có những hành động tốt bất cứ ở đâu hay bất cứ lúc nào. Làm như vậy, chúng ta có thể đương đầu với cái chết một cách can đảm và thực tế. Theo lời Phật dạy, chúng ta không nên tin tưởng vào một vị "cứu tinh" nào có thể lãnh gánh nặng, và cứu vớt chúng ta khỏi hậu quả do những hành động sai lầm của chúng ta. Chúng ta luôn luôn nhớ tới lời khuyên của Đức Phật: "Hãy tin vào mình để tự cứu, hãy gắng sức và chuyên cần'. Người Phật Tử không sầu thảm và bi thương trước cái chết của thân nhân và bạn bè. Không có cái gì có thể ngăn cản được bánh xe nhân quả. Khi một người chết, nghiệp do

họ tạo nên sẽ theo họ đến cuộc đời mới. Kẻ quen, người thân, bạn bè và thân quyến chỉ có thể tiễn đưa người chết đến huyệt mà thôi trong khi người chết mang theo những hành động tốt hay xấu của mình. Những người còn sống nên chịu đựng sự mất mát trong bình tĩnh và hiểu biết. Chết là một tiến trình không thể tránh khỏi ở thế gian này. Đó là một điều chắc chắn trong vũ trụ này. Cánh rừng có thể trở thành đô thị và đô thị có thể trở thành bãi cát. Núi có thể biến thành hồ. Sự biến dạng có thể xẩy ra ở khắp nơi duy chỉ có cái chết là điều không đổi. Tất cả mọi thứ chỉ là tạm bợ. Chúng ta có cha ông, và cha ông của chúng ta cũng có cha ông, nhưng bây giờ họ ở đâu? Tất cả đều đã quá vãng.

Đừng nghe kẻ ngụy biện cho rằng chúng tôi đang trình bày một quan niệm yếm thế bi quan. Đó là quan điểm thực tế nhất của chủ nghĩa hiện thực. Tại sao chúng ta lại không thực tế mà mù quáng trước những sự kiện thực tế đó? Có phải cái chết thiêu đốt mọi thứ? Đúng vậy! Nhưng đừng quên điều này: Cái chết khiến mọi người hiểu rõ số phận của mình là dù cao sang đến đâu, hay kỹ thuật và y khoa tiến bộ đến đâu đi chăng nữa cái chết vẫn như nhau: Hoặc ở trong quan tài hay trở thành một nắm tro tàn. Sống và chết là một quá trình liên tục cho đến khi chúng ta trở nên toàn hảo. SUY GẪM VỀ CÁI CHẾT

Tại sao chúng ta phải nghĩ về cái chết? Tại sao ta phải suy gẫm nó? Đức Phật không những chỉ khuyến khích chúng ta nói về cái chết, Ngài cũng khuyên chúng ta suy gẫm nó và nghĩ đến nó thường xuyên. Đó là có sanh thì có chết. Tinh thần và thể xác được tạo nên trong lúc thai nghén, phát triển, lớn lên và trưởng thành. Nói một cách khác chúng theo tiến trình già nua. Đầu tiên, chúng ta gọi tiến trình đó là lớn lên, rồi già đi. Thật ra đó chỉ là một tiến trình của sự lớn lên, phát triển, trưởng thành và cuối cùng là cái chết không sao tránh được.

Ngày nay, theo thống kê trên thế giới, mỗi ngày có hai trăm ngàn (200,000) người chết hay độ 70 triệu mỗi năm.

Chúng ta không quen suy gẫm về cái chết hoặc đả động đến nó. Điều chúng ta thường làm là tránh nghĩ về cái chết và sống như thể chẳng bao giờ phải chết cả. Chừng nào mà chúng ta còn sợ chết, chúng ta không bao giờ sống một cuộc đời đầy đủ và tốt đẹp nhất. Cho nên một trong những lý do chính yếu để suy gẫm cái chết là để chúng ta hoàn toàn tỉnh thức để khỏi sợ hãi. Suy gẫm về cái chết không làm cho chúng ta chán nản hay không lành mạnh, mà chỉ có mục đích giúp cho chúng ta thoát khỏi sợ hãi.

Lý do thứ hai suy gẫm về cái chết sẽ thay đổi lối sống và thái độ của chúng ta với cuộc đời. Giá trị trong cuộc sống hoàn toàn thay đổi một khi chúng ta không nghĩ rằng chúng ta sống mãi ở đời, chúng ta sẽ bắt đầu một lối sống khác hẳn.

Lý do thứ ba là để có khả năng làm quen đương đầu với cái chết một cách xác đáng và yên lành.

Suy gẫm về cái chết có ba điều lợi ích:

- bớt sợ hãi - đem lại phẩm chất mới cho đời sống để chúng ta sống cuộc đời có giá trị thích đáng và - giúp chúng ta chết trong vinh dự. Những lợi ích trên giúp chúng ta sống lương thiện và chết có phẩm giá.

Suy gẫm về cái chết chúng ta còn cần gì nữa?

Đạo Phật khuyến khích suy gẫm về những nhân tố sau đây: - Tôi sống với tuổi của tôi, tôi không lo già;

- Bệnh tật là lẽ thường, tôi không quá nghĩ về nó; - Tôi gánh chịu Nghiệp quả của tôi và tôi không thoát khỏi Nghiệp lực; - Chết là lẽ thường tôi không quá lo nghĩ về cái chết và - Tất cả những gì dễ thương và thích thú của tôi sẽ thay đổi và bỏ tôi.

Khi chúng ta bình tâm suy gẫm về những thực trạng ấy, và giữ trong tiềm thức, nó sẽ có tác dụng mạnh mẽ để khuất phục sợ hãi, tuổi già, bệnh tật, cái chết, và chia ly. Điều này không phải là làm chúng ta kém lành mạnh mà chính là giúp chúng ta thoát khỏi sợ hãi. Cho nên tại sao chúng ta suy gẫm về cái chết? Không phải là chúng ta mong mỏi cái chết đến mà chúng ta không muốn sống hay chết trong sự sợ hãi. (Thích Tâm Quang Dịch Việt) ----ooOoo---- Debacle - thất bại, tan rã

Debar – ngăn cản, ngăn cấm

Debarkation – bóc dở hàng hóa lên bờ, hành khách lên bờ

Debauchery - sự trác táng, trụy lạc, làm bại hoại

Debilitating – impair the strength = làm yếu sức, làm suy nhược

Debouche – thoát ra chỗ rộng, ra khỏi đường hầm

Decadence – suy đồi, sa sút

Deceit - lừa đảo, lừa dối

Deceive - lừa dối, đánh lừa

Decent - đứng đắn; Decency: chỉnh tề

Deceptively - dối trá, lừa dối (Deception - sự dối trá)

Decimation – 1/10

Decipher - giải mã

Decorously - lịch thiệp, đứng đắn

Decree - mệnh lệnh, sắc lệnh

Decrepit – già yếu

Decry – chê bai, dèm pha, nói xấu

Dedication of merit – transference of merit = Hồi Hướng công đức

The dedication of merit as it is taught in the Buddhadharma is one of the most vital and profound part of spiritual practice and a unique aspect of the Buddha's teachings not found in other forms of spirituality. The reason why we are still suffering in samsara is that we have not gathered the accumulations of merit and wisdom. Although we have performed numerous positive deeds over many lifetimes but we have never dedicated this merit to the achievement of full enlightenment for all sentient beings. Thus when the positive karma ripens, it simply leads to some temporary positive states or happiness which will be used up in time and therefore when our merit finishes, we will lose that happiness and simply fall back into suffering.

By dedicating our merits to supreme awakening for all beings, even though we will experience positive results and well-being from that merit, but it will not be used up until the ultimate aim of your dedication, which is supreme enlightenment for all beings, is achieved. Thus, dedicating our merit is like adding a drop of water to an ocean, just as the ocean never dries up, that drop of water is never exhausted. The ocean is likened to the vastness of the purpose to which our merit (a drop of water) is directed to.

Another reason why we dedicate our merits is because in the teachings it is said that 'a hundred eons of generosity and moral discipline can be destroyed in one moment of anger'.

Hồi Hướng Công Đức

Người tu hành bất luận là niệm Phật, hay niệm kinh, niệm xong, nhất định phải niệm kệ Hồi Hướng một lượt. Hồi Hướng có nghĩa là gom về, tức là một phương pháp đem công đức niệm Phật, niệm kinh gom về một nơi. Gom về nơi nào? Gom về việc cầu sanh về Tây Phương Cực Lạc thế giới!

Chẳng riêng gì niệm Phật, niệm kinh mới hồi hướng về Cực Lạc thế giới, mà bất luận làm việc lành nào cũng đều phải hồi hướng về Cực Lạc thế giới. Càng tích thêm được một phần công đức thì hy vọng được vãng sanh càng tăng thêm một phần. Nếu làm công đức nhưng chẳng hồi hướng cầu sanh về Cực Lạc thế giới thì chỉ sợ đời sau chỉ được hưởng báo ứng trong cõi trời, cõi người, vẫn cứ luân hồi trong lục đạo, chẳng được giải thoát. Phước báo càng lớn, càng dễ tạo tội, nên kiếp kế tiếp đó càng đáng sợ hơn.

Vì thế, người học Phật phải nên đem hết thảy công đức hồi hướng vãng sanh Tây Phương thì lúc lâm chung mới có hy vọng được sanh về Tây Phương Cực Lạc thế giới. Nhưng niệm bài kệ Hồi Hướng cũng giống như niệm Phật, phải từng chữ, từng câu phát xuất từ nội tâm, chẳng thể niệm xuông nơi cửa miệng được.

Phát Nguyện vãng sinh và hồi hướng có rất nhiều linh ứng

Yếu chỉ của môn Tịnh Độ là Tín, Nguyện, Hạnh. Muốn vào cửa pháp này, trước tiên hành giả phải tin cõi Cực Lạc có thật, và đức A Di Đà luôn luôn hộ niệm, sẵn sàng tiếp

dẫn chúng sanh nào quy kính, niệm hồng danh kêu gọi đến Ngài. Lòng tin như thế gọi là Tín.

Sau khi đã có lòng tin, hành giả phải phát tâm chơn thiết cầu thoát ly cõi Ta Bà đầy khổ lụy chướng duyên, mong muốn sanh về miền Cực Lạc an vui, sự thanh tịnh trang nghiêm vô lượng, để tu tiến hoàn thành mục đích tự độ độ tha. Đó gọi là Nguyện.

Ngẫu Ích đại sư, một bậc tôn túc về Tịnh Độ đã dạy: "Được vãng sanh cũng chẳng toàn do Tín, Nguyện có hay không, phẩm vị thấp cao, đều bởi hành trì sâu hoặc cạn."

Từ trước đến giờ có rất nhiều người tu Tịnh độ nhờ bài phát Nguyện và Hồi hướng này mà được rất nhiều điều lợi ích và cảm ứng. Có vị đang lúc đọc nguyện văn này, bỗng thấy các tướng lành; có vị trong giấc mơ thấy Phật A Di Đà phóng quang chiếu soi. Những sự cảm ứng như thế rất nhiều, không thể thuật ra hết.

Phát nguyện vãng sinh hàng ngày buổi sáng

Con nguyện lâm chung không chướng ngại.

A-di-đà đến rước từ xa.
Quán-Âm cam lồ rưới nơi đầu.
Thế Chí kim đài trao đỡ gót.
Trong một sát na lìa ngũ trược.
Khoảng tay co duỗi đến Liên Trì.
Khi hoa sen nở thấy Từ Tôn
Nghe tiếng pháp sâu lòng sáng tỏ.
Nghe xong liền ngộ Vô Sanh Nhẫn.
Không rời An Dưỡng lại Ta-bà.
Khéo đem phương tiện lợi quần sanh
Hay lấy trần lao làm Phật sự.
Con nguyện như thế Phật chứng tri
Kết cuộc về sau được thành tựu.
HỒI HƯỚNG CÔNG ĐỨC

Nguyện đem công đức này
Hồi hướng về Tây phương
Trang nghiêm Phật Tịnh độ
Trên đền bốn ơn nặng,
Dưới cứu khổ ba đường
Nếu có ai thấy nghe
Đều phát lòng Bồ đề
Hết một báo thân này,
Sanh qua cõi Cực Lạc.
Deeds - action; Good deeds = thiện nghiệp; Bad deeds = ác nghiệp

Deem - tưởng rằng, nghĩ rằng

De facto - trên thực tế

Defecating - tống chất phế thải ra khỏi cơ thể

Defection – đào ngũ, bỏ theo địch, bỏ đảng, bỏ đạo

Defer – trì hoản, chậm lại

Deference – chiều ý, chiều theo, sự tôn trọng

Deferred reincarnation - hậu báo

Defile – impure, stained = ô nhiễm (Three defilements: tam độc) (creed = tham; ill-will = sân; ignorance = si)

The Three Poisons: Greed, Anger and Ignorance - Tam Độc

The cause of human suffering, as explained in Buddhist terms, is greed, anger and ignorance. These negative traits and fundamental evils are called the Three Poisons, because they are dangerous toxins in our lives. Not only are they the source of our unquenchable thirst for possessions, and the root cause of all of our harmful illusions, but they are painful pollutants, which bring sickness, both physical and mental.

Greed's companions are desire and lust, and these passions and attachments cause us to want to "get hold of" things, and to have more and more of them. Anger's friends are hatred, animosity and aversion, which cause us to reject what displeases us or infringes upon our ego. Ignorance, which is "not knowing," especially not knowing our true nature, paves the way for delusion or in our believing something that is false.

These poisons fill our lives with suffering, unhappiness and unsatisfactoriness. They cause us to make unskillful decisions, which affect our future. They cause us to have self-serving and dishonest intentions, which in turn cause us to act unethically and immorally. They are the roots of not only our own pain and misery, but those of our loved ones' and of society. Fortunately, there is a way to eradicate this trio of contaminants. The practice of loving kindness and compassion is the medicine and enlightenment is the antidote.

Many of us are apt to be dominated by one of the poisons. Even when one dominates the other two are always lying dormant, like dry seeds that can sprout whenever nourished. If one is dominated by anger, one tends to be depressed or obsessed over political views, real or imagined enemies, or any of life's negative realities. If the dominating poison is greed, then it can be manifested by stinginess, lack of compassion, hoarding or self-indulgence. One tends to be attached to material things, thinking that more is better and that getting things will bring happiness. When we are ignorant, we are not realizing our potential for true happiness, which is our true nature, our Buddha

nature. Ignorance causes insecurity and a feeling of weakness, powerlessness and apathy.

Buddhist teachings tell us that because of our connectedness, these personal poisons are reflected in our society. Greed, for example, is reflected in the destruction of the environment. Such reflections, however, are impermanent, changeable and transitory. They can be transformed for good. Anger, for instance, can cause us to rally against intolerance, injustice and immorality. If we are aware of the Three Poisons, their causes and their cures, we can bring about a wonderful metamorphosis. Through the practice of loving kindness and compassion, these bitter poisons can be changed into sweet nectars, from which will evolve true happiness, replacing the fakes and counterfeits we have become used to. When we realize our interdependence, our connectedness and oneness, we rid ourselves of the poisons that keep making us sick.

(Three) Defilements – Tam Độc: gọi tham, sân, si là ba độc vì chúng hại người, nhiều đời nhiều kiếp. Nếu chỉ lo sám hối không thôi thì e rằng công việc này có lúc trở nên hình thức, không mang lại kết quả cụ thể nào. Đã biết gốc của khổ đau là tam độc mà không chịu tìm phá tận gốc tận rễ thì khổ đau vẫn hoàn là khổ đau.

Tham: là ham thích, muốn chiếm đoạt cho mình. Có nhiều hình thức tham: tham tiền bạc, tham danh vọng, tham sống lâu, tham cờ bạc, rượu chè, sắc đẹp…Do tham nên nghĩ ra trăm phương ngàn kế để chiếm cho được thứ mình ham muốn, dù rằng phải dùng phương kế ác độc. Như vậy lợi mình, nhưng hại người. Vì thế mà càng ngày nghiệp ác càng nhiều làm hại đời này và các đời sau.

Tưởng rằng có nhiều thì sướng, nhưng lòng tham không đáy, chẳng bao giờ thấy đủ, phải lo kiếm thêm. Sau đó phải lo bảo vệ thứ mình có, cả một sự rắc rối phức tạp! Tâm không an nổi. Tâm không an thì chẳng thể gọi là sung sướng được!

Sân: là nóng giận. Nói rộng ra, sân còn có nghiã là cáu kỉnh, căm hờn, thù oán…

Người ta dễ nổi nóng vì nhiều nguyên do, vì bị ai nói chạm đến mình, vì bị ai động đến quyền lợi vật chất và tinh thần của mình, vi phạm đến mình, gia đình mình, dòng họ mình, đảng phái mình, đất nước mình. Cái nguy hại của nóng

giận là không tự chủ được mình, cho nên có thể nói những lời sỗ sàng thô tục, có thể hành động hung dữ, cục cằn, có thể đi tới ẩu đả và đổ máu.

Sân mang hai hình thức: bộc lộ và ngấm ngầm. Sân bộc lộ thì dễ nhận tuy rằng nguy hiểm. Nếu người chung quanh biết cách làm dịu thì có thể thu xếp cho yên ổn. Sân ngấm ngầm đáng sợ hơn:

“Bề ngoài thơn thớt nói cười,” “Bề trong nham hiểm giết người không dao”.

Ngấm ngầm nên căm hờn, thù oán, dai dẳng ngày này qua ngày khác, năm này qua năm khác. Nghĩ cho cùng người nuôi căm hờn thì chính mình khổ trước.

Si: là si mê không nhận ra đâu là phải đâu là trái, đâu là thật đâu là giả. Theo đạo Phật cái si nặng nhất là nhận lầm cái thân này là cái TA thật, Cái tâm sinh diệt này là cái TA

vĩnh cữu. Đã nhận lầm rồi nên bao nhiêu suy nghĩ, lời nói, hành động đều theo đó mà lầm luôn. Phân tích đến nơi đến chốn thì si là gốc của tham và sân, nên lẽ ra phải đọc SI THAM SÂN mới thuận.

Do nhận lầm thân này là cái ta chân thật nên bao nhiêu năng lực dồn hết vào việc làm cho cái ta ấy đẹp lên, mạnh lên, sướng lên, bao nhiêu ham muốn đều cho hưởng cả, vì thế mới có tham. Tham không được, hay không đủ, thành ra sân.

Nhận lầm cái TA nên cho mình là nhất, cái gì mình cũng là nhất, vì thế có ai nói chạm đến là la hét hoặc để tâm thù oán. Ngồi chỗ đông người, ý kiến khác nhau, thấy ai có ý kiến khác mình là không vui, hoặc là không vui ra mặt, hoặc là ngấm ngầm hờn giận.

Chấp cái TA này là thật nên tìm thuốc trường sinh bất tử mà quên mất rằng đã có sinh là phải có tử tiếp theo, chẳng thế nào tránh được. Muốn bất tử, chỉ có một cách, đó là vô sinh. Muốn vô sinh thì phải tu giải thoát khỏi sinh tử luân hồi, theo đường mà chư Phật đã chỉ dạy. Để chống lại ba độc thì: ngoài việc sám hối cho đúng cách, chúng ta phải quán, tức là phải bình tâm suy nghĩ sâu xa và kỹ lưỡng về hai đề mục: vô thường và vô ngã.

Quán vô thường, quán vô ngã tức là quán duyên hợp thì hiểu được quy luật căn bản của kiếp nhân sinh, từ đó can đảm áp dụng vào đời sống hằng ngày thì dần dần sẽ bớt được tham sân si; trí huệ và từ bi mở rộng và dễ dàng đi vào con đường giải thoát.

Tóm lại, tham sân si là ba thứ thuốc độc làm hại con người, ngăn cản con người tiến lên trên con đường giác ngộ và giải thoát. Gốc của tam độc là si mê, si mê làm cho người ta nhận lầm, nhận lầm cái TA này là thật, từ nhận lầm, nghĩ lầm nên hành động lầm, tạo nghiệp ác, lôi cuốn con người vào vòng sinh tử luân hồi. Do đó, việc tu tập nhằm phá cho được cái TA giả dối đó. Việc này vô cùng khó khăn, vì thế Phật tử chúng ta không những phải sáng suốt mà còn phải hết sức kiên trì, nhẫn nại.

THAM SÂN SI – Tam Độc

- Tham: ham thích, muốn chiếm đoạt cho mình. - Sân: nóng giận – cáu kỉnh, căm hờn, thù oán. - Si: mê không nhận ra phải trái, thật giả là gốc cuả tham và sân.

Quán vô thường, quán vô ngã tức là duyên hợp, hiểu được quy luật căn bản cuả kiếp nhân sinh, từ đó áp dụng vào đời sống hàng ngày, dần dần sẽ bớt được Tham Sân Si. Trí tuệ và từ bi mở rộng, dễ dàng đi vào con đường giải thoát.

Phiền Não: những thứ mê đắm, lầm lạc, ham muốn làm hại chúng sinh, thúc đẩy chúng sinh lo lắng, tính toán, bực rọc, đi tới việc làm bậy, gây ra nghiệp xấu để sau chịu quả báo khổ sở.

Theo kinh “Quán Vô Lượng Thọ Phật”, tránh phiền não phải: - Thọ Tam Quy, Ngũ Giới (cho tới cựu túc giới) - Tu thập thiện, hiếu dưỡng cha mẹ, tôn trọng sư trưởng. - Phát Bồ Đề Tâm, tin sâu lý nhân quả, đọc tụng kinh Đại Thừa, khuyên mọi người tu theo Phật. (Phiền não trái với Bồ đề=giác ngộ) Chúng ta từ đâu đến: nhờ kinh khởi thế nhân bản, con người gốc gác từ những chúng sinh từ cõi trời Quang Âm thiên thác sinh qua trái

đất này. Con người là hợp thể của ngũ uẩn: sắc, thọ, tưởng, hành, thức. Thân, tâm (sắc) là hai thành phần của con người.

1. Ta là hợp thể Danh và Sắc. Ta có nhưng giả có. Cái "ta xã hội" vẫn có,

=

specific properties, we can assign to it these specific attributes of shape, color, scent, and taste. It possesses these properties. This is a fact. Specific properties can only be assigned to some basis for them, and, if there are specific properties, there has to be some basis on which these properties can be assigned. Now the basis of the properties and the properties themselves do seem to be distinct from one another, but if we think it through another step, once we have eliminated the specific properties of something – such as the shape, and so on – if we then seek further for the thing itself that is the basis of the properties, we cannot find it. (Mind In Comfort And Ease – His Holiness The Dalai Lama)

Dependent Origination - Tạo Tác Do Điều Kiện (Thập Nhị Nhân Duyên) = Lý Duyên Khởi, Skt. Pratityasamutpada

Thập nhị nhân duyên là một chủ đề quen thuộc, thường được đề cập và bình giải trong nhiều sách, bài viết cũng như băng đĩa. Tuy nhiên chúng ta cũng thử tim hiểu xem Phật giáo Tây phương tiếp cận và giải thích khái niệm này như thế nào.

Có thể người đọc cũng sẽ ngạc nhiên đôi chút trên phương diện thuật ngữ, lý do là các học giả Tây phương nói chung không nhất thiết dựa vào kính sách bằng Hán ngữ để bình giải và thông thường thì ngoài những tư liệu bằng tiếng Hán các tác giả Tây phương còn căn cứ vào các kinh sách bằng tiếng Phạn và tiếng Pali. Hơn nữa các học giả Tây phương lại được thừa hưởng một gia tài văn hóa lâu đời về triết học cũng như những hiểu biết cận đại về khoa học, do đó kinh sách dịch thuật của họ khá cởi mở, minh bạch và chính xác, Trong khi đó kinh sách tiếng Việt lại chịu ảnh hưởng quá nặng nề từ kinh sách Trung hoa đã được dịch thuật từ nhiều trăm năm cho đến hàng ngàn năm trước.

Thập nhị nhân duyên trong kinh sách bằng ngôn ngữ Tây phương được dịch là Mười hai mối dây tương liên hay Mười hai mối dây lệ thuộc hoặc trói buộc. Gốc tiếng Phạn của Thập nhị nhân duyên là Dvadasanga hay còn gọi là Dvadasa nidana, nguyên nghĩa của các cụm từ này là mười hai mối dây tương tác, tương tạo hay tương liên. Riêng chữ pratityasamutpada còn có nghĩa là sự tạo tác lệ thuộc hay sự tạo tác do điều kiện mà có. Người Tây phương dịch chữ pratityasamutpada là interdependance, thật hết sức đơn giản và chính xác, còn kinh sách gốc Hán thì dịch chữ này là Lý duyên khởi.

Deity - thần thánh; sun deity = nhật thiên tử; demon deity = ác thần

Deject – làm buồn nãn, làm thất vọng

Deleterious - harmful = có hại, độc

Delicacy – duyên dáng, thanh nhã (món ăn ngon)

Delineate – mô tả, phác họa (Delineation = sự phác họa)

Delirious – mê sảng, hôn mê (Delirium – tình trạng mê sảng)

Deliverance - giải thoát

Deluded – mislead, deceived = bị đánh lừa, lừa dối (deluded mind = tâm mê mờ) Delusion - sự lừa gạt

Delve - chỗ trũng, chỗ lõm sâu

Demarcation - sự phân ranh giới

Demeanor – cách cư xử hạ cấp (demean = hạ mình)

Demise – thuê nhượng

Demographer – nhà nhân khẩu học

Demonology = shamanism – khoa nghiên cứu ma qủy

Shamanism is a practice that involves a practitioner reaching altered states of consciousness in order to encounter and interact with the spirit world and channel these transcendental energies into this world. A shaman is a person regarded as having access to, and influence in, the world of benevolent and malevolent spirits, who typically enters into a trance state during a ritual, and practices divination and healing.

Dendrochronology – tree ring dating = khoa nghiên cứu tuổi thọ của cây

Denigration - phỉ báng, gièm pha, bôi xấu

Denomination - đặt tên, gọi tên

Denote - biểu thị

Denunciation - sự tố cáo, tố giác

Denuded – bị loại bỏ

Dependent Origination - Sự tạo tác do điều kiện mà có

What is the key to this process of change? When we speak of continuous change, it does not imply a moment by moment disintegration in the sense that an object in the first moment encounters some new cause for its disintegration in the next moment, whereupon the thing that existed in the first moment disintegrates. Rather, it implies that the cause that initially produces something ensures that it comes into being as something that, by its very nature, will disintegrate. Things are perishable on account of their nature. Let us reiterate: we are not saying that things are first produced by one particular cause that brings them into being and then later made to disintegrate by meeting another cause that brings about their destruction. The cause of their arising is itself the very cause of their destruction. They come into being already possessing the character of perishable things. That means that the cause for their arising turns,

moment by moment, into the cause of their destruction.

So any phenomenon produced by causes in this way is dependent on those causes. If things were existent in their own right, if they existed naturally, they would be innately and independently existent. And something that was innately or independently existent would have to be unalterable. Yet we can actually see that things are susceptible to change; we can see how they are dependent on causes and conditions other than themselves. Whenever we take as an example, something with a tangible form or an inner experience, it only comes about through the power of causes other than itself.

That is not all, however. If we think further about any ítem, a flower, for instance, it has so many aspects – its shape, color, scent, taste, and more. If we speak of these as the properties of something, in this case they are the properties of our flower – the flower's shape, the flower's color, the flower's scent, and the flower's taste. With the single flower as the basis of these

specific properties, we can assign to it these specific attributes of shape, color, scent, and taste. It possesses these properties. This is a fact. Specific properties can only be assigned to some basis for them, and, if there are specific properties, there has to be some basis on which these properties can be assigned. Now the basis of the properties and the properties themselves do seem to be distinct from one another, but if we think it through another step, once we have eliminated the specific properties of something – such as the shape, and so on – if we then seek further for the thing itself that is the basis of the properties, we cannot find it. (Mind In Comfort And Ease – His Holiness The Dalai Lama)

Dependent Origination - Tạo Tác Do Điều Kiện (Thập Nhị Nhân Duyên) = Lý Duyên Khởi, Skt. Pratityasamutpada

Thập nhị nhân duyên là một chủ đề quen thuộc, thường được đề cập và bình giải trong nhiều sách, bài viết cũng như băng đĩa. Tuy nhiên chúng ta cũng thử tim hiểu xem Phật giáo Tây phương tiếp cận và giải thích khái niệm này như thế nào.

Có thể người đọc cũng sẽ ngạc nhiên đôi chút trên phương diện thuật ngữ, lý do là các học giả Tây phương nói chung không nhất thiết dựa vào kính sách bằng Hán ngữ để bình giải và thông thường thì ngoài những tư liệu bằng tiếng Hán các tác giả Tây phương còn căn cứ vào các kinh sách bằng tiếng Phạn và tiếng Pali. Hơn nữa các học giả Tây phương lại được thừa hưởng một gia tài văn hóa lâu đời về triết học cũng như những hiểu biết cận đại về khoa học, do đó kinh sách dịch thuật của họ khá cởi mở, minh bạch và chính xác, Trong khi đó kinh sách tiếng Việt lại chịu ảnh hưởng quá nặng nề từ kinh sách Trung hoa đã được dịch thuật từ nhiều trăm năm cho đến hàng ngàn năm trước.

Thập nhị nhân duyên trong kinh sách bằng ngôn ngữ Tây phương được dịch là Mười hai mối dây tương liên hay Mười hai mối dây lệ thuộc hoặc trói buộc. Gốc tiếng Phạn của Thập nhị nhân duyên là Dvadasanga hay còn gọi là Dvadasa nidana, nguyên nghĩa

của các cụm từ này là mười hai mối dây tương tác, tương tạo hay tương liên. Riêng chữ pratityasamutpada còn có nghĩa là sự tạo tác lệ thuộc hay sự tạo tác do điều kiện mà có. Người Tây phương dịch chữ pratityasamutpada là interdependance, thật hết sức đơn giản và chính xác, còn kinh sách gốc Hán thì dịch chữ này là Lý duyên khởi.

Thí dụ trên đây cho thấy một số khác biệt về thuật ngữ giữa kinh sách Tây phương và kinh sách gốc Hán. Thật vậy, ngôn ngữ dùng để chuyển tải Đạo Pháp rất quan trọng. Nếu một ngôn ngữ có cấu trúc ngữ pháp minh bạch, có khả năng thích ứng với khoa học và triết học hiện đại thì sẽ có nhiều hy vọng mang Đạo Pháp đến gần với con người trong các xã hội ngày nay hơn.

Mặt khác, trên phương diện nội dung thì khái niệm về Thập nhị nhân duyên là một khái niệm khá khó để nắm bắt và thấu triệt, vì khái niệm này bao hàm khá nhiều hiện tượng liên quan đến cả hai thế giới vừa vật-chất và phi-vật- chất, liên đới với sự hiện hữu của con người cả trên phương diện thể xác lẫn tâm thần. Sự tổng kết hay tổng hợp ấy lại dựa vào thật nhiều quy luật khác nhau như nguyên nhân hậu quả, sự tương liên (pratityasamutpada - lý duyên khởi), sự tái sinh, hiện tượng vô thường, v.v... Thật ra thì mọi hiện tượng trong vũ trụ đều tùy theo cơ duyên mà biến động không ngừng, không nhất thiết phải theo chiều dọc hay chiều ngang. Tuy nhiên Đức Phật đã chọn ra mười hai biến động trực tiếp nối kết nhau thành một vòng tròn để chỉ cho chúng ta nhìn thấy một cách cụ thể, trực tiếp và đơn giản về cách thức hiện hữu của chính chúng ta trong thế gian này. Mười hai chiếc khoen của sợi dây xích đó đang tác động để buộc chặt sự hiện hữu của chúng ta và kìm giữ chúng ta bất tận trong cõi ta bà.

Chu kỳ liên kết mười hai hiện tượng thường được cụ thể hóa bằng một bánh xe vẽ trên một tấm tranh gọi là Thăng-ka (thanka). Bánh xe đó mang tên là Bánh xe của sự hiện hữu hay Bánh xe luân hồi. Hình vẽ trên tấm Thăng-ka rất phức tạp vì bao hàm thật nhiều chi tiết. Ngoài tính cách thiêng liêng biểu hiện cho Đạo Pháp, tấm Thăng-ka còn có mục đích giúp người Phật tử nhìn vào đó để tìm hiểu và học hỏi về Phật pháp mà không cần phải biết đọc, chỉ cần nghe giảng một lần là hiểu, nếu không nhớ hết thì nhìn vào những biểu tượng của tấm Thăng-ka sẽ nhớ lại ngay. Nếu có nhiều thì giờ thì có thể ngồi xem để chú tâm vào đấy mà chiêm nghiệm từng chi tiết một. (Hoang Phong)

No-self and dependent origination:

After presenting the four noble truths, the Buddha then states: "My release is assured. This is the last birth. There is no further becoming.” Here the Buddha is asserting that he has realized selflessness or no-self (Pali: anatta) -the Buddhist view that what we call the "self" does not exist as a singular, independent, permanent entity, but is rather an ongoing process. Therefore, through complete understanding of the four noble truths, the Buddha has

removed the causes and conditions for an ordinary rebirth (rebirth in samsara). This phrase can also be understood as an expression of dependent origination.

Vô Ngã và Duyên Khởi

Cái thắc mắc lớn nhất về giáo lý Duyên Sinh, Vô ngã của người học Phật vẫn là: khó mà quan niệm được một pháp giới hoàn toàn vô ngã. Làm sao mà có thể tồn tại, nếu là vô ngã? Ai sinh tử, luân hồi? Ai tu? Ai chứng?...

Theo Phật giáo, gốc của sinh tử là vô minh. Vô minh là nhận lầm thực tại vốn không có "ngã" thành có "ngã". Sinh tử chính là sự nhận lầm có cái "ngã" ấy. Thực sự, không có "ngã" trong sinh tử, luân hồi.

Tu là lộ trình đi khỏi sinh tử, luân hồi; có nghĩa là đi ra khỏi sự trói buộc đầy sương mù của sự chấp có ngã, là đoạn trừ cái ngã ấy. Đoạn trừ cái chấp ngã là đoạn trừ hết thảy vọng tưởng.

Duyên khởi nói lên thực tính của các pháp. Thực tính ấy là Duyên sinh tính hay Vô ngã tính. Trung Bộ Kinh I, số 28; Tương Ưng III, tr. 144 và Tiểu Bộ I, tr. 48, chép lời Thế Tôn: "Ai thấy Duyên khởi là thấy Pháp. Ai thấy Pháp là thấy Phật." Thấy Phật quả là sự giác ngộ tối thượng.

Nếu đi vào phân tích giáo lý, thì từ giáo lý Duyên khởi ta thấy rõ vô ngã tính của các pháp. Vô ngã là giáo lý độc đáo nhất của Phật giáo, độc đáo nhất của lịch sử Tôn giáo và tư tưởng của nhân loại, làm nền tảng chủ yếu cho các giáo lý Bắc tạng và Nam tạng.

Depraved – suy đồi, sa đọa

Deprecatory - khẩn khoản, nài xin

Deracinate - nhổ rễ, trừ tiệt

Deride - chế nhạo, chế diễu

Derision - sự chế nhạo, chế diễu

Derogatory – xúc phạm đến danh dự, uy tín, danh giá

Desecrate – làm mất tính thiêng liêng

Desensitization - mất cảm giác, vô cảm

Desiccated - được làm khô

Desire realm - dục giới - The desire realm is one of three realms (Sanskrit: dhatu, Tibetan: khams) or three worlds in traditional Buddhist cosmology into which a being wandering in samsara may be reborn. The other two are the form realm, (SKT: rupa-dhatu) and the formless realm (SKT: arupa-dhatu).

Within the desire realm are either five or six domains (SKT: gati, also sometimes translated as "realm"). In Indo-Tibetan Mahayana Buddhism there are six domains (Standard Tibetan: rigs drug gi skye gnas) and in Theravada Buddhism there are only five, because the domain of the asuras is not regarded as separate from that of the devas. Taoism also features the five realms...The thirty-one realms are also known as the "thirty-one paths of rebirth", the "six paths of suffering", the "six planes", and the "six lower realms". They stand in contrast to the higher attainments of the Ten spiritual

realms.

Dục giới - nơi Tham Ái cai trị danh sắc (thân tâm) chúng sinh. Chư thiên trong 6 cõi trời dục giới đang hưởng quả báu an lạc cõi trời do thiện nghiệp của mình đã tạo, nên cũng không có cơ hội thuận lợi tạo phước thiện bố thí. Chư thiên nào muốn tạo phước thiện bố thí, chư thiên ấy phải hiện xuống cõi người mới có cơ hội tạo phước thiện bố thí.

Desist - ngừng, thôi, nghỉ

Desparate – khác loại, khác hẳn nhau

Despatch - bốc dở nhanh

Despondency – ngã lòng, thất vọng

Despotic – chuyên chế, chuyên quyền (Despotism - chế độ chuyên quyền)

Destiny - Vận số, vận mệnh, số phận

Destiny and Karma

The law of karma states that each ones destiny either happy or sad feelings is decided by their own karmas and not by their good or bad luck. It is the leftover energy or the carried accounts from the past life to the previous one. Karma is to be dealt all through the journey of life till we reach its karmic destiny thus referring to the choices we have made in this lifetime to clear, or follow through on karma accumulated in past lifetimes. But however the destiny fixed by each ones soul may either vary completely or it may be larger than the karma itself. Each ones destiny is influenced by the karma which also acts as a catalyst to reach our fate and for those who believe in fate typically adhere to a religious philosophy in which the outcomes are all predetermined thus becoming the victims of god or themselves.

Karma and destiny has a very close relationship to each other for the former is nothing but the good or the bad deeds done by us which eventually decides our destiny. Thus a person's character or personality can be studied by his karma in the present life. No person is born good or bad but only his karma decides if he or she is a noble or a criminal. An account of all our good and bad deeds is recorded by god and accordingly we get either a bad or a good fruit. A body-mind will always have some karma, some process of activity which keeps it acting and reacting, whereas a conscious person is one who becomes very well aware and identify his true self transcending himself from nature and thus becoming free from karma and gains more freedom.

Thus awareness of one's own self is the answer to escape from the bondage of karma. Such people are very rare and they work a lot on spiritual evolution. Person who suffer because of their karma deserve it but it doesn't mean that we should not help them to come out of their suffering. We should try to alleviate all for relieving another person's suffering not only helps them; it generates good karma for us and sends out good vibrations into the world whereas letting them suffer without giving a helping hand may result in bad karma for us.

The 'Law of Karma', states that a point of merit is added to our life for every positive deed we do and similarly a point of demerit for every negative deed we do. Thus as the saying goes as you sow so you reap, one has to face his destiny according to his karma. From the books of karma it is said that one gains happiness in some form or the other by every good deed he does whereas a bad deed is returned by sorrow in some form. Throughout our lives, we are either settling an old account of fulfilling our destiny, or creating a new one and once if it is not settled in this birth, it gets carried over to the next birth.

None of us aware of what we destined or in our past birth but we grow over through consecutive incarnations with the help of karma. Karmic debt can never be closed for it gets carried over again and again till we repay it. Similar is the earning of karmic credit.

Karma and destiny are like two different threads woven into a single fabric and is very difficult to differentiate. It is very difficult for our souls to get rid of painful existence of lifetime without karma. Karma is something like where in our planned lifetime we have learning opportunities in the present as well as in the next birth. When we go off track it is karma which protects and guide us back to the track .But for the only fact that it is slow because of its relation with destiny waiting or the next incarnation.

Delayed karma is like a person who doesn't smoke in this birth might end up with lung cancer in much latter part of his life for he would have smoked in his previous incarnation and because of his good deeds there was a delay in him getting cancer. Today there might be good or bad things manifesting us because of the karma which we would have got in our earlier births and similarly for all the positive and negative things we are doing now may be manifested in any of our future birth. Karma works behind the scenes and we only get to see the effects in the physical world and not aware of anything happening in the subtle worlds.Thus all the difficulties undergone by us are due to our destiny which can only be reduced by spiritual practices for destiny is completely based on a spiritual aspect. Each of us should be able to control our material desires and physical desires by means of our spiritual desire. (From FaceBook) ---oOo--- Định mệnh và nghiệp quả (Bác sĩ Thái Minh Trung - chuyên khoa Tâm Thần)

Định mệnh là gì?

Một số người tin rằng những diễn biến xảy ra trong cuộc đời đã được an bài sẵn. Khoa chiêm tinh (astrology) tin rằng những diễn biến trên quả địa cầu và tánh tình con người đều bị ảnh hưởng bởi những vị trí ngôi sao trên trời. Nếu ta sanh vào ngày tháng nào đó thì sẽ bị dấu ấn của những vì sao ảnh hưởng lên tánh tình và những diễn biến trong cuộc đời. Những người đó tin rằng ngay khi sanh ra là định mệnh đã an bài rồi, không ai chạy khỏi hết. Thí dụ người tuổi Sửu thì trong cuộc sống sẽ trải qua những năm thuận và năm kỵ tuổi. Năm

thuận và kỵ như những cái đèn xanh đèn đỏ của đời người. Năm thuận thì gặp đèn xanh nhiều, làm gì cũng êm xuôi và năm kỵ thì trường hợp ngược lại.

Người đạo Ki tô giáo tin rằng những gì xảy ra cho họ là do ý muốn của Đức Chúa Trời. Chúa đặt đâu ta ngồi đó. Có người Chúa đặt vào hoàn cảnh giàu sang, còn người khác bị lâm vào hoàn cảnh nghèo đói. Ta không cãi ý Chúa được. Ta cần cầu nguyện để cho Chúa thương xót mà thay đổi hoàn cảnh cho ta. Có thể những hoàn cảnh khó khăn là những thử thách nên ta không nên than trời trách phận. Một số con chiên còn mang mặc cảm tội lỗi là mình đã làm gì khiến Chúa phật lòng nên Ngài mới đặt mình vào hoàn cảnh khổ sở.

Người Phật tử thì tin rằng định mệnh là nghiệp. Mình đang ở hoàn cảnh xấu là do mình tạo nghiệp xấu từ kiếp trước. Mình nên "trả nghiệp" bằng cách chịu đựng một thời gian thì nghiệp sẽ hết. Khi cái nghiệp xảy ra thì mình không thay đổi được. Nhiều người cũng không muốn thay đổi vì e rằng làm như thế nghiệp sẽ nặng hơn. Giống như thiếu nợ thì phải trả cho chủ nợ, cứ khất nợ hoài thì nó chồng chất, mình sẽ trả không nổi. Có nghĩa là mình muốn thoát hoàn cảnh này thì sợ gặp phải hoàn cảnh xấu hơn nữa, như tục ngữ có câu: chạy ông mồ mắc ông mả. Những người tin hoàn toàn vào định mệnh thì sẽ rất thụ động. Nói đúng hơn họ sợ làm cái gì đó khác hơn để thay đổi hoàn cảnh, nên phải đứng yên cắn răng chịu đựng. Đó là những người rất lo âu trước cái vô định của cuộc sống nên thích tin vào một đường lối đã vạch định sẵn.

Quyền lựa chọn

Khi phân tích kỹ ta thấy rằng khoa chiêm tinh không có đưa ra một định mệnh không thể thay đổi. Con người có quyền chọn lựa ngày tháng tốt để bắt đầu công việc làm ăn quan trọng, chọn lựa chồng hay vợ hạp tuổi để tránh những mâu thuẫn về tánh tình. Ngoài ra dân gian có câu: cái đức thắng cái số. Nếu ta ăn ở hiền lành thì nếu gặp "năm tuổi" thì sự xui xẻo sẽ ít hơn. Ngày nay khoa học hiểu rằng mỗi người chúng ta đều có một nhịp điệu sinh hóa (bio rhythm) thay đổi theo sức hút các ngôi sao. Ở phụ nữ, chu kỳ kinh nguyệt có nhịp điệu sinh hóa thấy rõ. Khi ta bắt đầu công việc quan trọng vào thời điểm nhịp sinh hóa cao thì dễ thành công hơn. Tuy nhiên ảnh hưởng của nhịp sinh hóa không đáng kể so với ảnh hưởng của ý định (intention). Ngay khi ta ở giai đoạn nhịp sinh hóa cao mà có ý định xấu (tham lam, hờn giận) thì ý định sẽ làm biến đổi nhịp sinh hóa theo chiều xấu.

Đạo Ki tô cũng thế, đề cao sự chọn lựa và ý định tốt. Chúa Jesus không lên án người đàn bà ngoại tình bị dân làng muốn chọi đá cho chết, như người dân làng thường tin là định mệnh của những người đàn bà ngoại tình. Ngược lại Chúa khuyên dân làng hãy dừng lại và có những lời khuyên đề cao sự tha thứ. Chúa khuyên chúng ta nên có ý định tốt và chọn lựa sự tha thứ để thoát khỏi định mệnh an bài. Khi hiểu được ý nghĩa câu chuyện này thì ta thấy rõ rằng ta có quyền chọn lựa 2 con đường: con đường buộc tội và con đường tha thứ. Con đường buộc tội là con đường của định mệnh: ta buộc tội và bị người khác buộc tội lại. Con đường tha thứ là con đường của giải thoát.

Nghiệp trong Phật giáo cũng là một sự chọn lựa. Ta có quyền chọn lựa tạo dựng cơ sở của những nghiệp tốt, như cố gắng học hành để giúp ích xã hội. Ta có quyền chọn lựa nghiệp xấu như hút sách và rượu chè, như thế ta đạp phá những tiềm năng tốt. Thí dụ như uống rượu đến xơ gan làm sức khỏe suy tổn. Thoạt đầu ta có sự tự do chọn lựa nhưng nếu ta chọn con đường rượu chè, xì ke ma túy thì dần dần khả năng chọn lựa của ta bị mất dần. Khi bị nghiện rồi thì ta hoàn toàn mất sự tự do chọn lựa và trở thành nô lệ cho những thói quen xấu này. Những căn bệnh hiểm nghèo kéo đến làm khả năng thay đổi cuộc sống càng khó hơn gắp ngàn lần.

Thế nào là nghiệp?

Nghiệp (karma) không có gì huyền bí hết, nghiệp là tác động của những động lực. Động lực đó có thể ở dạng thân, khẩu hay ý. Bất kỳ lực (force) nào cũng gây ra phản lực (counter force). Cái mục đích của lực và phản lực là để trở lại điểm yên tịnh ban đầu (initial stillness). Thí dụ như con lật đật, ta đẩy nó qua bên phải thì nó bật trở về bên trái. Cuối cùng là nó đứng yên một chỗ. Sự đứng yên một chỗ có thể coi là niết bàn hay thiên đàng vì nó tượng trưng cho trạng thái bình thản, không căng thẳng đau khổ.

Nói về cường độ của phản lực thì trên thế giới vật chất ta có: ý nghĩ yếu hơn lời nói, và lời nói yếu hơn hành động. Thí dụ phản ứng của ta trước lời phê bình mà ta không thích: ta chửi thầm người ta ghét (ý) hậu quả ít hơn là ta la lối chửi người đó trong buổi tiệc (khẩu). Hậu quả của lời chửi bới ít hơn là hậu quả ta nhảy lại đánh người đó bầm mình (thân).

Xã hội chỉ có hình phạt khi ta làm chấn thương người khác, còn tôn giáo thì muốn khuyên ta nên trị tận gốc nghiệp dữ bằng cách dừng suy nghĩ giận dữ lại. Khi ý khởi dậy thì nó tạo một tiềm năng hành động (potential of action) rồi. Thí dụ nói theo phàm tục, khi cái ý ghét đã khởi dậy rồi thì ta muốn chửi

cho đã miệng. Chửi thầm thì ngủ không được. Nhưng khi chửi bằng miệng mà bị đối phương chửi lại thì ta càng tức hơn. Nếu ta dằn không được đi đánh lộn đến bị thương tích hay bị bỏ tù, về nhà lại càng tức hơn nữa. Như thế mà ta cứ tạo nghiệp thân-khẩu-ý thành một chuỗi lực và phản lực (chain of action and reaction).

Sở dĩ chiến tranh trên thế giới xảy ra liên tục là vì con người không có đời sống tâm linh, dùng sự giết chóc để mong cầu trở về chỗ yên tịnh ban đầu. Người lính cảm tử quân Hồi giáo có cái ảo tưởng rằng khi giết chết kẻ thù ngoại đạo họ sẽ được sống trên thiên đàng, có nghĩa là trở về chỗ yên tịnh ban đầu. Đó là sự lầm lẫn vô cùng tai hại vì khi họ tạo một động lực căm thù thì sẽ để lại cái phản lực căm thù, như thế cứ lưu truyền mãi không ngừng trên thế gian từ thế hệ này qua thế hệ kia.

Tuy nhiên nghiệp lực, khác như dân gian nghĩ, là khi kiếp trước ta lỡ ăn trộm người nào đó 10 đồng thì kiếp này ta phải trả lại 10 đồng chẵn. Trên phương diện tâm linh, cái điểm yên tịnh ban đầu có được không phải khi ta trả lại 10 đồng mà khi ta nhận thức ta nên vui lòng bỏ qua khi bị người khác giựt tiền rồi thực hiện được điều đó. Khi đọc những thí dụ của nhà soi kiếp E. Cayce thì ta thấy rằng chỉ có sự vui lòng bỏ qua thì con người mới "trả" được cái nghiệp. Nói một cách khác, sở dĩ ta mang cái nghiệp (bị

phản lực/quả) vì ta không nhận thức được những đau khổ mà ta đã tạo ra cho người khác (lực đã tạo/nhân), nên cái nghiệp nó xảy ra khiến ta bị đau khổ để ta thông cảm nỗi khổ của người kia. Lúc có sự thông cảm thì lực và phản lực sẽ trung hòa với nhau. Nhưng nếu trong đau khổ, ta lại thù người đó thì sanh thêm cái nghiệp nữa, và như thế sẽ t ra cái vòng l n juQ 0tmn hg i # hanh

sống trong khiêm nhượng và tha thứ thì ta như con nhộng xé được cái vỏ của ngạo mạn để trở thành con bướm muôn màu. Ta không đợi đến khi chết mới được Chúa rước. Khi ra khỏi được cái vỏ của ngạo mạn thì ngay trong giây phút đó ta thấy Chúa hiện diện trong lòng ta.

Phật thì khuyên ta nên hỷ xả, có nghĩa là bỏ qua trong sự vui vẻ. Ở dưới biển, có một loài cua thích sống trong vỏ sò (hermit crab), khi cua lớn lên thì nó phải vui vẻ bỏ cái vỏ sò nhỏ để tìm cái lớn hơn chọn làm nhà. Hỷ xả cũng như thế, là từ bỏ sự nhỏ mọn để nhìn thấy sự rộng lượng. Hỷ xả là một phương pháp trị cái bịnh của ngã (cái tôi). Nếu ta cứ bám vào tiền tài, sắc đẹp, danh lợi thì cái lòng tham và sân của ta càng ngày càng lớn. Khi cảm thấy ta được càng nhiều (sở đắc) thì ngạo mạn càng tăng theo. Sự đời vô thường làm cho ta không bao giờ giữ được mãi mãi những gì mình muốn vì thế lòng tham ngày càng tăng trưởng. Khi có ai tước đoạt những gì ta đang được thì ta sanh lòng bực tức sân hận.

Tham và sân là nguyên nhân chính của lo âu. Tham có thể hiểu theo nghĩa rộng là muốn đem về cho ta vì sợ để lâu thì ta sẽ hết được phần lợi đó. Sân là sự bực bội khi gặp hoàn cảnh nghịch ý ta. Bề mặt bạo động của sân là chửi bới đánh lộn, còn mặt thụ động là "tự ái", hờn dỗi để bụng. Phật dạy ta nên thấy cái vô thường của cuộc đời để lúc được thì không tham và lúc mất thì không sân. Ta phải tập hạnh hỷ xả thì mới phát triển từ bi được.

Tại sao tôn giáo nào cũng khuyên con người bố thí? Ta có thể hiểu tham, sân, si trên lý thuyết nhưng chỉ có hành động thực hiện sự ban cho mới giúp ta nhận thức rõ những hạn chế của ta. Thí dụ như khi cho mà ta thấy còn quyến luyến vật ta muốn cho thì lúc đó mới chợt nhận ra mình còn lòng ham muốn. Khi bớt lòng ham muốn đem về cho mình rồi thì mình mới thông cảm kẻ khác được. Đây là cách bố thí nhận thức của người có căn cơ cao. Người căn cơ thấp thì áp dụng bố thí trao đổi chớ không phải bố thí nhận thức. Bố thí trao đổi là bố thí để được hưởng phước lộc. Ta cho để lấy lòng đấng nào đó mà ta thờ phụng. Ta bố thí để được Chúa hay Phật ban phước lành hay phù hộ. Chỉ có bố thí nhận thức mới giúp ta phát triển tâm linh được.

Thực tập tâm tĩnh lặng

Làm người ai cũng muốn thay đổi cuộc sống cho nó tốt đẹp hơn. Khi thay đổi không được hay không dám thay đổi thì ta đổ thừa cho số phận hay định mệnh. Hoàn cảnh rất khó thay đổi khi ta duy trì tập quán, thói quen cũ. Nếu ta bị tiểu đường mà không chịu bỏ cái sở thích ăn đồ béo ngọt (tham) thì bịnh làm sao

mà hết được. Một số người thì mong có phép lạ để được cứu khỏi hoàn cảnh khổ. Có nghĩa là họ muốn ăn cho ngon miệng sau đó thì cầu xin phép lạ không bị tiểu đường.

Nếu phép lạ không đến thì họ sẽ có hai phản ứng. Phản ứng thứ nhất là mất hết niềm tin ở một đấng nào đó mà họ tin tưởng. Thí dụ người công giáo mất niềm tin ở Chúa cứu thế, còn phật tử thì mất niềm tin nơi Phật Bà Quan Âm hay Phật A Di Đà. Phản ứng thứ hai là mang mặc cảm tự ti vì một số người nghĩ rằng họ bị tội nhiều quá hay nghiệp nặng quá nên không được cứu rỗi.

Nói về sân hận, khi ta không thay đổi ý mà ráng kềm chế miệng lưỡi hay thân thể thì mặc dù ta không tạo nghiệp dữ nhưng cảm thấy rất khổ sở, gò bó khó chịu. Khi ta nuôi dưỡng những suy nghĩ bực bội sân hận chắc không có phép lạ nào giúp cho ta an tâm để ngủ ngon được. Nói theo nhân quả, ta tạo một động lực nhân thì cái phản lực quả sẽ núp chờ đâu đó. Rồi sự căng thẳng nội tâm ngày càng tăng dần đến một lúc ta hết đè nén nổi và gây ra nghiệp qua lời nói hay hành động. Đó là lúc cái phản lực xảy ra ngoài thế giới vật chất để làm dịu bớt cái lực tư tưởng của sân hận đang bị đè nén. Tuy nhiên đa số không trở về được cái trạng thái yên tịnh an lạc ban đầu vì lý do dễ hiểu là khi ta chửi mắng người ta ghét thì có bao giờ họ chịu để cho ta yên thân đâu. Sớm muộn gì họ sẽ tìm cách trả đũa. Đó là cái vòng lẩn quẩn của nghiệp vay trả.

Tâm lý học cho ta thấy rõ sự lý luận và tranh luận không làm giảm được tham và sân. Khi lý luận ta hiểu được mọi chuyện nhưng những hiểu biết đó không có khả năng thăng hoa (sublimation) được tham và sân thành những tình cảm tốt đẹp hơn. Đôi khi tranh luận đúng sai nhiều còn tạo thêm sân nữa. Những nghiên cứu chụp hình não bộ cho ta thấy rằng khi lý luận ta chỉ xài vỏ não bộ (cortex) và không liên kết được với những miền sâu hơn trong não bộ, nơi tình cảm xuất phát. Hiện tượng này phân tâm học gọi là hợp lý hóa (rationalization). Khi ta dùng lăng kính hợp lý hóa trong cuộc sống thì dễ sanh ra thành kiến chia rẽ con người. Thí dụ ta nghĩ màu đen là màu của tội lỗi vì thế người da đen là kẻ xấu.

Chỉ có khi ta tập tâm tĩnh lặng thì ta mới có khả năng hiểu qua sự cân bằng của trí tuệ và tình cảm. Cái hiểu này toàn diện hơn là cái hiểu qua suy luận. Suy luận thường hay trừu tượng và chỉ giúp ta hiểu được một khía cạnh nhỏ của cuộc đời. Những bậc thánh nhân đều phải trải qua giai đoạn thực tập tâm tĩnh lặng rồi mới thấy được ánh sáng của chân lý. Chúa Jesus đã vào sa mạc để cầu nguyện trong tĩnh lặng. Chỉ khi Ngài cảm nhận được ánh sáng của Thượng Đế thì Ngài mới đủ can đảm chịu cái chết đau đớn trên thập tự. Đức Phật Thích Ca đã ngồi với tâm tĩnh lặng dưới cây bồ đề 49 ngày. Nhờ thế Ngài

mới hiểu được ý đồ lừa bịp của ma vương Maya, chiến thắng ma vương và giác ngộ được chân lý. Có lẽ lúc Phật còn tại thế, người dân thời đó có nhiều mê tín trong việc tôn thờ nên Bụt gọi Ánh sáng chân lý là Phật tánh chớ không gọi là Thượng đế. Hiểu theo Phật giáo, Thượng đế không phải là Cha mà là Chân lý tối cao.

Hiểu bằng ý thức khi tâm tĩnh lặng rất khác với cái hiểu của suy nghĩ. Những nghiên cứu đo điện từ não bộ (EEG) cho thấy rằng khi tâm tĩnh lặng thì những làn sóng não thay đổi rõ rệt, từ dạng sóng (beta waves: 15- 45 Hz) trở thành dạng sóng (alpha waves: 8-12 Hz) và (theta waves: 3-7 Hz). Sóng thường thấy ở những người suy nghĩ lăng xăng,

còn sóng và được thấy khi ta thư giãn. Sóng còn được gắn liền với khả năng sáng tạo. Hình fMRI scan cho thấy khi tâm tĩnh lặng, máu dồn về những vùng của não bộ tạo cảm giác thoải mái hạnh phúc và có sự liên kết hài hòa giữa vỏ não và những vùng sâu hơn của não. Nói một cách khác, tâm tĩnh lặng đồng bộ hóa (synchronize) nhiều vùng trong não bộ giúp ta liên kết được nhiều mạch thần kinh và nhờ đó mà mở rộng tầm nhận thức ra.

Tóm lại

Định mệnh có hay không là do ta. Khi ta biết tập những phương pháp mở rộng nhận thức tâm linh thì cái khả năng ta thay đổi cuộc đời rất cao. Nếu ngược lại ta thụ động đổ thừa cho số mạng hay ngồi đó chờ một phép lạ xảy ra thì lúc đó định mệnh có thật vì ta không tận dụng khả năng thay đổi cuộc sống của ta. Nói một cách khác, nếu ta tin có ma thì sẽ gặp ma, ta tin có Phật hay Chúa thì sẽ gặp những đấng mà ta tin.

Nếu có người ở trình độ thấp thì tin vào định mệnh cũng có cái lợi của nó là lòng tin đó giúp họ chấp nhận những biến cố xấu và trải qua những đau khổ cuộc đời dễ dàng hơn. Họ không than trời trách phận hay sanh lòng ganh ghét hoặc hận thù vì "đó là số mệnh của mình".

Tuy nhiên nếu ta có trình độ cao thì nên tập những phương pháp giúp tâm tĩnh lặng vì đó là phương pháp nhanh và gọn để "chuyển nghiệp" dẫn ta đến hạnh phúc ngay trong đời này. Phương pháp này cũng giúp ta hiểu các tôn giáo một cách sáng tạo chớ không kẹt vào chữ nghĩa văn tự nữa.

Bất kỳ đọc giả ở tôn giáo nào, khi mỗi người trong chúng ta phát triển được ý thức tâm linh qua tâm tĩnh lặng thì ý thức này sẽ cộng hưởng với nhau. Rồi một ngày nào đó nó sẽ trở thành ý thức tâm linh cộng đồng (collective spiritual

consciousness) làm xoay chuyển xã hội vật chất. Chúng tôi hy vọng sẽ có một ngày ý thức tâm linh cộng đồng sẽ phát triển đến độ mà con người sẽ nhận thức rằng những tôn giáo đều hướng về một con đường chung: đó là con đường tâm linh (spiritual way). Lúc đó con người sẽ sống hạnh phúc an bình ở một kỷ nguyên mới. (Bác sĩ Thái Minh Trung) ---oOo--- Destitute - thiếu thốn, nghèo túng, cơ cực

Desultory - rời rạc, không mạch lạc

Deter – ngăn cản (Deterrent = ngăn chặn)

Detestation – đáng ghét, đáng ghê tởm

Detrimental – harmful = thiệt hại, tổn hại

Devachan - Devachan is the "dwelling of the gods" according to the Theosophy of H.P. Blavatsky. It is regarded as the place where most souls go after death where desires are gratified, corresponding to the Christian belief in Heaven. However, Devachan is a temporary, intermediate state of being before the soul's eventual rebirth into the physical world.

Devachan là từ Tây Tạng bao gồm Deva=Thần, Thiên thần, và chan là cõi giới. Devachan là cõi giới của chư thiên, là Cực lạc quốc của Phật giáo.

Devadatta - Buddha's brother-in-law who had entered the Sangha after the Buddha's first trip home to Kapilavatthu. He asked the Buddha to resign and hand over the Sangha to him when the Buddha reached the last stage of his life. The Buddha adamantly refused. Humiliated and furious, Devadatta left and vowed to revenge... First he pushed a huge boulder over the cliff hoping to crush the Buddha, but succeded only in grazing the Buddha's foot... Next he hired a famously ferocious elephant called Naligiri, which he let loose on the Buddha. But as soon as Naligiri saw his prey, he was overcome by the wave of love that emanated from the Buddha, lowered his trunk, and stood still while the Buddha stroked his forehead, explaining to him that violence would not help him in his next life. Naligiri retreated backward to the stables...

Story about Devadatta - Đề-Bà-Đạt-Đa

Devadatta was the son of King Suppabuddha and his wife Pamita, who was an aunt of the Buddha. Devadatta's sister was Yasodhara, making him both a cousin and brother-in-law of the Buddha. Together with Ananda and other Sakyan princes, he entered the order of monks in the early part of the Buddha's ministry, but was unable to attain any stage of sainthood and so worked hard for the worldly psychic powers.

In his early days, he was a good monk known for his grace and psychic powers. Later he became conceited with worldly gain and fame. As his ill- will and jealousy towards the Buddha increased, he became the greatest personal enemy of the Buddha.

One day in a large assembly, which included kings and princes, Devadatta approached the Buddha and asked him to make him the leader of the Sangha. Since he was not capable and worthy enough, the Buddha turned down this request. Devadatta became very angry as a result and vowed to take revenge on the Buddha.

Although Devadatta was an evil monk, he had many admirers and followers. One of his chief supporters was King Ajatasattu, with whom he discussed his anger and plots for revenge. Together they planned to kill King Ajatasattu's father and rival, King Bimbisara and Devadatta's enemy, the Buddha. Ajatasattu succeeded in killing his father, but Devadatta failed to kill the Buddha.

His first attempt to kill the Buddha was to hire a man to kill the Blessed One. The plan was that the man be killed by two other men who would in turn be killed by four other men. Finally the four men would be killed by eight other men. But when the first man came close to the Buddha, he became frightened. He put aside his weapons and took refuge in the Buddha. Eventually all the men who were hired to kill one another became disciples of the Buddha and the cunning plan failed.

Then Devadatta himself tried to kill the Buddha. When the Buddha was walking on the Vultures' Rock, Devadatta climbed to the peak and hurled a huge stone at the Buddha. On its way down, the rock struck another rock and

a splinter flew and wounded the Buddha's foot, causing blood to flow. The Buddha looked up and seeing Devadatta, he remarked with pity, "Foolish man, you have done many unwholesome deeds for harming the Buddha."

Devadatta's third attempt to kill the Blessed One was to make the fierce man- killer elephant, Nalagiri, drunk with liquor. When Nalagiri saw the Buddha coming at a distance, it raised its ears, tail and trunk and charged at him. As the elephant came close, the Buddha radiated his loving-kindness (metta) towards the elephant. So vast and deep was the Buddha's love that as the elephant reached the Buddha, it stopped, became quiet and stood before the Master. The Buddha then stroked Nalagiri on the trunk and spoke softly. Respectfully, the elephant removed the dust at the master's feet with its trunk, and scattered the dust over its own head. Then it retreated, with its head facing the Buddha, as far as the stable, and remained fully tamed. Usually elephants are tamed with whips and weapons, but the Blessed One tamed the elephant with the power of his loving-kindness.

Still trying to be the leader of the Sangha, Devadatta tried yet another plan - a deceitful one. With the help of five hundred misled monks, he planned to split the Sangha community.

He requested the Buddha to make it compulsory for monks to follow five extra rules:

Dwell all their lives in the forest
Live only on alms obtained by begging
Wear robes made from rags collected from the dust heaps and cemeteries
Live at the foot of trees
Refrain from eating fish or meat throughout their lives.
Devadatta made this request, knowing full well that the Buddha would refuse it. Devadatta was happy that the Buddha did not approve of the five rules, and he used these issues to gain supporters and followers. Newly ordained monks who did not know the Dharma well left the Buddha and accepted Devadatta as their leader. Eventually, after Venerable Sariputta and Venerable Moggallana had explained the Dharma to them, they went back to the Buddha.

After this, evil days fell on Devadatta. He fell very ill at the failure of his plans, and before his death he sincerely regretted his actions, and wanted to see the Buddha before he died. But the fruits of his evil karma had begun to

ripen and prevented him from doing so. He grew desperately ill on the way to see the Buddha, near the gate of Jetavana monastery. But before he died he took refuge in the Buddha.

Although he has to suffer in a woeful state because of his crimes, the holy life he led in the early part of his career ensured that Devadatta would become a Pacceka Buddha named Atthissara in the distant future. As a Pacceka Buddha he would be able to achieve Enlightenment by his own efforts.

Devadatta - Đề-Bà-Đạt-Đa - là anh ruột của Ngài A-Nan-Đà hay A-Nan (Ananda), cũng là một đệ tử của Phật, trước khi nhập tăng đoàn ông ta là một người văn võ song toàn, nhưng có tính hay ghen ghét, và tự cho mình chẳng kém Phật. Ông không chịu tu tập mà chỉ mong đắc thần thông, yêu cầu Phật dạy thần thông cho, nhưng Phật từ chối. Các vị trưởng lão Xá-Lợi-Phất, Mục- Kiền-Liên...biết căn tính ông ta như vậy, nên cũng không dạy thần thông mà chỉ dạy giáo lý thôi. Ông ta tìm mọi cách chia rẽ tăng đoàn và tăng chúng, rồi đứng ra lập một giáo hội riêng. Không những thế, ông ta còn âm mưu làm hại Phật hoặc giết Phật nữa nhưng thất bại!

Tại Rajagaha (Vương-Xá) là nơi đức Phật lập nền tảng vững chắc cho đạo của Ngài, nhờ Vua Bimbisara (Tần-Bà-Sa) hết lòng ủng hộ. Nhưng lâu ngày phải có sự thay đổi: vì một tiền nghiệp ác nghiệp của chúng sanh, mà đức Phật phải cam chịu mất người hộ pháp nhiệt thành. Vua Tần-Bà-Sa đã bị Hoàng tử Ajatasatta (A-Xà-Thế) đoạt ngôi, hạ ngục và bỏ đói đến chết. Tội giết Vua làm cho Hoàng tử trở thành kẻ thù địch với đức Phật: người binh cán cho Hoàng tử A-Xà-Thế giết Vua cha là một thầy Tỳ-Kheo trong giáo hội. Kẻ ác độc này có ý mượn tay Hoàng tử A-Xà-Thế thủ tiêu Vua Tần-Bà-Sa, để mưu toan cướp ngôi Giáo chủ của đức Phật. Khi tước vị Đế vương rồi, Vua A-Xà- Thế dùng uy quyền ủng hộ thầy nọ thi hành thủ đoạn dã man của thầy. Trong triều đình, ai lộ vẻ tin tưởng đức Phật đều bị tử hình. Ông ngự y Jivaka nhiệt thành sùng mộ đức Phật, cũng phải ôm lòng nín chịu.

Đấng Từ bi Vô-lượng, đã từng nếm đủ mùi cay đắng trên đường thực hiện các pháp Ba-La-Mật và biết rằng nợ oan trái của chúng sinh phải vay trả là thường, nên Ngài thản nhiên đón rước nghịch cảnh.

Thầy Tỳ-Kheo ác độc đang ngấm ngầm hãm hại đức Phật, chính là thầy Devadatta (Đề-Bà-Đạt-Đa), anh ruột của Công chúa Yasodhara (Da-Du-Đà- La). Thầy quen tánh kiêu căng, mục hạ vô nhân, đầy tham vọng, mang nặng

chứng bệnh trầm kha rất phổ thông và nguy hiểm, là bệnh Ái dục, mặc dù thầy đã đắc Tứ Thiền và các pháp thần thông. Thầy chỉ thua đức Phật vài ba tướng tốt; về giai cấp xã hội, thầy cũng ngang hàng với đức Phật; thầy cũng được tín đồ tôn kính.

Vì thế thầy xin đức Phật để cho thầy thay thế chưởng quán Giáo hội Tăng già. Đức Phật không thể làm vừa lòng thầy. Ngài đã không tính phó thác trọng trách ấy cho hai vị Đại Đệ tử xứng đáng là Đại Đức Sariputa (Xá-Lợi-Phất) và Moggalana (Mục-Kiền-Liên), thì lẽ nào Ngài lại khứng giao quyền binh cán Chư tăng cho một người mà Ngài dư biết có tánh đê tiện tật đố như Đề- Bà-Đạt-Đa.

Không được toại nguyện, thầy Đề-Bà-Đạt-Đa tìm chiến lược khác. Trong Tăng già có nhiều thầy Tỳ-Kheo còn tin tưởng nơi hiệu lực của lối tu khổ hạnh. Thầy Đề-Bà-Đạt-Đa thấu hiểu tâm lý ấy thường khen tặng cách tu hành của phái Lục Sư và chỉ trích thuyết Trung Đạo của đức Phật. Nhờ tài giả dối ngụy thiện, thầy Đề-Bà-Đạt-Đa chinh phục được một số người và lập ra một nhóm gọi là nhóm "Thanh Nghiêm tu-sĩ".

Ngày nọ, giữa Đại hội, t ...

lực nặng nề đã đến lúc phát hiện, để lôi kéo kẻ hiểm độc đi đền tội trong muôn đời...
---oOo---

Deviation - lệch hướng, sai đường

Devious – xa xôi, hẻo lánh

Devise - để lại chúc thư, di sản

Devoit – being without void (void = trống, rổng, khuyết)

Devout – devoted to religion = sùng đạo, mộ đạo

Dexterity – khéo léo, khéo tay

Dharma – the sense that it holds persons back or protects them from disasters.

Dharma is a Sanskrit word with many meanings, but in this case, we will mainly use it in the meaning of the "Buddha-dharma" or the teachings of the Buddha. Probably the shortest summary the Buddha himself gave of his teachings is:

"I teach on suffering and the way to end it".

Shakyamuni Buddha, the historical teacher gave many teachings during his life, and it is not very simple to condense these all into a small, comprehensive package.

Moreover, during the last 2,500 years, various different traditions have developed in Buddhism, which all are based on slightly different interpretations of his teachings, and emphasize somewhat different practices. The Buddha gave some remarkably modern-sounding advice just before his passing away on how to approach the teachings, called the Four Reliances:

"Rely on the teaching, not on the person;
Rely on the meaning, not on the words;
Rely on the definitive meaning, not on the provisional;
Rely on your wisdom mind, not on your ordinary mind."
These kind of statements may clarify a bit why there is not simply 'one Buddhism'; every individual is encouraged to use their own intellect and wisdom to figure out what the teachings mean for them.

Buddha-dharma is also not a simple, easy-to-grasp subject, as the Buddha himself explained:

"This Dhamma that I have attained is profound, hard to see and hard to understand, peaceful and sublime, unattainable by mere reasoning, subtle, to be experienced by the wise."

Một câu kinh tóm lược Phật Pháp - Bác sĩ Nguyễn Văn Bảo

Câu “Phật Pháp không phải là Phật Pháp cho nên gọi là Phật Pháp” xuất hiện trong nhiều cuốn Kinh Phật. Nó được nhắc lại nhiều lần trong kinh Kim Cang. Hãy phân tích để thấu hiểu ý nghĩa bao quát của câu kinh này. Câu kinh có ba phần rõ rệt: Phật Pháp,

không phải là Phật Pháp, cho nên gọi là Phật Pháp.

1/ Phần 1: Phật Pháp

Trước tiên hãy phân biệt Phật Pháp và Kinh Phật.

- Phật Pháp (Buddha's teaching) là lời dạy từ chính cửa miệng của Như Lai trong suốt 50 năm giảng đạo. Ở thời điểm đó, Ấn Độ chưa có chữ viết.

Những lời giảng của Ngài được truyền khẩu từ thế hệ này qua thế hệ khác. (A Nan, người có trí nhớ siêu phàm và là đệ tử trẻ nhất trong 12 đại đệ tử là người có công nhiều nhất trong việc truyền khẩu lời của Như Lai). Hậu qủa của việc truyền khẩu là: cùng một ý tưởng của Như Lai mà các hệ phái lại diễn đạt khác nhau trong kinh sách của họ.

Đọc những kinh đó, rất khó biết đâu là lời nguyên thủy của Như Lai. Sau này người ta thỏa thuận với nhau rằng: những lời nào được nhiều cuốn kinh chép giống nhau thì có nhiều cơ may là lời nguyên thủy của Như Lai. Người ta còn nhận xét thêm được một điều đáng khích lệ: những lời chép giống nhau ấy đều bình dị, khúc triết, chân thành và khiêm nhượng, phù hợp với ngôn ngữ thường nhật của Ngài.

Như vậy, về phương diện xuất xứ, Phật Pháp chỉ nguyên thủy một cách tương đối chứ không tuyệt đối.

Về phương diện phẩm và lượng, Phật Pháp rất thâm thúy và phong phú (muốn ghi chép đầy đủ phải cần cả ngàn trang). Mục tiêu là diệt khổ để giải thoát. Phật Pháp (còn được gọi vắn tắt là Pháp) là một trong tam bảo (ba thứ qúy báu): Phật (Buddha), Pháp (Buddha's teaching) và Tăng (Community of the people who practice Buddism). Bài dạy đầu tiên và căn bản của Pháp là Tứ Diệu Đề (the four noble truths): Đau khổ, Nguồn gốc của đau khổ, Cần diệt khổ, Tám phương thức để diệt khổ.

- Kinh Phật là những cuốn kinh do các hệ phái Phật giáo viết ra dựa trên một hay nhiều câu nói của Như Lai. Có hai hệ phái chính là Tiểu thừa và Đại thừa. Hai hệ phái này lại chia thành nhiều hệ phái nhỏ. Tổng cộng có hàng chục hệ phái khác nhau. Mỗi hệ phái viết ra một hay nhiều cuốn kinh cho phật tử và tăng ni tụng niệm.. Tổng cộng có gần một ngàn cuốn Kinh Phật đã được viết ra (từ lúc có chữ viết) sau khi Như Lai nhập diệt. Như vậy Kinh Phật là kinh chép những lời của Phật mà các hệ phái đã sửa đổi rồi pha trộn với học thuật và phong tục của địa phương (tỷ dụ khi tới Trung quốc thì pha trộn với Khổng học và Lão học thành tam giáo đồng nguyên). Vì thế cho nên ta thấy đầy rẫy những "ánh hào quang" và "phép thần thông" trong Kinh Phật. Pháp Hoa, Hoa Nghiêm, Niết Bàn, Kim Cang... là những cuốn Kinh Phật quan trọng nhất.

2/ Phần 2: Không phải là Phật Pháp

Phần này phủ định phần 1. Phủ định một chân lý ngay sau khi vừa xác định nó là một kỹ thuật diễn tả độc đáo của Phật học. Một đặc điểm nữa: càng phủ định một chân lý càng làm cho nó thâm thúy hơn. Hãy thử áp dụng kỹ thuật phủ định của Phật học để giải thích phần 2 này:

a/ Phủ định thần linh:

Phật học phủ định thần linh một cách nhẹ nhàng, không gay gắt như thuyết Duy Vật. Nhiều người đã hỏi Như Lai về thần linh và Ngài chỉ trả lời một câu duy nhất: “Đạo của ta là diệt khổ.. Có hay không có thần linh không liên hệ gì tới sự diệt khổ nên ta không nói”.

Phật học không đề cập tới Thượng Đế vì không biết gì về Ngài. Phật học và khoa học có chung một thái độ liên quan tới Thượng Đế: không biết thì không nói.

b/ Phủ định phép lạ:

Sự phủ định phép lạ của Phật học được hình thành trong giai thoại này: Trong khi chờ đợi qua đò, Như Lai và hai đệ tử chứng kiến một đạo sĩ Bà La Môn biểu diễn phép khinh công qua lại trên sông và khoe rằng đã khổ luyện 20 năm mới học được phép đó. Thấy hai đệ tử có vẻ thán phục, Ngài móc một đồng xu trong túi ra và nói rằng: “ Gã đó phải khổ luyện 20 năm mới sang sông được một mình. Thày chỉ cần dùng đồng xu này trả cho anh lái đò là cả ba thày trò mình đều sang sông dễ dàng”. Một xu của Như Lai có hiệu qủa hơn 20 năm khổ luyện của gã đạo sĩ phù thủy!

c/ Phủ định giáo chủ:

Trong một cuộc hành hương, Như Lai gặp một sa di trẻ và khôi ngô trong một am vắng. Cuộc đối đáp diễn tiến như sau:

-Thày của chú là ai?
-Thày của con là đức Phật.
-Diện mạo của Phật thế nào?
-Con chỉ nghe danh và học Pháp của Ngài chứ chưa hề gặp Ngài.
-Nếu được gặp, chú có thể nhận ra Ngài hay không?
-Thưa không.
-Tôi cũng có một Pháp. Chú nghe thử nhé!
Sau khi nghe bài giảng, sa di bèn qùy gối thưa rằng:

-Vậy thì chính Ngài là Phật rồi. Kính xin Ngài nhận con làm đệ tử. – Đừng vội nhận ta là giáo chủ chỉ vì ta là Phật. Trước tiên con phải thấu hiểu Pháp của ta. Kế tiếp phải đồng ý với nó. Rồi phải thực thi nó trước khi nhận ta là giáo chủ.

d/ Phủ định giáo điều:

Chấp nhận Pháp để tu tập thì giải thóat. Giải thoát là thành qủa của sự tu tập chứ không phải thưởng thí của thần linh. Không chấp nhận cũng không bị trừng phạt.

e/ Phủ định thờ phụng:

Không buộc tín đồ phải lễ bái hoặc cầu khẩn. Cầu tài, cầu lộc, cầu an…không phải là cứu cánh của Pháp.

f/ Phủ định độc tôn:

Một danh sư Ấn-Độ giáo gửi hai đệ tử tới chất vấn Như Lai. Sau cuộc đàm đạo, hai người xin ở lại làm đệ tử của Phật. Như Lai phán rằng: “Thày của hai ông là một tu sĩ đáng kính. Ngài chưa hề phụ hai ông. Vậy hai ông chẳng nên phụ Ngài. Hai ông có thể thực thi Pháp của tôi trong khi vẫn tôn Ngài làm giáo chủ”. Sau này cả ba thày trò đều thành đệ tử của Phật.

Phật pháp phủ định độc tôn nên luôn luôn đứng ngoài các cuộc thánh chiến thảm khốc giết hại hàng trăm triệu người vô tội. Phật Pháp còn gián tiếp tạo cơ may cho tín đồ của những tôn giáo khác nhau chung sống hoà bình.

g/ Phủ định quyền phép:

Như Lai từng than rằng cái nghiệp của Hoàng gia của Ngài qúa nặng do đã giết hại qúa nhiều sinh linh mà không chịu tu tập Pháp để cải nghiệp; sau này hoàng gia ắt gặp tai ương. Qủa nhiên, không lâu sau khi Ngài nhập diệt, hoàng gia của Ngài bị tiêu diệt. Chuyện này nói lên rằng Phật Pháp trụ ở việc dạy ta tu thân tích đức để tự cứu lấy mình, không trụ ở việc cứu nhân độ thế. Như Lai không cứu nổi hoàng gia của Ngài thì hiển nhiên Ngài không phài là đấng cứu thế. Phật tử phải thực thi Pháp để tự cứu mình, Như Lai không có quyền phép cứu phật tử. Không có đấng cứu thế trong Phật Pháp.

h/ Phủ định tội tổ tông:

Phật Pháp không chấp nhận tội tổ tông (rất phù hợp với luật pháp hiện hành của nền dân chủ). Ai làm phúc thì hưởng phúc. Ai gây tội thì đền tội. Chỉ lãnh cái tội do chính mình gây ra. Gây nhiều tội mà đền tội chưa hết thì vẫn chưa được tha. Tuyệt đối không có việc qùy gối xám hối trước Phật đài trong giờ lâm tử thì được tha hết tội đã phạm.

Tóm lại, phần 2 (không phải là Phật Pháp) phủ định cái chất tôn giáo của phần 1 (phủ định những lợi khí mà các tôn giáo thường dùng để giữ đạo và truyền đạo). Nó ngụ ý rằng Phật Pháp không lệ thuộc thần linh, không lệ thuộc phép lạ, không trụ ở quyền lực, không trụ ở giáo lý, không trụ ở giáo chủ, không trụ ở nghi lễ, không trụ ở thưởng thí và trừng phạt. Người phật tử có toàn quyền tự do tín ngưỡng và là người duy nhất có quyền tự kết tội hoặc tự tha

tội cho mình nếu hành xử theo như Pháp dạy. Pháp là cao qúy nhất. Theo Pháp là có quyền tự do, là có quyền tự chủ, là có nhân quyền, là không lệ thuộc ai và không khiến ai lệ thuộc mình, là giác ngộ, là giải thoát, là thành Phật.

3/ Phần 3: Cho nên gọi là Phật Pháp

Phần này phủ định cả hai phần 1 và 2 và cũng là một trong những điều cao thâm nhất của Phật học.

Phần 1 (Phật Pháp) giới thiệu đường lối đi từ trần tục tới Niết Bàn. Đường lối này, thoạt nhìn, giống hệt một tôn giáo.

Phần 2 (không phải là Phật Pháp) phủ định đường lối ấy, nói rằng nó chỉ là sự diệt khổ. Phủ định cái Niết bàn ấy, nói rằng nó chỉ là cõi hư vô để giải thóat phận người. Phủ

định cái tôn giáo ấy, nói rằng nó chỉ là cái Pháp dạy con người giải thóat, giống như cái bè giúp ta sang sông (sẽ nói rõ hơn trong phần 3).

Phần 3 (cho nên gọi là Phật Pháp) phủ định luôn phần 2 sau khi xác định nó. Hai danh ngôn của Như Lai dưới đây sẽ giải thích thỏa đáng phần 3 này.

a/ Danh Ngôn của Như Lai trích trong bài Phật Pháp và Chiếc Bè (có thể đọc toàn bài ở phần phụ bản)

Như Lai hỏi 1 trong 12 đại đệ tử: "Sau khi giải thóat con sẽ xử trí đạo của thày ra sao?"

Đệ tử đáp: " đạo của thày rất nhiệm mầu. Sau khi giải thoát con sẽ khắc trong tim và giữ mãi trong đầu."

Như Lai phán: "Con hiểu chưa thấu. Đạo của thày giúp con giải thoát giống như chiếc bè giúp con sang sông. Khi đã đáo bỉ ngạn (sang bờ bên kia) con nên bỏ chiếc bè ấy lại cho người khác dùng, đừng tiếp tục đội nó trên đầu mà đi". Ý của Như Lai thật minh bạch. Khi một người đã đắc đạo thì đạo pháp chẳng còn có ích lợi gì cho người ấy nữa. Tiếp tục giữ nó trong đầu tức là nô lệ giáo điều.

Còn nô lệ gíao điều thì vẫn chưa giải thoát.

Phật dạy ta đừng nô lệ bất cứ điều gì kể cả Phật Pháp bởi vì vạn sự đều vô thường. Trong lúc tu hành ta dùng Pháp như chiếc bè để vượt bể khổ. Lúc này Pháp là hữu. Khi đắc đạo, Pháp trở thành không. Đến lúc đó mà còn bị Pháp trói buộc thì thật sự chưa giải thoát.

Vậy thì Phật Pháp cũng vô thường. Nó chỉ thường hằng (trường cửu) đối với người chưa giải thoát vì kiếp sau người đó vẫn phải dùng nó để tu thân. Người đã giải thoát thì không cần tới nó nữa. Đây là vô thường tương đối..

Địa cầu rồi sẽ chết, khi địa cầu chết thì Phật Pháp cũng chết theo. Vậy Phật Pháp sẽ vĩnh viễn vô thường chứ không thường hằng như một số hòa thượng đã từng thuyết giảng. Đây là vô thường tuyệt đối.

b/ Danh ngôn cuối cùng của Như Lai Vào năm cuối cùng trước khi nhập diệt, Như Lai phán rằng: "Ta giảng đạo suốt 50 năm mà chưa hề nói một lời nào".

Đây là câu phủ định cuối cùng của Như Lai. Thâm sâu vô cùng. Cao siêu vô cùng. Mạnh mẽ vô cùng. Khiêm nhượng vô cùng. Câu này tuy phủ định Phật Pháp mà kỳ thực làm cho Phật Pháp cao thâm hơn. Ý nghĩa của câu này nằm gọn trong bài Phật Pháp và Chiếc Bè vừa trình bày ở trên.

Danh ngôn này còn phủ định cả ba yếu tố của Tam Bảo:

Mục tiêu của Tăng là giác ngộ để thành Phật. Vậy thì Tăng không qúy bằng Phật nghĩa là phủ định Tăng sau khi Tăng thành Phật. Phật nhập diệt mà Pháp vẫn còn. Vậy thì Phật không qúy bằng Pháp nghĩa là phủ định Phật sau khi đã có Pháp.

Còn Pháp thì sao? Pháp có thường hằng (vĩnh cửu) không? Khi đã giải thoát thì không cần tới Pháp nữa nghĩa là phủ định Pháp sau khi giác ngộ. Nói cách khác, Pháp cũng vô

thường như Phật và Tăng.

KẾT LUẬN

Câu “Phật Pháp không phải là Phật Pháp cho nên gọi là Phật Pháp” có nghĩa là Phật Pháp giống một chiếc bè để sang sông, chứ không giống một tôn giáo để lệ thuộc. Sang sông rồi thì bỏ bè lại để giải thoát. Như thế mới gọi là Phật Pháp.

PHỤ BẢN - PHẬT PHÁP và CHIẾC BÈ

Vịnh Tam Bảo bài 13

Như Lai hỏi 1 trong 12 đệ tử: ” Sau khi đắc đạo con sẽ xử trí đạo của thày ra sao?”

Đệ tử đáp: “đạo của thày rất nhiệm mầu. Sau khi giải thoát con sẽ khắc trong tim và giữ mãi trong đầu.”

Như Lai phán: “Con hiểu chưa thấu. Đạo của thày giúp con giải thoát giống như chiếc bè giúp con sang sông. Khi đã đáo bỉ ngạn (sang bờ bên kia) con nên bỏ chiếc bè ấy lại cho người khác dùng, đừng tiếp tục đội nó trên đầu mà đi”

Lời bàn

Ý của Như Lai thật minh bạch. Khi một người đã đắc đạo thì đạo pháp chẳng còn có ích lợi gì cho người ấy nữa. Tiếp tục giữ nó trong đầu tức là nô lệ giáo điều. Còn nô lệ gíao điều thì vẫn chưa giải thoát.

Phật dạy ta đừng nô lệ bất cứ điều gì kể cả Phật Pháp bởi vì vạn sự đều vô thường. Trong lúc tu hành ta dùng Pháp như chiếc bè để vượt bể khổ. Lúc này Pháp là hữu. Khi đắc đạo, Pháp trở thành không. Đến lúc đó mà còn bị Pháp trói buộc thì thật sự chưa giải thoát.

Vậy thì Phật Pháp cũng vô thường. Nó chỉ thường hằng (trường cửu) đối với người chưa thoát tục vì kiếp sau người đó vẫn phải dùng nó để tu thân. Người đã giải thoát thì không cần tới nó nữa. Địa cầu cũng vô thường, khi địa cầu chết thì Phật Pháp cũng chết theo. Vậy Phật Pháp cũng vô thường chứ không thường hằng như một số hòa thượng đã từng thuyết pháp.

Thơ
Như Lai hỏi: “Sau khi giải thoát
Đạo của ta con giữ thế nào?”
Chúng tăng thưa: “Đạo thày qúi nhất
Rất từ bi và rất cao sâu
Chúng con nguyện từng giây từng khắc
Giữ trong tim và đội trên đầu”
Phật lại hỏi: “Trên làn nước bạc
Con dùng bè mà vượt sông sâu.
Khi tới bến trao cho kẻ khác
Hay đội bè mãi mãi trên đầu?

Vượt bến mê thì dùng đạo Pháp
Như dùng bè mà vượt sông sâu.
Đáo bỉ ngạn sau khi giải thoát
Đạo Pháp còn ích lợi gì đâu!”
Qua bể khổ vứt bè mau,
Để cho hậu thế ngàn sau biết xài.
Đừng vì qúa nể Như Lai,
Hiểu sai Phật Pháp dùng sai chiếc bè.
---oOo---

Dharma – the second of the Three Jewels of refuge (Buddha, Dharma, Sangha), the spiritual teachings of the Buddha.

When the Buddha’s followers asked him who would teach them after his death, he told them, ”Whoever sees me, sees the Dharma, and whoever sees the Dharma, sees me.” You could say it isn’t really the Buddha talking to you now, it’s the Dharma speaking.

Dharma – Pháp; Dharma realm: pháp giới; Dharma guardian = hộ pháp

The Characteristics Of The Dharma

Generally, when we speak of the Three Jewels – the three objects of refuge – they are mentioned in the following order: Buddha, Dharma, and Sangha. This reflects the chronological order of their appearance. The Buddha, the master of the teachings, was the first to appear. Then after attaining enlightenment, he turned the Wheel of Dharma, so that there appeared the Dharma of transmission. His disciples put these teachings into practice and manifested the Dharma of realization. As they gradually gained the truth of the path of the sublime ones. The aryas, the jewel of the Sangha, came into being. Therefore we speak of Buddha, Dharma, and Sangha. When we say Dharma, or the teaching of Buddha, we understand that it mainly concerns nirvana or enlightenment. In fact, you could say that the defining characteristic of the Buddhadharma is nirvana, which is described as “the peace of passing beyond sorrow, the supreme freedom from passions.” The practice of the three higher trainings of discipline, meditation, and wisdom,

which enable us to achieve nirvana, are also part of what we think of as the

nirvana without remainder, and the greater or so-called nonabiding nirvana, which means transcending both samsaric existence and the limited quiescence of the lesser nirvana.

As we saw, we can rid ourselves of the afflictions by applying antidotes, which means we can also use antidotes to rid ourselves of the habitual tendencies left behind by the afflictions.

The attainment of nirvana can also be termed victory over the four maras or obstructive forces, namely the afflictions, the aggregates, death, and desire. When we

refer to the Buddha as Bhagavan in Sanskrit, or Chomdende' in Tibetan, this refers to the fact that he "has vanquished (chom) the four and possesses (den) the six. The most important point is that he has conquered the four obstructive forces. In fact, the Buddha Bhagavan has vanquished both coarse and subtle forms of these four obstructive forces. The arhats, by contrast, have conquered only the coarser forms of the four maras. Among these four obstructive forces, the most formidable of them all is the obstructive force of the afflictions. It is ultimately because of them, for example, that we are under the control of the obstructive force of the Lord of Death.

Therefore, recognizing the afflictions as our real enemy, applying antidotes to them, and seeing them not as something to indulge but as something to overcome – these are the hallmarks of the Buddhadharma. That is Buddhism. Someone who does not regard the afflictions as an enemy, but indulges in them, cannot be counted a genuine practitioner of the Buddhadharma.

In all the different vehicles of the teachings – "the vehicles leading from the origin," "the vehicles of Vedic asceticism," and "the vehicles of supreme and powerful transformative methods" – we have to apply antidotes to the afflictions. There is a difference in a way the antidote is applied: whether the emotions are confronted directly, or transformed through skillful means to help accomplish the welfare of others, or liberated through recognizing their nature. Still, all the various approaches are alike in regarding the afflictions as something to be overcome by the use of antidotes.

So as we can see, the Buddhadharma is primarily concerned with recognizing afflictions as our real enemy and then applying antidotes to them. Because when we say that the Buddhadharma is about attaining nirvana, what is it that prevents us from attaining nirvana? It is the afflictions. So they have to be

Within the Fourth Noble Truth is found the guide to the end of suffering: the Noble Eightfold Path. The eight parts of the path to liberation are grouped into three essential elements of Buddhist practice-moral conduct (Right Speech, Right Action, Right Livelihood); mental discipline (Right Effort, Right Mindfulness, Right Concentration); and wisdom (Right Understanding, Right Thought)-discussed further in the following sections of this book. The Buddha taught the Eightfold Path in virtually all his discourses, and his directions are as clear and practical to his followers today as they were when he first gave them.

Practically the whole teaching of the Buddha, to which he devoted himself during 45 years, deals in some way or other with this Path. He explained it in different ways and in different words to different people, according to the stage of their development and their capacity to understand and follow him. But the essence of those many thousand discourses scattered in the Buddhist Scriptures is found in the Noble Eightfold Path.

Dharmacakkappavattana sutra – Buddha's first sermon preached to the five Bhikkhus (5 anh em Kiều-Trần-Như) and lead them to enlightenment. The Setting in Motion of

the Wheel of Dharma.

The Dharmacakkappavattana Sutta is said to be the first teaching given by the Buddha after he attained enlightenment. It is taught that the Buddha attained enlightenment while sitting under the Bodhi tree by the river Neranjara, in Bodhgaya, India, and afterwards, he remained silent for forty-nine days. The Buddha then journeyed from Bodhgaya to Sarnath, a small town near the sacred city of Varanasi in central India. There he met his five former companions, the ascetics with whom he had shared six years of hardship. His former companions were at first suspicious of the Buddha, thinking he had given up his search for the truth when he renounced their ascetic ways. But upon seeing the radiance of the Buddha, they requested him to teach what he had learned. Thereupon the Buddha gave the teaching that was later recorded as the Dharmacakkappavattana Sutta, which introduces the fundamental concepts of Buddhist thought, such as the Middle Way and the Four Noble Truths.

Bài thuyết Pháp Đầu Tiên Của Đức Phật - Kinh Chuyển Pháp Luân

Tứ diệu đế là kinh nghiệm giác ngộ của Phật Thích Ca Mâu Ni ở Bodh Gaya và cũng là nội dung chính của bài kinh đầu tiên, mang tên Chuyển pháp luân mà Ngài đến Sarnath, xứ Isipatana, gần Benares, để thuyết giảng cho năm người đồng tu khổ hạnh trước đây. Đó là 5 anh em ông Kiều Trần Như, Kondana, Bhaddiya, Vappa, Mahanama, Asaji, rồi sau đó, cả năm người đều đạt giác ngộ theo giáo pháp và trở thành những đệ tử đầu tiên của Đức Phật.

Kinh Chuyển pháp luân, tiếng Pali gọi là Dharmacakkappavattana Sutta. Tựa Kinh này là sự ghép lại từ 3 chữ: Dharma có nghĩa là Pháp. Cakka có nhiều nghĩa như sau: vòng tròn, bánh xe, dĩa tròn, hình tròn, một trung tâm của năng lượng tâm linh hay sinh lý ẩn trong cơ thể con người...Pavattana là chuyển động, lăn, quay, cuốn tròn...Sutta là kinh. Trên mặt văn phạm cụm từ chung Dharmacakkappavattana, có 2 chữ p, nhưng cụm từ phân tích: dharma + cakka + pavattana, thì không có chữ p đằng trước chữ pavattana. Vấn đề cấu trúc văn phạm của câu này chưa có sự giải thích rõ ràng của những nhà ngôn ngữ học, nhưng nội dung kinh thì không có gì thay đỗi.

Đức Phật mở đầu bằng lời khuyên các tu sĩ không nên mắc vào hai cực đoan: Một là đam mê thú vui dục lạc thế gian, vì nó giả tạm, nhất thời, tầm thường, ngăn cản mọi tiến bộ tâm linh. Hai là khổ hạnh ép sát, nó làm mỏi mệt tinh thần, mê mờ trí tuệ và Ngài khuyên họ nên theo con đường trung đạo dẫn tới một cuộc sống thanh tịnh, trí tuệ, sáng suốt, giải thoát tối hậu. Đó là con đường đạo 8 nhánh.

Đức Phật giảng tiếp theo là Tứ Diệu đế. Bốn chân lý nói về sự Khổ (Khổ đế), chân lý về nguyên nhân của sự Khổ (Tập đế), về sự diệt Khổ (Diệt đế) và về con đường diệt Khổ (Đạo đế).

Sau khi nghe Ngài giảng bài pháp thứ hai kinh Vô ngã tướng (Anattalakkhana Sutta), nói về thuyết Vô ngã có nghĩa là không có cái ta và năm uẩn là vô thường, nếu ai thoát khỏi tham ái thì ra khỏi tái sanh, được giải thoát, năm người đồng tu khổ hạnh trước đây với Ngài Kodanna, Vappa, Bhaddhiya, Mahanama và Assaji lần lượt chứng quả A

La Hán.

Năm Thầy Kiều-Trần-Như nhìn nhận đức Phật là đuốc tuệ để soi sáng thế gian và xin thọ giáo làm đệ tử. Đức Phật liền thâu nhận họ vào hàng Thanh-văn đầu tiên trong Giáo đoàn Tăng lữ và phán rằng:" Này chư môn đệ, đạo pháp đã được minh khai, từ nay các thầy đã hoàn toàn là bậc Thánh-nhân giải thoát mọi điều khổ não":

Ông Kondanna (Kiều-Trần-Như) đạt Tuệ-nhãn viên minh thấu rõ chân lý, ông đã chứng quả thứ tư, cùng tột trong hành Tứ-Thánh gọi là Đại A-La-Hán.

Bốn vị sau, lần lượt cũng đồng chứng quả như ông, sau khi đức Phật thuyết ba lượt pháp Tứ-Đế cho các thầy nhận thức rõ rệt.

---oOo---

Dharmakara –Sanskrit name for the Bodhisattva who established a place where all beings can attain enlightenment.

Dharmakara - The Bodhisattva who later became Amitabha Buddha, as related in the Longer Amitabha Sutra. The Bodhisattva Dharmakara is famous for forty eight Vows, particularly the eighteenth, which promises rebirth in the Pure Land to anyone who recites His name with utmost sincerity and faith at the time of death.

Vị Bồ tát sau khi trở thành Phật A Di Đà có 48 lời nguyện, đặc biệt lời nguyện thứ 18, cho những ai tụng niệm tên Ngài khi chết sẽ được vãng sanh về cõi cực lạc...

Dharmakaya – the truth body or the 'Buddha body of reality'. This is the (SKT) natural state of the Buddha's awakened mind, which is also its ultimate nature.

Dharmakaya - According to the Mahayana Buddhist teaching of the trikaya, "three bodies," a Buddha is one with the Absolute but manifests in the relative world of form and appearances in order to work for the liberation of all beings. To accomplish this, it is said a buddha has three bodies, called dharmakaya, sambhogakaya and nirmanakaya.

The dharmakaya is the Absolute; the essence of the universe; the unity of all things and beings, unmanifested. The dharmakaya is beyond existence or nonexistence, and beyond concepts. The late Chogyam Trungpa called the dharmakaya "the basis of the original unbornness."

It is important to understand that the dharmakaya is not like heaven, or somewhere we go when we die or "get enlightened." It is the basis of all existence, including you. It is also the spiritual body or "truth body" of all Buddhas.

Pháp thân (SKT. dharmakaya), là thể tính thật sự của Phật, đồng nghĩa với Chân như, là thể của vũ trụ. Pháp thân là thể mà Phật và chúng sinh đều có chung. Pháp thân cũng chính là Pháp (SKT. dharma), là quy luật vận hành trong vũ trụ, là giáo pháp do đức Phật truyền dạy. Phật xuất hiện trên Trái Đất, với nhân trạng, với mục đích cứu độ con người. Pháp thân được xem chính là Phật pháp (SKT. buddha-dharma) như Phật Thích-ca giảng dạy trong thời còn tại thế. Sau này người ta mới nói đến hai thân kia.

Pháp thân được xem là thường hằng, vô tướng, nhất nguyên, là thể tính chung của các vị Phật, là dạng tồn tại thật sự của chư Phật. Pháp thân có nhiều tên gọi khác nhau, tuỳ trường hợp sử dụng. Có lúc người ta xem nó là thể tính của mọi sự, là Pháp giới (SKT. dharmadhatu, dharmata), là Chân như (SKT. tathata, bhutatathata), là tính Không (SKT. sunyata), A-lại-da thức (SKT. alayavijnana), hay xem nó là Phật, Phật tính (skt. buddhata), là Như Lai tạng (SKT. tathagatagarbha). Trong nhiều trường phái, người ta xem Pháp thân là thể trừu tượng không có nhân trạng, có trường phái khác lại xem Pháp thân hầu như có nhân trạng. Đạt trí huệ siêu việt đồng nghĩa với sự trực chứng được Pháp thân.

Pháp thân là một trong Tam thân (trikaya hay Three Bodies), ngoài ra còn Báo thân và Ứng thân:

Báo thân (SKT. sambhogakaya), cũng được dịch là Thụ dụng thân, "thân của sự thụ hưởng công đức": chỉ thân Phật xuất hiện trong các Tịnh độ. Báo thân là thân do thiện nghiệp và sự giác ngộ của các Bồ Tát mà hoá hiện cho thấy - cũng vì vậy mà có lúc được gọi là Thụ dụng thân, là thân hưởng thụ được qua những thiện nghiệp đã tạo. Báo thân thường mang Ba mươi hai tướng tốt (skt. dvatrimsadvara-laksana) và tám mươi vẻ đẹp của một vị Phật và chỉ Bồ Tát mới thấy được trong giai đoạn cuối cùng của Thập địa (skt. dasabhumi). Người ta hay trình bày Báo thân Phật lúc ngồi thiền định và lúc giảng pháp Đại thừa. Các trường phái thuộc Tịnh độ tông cũng tin rằng Báo thân Phật thường xuất hiện trong các Tịnh độ.

Ứng thân (SKT. nirmanakaya), cũng được gọi là Ứng hoá thân hoặc Hoá thân, là thân Phật và Bồ Tát hiện diện trên Trái Đất. Ứng thân do Báo thân chiếu hiện, dựa trên lòng từ bi và có mục đích giáo hoá chúng sinh. Như thân người, Ứng thân chịu mọi đau khổ của già chết bệnh tật, nhưng Ứng thân có thần thông như thiên nhãn thông và thiên nhĩ thông. Sau khi chết, Ứng thân tự tiêu diệt.

Dhyana – meditation = thiền định (Dhyana paramita = thiền Ba-la-mật)

In Dhyana, the meditator is not conscious of the act of meditation (i.e. is not aware that he/she is meditating) but is only aware that he/she exists (consciousness of being), and aware of the object of meditation. Dhyana is distinct from Dharana in that the meditator becomes one with the object of meditation. This means that the meditator although aware of the object through meditation detaches him/herself from its existence in the physical world. Much like meditation focused on the breath Dhyana is rooted in the concentration of not being concentrated.

The final stage of meditation in dhyana is considered to be jhana. At this stage of meditation, one does not see it as a meditational practice, but instead merges with the idea and thought. One cannot reach a higher stage of consciousness without jhana.

Theo thuật ngữ Yoga, Thiền được gọi là “Dhyana” nghiã là “dòng chảy của tâm trí”. Đây là một trạng thái tinh khiết và tập trung cao độ khi tâm trí xuôi chảy không gì ngăn trở, hoàn toàn đắm mình trong ý nghĩ về Ý Thức Vũ Trụ.

Dialectician – nhà biện chứng

Diamond sutra – is a Mahayana sutra from the Prajnaparamita, or "Perfection of Wisdom" genre, and emphasizes the practice of non-abiding and non- attachment. Kinh Kim Cang Ba-La Mật-Đa do Ngài Cưu-Ma La-Thập dịch sang chữ Hán. Kinh bao gồm cuộc đàm luận giữa đức Phật và Tôn giả Tu Bồ-Đề... Diamond Sutra Hidden for centuries in a sealed-up cave in north-west China, this copy of the 'Diamond Sutra' is the world's earliest complete survival of a dated printed book. It was made in 868 AD. Seven strips of yellow-stained paper were printed from carved wooden blocks and pasted together to form a scroll over 5m long. Though written in Chinese, the text is one of the most important sacred works of the Buddhist faith, which was founded in India.

Kim cương bát-nhã-ba-la-mật-đa kinh, là một bộ kinh quan trọng thuộc hệ Bát-nhã-ba-la-mật-đa kinh, được lưu truyền rộng rãi vùng Đông Á. Kinh còn mang những tên ngắn khác là Kim cương kinh, Kim cương bát-nhã kinh. Bộ kinh này bao gồm một cuộc đàm luận giữa Phật và tôn giả Tu-bồ-đề, và như đã thấy trong các bộ kinh Bát-nhã khác, nhiều đoạn văn được dùng để nhấn mạnh công đức khi hành giả trì tụng kinh này. Có lẽ đây là điểm then chốt giải thích sự phổ biến và ảnh hưởng lớn của kinh này tại Đông Á, Đông Nam Á.

Kinh văn chỉ tập trung vào một vài điểm giáo lý quan trọng và chúng được giải thích triệt để. Những điểm này cụ thể như sau:

1. Hành giả không nên nhìn nhận một "tự ngã" (SKT. atman), một "chúng sinh" (SKT. sattva), một "linh hồn" (SKT. Jiva), thọ mệnh giả hoặc một "cá nhân" (SKT. Pudgala), bổ-đặc-già-la nào cả.

Tu-bồ-đề, chừng nào còn chúng sinh trong cõi chúng sinh, được tóm lại bằng từ "chúng sinh", hoặc sinh từ trứng, hoặc sinh từ bào thai, hoặc sinh từ chỗ ẩm thấp, hoặc sinh từ sự biến hoá, hoặc có thân sắc, hoặc không có thân sắc, hoặc có thụ tưởng hoặc không có thụ tưởng, hoặc không có thụ tưởng mà cũng không phải không có thụ tưởng, chừng nào còn một ai có thể được nhận thức trong cõi chúng sinh được nhận thức - tất cả chúng sinh ấy đều được Ta dẫn đến cõi vô dư y niết-bàn. Dù đã dẫn vô lượng chúng sinh đến niết-bàn như thế nhưng không một chúng sinh nào được dẫn đến niết-bàn cả.

Vì sao? Tu-bồ-đề, vì được nói rằng: Nếu Bồ Tát còn có thụ tưởng "chúng sinh" thì ông ta không phải là Bồ Tát. Vì sao? Người mang thụ tưởng "tự ngã" - Tu-bồ-đề -, mang thụ tưởng "chúng sinh" hoặc mang thụ tưởng "sĩ phu" hoặc một thụ tưởng "bổ-đặc-già-la", người ấy không được gọi là Bồ Tát.

2. Hành giả không nên nhìn nhận bất cứ một pháp, một thật thể bên ngoài nào vì hoàn toàn không có một pháp nào có thể được nhận thức cả. Và dĩ nhiên, điều này cũng có giá trị cho một phi pháp.

Và Thế Tôn lại nói tiếp với Tôn giả Tu-bồ-đề: Ông nghĩ như thế nào Tu-bồ- đề? Có một pháp nào được Như Lai chứng đắc gọi là "Vô Thượng Chính Đẳng Chính Giác" hoặc có

một pháp nào đó được Như Lai thuyết hay không? Sau khi nghe hỏi như vậy, Tôn giả Tu-bồ-đề ứng đáp Như Lai như sau: Bạch Thế Tôn, như Con hiểu ý nghĩa của những gì Thế Tôn dạy thì không có pháp nào

được Như Lai chứng đắc gọi là "Vô Thượng Chính Đẳng Chính Giác", không có một pháp nào đó được Như Lai thuyết dạy cả.Vì sao?

Vì ngay pháp được Như Lai chứng ngộ và thuyết giảng không thể nắm bắt và

Như sương mai, như ánh chớp.

Nên nhìn nhận chúng như thế

---oOo---

Diaphoretic – làm toát mồ hôi

Diaspora - cộng đồng người Do Thái

Dicey – risky = dangerous

Dichotomy – division into two = phân đôi, lưỡng phân

Dictum – noteworthy statement = lời quả quyết, lời tuyên bố chính thức

Didactic – giáo huấn, giáo khoa, có phong cách nhà giáo

Diffuse - khuếch tán

Digha Karayana - Khổ Mẫu: vị tướng lãnh đạo quân đội của vua pasenadi Digha Karayana - Nephew of Bandhula, commander in chief of Pasenadi (Ba- tư-nặc). After Bandhulas death, Digha was appointed in his place and accompanied the king. Once, during their travels, they came to Nangaraka and, hearing that the Buddha was at Medatalumpa, went to see him, but Digha stayed outside while the Buddha talked to Pasenadi. The Dhammapada Commentary adds that Digha went about reviling the king for the murder of his uncle, and that when Pasenadi went in to the Buddha, leaving the royal insignia in Digha's charge, the latter saw his chance of revenge. He left Pasenadi, hastened to Vidudabha (Thái tử Lưu Ly) and crowned him king. He then returned to Savatthi, leaving for Pasenadi only a single horse and one female servant. It was this treachery which led to Pasenadis untimely death.

Khổ Mẫu – Digha Karayana - là cháu của Bandhula, lãnh đạo quân đội của vua Ba Tư Nặc. Sau khi Bandhula chết, Khổ Mẫu (Digha Karayana) được chỉ định thay thế theo tháp tùng nhà vua. Trong cuộc hành trình, họ đến Nangaraka và nghe rằng Đức Phật đang nghỉ tại Medatalumpa và họ đến đảnh lễ. Nhưng Khổ Mẫu ở ngoài trong khi vua Ba Tư Nặc vào đàm đạo với Đức Phật.. Nhà vua để lại ấn chỉ, kiếm...cho Khổ Mẫu trông coi. Để trả thù cho người chú là Bandhula bị nhà vua giết, Khổ Mẫu thừa dịp đem ấn chỉ, kiếm...

của vua dâng cho Lưu Ly để đăng quang làm vua, rồi chạy trở lại Savatthi, chỉ để lại cho vua Ba Tư Nặc một con ngựa và người nữ tỳ.

Khi vua Ba Tư Nặc biết sự việc xảy ra, nhà vua cùng người nữ tỳ chạy đến người cháu là vua A Xa Thế để cầu cứu. Nhưng khi đến nơi, trời đã khuya, cửa thành đã đóng. Nhà vua cùng người nữ tỳ phải vào tá túc tại lữ quán gần đó. Những vì thời tiết quá khắc nghiệt, sáng hôm sau, vua Ba Tư Nặc đã băng hà. Đó là cái chết bất đắc kỳ tử cho vua Ba Tư Nặc! (QTC)

Dignify – làm cho xứng đáng

Digress - lạc đề, ra ngoài đề, lạc đường

Dilapidated - đổ nát, siêu vẹo

Dilemma – an argument presenting two or more equally conclusive alternatives unpleasant choice = tình trạng khó xử, tiến thoái lưỡng nan

Dilettante – an admirer or lover of the arts = người ham mê nghệ thuật

Diligence – tinh tấn, siêng năng

Dilution – pha loảng, làm phai nhạt

Din - tiếng ầm ỉ

Dint - vết đánh, vết hằn

Discarnate – having no physical body = lìa khỏi cơ thể, rời khỏi xác thịt

Discarnate manifestation – any of a myriad of manifestation of the discarnate realm, including ghosts and hauntings.

Discarnate spirits may seem frightening, but most are simply spirits who no longer reside in a body - the deceased. Many choose to move on to the next level of consciousness, but not always. Some spirits just don’t cross over and choose to remain attached to the earthly plane.

Discern - nhận thức, thấy rõ bằng trí óc, bằng giác quan

Discernment – comprehend what’s obscure = nhận thức rõ, sâu sắc

Discomfit – đánh bại, làm thất bại, làm hỏng

Disconcert – làm xáo trộn, đảo lộn

Discreetly - thận trọng, dè dặt

Discriminate (from) - phân biệt

Discursive - rời rạc, không mạch lạc

Disdain – thái độ khinh thị

Disembodiment - làm cho hồn lìa khỏi thân xác - A soul, spirit, or consciousness that has been disembodied, or which otherwise lacks a physical form.

Disgruntled - bực tức, bất bình

Disgusting – ghê tởm, kinh tởm

Dismayed – to cause to loose courage, scared = làm mất tinh thần

Disparaging - mất uy tín, mất thể diện

Disparate – khác hẳn nhau

Dispassion – thái độ thản nhiên, lãnh đạm

Dispel – cause to disappear = xua đuổi đi, xua tan

Disposition - sự sắp xếp, cách bố trí

Disreputable – làm mang tiếng, làm ô nhục

Dissected - bị cắt ra

Disseminator - người phổ biến

Dissension – disagreement = mối bất đồng, mối chia rẽ

Dissident - kẻ ly khai

Dissolve – rã ra, hòa tan

Dissuade – advise against: khuyên can

Distended – bị sưng to, bị sưng phồng

Distort - vặn vẹo, bóp méo

Distraught – điên cuồng, mất trí

Divas – great or famous women

Divest - tước đoạt, lột quần áo

Divine - thần thánh, siêu phàm (Divinity - thần thánh, người đáng tôn sùng)

Divulge – made public, make known = để lộ ra, tiết lộ

DNA- DeoxyriboNucleic Acid = A, C, G, T (Adenine, Cytosine, Guanine, Themine)

Deoxyribonucleic acid (DNA) is a molecule that encodes the genetic instructions used in the development and functioning of all known living organisms and many viruses. DNA is a nucleic acid; alongside proteins and carbohydrates, nucleic acids compose the three major macromolecules essential for all known forms of life.

Doffed - cởi bỏ, vứt bỏ

Dogma – tín điều, giáo lý (Dogmatic - dựa theo giáo điều)

Dogma is a principle or set of principles laid down by an authority as incontrovertibly true. It serves as part of the primary basis of an ideology or belief system, and it cannot be changed or discarded ...

Dolmen - mộ đá

Dotage - sự lẩm cẩm cuả người già

Douse - hạ bườm

Downtrodden - bị chà đạp, bị áp bức

Draconian – hà khắc, khắc nghiệt, tàn bạo

Dreadful – causing fear = dễ sợ, kinh khiếp (Dread = kinh hãi)

Dreary - ảm đạm, buồn thảm

Dredging - nạo, vét (Dredging moat – vét hào chung quanh thành trì)

Dreg - cặn, cái bỏ đi, chút xíu còn lại

Dross - cặn bã, rác rưởi

Dubious - lờ mờ, không minh bạch

Ducat - tiền vàng xưa ở Âu châu, đồng Đu-ca

Dukkha (Sankrit) – suffering, unsatisfactory = thất bại, không như ý muốn. - Khổ

Dukkha is commonly explained according to three different categories:

-The obvious physical and mental suffering associated with birth, growing old, illness and dying.

-The anxiety or stress of trying to hold onto things that are constantly changing.

-A basic unsatisfactoriness pervading all forms of existence, because all forms of life are changing, impermanent and without any inner core or substance.

The Buddhist tradition emphasizes the importance of developing insight into the nature of dukkha, the conditions that cause it, and how it can be overcome. This process is formulated in the teachings on the Four Noble Truths.

Dullness – slow in perception or sensibility = chậm hiểu, ngu đần

Dungeon - ngục tối

DUYÊN - Chữ duyên là một trong những thuật ngữ quan trọng của Phật giáo, thường đi kèm với nhân duyên. Trong cụm từ nhân-duyên-quả, nhân là nguyên nhân chính, duyên là những tác nhân phụ, quả là kết quả của nhân và duyên khi đã hội đủ hay đã chín muồi. Tùy Duyên để nhận thức được chính bản chất tâm hồn mình.Thái độ tùy duyên thực ra chính là đi về chính tâm hồn mình. Tùy duyên để sống đúng với bản ngã của mình. Như Đức Phật Hoàng Trần Nhân Tông từng nói: “ Ở đời vui đạo hãy tùy duyên Đói đến thì ăn, mệt ngủ liền Trong nhà có báu thôi tìm kiếm Đối cảnh vô tâm chớ hỏi thiền. Tùy duyên là không cố chấp ” Duyên là 1 chủ đề có lẽ được nói đến nhiều nhất trong nhà Phật. Duyên ở đây không phải là duyên dáng, mềm mại. Duyên phải được hiểu là kết quả đến từ các nguyên nhân khác nhau. Phật giáo rất hay dùng khái niệm Duyên như “Duyên số”, “Cơ duyên”, “Nhân duyên”. Duyên là luôn linh động. Tùy duyên là không cố chấp. Thế giới này là tương đối. Không có vật gì là hoàn hảo cả.

Chính vì thế phải có cách nhìn nhận tương đối, tùy duyên. Không cố chấp, bởi cố chấp là khổ. Khổ vì không biết tùy duyên... Quan niệm này khá giống với phép duy vật biện chứng với cặp phạm trù nguyên nhân - kết quả. ---ooOoo--- Dwell - ở, cư ngụ

Dysentery - bệnh lỵ, kiết lỵ

E

Earnest - đứng đắn, nghiêm chỉnh

Ebullience – sự sôi nổi, bồng bột

Ecclesiastical – church, clergy = giáo hội, tu sĩ

Eclectic – selecting what appears to be best in various doctrines, methods and styles = chiết trung trong triết học

Ecstasy – trạng thái mê ly, ngây ngất

Ecumenism - chủ trương chung cuả Thiên Chúa giáo

Edict – an order proclaimed by authority = chỉ dụ, sắc lệnh

Edify – khai trí, soi sáng (Edification - sự soi sáng)

Eerie - sợ sệt vì mê tín

Effeminate - yếu ớt, ẻo lả như đàn bà

Effervescence - sủi bọt, sôi sụt, sôi nổi

Efficacious - hiệu quả, hiệu nghiệm

Effigy - hình nổi ở đồng tiền, huy hiệu

Effrontery - mặt dày mày dạn, tính vô liêm sỉ

Effulgent – radiant splendor = sáng ngời, tráng lệ, huy hoàng

Ego – self: bản ngã - Ngã (SKT. atman, pali. atta) tức là cái "ta" được thiết thuyết với một thể tính trường tồn, không bị ảnh hưởng của tụ tán, sinh tử. Đạo Phật không công nhận sự hiện diện của một ngã như thế. Trong toàn bộ mọi hiện tượng tâm lý và vật lý không có một chủ thể gì được gọi là độc lập, thường còn (Vô ngã, Ngũ uẩn).

The process itself – the continual arising, fading away, and re-arising of phenomena. Reality as we know it – conditioned existence, or samsara – is creating itself in every moment by a chain of causality known as “dependent origination.” Often that’s depicted as a wheel, to indicate the cyclical nature of the twelve interconnected factors: ignorance, karma-producing formations, consciousness, mental and physical phenomena, the senses, contact with objects, feeling, craving, clinging, becoming, re-birth, and old age and death. These elements are arising in every moment, producing everything constructed, including what we call the personality or “ego”.

Egocentric - cho mình là trọng tâm; vị kỷ, ích kỷ

Ego grasping = chấp ngã - is the absence of true knowledge of who we really are, together with its result: a doomed clutching on, at all costs, to a cobbled together and makeshift image of ourselves, an inevitably chameleon charlatan self that keeps changing and has to, to keep alive the fiction of its existence. This is what is known as the 'ego' or dak dzin in Tibetan, which means 'grasping at a self'. Ego is defined as incessant movements of grasping at a delusory notion of 'I' and 'mine', self and other, and all the concepts, ideas, desires, and activity that sustain this false construction.

Egoism - chấp ngã, vị kỹ - In philosophy, egoism is the theory that one's self is, or should be, the motivation and the goal of one's own action. Egoism has two variants, descriptive or normative. The descriptive (or positive) variant conceives egoism as a factual description of human affairs. That is, people are motivated by their own interests and desires, and they cannot be described otherwise. The normative variant proposes that people should be so motivated, regardless of what presently motivates their behavior.

Altruism is the opposite of egoism. The term "egoism" derives from "ego," the Latin term for "I" in English. Egoism should be distinguished from egotism, which means a psychological overvaluation of one's own importance, or of one's own activities.

Egoism - chấp ngã - Chấp ngã đã nặng, ngã mạn lại nặng hơn. Vì sao? Vì càng chấp ngã bao nhiêu, càng ngã mạn bao nhiêu, càng gây thêm nghiệp, kiếp này qua kiếp khác, chịu quả báo luân hồi, biết bao giờ ra khỏi cảnh sinh tử luân hồi? Nói gần, vì ngã mạn cho nên không chịu học hỏi, muốn học hỏi thêm thì cũng chẳng học bao nhiêu vì có chịu phục ai đâu, chịu kém ai đâu, chịu nhận ai là thiện tri thức đâu. Nói xa, vì ngã mạn cho nên không ai muốn

gần, mà có ai gần thì người ta cũng phải e dè, khó mà trở nên thân thiết được. Phật tử mà ngã mạn không những làm hại chính mình, mà còn làm hại cho đạo Phật nữa, vì người ngoài nhìn vào thấy Phật tử như vậy thì đánh giá đạo Phật sai lạc đi.

Thế thì Phật tử luôn luôn nên nhún nhường, nhũn nhặn, khiêm tốn. Ai cũng mến, ai cũng có thể gần, vì thế có thể học hỏi thêm, kinh nghiệm thêm, tu hành tiến được và giúp người khác được. Hành Bồ-tát đạo, đó là những bước đầu!

Egoless – vô ngã: trong "The Shambala Dictionary of Buddhism and Zen": mục sau này về vô ngã (pali: anatta, sanskrit: anatman; non-self, non- essentiality; non-soi, non-moi)

Vô Ngã - Chữ pali là anatta, Sanskrit: anatman (non-self, non essentiality) Không có ngã theo cái nghĩa rằng trong mỗi một thể hiện hữu, không có một thứ gì thường hằng, vĩnh cửu, toàn vẹn, độc lập. Cái ta, theo Phật giáo, chỉ là một "cá thể" do năm uẩn hợp lại mà thành và nó chỉ là tạm thời và thay đổi. Chúng ta hiểu rằng vô ngã là dùng để nói về những hợp thể tức là những pháp do nhiều duyên hợp lại mà thành, khi hết duyên thì tan. Chúng ta không có ngã – vô ngã – là vì chúng ta nhờ vào các cái khác mà có, chúng ta không có cái ngã riêng biệt.

Không có cái ngã riêng biệt, không có tự ngã, thế thì có cái gì khác không? Đạo Phật bảo rằng: có. Tất cả các pháp đều có pháp tánh, tất cả các loài hữu tình đều có Phật tánh. Nói cách khác, tất cả chúng sanh đều có chung một bản thể, Phật tử gọi bản thể ấy là Phật tánh, đơn giản vậy thôi.

Phải thực hành vô ngã, bỏ cái ta đi, thì lại càng khó! Vậy thì tìm đến vô ngã, không phải chỉ cố tìm hiểu trên chữ nghĩa, mà là thực hành chống tam độc tức tham sân si. Chống được tam độc đó thì cái ta sẽ dẹp dần đi, mau hay chậm là do hành giả quyết tâm nhiều hay ít.

Tóm lại:

Tất cả những gì là duyên hợp thì không có tự thể riêng biệt, tức là không có ta, tức vô ngã.

Phải suy nghĩ kỹ để biết cái ta của mình dù là thân hay tâm cũng chỉ là hợp thể thôi nên vô ngã.

Phải thực hành tiến đến chứng đắc vô ngã, nhưng vì khó cho nên đánh tham sân si trước, đánh ái dục trước.

Pháp tánh và Phật tánh - Pháp tánh là một thứ gì đó mà đạo Phật nói rằng thấm nhuần vạn sự vạn vật, còn Phật tánh thì chung cho chúng sinh. Vậy thì hơi có sự khác nhau giữa hai chữ đó. Tuy nhiên trên thực tế, không thấy phân biệt gì lắm, trừ khi muốn nhấn mạnh. Muốn "đồng thân Pháp tánh" là muốn "nhập" vào cái Pháp tánh đó, nôm na là muốn thành Phật, muốn lên Niết-bàn. "Người ta cũng dùng chữ Pháp tánh để gọi Niết-bàn của Phật, vì nó là cái thể tánh thường trụ chẳng biến đổi" (Đ.T.Còn) [Niết-bàn của Phật là rốt ráo, cao hơn Niết-bàn của các vị thanh văn chẳng hạn].

Egolessness – It's important to remember always that the principle of egolessness does not mean that there was an ego in the first place, and the Buddhists did away with it. On the contrary, it means there was never any ego at all to begin with. To realize that is called "egolessness".

Egomaniac - người cực kỳ ích kỷ

Egregiously – quá xá, quá đổi

Egyptology – khoa ngiên cứu về Ai Cập - is the study of ancient Egyptian history, language, literature, religion, architecture and art from the 5th millennium BC until the end of its native religious practices in the 4th century AD. A practitioner of the discipline is an "Egyptologist". In Europe, particularly on the Continent, Egyptology is primarily regarded as being a philological discipline, while in North America it is often regarded as a branch of archaeology…

Elaboration - sửa soạn công phu

Elated – làm phấn chấn, phấn khởi, hân hoan

Electrum - hợp kim vàng, bạc; quặng vàng lẫn bạc

Elephantine – to kềnh càng, to đồ sộ

Elicit - gợi ra, luận ra

Elitism - sự phát triển các tầng lớp ưu tú trong xã hội

Elixir of life – linh dược hồi sinh (Elixir = thuốc tiên)

Elongate – kéo dài ra

Elope - trốn đi theo trai

Eloquent – hùng biện, hùng hồn (Eloquently = một cách hùng hồn)

Elucidate (something) – make something clear = giải thích, làm sáng tỏ

Elucidation - sự minh chứng; Elusive: tending to evade, pursuit

Elude – tránh né, lảng tránh

Elusive – hay lảng tránh, thoái thác

Elve – cá chình con, lươn con

Emaciated - gầy mòn, hốc hác

Emanation - sự phát xuất (Emanate - tỏa ra, phát ra)

Emancipation - sự giải thoát, khai phóng

Embalm - ướp xác chết, ướp chất thơm

Embarkation – lên tàu

Embellishment - trang điểm, làm đẹp (Embellish = tô son điểm phấn)

Ember – than hồng trong đám lửa, đám tro

Embezzle - biển thủ, tham ô

Emblematic - tượng trưng, biểu tượng

Embodiment - hiện thân, hoá thân; Embodiment of the Dharma body=pháp thân thể tánh

Embroilment – làm rối rắm, lôi kéo vào cuộc chiến

Emetic - thuốc làm cho nôn mửa

Eminently – exceedingly, extremely (Eminence = mô đất, sự nổi tiếng)

Emissary - sứ thần

Empathetic – thông cảm (Empathize = đồng cảm)

Empirical – theo lối kinh nghiệm

Empirical ego - giả ngã - In the thought of Immanuel Kant and Edmund Husserl, the self of each person, understood as the locus of personality and capable of being known

as an object by means of reflective awareness, in contrast with the transcendental ego which is always an experiencing subject.

Empiricist - người theo chủ nghiã kinh nghiệm

Emptiness – ultimate nature, emptiness cannot be found apart from the sub- ject or the object. Emptiness refers to an object's being free of intrinsic existence (bản chất hiện hữu). Shunyata (Sanskrit): Emptiness, voidness.

Emptiness – A feature of Mahayana Buddhism and its unique doctrine Emp- tiness (shunyata). The teaching can be seen as an extension of the teaching of "not self" (anatman) found in early Buddhism. Emptiness specially means the denial of "intrinsic existence" with all phenomena. If something possessed intrinsic existence, it is argued, it would exist independently of something else. However the Buddha claimed that all things are "dependently originated", everything arises from, and depends on, something else – and hence are "empty" of intrinsic existence. What we call a table, for example, is only a "mind projected" form. The deluded mind (bản tâm mê mờ) manifests (biểu lộ) an indepen- dent existence for the table which in reality it does not possess. This deep probing (phát hiện sự thật) led Mahayana Buddhists to posit (thừa nhận) two distinct levels of "truth": "convention- al truth" (the table is an independent entity (thực thể độc lập)) and "ultimate truth" (the table has no independent existence) with a correct understanding (prajnya) of the nature of pheno- mena, such as that possessed by a Buddha, one ceased to grasp

(níu kéo) after conventional truth. Essential to the development of understanding is the direct insight into the nature of self or ego. Correctly understood, the self will also be seen to lack any form of intrinsic existence – this is the doctrine of anatman ("not self" or "no self"). This insight will lead to the lessening, and ultimate eradication of egotistical behavior (thái độ ích kỷ) and desire of "craving" (lòng ham muốn) (trishna). An understanding of "emptiness" is that the antidote (thuốc giải độc) to the craving that gives rise to dukkha…

Emptiness – The noble Bodhisattva Avalokitesvara (Bồ-Tát Quán Thế Âm) replied to venerable Sariputra (Xá-Lợi-Phất): 'Thus, O Sariputra, all things having the character of emptiness, have no beginning nor ending; they are neither faultless nor not faultless; they are neither perfect nor imperfect. Therefore, in emptiness there is no form, no sensation, no perception, no discrimination, no consciousness. There is no eye, no ear, no nose, no tongue, no sensitiveness to contact, no mind. There is no form, no sound, no smell, no taste, no touch, no mental process, no object, no knowledge, no ignorance. There is no destruction of objects, no cessation of knowledge, no cessation of ignorance. There is no decay and no death, nor is there any destruction of the notions of decay and death. There is no Noble Fourfold Truth, no pain, no cause of pain, no cessation of pain, nor any Noble Path to the cessation of pain. There is no knowledge of Nirvana, there is no obtaining of Nirvana, there is no not-obtaining of Nirvana.

Why is there no such thing as the obtaining of Nirvana? Because Nirvana is the realm nothing-ness. If the ego-soul of personality is an eternal entity it cannot attain Nirvana. It is only because personality is made up of elements and is, therefore, empty of an ego-soul, that it may attain Nirvana. So long as man is approaching Ultimate Wisdom (thông thái tột đỉnh), he is still dwelling in the realm of consciousness. If he is to realize Nirvana, he must pass beyond the realm of consciousness. In highest Samadhi (establish) when consciousness has been transcended (vượt qua), he has passed beyond discrimination and knowledge, beyond any reach of change or fear. He is already enjoying Nirvana.

The perfect understanding of this and the patient acceptance of it is the Ultimate Wisdom that is Prajna-paramita (Bát-Nhã Ba-La-Mật-Đa).

All the Buddhas of the past, present and future, having attained highest Samadhi, awake to find themselves realizing this highest perfect Wisdom. Therefore, every one should seek self-realization of Prajna-paramita, the Truth of Perfect Wisdom, the unsurpassable Truth, the Truth that ends all pain, the Truth that is forever True. O Prajna-paramita! O Transcendent Truth that spans the troubled ocean of life-and-death, safety carry all seekers to the other shore!

Emptiness of Inherent Existence

Any kind of thing or event that can appear or be possible, whether in samsara or nirvana, appears to us as though it could exist by virtue of its very essence, or be truly existent. But if it did exist just as it appeared, some basis for its name or designation would have to be ascertainable. Also, the way things appeared would have to accord with the way they actually were, whereas it does not. For when they are scrutinized (được xem xét kỹ), things can not be found to be just as they appear to be, and this fact shows that, even while they are manifesting, they are empty of any status as existent.

So empty means “empty of any intrinsic essential existence,” which is what is being refuted (bị bát bỏ). The suffix ness in emptiness simply has the connotation (nghĩa rộng) of “only that.” With all this being the case, we can refer to this ultimate truth as emptiness.

As we already saw, whatever we perceive appears to us as if it does in fact exist, in its own right. Regardless of whether it is some inner experience or some object in the world outside us, in each and every case, it seems to us as though things really do exist in the way what we label them conventionally. Now if things actually existed in the way we perceived them, it would stand to reason that the more we looked into them, the clearer they ought to become. But when we do examine them, not only do they fail to become any clearer, but we cannot actually even find anything there. This is a sign that things do not exist in the way they appear.

Therefore, things are empty of existing in the way that we perceive them to, empty of any true existence, and empty of any intrinsic existence*. And so when both outer and inner phenomena are in their own right empty of existence, they are said to be empty

of inherent existence.

In The Decent to Lanka Sutra, the Buddha speaks of seven different senses in which something can be said to be empty. The seventh is where one thing is empty of something else. The example given is of a temple that is empty of monks. The emptiness of the temple is something different or separate from what is being negated – the presence of the monks. The Buddha described this as a lesser instance of emptiness.

We are not using the term empty in the sense where a pillar, for example, is empty of something else , like a vase. Rather, a pillar itself is empty of any intrinsic existence as such. Occasionally the term self-empty, in Tibetan rang tong, is used to describe this. Self-empty is a term used to signify that something is empty of any intrinsic existence, as oppose to being empty of anything “other” than itself. However, self-empty does not literally mean it is empty of itself. When we say that a flower is empty of inherent existence*, we are not denying the reality of the flower. If the flower did not exist at all, there would be only an absence: no seed to germinate, grow, and blossom into a flower, nothing to produce its buds and fruit and so nothing to provide feelings of pleasure or dislike at seeing and smelling the flower or pricking our finger on its thorns.

Self-empty, in relation to the flower, means that it is empty of intrinsic existence. To think that the flower was empty of itself would be tantamount to proposing nothingness and slipping into a nihilistic extreme. Rather, we should understand that any given thing, since it is produced in dependence on other condition, is empty in a sense that it has no inherent existence of its own. And for this reason, it is self-empty.

So whether it is a feeling or an actual object that we perceive, there is always that distinction between how things appear to us and how they actually are. If we examine whether something actually is the way it appears to be, it is not. With any object we care to investigate, we can never find some core identity of which we can say. This is it! When we look for it even in minutest subatomic particles, there is nothing to find. This seems to reflect the same general position as that of modern quantum physics – that however deeply you research into an object, finally there is nothing to be found. (The Dalai Lama in “Mind In Comfort And Ease” – The Vision of Enlightenment in the Great Perfection)

*Intrinsic Existence – Madhyamikas are insistent that emptiness has genuinely universal scope: emptiness is itself empty. Emptiness is not an

independently existing. Absolute Reality like Brahman in Advaita Vedanta, for example on the contrary in itself a characteristic of the entities of which it is the emptiness – it is the emptiness of the tree, the emptiness of the chair and so forth. Emptiness is itself dependently originated. Without entities there would be no emptiness. The emptiness of emptiness does not mean that emptiness is not ultimately true but it does entail that emptiness is not an ultimate truth. The ultimate truth is that

all things, including emptiness itself are empty of intrinsic existence…

(Madhyamika – refers primarily to a Mahayana Buddhist school of philosophy founded by Nagarjuna. The school of thought and its subsidiaries are called "Madhyamaka"; those who follow it are called "Madhyamikas". According to Madhyamaka all phenomena are empty of "substance" or "essence" (Sanskrit: svabhava) because they are dependently co-arisen. Likewise it is because they are dependently co-arisen that they have no intrinsic, independent reality of their own).

*Inherent Existence - INHERENT: involved in the constitution or essential character of something: belonging by nature or habit: Synonyms: intrinsic, innate, inbuilt, natural, inborn…

EXISTENCE: a/ obsolete: reality as opposed to appearance, b/ reality as presented in experience, c/ the totality of existent things.

Buddhists have this concept of emptiness. The way understanding it is through a simple phrase: all things are empty of inherent existence. Or, nothing exists in and of itself. Nothing comes from nothing. Everything comes from somewhere and is dependent on causes and conditions for both its existence and our perception of its existence. Because nothing exists in and of itself, one could say that nothing really exists at all, therefore it is empty. Everything is empty. Sounds rather nihilistic, but that is an overly simplistic understanding.

Duyên Sanh và Tánh Không

Nhiều người, do chỉ nhìn sơ lược bên ngoài, nói đạo Phật là “sắc sắc không không” một cách mơ hồ. Điều này dễ dẫn đến nhìn đạo Phật như là một lối sống bi quan, yếm thế. Từ khi có thêm lối suy nghĩ của văn hóa Tây phương vào đầu thế kỷ 20, chữ Không và Giải thoát càng thêm bị hiểu lầm.

Sau đây, chúng ta sẽ cố gắng tìm hiểu ở mức độ ý thức, lý tính, về tánh Không để giải tỏa bớt sương mù đang che khuất cái nền tảng của Phật giáo Đại thừa. Tánh Không là nền tảng cho mọi kinh điển Đại thừa, và do đó là nền tảng cho mọi tông phái, cả lý thuyết và thực hành, như Thiền tông, Mật tông, Tịnh Độ tông, Duy Thức tông, Hoa Nghiêm tông… Chúng ta cũng sẽ hiểu thêm vì sao ngài Long Thọ không đặt tên cho tác phẩm của ngài về tá

gì thì thấy cái đó. Những ý nghĩ này là duyên sanh. Rồi nữa, lý do để viết bài này, những cái gì xui khiến tôi viết bài này, tôi không biết rõ vì có quá nhiều lý do không thể biết, không thể nhớ. Tóm lại, những ý nghĩ tạo thành bài viết này và sự hiện hữu của bài viết này hoàn toàn là duyên sanh. Thử nghĩ, nếu không có người đánh máy, tòa soạn không chịu đăng, hay không có người in ấn thì nó có mặt hay không.

Con người và sự vật là duyên sanh. Vì là duyên sanh, nương dựa, và tùy thuộc, chúng không có thực thể độc lập riêng biệt. Chúng không hiện hữu tự mình một cách nội tại mà chúng luôn luôn nương dựa vào, tùy thuộc vào tất cả những nguyên nhân và điều kiện khác. Chỉ cần một nguyên nhân, một điều kiện thay đổi, là chúng thay đổi. Mà

những nguyên nhân và những điều kiện thì thay đổi thường trực. Chúng là duyên sanh nên chúng không có thực thể nội tại, điều này được Phật giáo hệ Pali thường gọi là vô ngã. Phật giáo hệ Sanskrit gọi là không có tự tánh, vô tự tánh.

Bản chất của con người và sự vật là duyên sanh, nên chúng không có thực thể (vô tự tánh), không có hiện hữu thực (vô sở hữu), không có một thực tại có thể nắm bắt (bất khả đắc), là Vô sanh, là tánh Không.

Lấy thí dụ đóa hoa ở trên. Đóa hoa này mai mốt sẽ tàn và đang tàn. Nó là vô thường. Bởi vì . l)i M

là có tự tánh và tất định, không thể chuyển hóa, tịnh hóa, cho nên không rơi vào thường kiến, chủ nghĩa vĩnh cửu.

Đây là một phần ý nghĩa Trung đạo của tánh Không.

Có thể nói rằng, duyên sanh và nhân quả là hiện tượng, tánh Không là bản thể. Nói theo Trung luận, duyên sanh là chân lý tương đối, quy ước (tục đế) và tánh Không là chân lý tuyệt đối, tối hậu (đệ nhất nghĩa đế). Duyên sanh là hiện tượng của bản thể tánh Không. Và tánh Không là bản thể của hiện tượng

Chúng ta hãy đi đến tận cùng của sự vật. Chẳng hạn, đóa hoa ở trên. Đóa hoa duyên sanh từ những vi trần, những nguyên tử. Rồi những nguyên tử duyên sanh từ những hạt nhỏ hơn. Những hạt nhỏ hơn này lại duyên sanh từ những cái nhỏ hơn nữa cho đến vô tận. Như vậy, khi đi đến tận cùng chúng ta gặp tánh Không rốt ráo (Tất tánh không, là một trong 18 nghĩa của tánh Không, theo Kinh Đại Bát-nhã).

Mọi con người, sự vật có sanh ra đều từ và do "nền tảng", "căn bản" là tánh Không hay vô tự tánh. Nếu không có cái nền tảng là vô tự tánh hay tánh Không ấy, không có cái gì được sinh ra, hiện hữu, và diệt mất.

Chính trên nền tảng tánh Không mà thế giới nhân duyên sanh khởi.

Dù vũ trụ này được sanh ra theo những nhân duyên nào và theo cách nào, hoặc Big Bang (Vụ nổ lớn) hay Big Bounce (Vụ nẩy bật lớn) hay "giống như một mạng lưới nhện do một con nhện nhả ra, rồi sau đó sẽ thu lại lưới nhện ấy vào mình" như theo văn hóa Veda Ấn Độ, thì nó được sanh ra, được duyên sanh trên nền tảng vô tự tánh hay tánh Không.

Nước nếu giữ được tự tánh của nó thì không thay đổi, không biến chuyển, không thể chảy, không thể bốc hơi, không thể đóng băng, không thể trở lại thành khí hydro và oxy. Vì nước có bản chất là vô tự tánh, nó có thể chảy, bốc hơi, đóng băng, và tan thành khí. Nhiều người thắc mắc về Phật giáo: Tại sao Phật giáo nói có tái sanh, có luân hồi lại đồng thời nói vô ngã? Đã có luân hồi, tái sanh thì phải có một cái ngã để luân hồi, tái sanh chớ? Đến đây, trong bối cảnh tánh Không, chúng ta có thể trả lời, chính vì vô ngã, vô tự tánh, mới có tái sanh, có luân hồi. Nếu có một cái gì thực sự là ngã, là có tự tánh, thì làm gì có sự thay đổi, lưu chuyển, luân hồi?

Vì mọi sự là duyên sanh, nên mọi sự phải duyên sanh trên nền tảng vô tự tánh, trên nền tảng tánh Không.

Đây là điều ngài Duy-ma-cật nói với Bồ-tát Văn-thù-sư-lợi, "Từ gốc vô trụ (vô tự tánh) mà tất cả các pháp được thành lập." (Phẩm Quán chúng sanh, kinh Duy-ma-cật).

Trung luận cũng nói:

Do vì có nghĩa Không Tất cả pháp được thành Nếu không có nghĩa Không Tất cả pháp chẳng thành. (Phẩm Tứ đế)

Chúng ta thấy, vì có tánh Không, có vô tự tánh, nên có duyên sanh, có nhân quả, có nghiệp báo. Như thế, tánh Không không phải là không có gì, tánh Không không bác bỏ nhân quả, nghiệp báo, nghĩa là không phải đoạn kiến, chủ nghĩa hư vô.

Ngược lại, duyên sanh có nền tảng tối hậu là tánh Không, nên duyên sanh không phải là thường kiến, không phải là chủ nghĩa vĩnh cửu. Duyên sanh nhờ có nền tảng trên tánh Không, y cứ trên tánh Không mà có sự giải thoát cho duyên sanh.

Đây là một phần ý nghĩa Trung đạo của tánh Không, không rơi vào hai cực đoan đoạn kiến và thường kiến; đồng thời sử dụng cả duyên sanh và tánh Không để lập nên con đường Trung đạo tiến đến giải thoát và giác ngộ.

Chính vì đi giữa thường kiến và đoạn kiến, giữa có và không, nên tánh Không còn có một phương diện nữa là "giả", là "như huyễn":

Pháp các nhân duyên sanh

Ta nói tức là Không

Cũng gọi là giả danh

Cũng là nghĩa Trung đạo.

(Phẩm Tứ đế)

Kinh Kim Cương, một kinh thuộc hệ Bát-nhã tánh

Không, đã chấm dứt bằng bài kệ:

Tất cả pháp hữu vi

Như mộng huyễn bọt ảnh Như sương cũng như chớp Hãy tu quán như vậy.

3. Ý nghĩa của Trung đạo

Con đường Bồ-tát là con đường của hai sự tích tập: tích tập công đức và tích tập trí huệ. Tích tập công đức là việc làm nằm trong vòng duyên sanh, nhân quả. Tích tập công đức là hoàn thiện trí huệ soi thấu tánh Không.

Với Bồ-tát, hai sự tích tập này phải thông với nhau, đồng bộ dần dần cho đến mức hợp nhất. Ví dụ trong kinh Kim Cương, tích tập công đức là bố thí, nhẫn nhục, trang nghiêm cõi Phật, thuyết pháp, cứu giúp chúng sanh..., mọi hành động này đều phải tương ứng với trí huệ soi thấu tánh Không.

Như vậy đây là con đường Trung đạo của Bồ-tát, đi giữa một bên là duyên sanh, tạo nhân để thành quả, và một bên là tánh Không. Con đường Trung đạo này đi giữa sanh tử (duyên sanh) và Niết-bàn (tánh Không).

Trung đạo của người hành Bồ-tát đạo là tạo lập, xây dựng công đức, là công việc ở trong nhân quả duyên sanh của sanh tử, nhưng không ở trong sanh tử vì đồng thời vẫn thể nhập tánh Không; và thể nhập tánh Không nhưng không lìa bỏ sanh tử, không lìa bỏ chúng sanh. Ở một cấp độ rất cao, Bồ-tát vẫn học tánh Không mà không chứng nhập tánh Không. (Học Không bất chứng, một phẩm của kinh Đại Bát-nhã).

"Bồ-tát tuy hành môn tam muội giải thoát Không, nhưng trong đó không chứng vô tướng, không rơi vào hữu tướng. Vì sao thế? Bồ-tát này trí huệ sâu xa, thiện căn đầy đủ, nghĩ như thế này, 'nay là lúc học không phải lúc chứng'..., vì Bồ tát không từ bỏ tất cả chúng sanh." (Kinh Phật Mẫu Bát-nhã Ba-la-mật-đa, phẩm Phương tiện thiện xảo).

Với sự tích tập công đức ở trong ba cõi sanh tử, Bồ-tát dần dần thành tựu Sắc thân, gồm Báo thân và Hóa thân. Với sự tích tập trí huệ tánh Không, Bồ-tát dần dần thành tựu Pháp thân. Khi hai sự tích tập ấy viên mãn, Bồ-tát đầy đủ cả ba thân, Pháp thân, Báo thân và Hóa thân viên mãn, và thành một vị Phật.

Trung đạo là đi giữa và hợp nhất sanh tử sanh diệt và Niết-bàn tánh Không. Sự hợp nhất này là "duyên sanh tức vô sanh" và "vô sanh mà duyên sanh". Cuối cùng, Bồ tát chứng ngộ sanh tử sanh diệt là Niết-bàn tánh Không, còn gọi là Vô trụ xứ Niết-bàn, như Trung luận, phẩm Quán Niết-bàn nói:

Niết-bàn và thế gian Không mảy may phân biệt Thế gian và Niết-bàn
Cũng không chút phân biệt. Thật tế của Niết-bàn
Và thật tế thế gian
Cả hai thật tế ấy
Không mảy may sai khác.

Sự không mảy may sai khác vượt khỏi mọi có không này được các kinh gọi là tánh Như, Chân Như. Trong kinh Đại Bát-nhã, tánh Không cũng tức là tánh Như, Chân Như, Nhất Tướng... Kinh Kim Cương nói: "Như Lai, đó là nghĩa Như của tất cả các pháp".

Tánh Không không phải là không có gì cả, mà là không có những vọng tưởng thấy sai lầm về thực tại, cho nên còn được gọi là tánh Như. Tánh Như là nghĩa Trung đạo trong bài kệ của Ngài Long Thọ:

Pháp các nhân duyên sanh – ta nói tức là Không – cũng gọi là giả danh – cũng là nghĩa Trung Đạo."

Chúng ta trích thêm một đoạn về tánh Như trong kinh Duy-ma-cật, phẩm Bồ- tát:

"Làm sao ngài Di-lặc được thọ ký sanh một đời nữa thì thành Phật? Là theo Như sanh mà được thọ ký ư? Là theo Như diệt mà được thọ ký ư? Nếu vì Như sanh mà được thọ ký, thì Như không có sanh. Nếu do Như diệt mà được thọ ký, thì Như không có diệt. Tất cả chúng sanh đều là Như. Các thánh hiền cũng là Như. Cho đến ngài Di-lặc cũng là

Như. Nếu ngài Di-lặc được thọ ký thì tất cả chúng sanh cũng phải được thọ ký. Tại sao như thế? Đã vốn là Như, thì không hai, không khác.

Nếu Ngài Di-lặc đắc Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác, thì tất cả chúng sanh cũng phải đắc. Tại sao như thế? Tất cả chúng sanh là tướng Bồ-đề. Nếu ngài Di-lặc được diệt độ, thì tất cả chúng sanh cũng được diệt độ. Tại sao như thế? Chư Phật thấy biết tất cả chúng sanh rốt ráo tịch diệt, tức là tướng Niết-bàn, chẳng phải chờ đợi sự diệt độ nào nữa". (Nguồn: Tạp Chí Văn Hóa Phật Giáo số 139) ---oOo--- What is Emptiness – Emptiness (shunyata) is the reality of the existence of ourselves, and all the phenomena around us. According to the Buddhist point of view, seeking reality and seeking liberation amount to the same thing. The person who doesn't want to seek reality doesn't really want to seek liberation, and is just confused.

If you seek reality and you think that it has to be taught to you by a Tibetan Lama, that you have to look for it outside yourself, in another place – may be

Shangri-La (nơi tưởng tượng cực kỳ sung sướng) – then you are mistaken. You can not seek reality outside yourself because you are reality. Perhaps you think that your life, your reality was made by society, by your friends? If you think that way you are far from reality, if you think that your existence, your life was made by somebody else, it means that you are not taking the responsibility to understand reality.

You have to see that your attitudes, your view of the world, of your experiences, of your girlfriend or boyfriend, of your own self, are all the interpretation of your own mind, your own imagination. They are your own projection, your mind literally made them up. If you don't understand this then you have very little chance of understanding emptiness.

This is not just the Buddhist view but also the experience of Western physicists and philosophers – they have researched into reality too. Physicists look and look and look and they simply cannot find one entity that exists in a permanent, stable way: this is the Western experience of emptiness. (Lama Yeshe)

The Wisdom of Emptiness

'I am not, I will not be

I have not, I will not have

This frightens all children

And kills fear in the wise.' (Nagarjuna)

"Ancient Buddhism recognized that all composite things (hợp thể) are empty, impermanent (anitya), devoid of an essence (anatman) and characterized by suffering (dukkha)".

Emptiness of Ultimate Phenomena Like Death and Karma

When we talk about emptiness, regardless of any phenomenon, emptiness means the lack of inherent existence of that particular phenomenon. Action (karma) and death are also phenomena, but not ultimate truths. Their ultimate nature is shunyata. It is

important to know about death and karma. Karma is action with motivation, and a certain mental as well as physical action is involved.

An action is bound to have a result. In Buddhism, karma also means action, but here you have the long and short term consequences. For example, we may say that there is a certain negative motivation behind the action of anger. With that motivation comes some kind of rough physical action and the negative mental action creates a negative and unpleasant atmosphere. This is a short-term consequence, and during that moment, that action leaves the imprint on the consciousness. This imprint is left on the "I" and is carried by the continuity of the mind or the "I", and one starts experiencing the effects as and when the imprint is faced with external conditions. (The Transformed Mind – His Holiness the Dalai Lama)

Không – Trong Phật học có nói đến năm đại (năm cái lớn), đó là: đất, nước, gió, lửa và hư không. Ví dụ đây là cái bàn, nó do ván gỗ, đinh, sơn, công bác phó mộc…hợp lại mà thành. Trước đây, không có cái bàn, nay nhờ nhiều thứ hợp lại với nhau mà có cái bàn. Phật học nói rằng cái bàn do duyên hợp, chẳng phải một duyên duy nhất mà là nhiều duyên. Nói theo lối thường, cái bàn là một hợp thể do nhiều thành phần gộp lại. Một duyên lấy riêng ra không phải là cái bàn, cái ván gỗ không phải là cái bàn, cái đinh không phải là cái bàn…, cái bàn tự nó không có, phải nhờ những cái khác mà có.

Thay vì nói "cái bàn không có tự thể", Phật học nói "cái bàn là không". Bây giờ đứng trước cái bàn, ta nói: "cái bàn là không". Người ta bảo: "hãy giải thích đi". Chúng ta trả lời: "căn cứ vào luật vô thường, vật gì cũng phải qua 4 giai đoạn thành trụ dị diệt. Cái bàn này, một thời gian nữa, mau hoặc chậm, cũng sẽ hủy hoại, nó trở thành không". Đó là hiểu chữ không theo thời gian, hiểu cách đó dễ, giảng cho người khác cũng dễ. Nhưng cao hơn, ngay lúc này đây, ta nói "cái bàn là không vì nó không có tự thể, nó phải nhờ vào những cái khác mà có", rõ ràng nó chiếm một chỗ trong không gian mà ta vẫn nói nó là không.

Bất cứ cái gì do duyên hợp tức là do những thứ khác hợp lại đều là không. Không nghĩa là chẳng có tự thể tức là chẳng có bản thể riêng biệt. Ai hiểu "không" là "không có gì hết" thì người đó hiểu sai. Tư tưởng "không có tự thể" dẫn đến lý "vô ngã", nghĩa là không có cái ta. Nhất định không nói đạo Lão lẫn vào đây, vì đạo Lão đã đề cập đến "không" và nói rằng "cái bát có không mới có chỗ dùng", cái phòng có không mới có chỗ ở", nghĩa là nói đến cái "dụng" của khoảng không. Đối với đạo Phật, mọi hiện tượng thì khác biệt nhau, nhưng bản thể của chúng là một. Muôn ngàn ngọn sóng của đại dương thì khác biệt nhau hết, nhưng nước là một. Cái Một ấy là "không thể nghĩ

bàn", vì nó là Tuyệt đối, không thể đem ra so sánh với cái gì được. Nhà Phật gọi cái Một ấy là KHÔNG (Shunyata (Sanskrit)).

Đại trí độ luận viết: ngũ uẩn không có ta, không phải là ta, như vậy là không. Các pháp do nhân duyên sinh ra, không có tự tính thì đó là không. Ngã không, pháp không gọi là nhị không. Ngã không, cả ngã và pháp đều không gọi là tam không.

Kết luận: không có nghiã là không thật, giả. Không nghiã là không có tự tánh, tự thể, không là bản thể cuả vạn pháp...

Emptiness: The Most Misunderstood Word in Buddhism

By Lewis Richmond, a Buddhist writer and teacher

"Emptiness" is a central teaching of all Buddhism, but its true meaning is often misunderstood. If we are ever to embrace Buddhism properly into the West, we need to be clear about emptiness, since a wrong understanding of its meaning can be confusing, even harmful. The third century Indian Buddhist master Nagarjuna taught, "Emptiness wrongly grasped is like picking up a poisonous snake by the wrong end." In other words, we will be bitten!

Emptiness is not complete nothingness; it doesn't mean that nothing exists at all. This would be a nihilistic view contrary to common sense. What it does mean is that things do not exist the way our grasping self supposes they do. In his book on the Heart Sutra the Dalai Lama calls emptiness "the true nature of things and events," but in the same passage he warns us "to avoid the misapprehension that emptiness is an absolute reality or an independent truth." In other words, emptiness is not some kind of heaven or separate realm apart from this world and its woes.

The Heart Sutra says, "all phenomena in their own-being are empty." It doesn't say "all phenomena are empty." This distinction is vital. "Own-being" means separate independent existence. The passage means that nothing we see or hear (or are) stands alone; everything is a tentative expression of one seamless, ever-changing landscape. So though no individual person or thing has any permanent, fixed identity, everything taken together is what Thich Nhat Hanh calls "interbeing." This term embraces the positive aspect of emptiness as it is lived and acted by a person of wisdom -- with its sense of connection,

compassion and love. Think of the Dalai Lama himself and the kind of person he is -- generous, humble, smiling and laughing -- and we can see that a mere intellectual reading of emptiness fails to get at its practical joyous quality in spiritual life. So emptiness has two aspects, one negative and the other quite positive.

Ari Goldfield, a Buddhist teacher at Wisdom Sun and translator of Stars of Wisdom , summarizes these two aspects as follows:

The first meaning of emptiness is called "emptiness of essence," which means that phenomena [that we experience] have no inherent nature by themselves." The second is called "emptiness in the context of Buddha Nature," which sees emptiness as endowed with qualities of awakened mind like wisdom, bliss, compassion, clarity, and courage. Ultimate reality is the union of both emptinesses.

With all of this in mind, I would like to highlight three common misunderstandings of emptiness: emotional, ethical and meditative.

Emotional

When we say "I feel empty," we mean we are feeling sad or depressed. Emotionally speaking, "emptiness" is not a happy word in English, and no matter how often we remind ourselves that Buddhist emptiness does not mean loneliness or separateness, that emotional undertow remains. At various times I have looked for a substitute translation for the Sanskrit sunyata -- I have tried "fullness," "spaciousness," "connectedness," and "boundlessness" -- but as Ari Goldfield points out, "emptiness" is the most exact translation. "Emptiness" is also the term that my own teacher Shunryu Suzuki used, though he usually added context. Once, speaking of emptiness he said, "I do not mean voidness. There is something, but that something is something which is always prepared for taking some particular form." Another time, speaking of the feeling tone of emptiness, he said, "Emptiness is like being at your mother's bosom and she will take care of you."

Ethical

Some Buddhist students rationalize or excuse bad behavior of their teacher by asserting that through his understanding of emptiness the teacher is exempt from the usual rules of conduct. One student said, "Roshi lives in the absolute

so his behavior can't be judged by ordinary standards." While it is true that Buddhist teachers sometimes use unusual methods to awaken their students, their motivation must come from compassion, not selfishness. No behavior that causes harm is acceptable for a Buddhist practitioner, teacher or otherwise.

Meditative

Some Buddhist students think that a meditative state without thought or activity is the realization of emptiness. While such a state is well described in Buddhist meditation texts, it is treated like all mental states -- temporary and not ultimately conducive to liberation. Actually emptiness is not a state of mind at all; it is, as the Dalai Lama says, simply "the true nature of things and events." This includes the mind. Whether the mind of the meditator is full of thoughts or empty of them, this true nature holds.

Conclusion

Finally, since emptiness seems so difficult to understand, why did the Buddha teach it at all? It is because of his profound insight into why we suffer. Ultimately we suffer because we grasp after things thinking they are fixed, substantial, real and capable of being possessed by ego. It is only when we can see through this illusion and open ourselves, in Ari Goldfield's words, "to the reality of flux and fluidity that is ultimately ungraspable and inconceivable" that we can relax into clarity, compassion and courage. That lofty goal is what makes the effort to understand emptiness so worthwhile. (Quảng Tuệ Dung Sưu Tầm) ---oOo---

Bàn về chữ Không trong Phật giáo Nguyên Thủy

SC. Thích Nữ Nhuận Bình

Chúng ta thấy thời Phật giáo Nguyên thủy đã đề cập đến vấn đề "không" một cách rất thâm thúy, với các tầng bậc ý nghĩa giá trị, phục vụ cho đời sống tu tập của hai bộ đại tăng. Tuy nhiên, khái niệm không này không chỉ dừng lại ở thời kỳ Phật giáo Nguyên thủy, mà đến thời kỳ Bộ phái, tư tưởng này cũng được đem ra bàn luận, mổ xẻ và có lẽ đỉnh cao của khái niệm không, chính là thời kỳ của Phật giáo Đại thừa.

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

"Như tuyết rơi trên sa mạc, tan rất nhanh sau đó và chẳng lưu lại dấu vết nào". Trạng thái tuyết rơi, tan nhanh sau đó và không lưu lại dấu vết nào là một ám hiệu chỉ cho sự rỗng không, trống không của vạn pháp. Nhiều người cứ lầm tưởng, những gì hiện hữu trước mặt ta, bên cạnh ta và xung quanh chúng ta là những thứ thật có và tồn tại mãi với thời gian. Từ đó, con người cố chấp, bám víu vào nó, thậm chí, suốt một hành trình cứ đi tìm thứ hạnh phúc tạm bợ, mong manh, tìm mãi, tìm hoài mà chẳng bao giờ thấy được hạnh phúc chân như. Vì theo thời gian, vạn vật quay theo dòng xoáy của sinh, trụ, dị, diệt, từ không trở thành có và từ có lại trở về không.

Hiểu được như thế chúng ta mới thấy giáo lý không của đạo Phật thâm thúy, thật thâm thúy biết dường nào, chẳng những nó đáp ứng cho nhu cầu giải thích sự hình thành và biến thiên của vạn pháp, mà còn giúp cho những người chưa giác ngộ, những người đang vướng kẹt vào tự ngã tháo gỡ được mọi gút mắc, tìm cho mình lối đi thanh thản, hạnh phúc chân thật giữa cuộc đời.

Nhiều người lầm tưởng cho "không" là giáo lý phổ quát, đặc trưng của Phật giáo Đại thừa do Bồ tát Long Thọ (Nagarjuna) khởi xướng, nhưng kỳ thật, giáo lý này được chính đức Phật đã dạy cho chúng đệ tử ứng dụng tu tập khi Ngài còn tại thế. Điều đáng nói ở đây, giáo lý này theo thời gian rất phát triển và ứng dụng. Chẳng những Bộ phái đã bàn nhiều về vấn đề này, mà Long Thọ còn làm cho nó phát triển đến tột bậc.

Lịch sử nghiên cứu về giáo lý không đã được rất nhiều học giả bàn luận. Nguồn tài liệu chủ yếu mà chúng tôi sử dụng vẫn là những bản kinh trong văn tạng Nikaya và Agama. Bên cạnh đó, rất nhiều học giả đã nói về vấn đề này như cố HT. Thích Minh Châu với cuốn "Hãy tự mình thắp đuốc lên mà đi", Thích Hạnh Bình với cuốn "Triết học có và không của Phật giáo Ấn Độ" và còn rất nhiều những tác phẩm khác nói đến vấn đề này. Thu thập từ những nguồn tài liệu trên, chúng tôi đã tiếp nhận, nắm bắt, học hỏi và ứng dụng vào bài viết của mình bằng cách hiểu của riêng cá nhân.

II. CHỮ "KHÔNG" TRONG PHẬT GIÁO NGUYÊN THỦY

Để phân tích về chữ "không" tức "Sunyata" trong Phật giáo Nguyên thủy, chúng tôi sẽ dựa trên những bản kinh của Pali và Hán để trình bày, phân tích, chứng minh cho bài Nghiên cứu này.

1. "Không" là sự chấm dứt các phiền não của tâm

Không là một khái niệm xuất hiện khá sớm trong thời kỳ Phật giáo Nguyên thủy, trải dài đến Phật giáo Đại thừa, tư tưởng không này cũng được Long Thọ xiển dương một cách triệt để. Tuy nhiên, tùy theo tiến trình của dòng chảy lịch sử mà khái niệm không này cũng mang nhiều ý nghĩa khác nhau.

Đọc qua các bản kinh Hán tạng và Pali chúng ta đều thấy rất rõ, khái niệm không trong thời kỳ Phật giáo Nguyên thủy mang những ý nghĩa giản đơn, mô tả đời sống thực của hàng xuất gia. Không lúc này của chúng đệ tử Phật chính là từ bỏ những ràng buộc của đời sống thế tục, sống đời sống không nhà cửa, ruộng vườn, vợ con, tài sản. Đức Phật cũng nhấn mạnh với chúng đệ tử rằng: Ngài vì an trú, không nên an trú rất nhiều. Trong kinh Tiểu Không theo văn bản Pali và Hán tạng đã đề cập đến vấn đề này như sau:

“Này Ananda, Ta nhờ an trú không nên nay an trú rất nhiều” (Sunnataviharenaham, Ananda, etarahi bahulaṁ viharamiti). Và “Này Anan, những lời của Ta nói, Thầy thật sự biết rõ, nhận rõ và nhớ kỹ. Vì sao? Vì từ trước đến nay, ta phần nhiều an trú nơi không”. Mục đích đức Phật nói bài kinh này để khuyến tấn, khích lệ chúng Tỳ kheo nên hành trì không tánh một cách thiết thực. Vì chỉ có an trú vào tánh không, đệ tử Phật mới thật sự toàn tâm toàn ý cho vấn đề tu tập. Tục ngữ Việt Nam có câu nói rất hay: “Thứ nhất tu gia, thứ nhì tu chợ, thứ ba tu chùa”. Ý câu này thì tu ở nhà là khó nhất, khó thứ hai là tu ở chợ và cuối cùng dễ nhất là tu ở chùa. Điều này rất dễ hiểu, vì chùa là môi trường sống dành riêng cho người xuất gia. Môi trường này tách biệt hoàn toàn với đời sống thế tục. Những người ở đây đều chuyên tâm tu niệm, không vướng bận chuyện gia đình, tài sản, lợi danh. Nếu có chút tà tâm nào móng khởi, lập tức sẽ có những bậc phạm hạnh đồng tu nhắc nhở, thức tỉnh. Người tại gia khó có thể thực hiện được điều này vì họ còn vướng bận nợ trần, hằng ngày đối diện với đời sống ngũ dục, cơ hội học tập và thực hành chánh pháp của họ là một điều rất khó. Đó cũng là lý do mà chúng ta nhận thấy thời Phật còn tại thế, chỉ có người xuất gia mới chứng quả A La Hán, còn người tại gia thì không thấy đề cập đến.

Do đó, đức Phật nhắc các Tỳ kheo phải an trú vào không là vậy. An trú vào không ở đây chính là đời sống tu tập không vướng bận. Ngài đã lấy một ví dụ để minh họa cho điều này: “Này Anan, ví như giảng đường Lộc Mẫu này trống không, không có voi, ngựa, trâu, dê, tài vật, lúa, thóc, nô tỳ, nhưng có cái trống không, đó là chỉ có chúng tỳ kheo. Cho nên, này Anan, nếu những gì

không có ở trong giảng đường này, thì vì thế ta thấy là không; nếu những thứ khác mà có, thì ta thấy thật sự là có. Này Anan, đấy gọi là chơn thật an trú tánh không, không điên đảo”.

Đức Phật dạy chúng Tỳ kheo phải an trú vào chơn thật không, tức cái gì không thì cứ quán là không có, cái gì có thì cứ thấy nó là có. Nhìn sự vật ở trạng thái đang là của nó. Ở đây, điều mà chúng ta thấy đức Phật đang khuyên các Tỳ kheo nên sống trong thực tại, chánh niệm tỉnh giác ngay đây và bây giờ. Đây là sự thực tập buông bỏ. Xem tất cả là không để thấy cuộc đời là giả tạm, xem tất cả là không để dẹp bỏ sự đam mê về vật

chất, tiền tài, danh vọng, dẹp bỏ mọi hưởng thụ dục lạc, dẹp bỏ những ước mơ có đời sống sung túc. Đây mới chính là tâm nguyện của những người xuất gia chơn chánh.

“Cũng vậy, này Ananda, Tỳ kheo không tác ý thôn trưởng, không tác ý nhơn trưởng, chỉ tác ý sự nhất trí do duyên lâm tưởng, tâm của vị ấy được thích thú, hân hoan, an trú, hướng đến lâm tưởng. Vị ấy tuệ tri như sau: “Các ưu phiền do duyên thông trưởng không có mặt ở đây, các ưu phiền do duyên nhân tưởng không có mặt ở đây, và chỉ có một ưu phiền này, tức là sự nhất trí do duyên lâm tưởng”. Vị ấy tuệ tri: Loại tưởng này không có thôn trưởng”. Vị ấy tuệ tri: “Loại tưởng này không có nhân tưởng, và chỉ có một cái này, không phải không, tức là sự nhất trí (ekattam) do duyên lâm tưởng”. Và cái gì không có mặt ở đây, vị ấy xem cái ấy là không có. Nhưng đối với cái còn lại, ở đây, vị ấy tuệ tri: “Cái kia có, cái này có”. Như vậy, này Ananda, cái này đối với vị ấy là như vậy, thật có, không điên đảo, sự thực hiện hoàn toàn thanh tịnh, không tánh”.

Qua đoạn dẫn ở trên, chúng ta thấy người xuất gia là người đang tìm cầu con đường giác ngộ, buông bỏ mọi phiền não của trần tục để có được đời sống phạm hạnh thanh cao, giải thoát mọi khổ đau, tìm về chân thiện mỹ. Đối với họ, nhu cầu sống hàng ngày rất đỗi bình dị, giản đơn, ba tấm y vàng che thân, chiếc bát dùng để khất thực, sàn tọa ngồi thiền và ít thuốc men để duy trì mạng sống. Một cuộc sống nói không với tất cả tài, sắc, danh, thực, thùy. So sánh với ngày nay, đời sống xuất gia của một số Tăng Ni không còn giữ được phạm hạnh như thế, tương chao thì nghiệp cũ quay đầu. Chẳng những không buông bỏ mà còn muốn giữ thật nhiều, sẵn sàng đánh đổi mọi thứ để mua ghế, mua chức, chưa nói đến khi đụng chuyện là nỗi đóa sân si, giới hạnh lung lay vì không còn sơ tâm tịnh khiết. Thế mới thấm thía lời của cổ đức đã dạy: “Nhất niên Phật tại tiền, nhị niên Phật thăng thiên, tam niên bất kiến Phật” là thế. Đau lòng hơn nữa chính những người xuất gia lại nhúng tay vào những điều không phải là việc làm và hạnh nguyện của một kẻ xuất gia, đi ngược lại với

tôn chỉ của Phật là “thượng cầu hạ hóa”. Có lẽ hơn ai hết đức Phật đã quá hiểu những đứa con không được ngoan sau này của mình nên đã cảnh tỉnh bằng những bài kinh thiết thực như thế. “Ngài đã giảng kinh này để khích lệ các vị Tỳ kheo nên hành trì không tánh một cách chơn thực không điên đảo”. Vì chỉ có thấy mọi thứ là không, người xuất gia mới trọn vẹn tâm nguyện của một người đang tìm cầu sự giác ngộ, giải thoát. Mới thật sự buông bỏ những cái mà cuộc sống của những người trần tục có và nắm giữ, trở về trạng thái không của ban đầu là mới sanh ra, lúc mới hai bàn tay trắng đến với cuộc đời này. Từ đó đức Phật mới dạy:

“Trong lâu đài Lộc Mẫu này không có voi, bò, ngựa, ngựa cái, không có vàng và bạc, không có đàn bà, đàn ông tụ hội, và chỉ có một cái không duy nhất”.

Khi đã ý thức được điều này, “....cũng vậy, này Ananda, Tỷ Kheo không tác ý thôn tưởng, không tác ý nhơn tưởng, chỉ tác ý sự nhất trí, do duyên lâm tưởng; tâm của vị ấy được thích thú, hân hoan, an trú, hướng đến lâm tưởng”. Lâm tưởng ở đây là khung cảnh Già lam thanh tịnh, là khu rừng thanh vắng chỉ dành cho những bậc chân nhân tu hành, hoàn toàn không có của cải, vợ con, cha mẹ, không có tiền tài, danh vọng, địa

vị,... Tất cả mọi thứ đều không. Vị ấy như người đã đặt gánh nặng xuống và chỉ chuyên tâm tu hành, không còn các phiền lụy quấy nhiễu tâm thức. Tâm thanh tịnh và chính nơi ấy là Thiền định: "Này các Tỷ Kheo, ở đây, Tỷ Kheo đi đến khu rừng, đi đến gốc cây, hay đi đến ngôi nhà trống (sunnatagara-gato), ngồi kiết già, lưng thẳng và an trú chánh niệm trước mặt", đó chính là vị thế của thiền định.

2. "Không" là trạng thái của Thiền

Ý nghĩa lời dạy của đức Phật rất thâm thúy, rất sâu sắc, không chỉ hiểu một chiều, một tầng bậc mà nó bao hàm rất nhiều tầng bậc ý nghĩa khác nhau. Ngoài những gì đã phân tích ở trên, ý nghĩa chữ "không" sâu sắc hơn trong kinh Tiểu Không liên quan đến các trạng thái thiền định. Có bốn bậc thiền mà một vị Tỳ kheo nên đạt để làm rõ khái niệm "không" và an hưởng Niết-bàn: "Các phiền não do duyên lâm tưởng, địa tưởng không có mặt ở đây và chỉ có một phiền não tức là sự an tĩnh của Không vô biên xứ tưởng". Không vô biên xứ chính là tầng thiền thứ năm, và Kinh Tiểu Không đức Phật không chỉ dạy giới hạn ở tầng thiền này mà còn bao gồm tất cả các tầng thiền: Thức vô biên xứ, Vô sở hữu xứ, và Phi tưởng phi phi tưởng xứ. Hành giả "vượt qua các thiền chứng về vô sắc giới, vị ấy không tác ý Vô sở hữu xứ tưởng không có tác ý Phi tưởng phi phi tưởng xứ, chỉ tác ý sự nhất trí do vô tướng tâm định.

Nghĩa là vị này chứng được tâm định nhờ dùng một đối tượng không có tướng nên gọi là vô tướng tâm định".

Trong luận Thanh Tịnh Đạo (Visuddhimagga), Ngài Long Thọ (Nagarjuna) viết vào thế kỷ thứ năm, đã có nêu ẩn dụ phù hợp với bốn tầng thiền định đầu tiên như sau: "Một kẻ lữ hành đi trong sa mạc, không mang theo nước, và càng lúc thì càng khát. Cuối cùng, anh ta nhìn thấy một hồ nước ở đàng xa, anh ta tràn đầy hân hoan, vui sướng". Kẻ lữ hành lang thang trong sa mạc càng đi càng thấy khát, ước mơ duy nhất của họ lúc này chính là tìm ra nước để giải thoát cơn khổ về khát. Như vậy, cơn khát này tượng trưng cho sự khát khao về một nội tâm an tĩnh và hạnh phúc của tâm hồn mà thế giới trần tục bên ngoài không làm sao đáp ứng được. Đây là trạng thái của thiền định lạc trú khi đã buông xả, đã chào thua với những thứ tạm bợ của cuộc đời, tức là lúc nói không với tất cả. Hạnh phúc của người lữ thứ chính là khi đã nhìn thầy hồ nước ở đằng xa. Đó là lý do vì sao, đức Phật bảo với ngài Anan: "Này Anan, nhờ an trú vào (khái niệm) "không" mà bây giờ ta được an trú viên mãn nhất". Do đó, cần hiểu một điều rằng, nghĩa không ở kinh Tiểu Không chính là tùy thuộc vào các cấp bậc thiền chứng, những gì thật không có thời quán là không có, còn những gì thực có thời quán là thực có, nhìn sự vật như lúc đang là của nó thì Thiền cũng chính là không. Cho nên trong kinh mới mô tả rằng: "Trong cung điện của Lộc mẫu (Migara) này không có voi, bò, ngựa và lừa cái, không có vàng, bạc, không có sự tập hợp của đàn ông, đàn bà, mà chỉ có tăng chúng Tỳ-kheo yên tĩnh".

Bước lên tầng bậc cao hơn của Không chính là Thiền định để đạt đến nội không và ngoại không mà trong kinh Đại không, đức Phật dạy một Tỳ Kheo muốn an tịnh vào bên trong Đại không, cần phải: "Ly dục, ly bất thiện pháp, chứng và an trú trong thiền

thứ nhất..., thứ hai..., thứ ba..., thứ tư.... Ngay cả như vậy, A-nan, vị Tỳ Kheo vững vàng, trầm tĩnh, nhất tâm và an định nội không". Ở đây chúng tôi không trích dẫn hết nguyên đoạn kinh dài, nhưng ứng vào chữ nghĩa, chúng ta có thể hiểu một cách ngắn gọn như sau: hành giả muốn an định vào nội không thì trước tiên cần phải "ly dục", đó là xa lìa hay dứt bỏ những ham muốn của đời sống trần tục. Khi không dứt được lòng dục, lập tức các tập nhiễm phiền não sẽ dấy khởi trong tâm. Chỉ một niệm bất giác thôi, mãi mãi vị ấy không bao giờ tìm được niềm an lạc vĩnh cửu của tâm hồn. Nhưng muốn lìa dục, vị ấy cần phải xem tất cả là không, chỉ như thế vị ấy mới thật sự buông bỏ, thật sự ly dục và ly các bất thiện pháp. Chỉ khi chúng ta thật sự sống trong trạng thái không tĩnh lặng, thì cơ hội chứng và an trú vào các cấp độ thiền định từ thứ nhất đến thứ tư mới thật sự thành công. Ngay lúc này

chính là đã an trú vào nội không. Chúng ta sẽ thẩm thấu hơn về điều này trong lời dạy của đức Phật:

"Và này Ananda, như thế nào Tỷ kheo an chỉ, an tọa, chuyên nhất và an định nội tâm? Ở đây, này Ananda, Tỷ kheo ly dục, ly bất thiện pháp, chứng đạt và an trú Sơ thiền, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, có tầm, có tứ. Diệt tầm và tứ, chứng và trú Nhị thiền, một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tầm, không tứ, nội tĩnh nhứt tâm... chứng và trú Tam thiền... chứng và trú Tứ thiền. Như vậy, này Ananda, Tỷ kheo an chỉ, an tọa, chuyên nhất và an định nội tâm".

Vị ấy tác ý nội không... Vị ấy tác ý ngoại không... Vị ấy tác ý nội ngoại không... Vị ấy tác ý bất động", làm cho tâm đưa đến yểm ly, ly tham, đoạn diệt, an tịnh, thắng trí, giác ngộ, Niết-bàn.

Cao hơn một bậc về cách quán nội không và ngoại không, đức Phật còn dạy về sự quán sát cả nội ngoại đều không. Trong kinh Đại Không, đức Phật đã dạy về việc quán và diệt trừ năm thủ uẩn, vì chính năm thủ uẩn này mà chúng sanh bị rối ren, bị đọa xứ, bị khổ đau. Cho nên phải xem nó là không, là không có "Này Ananda, có năm thủ uẩn. Ở đây, Tỷ kheo cần phải đoạn tận chúng khi vị ấy tùy quán sự sanh diệt. Đây là sắc, đây là sự tập khởi của sắc, đây là sự đoạn diệt của sắc. Đây là thọ, đây là sự tập khởi của thọ, đây là sự đoạn diệt của thọ. Đây là tưởng... Đây là hành... Đây là thức, đây là sự tập khởi của thức, đây là sự đoạn diệt của thức. Trong khi vị ấy an trú, tùy quán sự sanh diệt của năm thủ uẩn này, nếu có ngã mạn nào (asmiṃmano) (khởi lên) đối với năm thủ uẩn, ngã mạn ấy được đoạn tận. Sự kiện là như vậy, này Ananda, Tỷ-kheo tuệ tri như sau: "Phàm có ngã mạn nào đối với năm thủ uẩn (khởi lên) nơi ta, ta đã đoạn tận ngã mạn ấy." Ở đây, vị ấy ý thức rõ ràng như vậy. Những pháp này, này A

lòng với quả vị tu chứng này mà Tất Đạt Đa đã từ giã thầy của mình sau khi cũng tu tập để chứng đến cấp độ này. Ngài tiếp tục tìm đến vị đạo sư nổi tiếng hơn với công năng tu tập uyên thâm hơn, đó là Uddaka Ramaputta. Vị này được xem là người giỏi nhất lúc bấy giờ vì chứng đến quả thiền thứ 8, tức Phi tưởng phi phi tưởng xứ định.

Chỉ trong một thời gian ngắn, Thái tử Tất Đạt Đa đã thực tập và chứng ngang hàng với thầy mình. Không bằng lòng với quả vị đang có, dù được thầy Uddaka Ramaputta mời

ở lại để cùng làm giáo chủ của phái, nhưng Thải tử vẫn từ chối và ra đi vì vẫn chưa thỏa chí mong cầu. Trải qua sáu năm tu khổ hạnh, Ngài quyết định tìm đến con đường Trung đạo. Chỉ trong vòng thiền định 49 ngày đêm, Ngài đã tìm thấy ánh sáng chân lý dưới cái nhìn của tuệ giác. Mở một lối đi mới cho chúng sanh, mở một lối đi mới, rất riêng so với các tôn giáo đương thời.

Như thế, Thiền định của đức Phật chính là Ngài đã thừa hưởng tinh hoa từ những người đi trước, nhưng Ngài đã làm cho nó toàn mỹ hơn, sáng hơn, đẹp hơn, hoàn thiện hơn nhờ sự thực tập, tu chứng và trí tuệ thâm sâu của Ngài. Do đó, Đại Không Kinh mà Ngài giảng dạy chủ yếu thức tỉnh các vị Tỳ kheo nên an trú vào thiền quán của nội không, ngoại không và nội ngoại không để tu tập trong khi đi, đứng, nằm, ngồi. Đó là cách duy nhất để tìm ra con đường và lối đi phù hợp trên lộ trình tìm hạnh phúc nội tại của tự tâm.

Thế nhưng, để các đệ tử của mình chấp nhận buông bỏ cái "có" (tài, sắc, danh, thực, thùy,...) để chấp nhận cái "không" của cuộc đời áo vải khất sĩ, đức Phật đã dạy về nghĩa "không" chính là sự vô thường, biến đổi của vạn pháp.

3. "Không" là sự vô thường, biến đổi, không thật

Vạn pháp trên thế gian luôn đi theo quy luật thành, trụ, hoại và không. Do đó, tuổi thọ của các pháp dù là người hay vật đều rất ngắn ngủi, tạm bợ và mong manh. Các pháp đến rồi đi, sinh rồi diệt, hợp rồi tan. Ôn Như Hầu đã từng thẩm thấu sự biến đổi này mà thốt lên những câu thơ nghe chua chát trong Cung Oán Ngâm Khúc:

"Trẻ tạo hóa đành hanh quá ngán,
Chết đuối người trên cạn mà chơi.
Lò cừ nung nấu sự đời,
Bức tranh vân cẩu vẽ người tang thương". (Câu số 73 - 76)
Hay:
"Phong trần đến cả sơn khê,
Tang thương đến cả hoa kia cỏ này.
Tuồng huyễn hóa khéo bày ra đấy,
Kiếp phù sinh trông thấy mà đau". (Câu 99 - 102)
Sự thay đổi của vạn pháp, sự mong manh tạm bợ đó đã làm cho con người đau khổ. Thế nhưng, khi nhìn sâu vào sự vật trên thế gian, chúng ta phải chấp nhận một sự thật hiển nhiên rằng; các pháp vốn từ cái không mà sinh ra thành có, và rồi từ cái có thay đổi biến hoại và lại trở về không. Khoảng thời gian thay đổi biến hoại ấy, Phật giáo tạm gọi nó là vô thường, tức chỉ cho trạng thái biến đổi, không thường nhiên của vạn pháp. Không đợi đến Phật giáo Đại thừa, ngay khi đức Phật còn tại thế, Ngài đã chỉ ra thực tướng, thực tánh của vạn pháp để chúng Tỳ kheo lấy đó mà tu tập. Thế nên, nói về "Không" cũng còn là cách để đức Phật thức tỉnh hàng Tỳ kheo tinh tấn tu hành, bởi cuộc sống này vốn là vô thường tạm bợ, sinh rồi diệt, diệt rồi sinh. Trong Kinh Tương Ưng đức Phật dạy:

“Ví như, này các Tỳ kheo, sông Hằng này chảy mang theo đống bọt nước lớn. Người có mắt nhìn đống bọt nước ấy, chuyên chú, như lý quán sát. Do nhìn chuyên chú, như lý quán sát nó, đống bọt nước ấy hiện rõ ra là trống không, hiện rõ ra là rỗng không, hiện rõ ra là không có lõi cứng. Làm sao, này các Tỳ kheo, lại có lõi cứng trong đống bọt nước được? Cũng vậy, này các Tỳ kheo, phàm có sắc gì thuộc quá khứ, vị lai, hiện tại, hoặc nội hay ngoại, thô hay tế, hoặc liệt hay thắng, hoặc xa hay gần, vị Tỳ kheo thấy sắc, chuyên chú, như lý quán sát sắc. Do vị Tỳ kheo nhìn chuyên chú, như lý quán sát sắc, sắc ấy hiện rõ ra là trống không, hiện rõ ra là rỗng không, hiện rõ ra là không có lõi cứng. Làm sao, này các Tỳ kheo, lại có lõi cứng trong sắc được?...Ví như, này các Tỳ kheo, trong tháng cuối mùa hạ, vào đúng giữa trưa đứng bóng, một ráng mặt trời rung động hiện lên. Một người có mắt nhìn chuyên chú, như lý quán sát nó. Do người ấy nhìn chuyên chú, như lý quán sát, nên ráng mặt trời ấy hiện rõ ra là trống không, rỗng không, không có lõi cứng... Làm sao, này các Tỳ kheo, lại có lõi cứng trong ráng mặt trời được?”.

Cách đây gần 3.000 năm, đức Phật đã nhìn rõ cuộc đời là không có cái gì thường nhiên thực tại, tất cả đang trong vòng biến đổi, sanh diệt, diệt sanh. Ngài đã lấy bọt nước trôi lững lờ trên sông Hằng để làm ví dụ thực tiễn, chỉ cho chúng Tỳ kheo lấy đó mà tu tập. Vạn pháp trên cõi đời có khác nào bọt nước trôi nổi trên sông, phút trước nhìn thấy là thật có, nhưng như lý quán sát một thời gian rất ngắn, từ cái có nó chuyển thành cái không, nó mong manh, tạm bợ đến chẳng ai ngờ. Mặt trời, mặt trăng và các vì sao cũng thế, nhìn

chúng hiện hữu đó cứ ngỡ rằng thật có, nhưng kỳ thật chúng di chuyển từng phút từng giây, rồi từ có thành không và từ không thành có.

Từ sự thay đổi của vạn sự vạn vật, chúng ta suy ra được thân phận con người trên cuộc đời này cũng thế, cũng không tồn tại vĩnh cữu mãi với thời gian. Đức Phật lấy kiếp sống của chùm bọt nước trên sông Hằng để ví cho thọ mạng ngắn ngủi của tất cả chúng sanh. Ngỡ rằng thân này sẽ tồn tại vĩnh cữu, nhưng nào ai hay sự sống chết thật vô thường. Sở dĩ thân này có là vì năm uẩn hòa hợp nên có, nhưng đến khi tứ đại bất hòa, lập tức nó từ cái có chuyển thành cái không. Đã bao lần ta đau khổ trước sự mất mát chia ly, đã bao lần ta thức trắng đêm tiếc nuối cho tuổi thanh xuân đi qua cuộc đời một cách vô vọng. Ta khổ đau, ta vật vã khi xa người mình yêu, khi thương mà người vẫn chết. Sự vô thường, làm cho vạn pháp rỗng không đã chi phối toàn bộ đời sống của con người, chính nó làm cho con người vui và cũng chính nó làm cho con người đau khổ.

Sự vô thường, trống không, đến và đi không báo trước, và nó cũng không chỉ dành riêng cho người thế gian mà ngay cả các bậc xuất gia tu hành cũng không thoát khỏi quy luật này. Đức Phật đã từng cảm thương sự ra đi của các đệ tử mình như sau: “Ta nhìn đại chúng, thấy đã trống không, vì Xá Lợi Phất và Mục Kiền Liên đã vào Niết-bàn”. Đây là thâm tình của một người thầy dành cho đệ tử, của một người cha dành cho con. Bởi lẽ khi còn tại thế, Xá Lợi Phật và Mục Kiền Liên chính là hai vị để tử thượng thủ, đắc lực của Phật, được ví như cánh tay phải, tay trái của Ngài. Mỗi lần đức Phật thuyết pháp, bao giờ Phật cũng nhìn thấy hai vị ấy ngồi ở hàng đâu tiên, vì đó là những vị để

tử lớn trong tăng đoàn, lại là hai vị có trí tuệ đệ nhất và thần thông đệ nhất trong chúng Tỳ kheo. Do đó, sự vắng bóng của hai vị chính một mất mát lớn của tăng đoàn. Đức Phật là một con người, Ngài không phải là gỗ đá vô tri, chính vì không phải gỗ đá vô tri nên Ngài thẩm thấu được sự mất mát, nỗi đau của tất cả chúng sanh. Nếu Ngài không có lòng cảm thương như thế, làm sao Ngài ôm trọn chúng sanh vào trái tim mình. Chính sự cảm thương này đã nuôi lớn lòng từ bi của Phật để xem tất cả chúng sanh như con.

Thế nhưng, khi nhắc đến hai vị để tử đã ra đi, cũng chính là nhắc nhở hàng Tỳ kheo phải ý thức được sự rỗng không của vạn pháp. “Hãy quán một cách đúng đắn rằng năm thủ uẩn là vô thường, đau khổ, bịnh tật, thay đổi, phiền muộn, không và vô ngã...”. Và dù cho Xá Lợi Phất và Mục Kiền Liên là những vị tu hành đã chứng thánh quả, nhưng các Ngài còn mang tấm thân vật lý, nghĩa là còn phải chịu sự chi phối của nghiệp lực và sự vô thường biến đổi của thời gian. Tấm thân huyễn mộng của các Ngài đã ra đi, nhưng pháp thân bất diệt

về trí tuệ và đức hạnh thì mãi còn ở lại, soi sáng cho bao thế hệ của ngàn sau. Qua đây để biết rằng, người xuất gia không phải là người đã thoát khỏi sự chi phối của vô thường, trống không, mà chính là những người đã giác ngộ, nhờ công năng tu tập mà thấu rõ được quy luật vô thường, trống không này để vượt ra ngoài tam giới của sinh, già, bệnh và chết. Trong Tương Ưng Bộ Kinh, tập III đức Phật dạy:

“Này các Tỳ kheo, sắc là vô thường. Cái gì vô thường cái ấy là khổ. Cái gì khổ, cái đó không có tự ngã. Cái gì không có tự ngã, “Cái đó không phải là của ta, ta không phải là nó, nó không phải là tự ngã của ta”. Đó là với trí tuệ quán sát thực tại như nó là. Cảm thọ là vô thường..., giống như tưởng..., hành...Thức là vô thường. Cái gì vô thường cái ấy là khổ. Cái gì khổ, cái đó không có tự ngã. Cái gì không có tự ngã, “Cái đó không phải là của ta, ta không phải là nó, nó không phải là tự ngã của ta”. Đó là với trí tuệ quán sát thực tại như nó là”.

Chỉ có cách này, chỉ có quán tất cả các pháp là vô thường, là vô ngã, là không có một thực thể tồn tại thường nhiên mới mong tìm được chân hạnh phúc trong cuộc đời. Nếu cứ chấp thân này là của tôi, là tự ngã của tôi thì đường sanh tử mở lối thênh thang, sáu nẻo luân hồi đắm chìm trong tam giới. Với trí tuệ siêu việt, đức Phật dạy các vị Tỳ kheo nên dùng tuệ giác quán chiếu, biết rõ cái khổ không có tự ngã, nó không phải là ta, ta không phải là nó và nó cũng không phải là tự ngã của ta. Sự rỗng không trả về cho rỗng không, vì thế giới này là thế giới của sự rỗng không. “Trống rỗng là thế giới! Trống rỗng là thế giới!” Đức Phật đã dạy như vậy. Bạch Đức Thế Tôn vì sao câu nói này được tuyên bố như vậy? Này A-nan, bởi vì thế giới này là không có tự ngã hoặc những gì thuộc về tự ngã, cho nên nói thế giới này trống rỗng.

Việc đến hay đi trên cuộc đời này tất cả đều do duyên. Duyên hợp thì vạn pháp hội tụ, duyên hết thì các pháp ly tan, nhưng dù hội ngộ hay chia ly thì tất cả cũng bắt đầu cho một chữ không. Vì từ không mới chuyển thành có và cũng từ có biến chuyển thành không. Như vậy, không cũng chính là trùng trùng duyên khởi.

4. “Không” là trùng trùng duyên khởi

Nếu như những nhà tư tưởng của Ấn Độ cho rằng “nước là khởi nguyên của vạn vật” hay Thượng đế là đấng sáng thế. Trong khi đó Phương Tây lại có rất nhiều quan điểm cho vấn đề này. Ví dụ: Ông Thales cho rằng khởi nguyên của Vũ trụ là nước, Anacimen lại cho là khí, Heraclite thì cho là lửa, Pythagora

thì cho là những con số, Empedocle thì chủ trương nước, đất, khí và lửa cấu thành vạn vật, Platon đưa ra thuyết nhị nguyên, Aristote thì đưa ra thuyết siêu hình học và thiên nhiên học,... và còn rất nhiều những quan điểm về sự hình thành của thế giới. Riêng Phật giáo lại cho rằng, vũ trụ luận của thế giới quan không tách rời nhân sinh quan. Danh từ chung để chỉ cho cả nhân sinh và thế giới được gọi là Pháp. Đức Phật đã từng nói rằng: “Tất cả pháp hòa hợp mà sinh nên Như Lai gọi là nhân duyên” (ye dhamma hetuppabhava tesam hetum tathagats – Assaji). Nói như thế, con người và vạn pháp do nhân duyên hòa hợp mà có, tức tất cả đều bắt đầu từ không, rồi mọi thứ làm nhân, làm duyên cho nhau, hòa hợp lại mà hình thành con người và thế giới. Như vậy, nói đến duyên khởi, cũng chính là nói đến không, ngược lại, khi phân tích về không, tức là đã nói về giáo lý trùng trùng duyên khởi.

Trong kinh Tương Ưng bộ, đức Phật đã dạy về giáo lý duyên khởi được biểu hiện qua 12 chi phần như sau:

“Do vô minh (avidya) duyên hành (samskaras); hành duyên thức (vijnana); thức duyên danh sắc (nama-rupa); danh sắc duyên lục nhập (sad-ayatana); lục nhập duyên xúc (sparsa), xúc duyên thọ (vedana); thọ duyên ái (trsna); ái duyên thủ, thủ duyên hữu (upadana); hữu duyên sanh (bhava); sanh duyên già, bịnh, chết (jati), sầu, bi, khổ, ưu, não. Đó là sự sanh khởi của toàn bộ tiến trình. Này các Tỳ kheo, đây gọi là sự sanh khởi toàn bộ khổ uẩn”.

Qua lời dạy trên của đức Phật, chúng ta có thể nhận thấy 12 chi phần duyên khởi hòa hợp mắc xích với nhau không thể tách rời. Thế nên, cái nguyên nhân đầu tiên để sanh ra vô minh hoàn toàn không có thực thể, không có khởi đầu, hoàn toàn do nhân duyên sinh khởi. Cả hành, thức, danh sắc,... cũng thế. Chúng xuất hiện, hỗ tương nhân quả cùng nhau. Ví như do vô minh mà có hành, do hành mà có thức, do có thức nên danh sắc hiện hữu, từ danh sắc phát sinh lục nhập, rồi xúc, thọ, ái, thủ, hữu, sanh và lão tử. Đã thế thì nó không thực có, mà nó ở dạng không, trống rỗng, chỉ hòa hợp hội tụ, rồi ly tan.

Từ đó, ta suy ngược lại của 12 chi phần nhân duyên: Nếu “không có sinh thì khổ đau không có mặt, không có hữu thì không có sinh. Không có thủ thì không có hữu, không có ái thì không có thủ. Không có thọ thì không có ái, không có xúc thì không có thọ. Không có lục nhập thì không có xúc, không có danh sắc thì không có lục nhập. Không có hành thì không có danh sắc, không có vô minh thì không có hành”.

Qua đoạn trích trên, chúng ta có thể hiểu được không cũng chính là trùng trùng duyên khởi. Do nó không có cái này thì cũng không có cái kia, ngược lại có sự xuất hiện của chi phần này, lập tức chi phần khác hiện hữu. Cũng giống như: khổ đau được chấm dứt

do vì không có sinh, và muốn không có sinh thì nên chấm dứt hữu, vì hữu chính là sự hình thành của năm uẩn, của vạn pháp. Cứ như thế, bất kỳ một chi phần nào trả về không, thì kéo theo sau đó những chi phần còn lại sẽ trở về không. Và trong 12 chi phần ấy, nếu một chi phần nào đó bị cắt đứt, lập tức 11 chi phần kia biến mất, trả về trạng thái không ban đầu của con người và thế giới. Trong kinh tạng Pali, 12 nhân duyên được tóm tắt bằng công thức đơn giản như sau:

“Do đây sanh, kia sanh; do sanh đây, kia sanh; Do đây không sanh, kia không sanh; do diệt đây, kia diệt”.

Lời dạy trên đã chứng minh rất cụ thể, 12 chi phần nhân duyên chính là nguyên nhân của sự hình thành, tập khởi của con người và thế giới, cũng chính 12 móc xích này lại là nguyên nhân để đưa đến sự hủy diệt, trống không của vạn pháp và nhân sinh. Về ý nghĩa này, đức Phật đã từng giải thích rất rõ ràng trong kinh Tương Ưng như sau:

“Này các Tỳ kheo, nay ta sẽ dạy cho các ngươi sự sanh khởi và tiêu diệt thế giới. Đó là cái gì?

Do mắt duyên sắc khởi nhãn thức. Ba pháp này họp lại nên có xúc. Do xúc có thọ. Do thọ có ái. Do ái có hữu. Do hữu có sanh. Do sanh có già, bịnh, chết, sầu, bi, khổ, ưu, não. Đây là sự sanh khởi thế giới”. Do tai duyên âm thanh khởi nhĩ thức..., Do mũi duyên hương..., Do lưỡi duyên vị..., Do thân duyên xúc..., Do ý căn duyên pháp trần..., Ba pháp này họp lại nên có xúc. Do xúc có thọ. Do thọ có ái. Do ái có hữu. Do hữu có sanh. Do sanh có già, bịnh, chết, sầu, bi, khổ, ưu, não. Đây là sự sanh khởi thế giới. Và này các Tỳ kheo, cái gì đưa đến sự tiêu diệt thế giới?

Do mắt duyên sắc... Do thọ có ái. Do ly tham, đoạn diệt khát ái hoàn toàn nên thủ diệt. Do thủ diệt hữu diệt. Do hữu diệt sanh diệt. Do sanh diệt già, bịnh, chết, sầu, bi, khổ, ưu, não diệt. Đây là sự tiêu diệt của toàn bộ tiến trình. Này các Tỳ kheo, đây là sự tiêu diệt thế giới”.

Đoạn kinh trên đã chứng minh cho chúng ta thấy rằng: “Tất cả các pháp sanh và diệt đều có nguyên nhân”, cho nên “Do đây sanh, nên kia sanh”. Tư tưởng này đã đánh đổ khái niệm tự ngã, cho rằng bản ngã thật sự tồn tại, hiện hữu,

hay tất cả hiện tượng của con người và thế giới đều do thượng đế sáng tạo nên. Giáo lý duyên khởi đã chứng minh rõ vạn pháp là giai không, nên nó không có một thực thể tồn tại nào của ngã. Liễu ngộ được điều này chính là ranh giới để bước lên bậc thềm giải thoát mọi triền phược nhiễm ô. Cũng chính sự thậm thâm, vi diệu của giáo lý không – Duyên khởi, mà ngài Anan (Ananda) và đức Phật đã tán thán thế này:

“Sâu sắc là giáo lý Duyên khởi! Thậm thâm là giáo lý Duyên khởi! Vì không giác ngộ và thâm nhập giáo lý này mà chúng sanh hiện tại giống như ổ kén lộn xộn, cuộn chỉ rối ren, giống như cỏ munja và cây bấc lao xao, không thể nào vượt qua khỏi cảnh khổ, ác thú, đoạ xứ, luân hồi”.

Bàn về khái niệm “Không” và 12 nhân duyên, trong Tiểu Nghĩa Thích Kinh (Cula Niddesa) thuộc Kinh tập của Tiểu bộ đã phân tích rất rõ ràng về sự sanh khởi của các

pháp. Đó là do nhãn căn tiếp xúc với sắc trần nên nhãn thức sanh khởi; nhĩ căn tiếp xúc với âm thanh nên nhĩ thức sanh khởi…Tương tự như thế mà vạn pháp từ rỗng không bắt đầu sanh khởi thành giả có. Cũng vậy, từ sáu căn (ayatana) nên sáu trần (phassa) sanh khởi, tùy thuộc vào sáu trần mà thọ (vedana) sanh khởi, từ thọ mà ái (Tanha) sanh khởi, rồi từ ái mà thủ (upadanac) sanh khởi, từ thủ mà hữu (bhava) sanh khởi… cứ thế vạn pháp sanh khởi theo 12 chi phân nhân duyên.

Để hiểu thêm về ý nghĩa của không, chúng ta sẽ tìm hiểu thêm trong kinh Tạp A Hàm, số 335 có ghi lại như sau: "Thế nào là đệ nhất nghĩa không? Này các Tỳ kheo, khi mắt sanh thì nó không có chỗ đến; lúc diệt thì nó không có chỗ đi. Như vậy, mắt chẳng thật sanh, sanh rồi diệt mất; có nghiệp báo mà không có tác giả. Ấm này diệt rồi, ấm khác tương tục, trừ pháp tục số. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý cũng nói như vậy, trừ pháp tục số. Pháp tục số tức là nói, cái này có thì cái kia có, cái này khởi thì cái kia khởi, như vô minh duyên hành, hành duyên thức, nói chi tiết đầy đủ thành một khối khổ lớn tập khởi. Lại nữa, cái này không thì cái kia không, cái này diệt thì cái kia diệt, vô minh diệt nên hành diệt, hành diệt nên thức diệt. Như vậy, nói rộng cho đến thuần một khối khổ lớn tụ diệt".

Từ ý nghĩa này chúng ta có thể quán chiếu: "Không là nhãn thức, không cũng là nhĩ thức,…". Tất cả mọi hiện tượng căn, trần và thức đều trả về không. Chúng ta dễ nhận thấy giáo lý Duyên khởi và cũng dễ dàng nhận ra "không" khi quán chiếu, thực nghiệm tất cả các pháp: Vì "Không" (Sunnata) là chân lý của vũ trụ, là quyết định căn bản của giáo lý Duyên khởi. Tuệ tri về "không" là tuệ tri về vô thực thể: "Sunnatanupassana ti anattanupassana va". Cũng vậy,

vạn pháp "… Chúng là vô ngã, vô thường, không có bản thể, không có bản chất của thường hằng, hạnh phúc hoặc ngã". Cho nên, nói về không cũng chính là bàn luận về vạn pháp là trùng trùng duyên khởi.

III. KẾT LUẬN

Qua tất cả những đề mục mà chúng tôi đã chứng minh ở trên, chúng ta thấy thời Phật giáo Nguyên thủy đã đề cập đến vấn đề "không" một cách rất thâm thúy, với các tầng bậc ý nghĩa giá trị, phục vụ cho đời sống tu tập của hai bộ đại tăng. Tuy nhiên, khái niệm không này không chỉ dừng lại ở thời kỳ Phật giáo Nguyên thủy, mà đến thời kỳ Bộ phái, tư tưởng này cũng được đem ra bàn luận, mổ xẻ và có lẽ đỉnh cao của khái niệm không, chính là thời kỳ của Phật giáo Đại thừa. Hay nói khác hơn, Đại thừa đã làm cho "không" trở nên vi diệu, tuyệt vời, trở thành giáo lý nền tảng của Phật giáo sau này. Như vậy, xuyên suốt từ thời Phật giáo Nguyên thủy đến Đại thừa, khái niệm này chưa bao giờ chấm dứt, mà nó phát triển một cách rầm rộ. Để mọi người cùng hiểu rằng, sau khi đức Thế Tôn nhập diệt, giáo lý của Ngài đã phát triển tột bậc. Từ đó có thể chứng minh, không chính là một trong những tư tưởng căn bản, cốt lõi của giáo lý đạo Phật, từ Nguyên thủy, Bộ phái đến Đại thừa. ---oOo---

Emptiness of all phenomena – vô pháp

Emptiness of the Self – vô ngã, ngã không

Emptiness of the Self - In his work In Praise of Dharmadhatu (In Praise of Ultimate Expanse), Nagarjuna states:

Meditations on impermanence
And overcoming clinging to permanence,
Are all elements of training the mind.
However, the supreme purification of mind
Is achieved through insight into emptiness.
Nagarjuna defines emptiness as an absence of inherent existence.

In the Heart Sutra, the Buddha makes his well-known cryptic statement,

Form is empty, emptiness is form.

There is a clearer presentation of this terse statement in the Perfection of Wisdom Sutra in 25,000 Lines, where Buddha says:

Form is not empty of emptiness;

Form itself is that emptiness.

In the first line Buddha specifies that what is being negated in respect to form is not something other than its inherent existence. In the second line he establishes the conventionally existent form that exists due to its emptiness of inherent existence. What appears when we negate the inherent existence of form, is form. The nonexistence – or emptiness – of any inherent quality of form is what enables form to exist.

Buddha pointed out that without knowledge of the emptiness of inherent existence of self there is no possibility of attaining freedom from our miserable state. The most profound meditative state of single-pointed absorption, free of all distractions of sensual experience, cannot dispel grasping at a sense of self. Sooner or later this self-grasping will serve as the basic for our experience of afflictions. These afflictions will lead to actions that will provoke more actions, resulting in our experience of misery in cyclic existence.

If, however, we have no sense of self, there would be no basis for the occurrence of attachment or aversion. Attachment comes about in response to the perception of something's being attractive. For something to be desirable there must be someone to whom it is so, as an object would not be attractive all by itself. Only when something is attractive to me do I desire it. In the same way, when something is perceived to be unattractive, aversion arises and can grow into anger and even hostility. All these strong emotions are initially due to an "I" that is experiencing a perceived attractiveness or unattractiveness of an object.

Since our experience with afflictions such as desire or aversion, pride or jealousy, is due to things being attractive or repellant to us, once the notion of this independent self is removed there is no possibility of these afflictions arising. If, however, we do not

negate the mistaken notion of the “I,” regardless of the profundity of our meditation, afflictions will eventually arise in us and lead to our suffering.

Buddha taught many practices by which happiness can grow in our lives, such as acting generously toward others and rejoicing in their virtues. But as these do not directly oppose our distorted grasping at a notion of self, the qualities that these practices engender cannot provide us with the ultimate state of happiness: freedom from all suffering. Only the insight into selflessness, with its direct antidote to our ignorance self-grasping, can accomplish this.

It is essential that we penetrate the nature of phenomena by means of profound study and critical analysis. This will lead us to recognize the absence of any independent, identifiable self in all phenomena. If we then cultivate our realization of selflessness meditation, we will eventually attain true liberation – nirvana. (A Profound Mind – The Dalai Lama - Edited by Nicholas Vreeland)

Enamoured - enamored – say mê, ham thích

Encapsulate – enclose in a capsule = tóm lược, gói gọn

Enchanted – làm say mê

Encompass – bao gồm, chứa đựng

Encroachment – xâm lấn, xâm phạm

Encumbrance - điều phiền toái

End - cứu cánh; End of suffering: diệt đế

Endemic - bệnh dịch

Endogenous – thuộc sinh vật học

Endow – to grant, to bestow = ban cho; Endowment = thiên phú

Energy – According to Dr. Michael Newton in his book “Journey of Souls”: Energy is made up of waves of molecules that are always in motion. At death, as a soul passes through series of energetic realms to re-enter the spiritual world…

Enervate – làm kiệt sức, làm mỏi mòn

Engender – sinh ra, gây ra

Enigmatic – bí ẩn, khó hiểu (Enigma = điều bí ẩn, người khó hiểu)

Enlightened = awakened; Enlighten: giác ngộ; Enlightened mind: giác tâm.

Buddhism & Hinduism - A blessed state in which the individual transcends desire and suffering and attains Nirvana.

Enmeshed – đánh lưới, làm mắt lưới

Enmity – thù hằn, tình trạng thù địch

Ennui - buồn chán

Enquiry – đòi hỏi, yêu cầu

Ensconce - để gọn lỏn, ngồi thu mình

Enshrine - nơi thiêng liêng, chốn linh thiêng

Ensue – sinh ra từ…

Entail - tài sản kế thừa theo thứ tự

Enthrall – reduce to slavery = nô dịch

Entity - thực thể

Entrail - ruột, lòng trái đất

Entropy – độ biến thiên, giản đồ nhiệt độ

Entwine – ôm, quấn (giây leo)

Envisage – đương đầu, nhìn thẳng vào mặt

Envy – thèm muốn, ghen tị, đố kỵ

Eon – vĩnh viễn, vĩnh cửu, vô cùng

Ephemeral – lasting only one day = phù du, tạm bợ

Ephemerides - lịch sao

Ephemeris - lịch thiên văn

Epic – thiên anh hùng ca

Epicureanism - chủ nghĩa hưởng lạc, thuyết Ê-pi-cu

Epicureanism, in a strict sense, the philosophy taught by Epicurus (341–270 BCE). In a broad sense, it is a system of ethics embracing every conception or form of life that can be traced to the principles of his philosophy. In ancient polemics, as often since, the term was employed with an even more generic (and clearly erroneous) meaning as the equivalent of hedonism, the doctrine that pleasure or happiness is the chief good. In popular parlance, Epicureanism thus means devotion to pleasure, comfort, and high living, with a certain nicety of style.

Epigram – thơ trào phúng, lời nói dí dỏm

Epilepsy - chấn động thần kinh

Epiphany – appearance, manifestation = sự kiện chuá Jesus hiện ra, lễ hiển linh

Epistemological – theory of nature = thuộc về thuyết thiên nhiên

Epistemology - nhận thức luận (triết học) = the study of knowledge and justified belief.

Epistolary – thơ từ, dưới dạng thơ từ

Epithet – tên gọi có ý nghiã để đặt cho người nào đó

Epitome – summery of written work, a brief presentation = bản tóm tắt

Epitomize – tóm tắt, cô động lại

Eponymous – tên người được đặt tên tại một nơi, tổ chức

Equanimity – bình thản, thư thái (evenness of mind under stress = buông bỏ)

In Buddhism, equanimity - 'xả' (SKT: upekkha) is one of the four immeasurables (4 pháp Vô lượng tâm) and is considered:

Neither a thought nor an emotion, it is rather the steady conscious realization of reality's transience. It is the ground for wisdom and freedom and the protector of compassion and love. While some may think of equanimity as dry neutrality or cool aloofness, mature equanimity produces a radiance and warmth of being. The Buddha described a mind filled with equanimity as "abundant, exalted, immeasurable, without hostility and without ill-will."

Equanimity – is a balanced attitude that avoids the extremes of attraction and aversion (ác cảm). It enables us to overcome bias and prejudice in our responses to others and functions as an antidote to pride and partiality. As the Buddha taught, pride often occupies center stage in the workings of the ego- self because of our inherent belief that we are more important or more valuable than others. Because of pride, we are likely to feel hostile toward those who seem to threaten our sense of importance. We also may be overattached to pleasant situations and to people who seem to promise protection for the ego-self from change, and we may react with jealousy toward others when we feel that we have somehow missed out on what is rightfully "ours". Thus a lack of equanimity leads us to favor people who seem to advance our ego-self and boost our selve-importance, and to act with aversion toward those who endanger it despite the fact that such feelings may be entirely groundless.

The Buddhist view is that all beings are equal. Several arguments are given to prove this contention (tranh luận). Most basically, all beings are endowed with Buddha-nature or the intrinsic potential for Enlightenment and are hence worthy of respect. It is sometimes difficult to come to term with this idea when we consider very evil people. Perhaps the best course is to think of such people as suffering from a grave sickness. This view accords well with the Buddha's own approach to the human condition. The Buddha taught that any attitude and its resulting actions that brings harm to others is a form of disease akin to insanity. When we read in the newspaper that somebody has been murdered by a person suffering from psychotic delusions, we may feel sadness and anger that the perpetrator has been allowed to live unsupervised and untreated by society, but normally we accept that the person is not responsible for the harmful act. Perhaps we should apply this view to those people who are

conventionally labeled as evil. Such people definitely need to be restrained for the safety of others and given the help they need to lead more constructive and healthy

lives, but they, too, have Buddha-nature and should be regarded with equanimity and treated with respect. A similar attitude can help us respond without prejudice and hostility to those who are unattractive or displeasing to us in some more minor way.

As we follow the Buddha path, we may at times fall prey to indolence (biếng nhác) and allow ourselves to become distracted by activities that impede our progress on the path. We may also occasionally harbor feelings of discouragement and self-contempt. Determination is the antidote to these feelings, as it helps us develop and maintain enthusiasm about the path. On an everyday level, determination encourages us to reflect on the life of the Buddha and the great saints and to read inspirational texts. These activities and other religious practices, such as reciting prayers, going on pilgrimages to holy places, and making offerings to the Buddhas and Bodhisattvas can help rekindle our ardor and see us through times of hardship and disappointment we may experience.

Finally, Bodhidharma taught that a seeker on the path should cultivate insight. Our understanding of the Dharma may begin on an intellectual level, but as we progress on the path, true insight is developed as a byproduct of meditation. The most important insight to be cultivated is a perception of the true nature of reality. This insight can lead eventually to Enlightenment itself. The process of gaining insight begins quite simple, for we all have some degree of understanding. First, we study and learn about the Mahayana path. In contrast to certain later Zen masters, Bodhidharma does not seem to have discouraged the study of Buddhist teachings through its criptures. Next, we ponder (cân nhắc) and reflect deeply on the significance of what we have learned, until we gain a deeper level of insight. Finally, we focus on what we have understood during meditation until our mind mixes with the insight and it becomes a living experience. (Zen Master Class – Stephen Hodge)

Ý nghĩa chữ Xả trong đạo Phật - Khái niệm ‘xả’ trong Phật giáo nhấn mạnh hai điểm là sự xả bỏ hay chấp nhận sự chuyển biến của sự vật thuộc về vật chất và tư tưởng thuộc về tinh thần.

Xả là một trong 4 pháp Vô lượng tâm: Từ bi hỷ và xả. 4 trạng thái tâm này là kết quả của quá trình tu tập 37 phẩm trợ đạo. Nói một cách khác, nó là kết quả của hành giả sau khi đã thành tựu giới định và tuệ. Tức là sau khi thấy rõ thực

tướng của các pháp là vô thường, khổ, không và vô ngã, từ đó trạng thái hỷ xả của tâm mới xuất hiện, do vậy khái niệm xả trong đạo Phật không mang ý nghĩa bình thường, nó luôn luôn liên hệ với trí tuệ. Có nghĩa là nếu không có trí tuệ thì trạng thái xả ấy không phải là loại xả trong đạo Phật, dù là đạo Phật thuộc Thượng toạ bộ hay Phật giáo Đại thừa.

Sự khác biệt về quan niệm ‘xả’ giữa hai phái chỉ là sự khác biệt về cách mô tả về trí tuệ. Theo Thượng toạ bộ cho rằng, trí tuệ (panna) chỉ xuật hiện khi nào có sự phân biệt, so sánh đối tượng, kết quả của sự phân biệt, nó cho chúng ta có sự nhận thức đúng về sự vật, cái đó là trí tuệ; Ngược lại, Đại thừa mô tả về trí tuệ bằng từ ngữ pra-jnaparamita,

pra là trước, trước khi; jna là nhận thức và paramita là đến bờ bên kia, tức là giác ngộ, từ này bổ nghĩa cho khái niệm jna, có nghĩa là sự nhận thức của bậc đã giải thoát, không phải là kẻ phàm phu. Như vậy từ pra-jnaparamita là sự nhận thức trước khi có sự so sánh phân biệt về đối tượng. Có thể nói đây là cách giải thích không đồng giữa hai trường phái về tuệ giác của Phật. Thế nhưng dù gì đi nữa, cả hai khái niệm này đều cùng có chung nguồn gốc, xuất phát từ sự hiểu biết, là trí tuệ. Do vậy, khái niệm ‘xả’ trong Phật giáo không đồng nghĩa với khái niệm ‘vô tri’ hay trạng thái 'xả thọ' trong 3 thọ, là trạng thái vô tri vô giác, cũng như thái độ dửng dưng, vô trách nhiệm của con người. Đây chính là sự dị biệt về nhận thức luận giữa Phật giáo Tiểu thừa và Đại thừa.

Từ ý nghĩa này, nó gợi ý cho chúng ta hiểu rằng, khái niệm ‘xả’ trong Phật giáo nhấn mạnh hai điểm là sự xả bỏ hay chấp nhận sự chuyển biến của sự vật thuộc về vật chất và tư tưởng thuộc về tinh thần. Chỉ có sự chấp nhận này mới mang lại cho chúng ta cuộc sống an vui và hạnh phúc, thoát khỏi sự mâu thuẫn giữa nhận thức và thực tại. Với thái độ chấp nhận như vậy, đó là biểu thị tâm tư giải thoát không còn sự chấp trước, thoát khỏi sự dao động khuấy nhiễu của 6 trần. Đây chính là nội dung và ý nghĩa của chữ xả. (Thích Hạnh Bình) ---ooOOoo--- Equate – làm cân bằng, san bằng

Equestrian - người cỡi ngựa

Equilateral – (tóan học) đều cạnh

Equinox - điểm xuân phân, thu phân

Equipoise – thăng bằng, cân bằng

Equivocation – nói lập lờ, nói nước đôi

Eradicate – pull up by the roots = nhổ rễ, trừ tiệt

Erect - dựng lên, dựng đài kỷ niệm, dựng tượng

Errand - việc lặt vặt

Erudite - học rộng, uyên bác

Escapism – khuynh hướng thoát ly thực tế

Eschewed – kiêng cử ăn, tránh làm việc gì

Esoteric – bí mật, chỉ người đặc biệt mới hiểu

Esoteric – to those prepared to undergo the extensive training needed in order to gain gnosis, direct knowledge of spiritual power - thuyết bí truyền

Esoteric Buddhism - Phật Giáo Mật Tông: Mật tông là một nền văn hóa đặc sắc của Phật giáo Đại thừa giai đoạn cuối, còn gọi là Mật giáo hoặc Bí mật giáo, Chân ngôn tông, Kim cang thừa, Mật thừa, Quả thừa v.v..

Phật giáo Đại thừa rốt cục trở thành Mật tông là một sự kiện khá bất ngờ, nhưng cũng có thể nói là do bối cảnh lịch sử lâu dài của nó. Sự bất ngờ là bởi thời đức Thích Tôn còn tại thế, Phật giáo cực lực phản đối thần quyền, bài xích những quan niệm thần bí,

phủ định các chú thuật v.v..có thể thấy được đức Phật không bao giờ đề xướng những phương thuật mật chú đã bị bám rễ sâu ở trong quan niệm tín ngưỡng nhân gian người Ấn.

Esoteric sect - phái mật giáo - Mystical practices and esoteric sects are found in all forms of Buddhism.

Esoteric Five Fold Canon – Ngũ Tạng Kinh

Essence – tính chất, bản chất

Esteem – kính mến

Estuary - cửa sông

Ether - chất dĩ thái, bầu trời trong sáng

Ether (Spirit) – is the fifth element; the four elements: earth, air, fire, and water

Ethereal – cao tít tầng mây, trên không trung

Etheric – soul body

Etheric double - Thể phách: là bản sao chính xác từng hạt một của thể hữu hình và là môi trường thông qua đó có tác dụng mọi dòng điện và dòng sinh khí mà hoạt động của xác phàm tùy thuộc vào đó. Nó được gọi là "thể phách" vì nó được cấu tạo bằng "chất dĩ thái" (ether); nó được gọi là "nhị trùng thể" (double) vì nó là bản sao chính xác của xác phàm, có thể nói là cái bóng của xác phàm. Vật chất của cõi trần được chia ra bảy lớp là: chất đặc, chất lỏng, chất khí, chất dĩ thái. Chất dĩ thái có bốn tình huống phân biệt với nhau. Đây là bảy trạng thái của vật chất thuộc cõi trần, và bất cứ bộ phận nào thuộc vật chất đó cũng đều có thể chuyển thành bất kỳ một trong các trạng thái này. Thể vật lý của con người bao gồm vật chất ở bảy trạng thái này: xác phàm gồm vật chất ở thể đặc, thể lỏng và thể khí; còn thể phách bao gồm bốn lớp chất dĩ thái mà ta lần lượt biết tên là Dĩ thái I, Dĩ thái II, Dĩ thái III và Dĩ thái IV.

TÌM HIỂU VỀ THỂ PHÁCH (THỂ SINH LỰC) THEO HUYỀN BÍ HỌC?

Khoa học gia cho rằng ngoài ba trạng thái quen thuộc của vật chất, còn một trạng thái thứ tư gọi là ether. Người có thông nhãn quan sát thấy nó là cầu nối liền giữa cơ thể vật chất và tâm thức thuộc trạng thái này. Cầu nối ấy ta gọi là thể sinh lực (vital body) hay thể phách (etheric body).

Thể sinh lực bao quanh và thấu nhập vào trọn cơ cấu thể xác (tự nó thì thể phách là một thể riêng biệt lớn hơn, bao quanh bên ngoài thể xác). Thể xác giống như một nhân gồm chất liệu đậm đặc hơn nằm bên trong khối ether. So với thể xác gồm những cơ quan và bộ phận có hình dạng, giới hạn rõ rệt; thể phách lại có những luồng năng lực tuôn chảy không ngừng. Bởi thể sinh lực lồng vào và thấu nhập thể xác, ta có thể ví cơ cấu tổng hợp này với bộ máy có dòng điện chạy qua làm máy hoạt động. Chuyện khác biệt giữa bộ máy và cơ cấu hai thể phách - xác là có vẻ như thể sinh lực có trước rồi thể xác đậm đặc

dần vào bên trong thể sinh lực, và tùy thuộc vào thể này để tồn tại. Sự tùy thuộc này thấy rõ khi ta ngủ ban tối, thể phách rút ra khỏi thể xác và thể xác bất động; nó chỉ linh hoạt trở lại khi thể phách quay về nhập vào thể xác lúc ta ngủ đủ; thí dụ khác là khi giải phẫu dùng thuốc mê, thể phách tạm thời bị đẩy ra khỏi thể xác và con người mất tri thức một thời gian. Sự hiện diện của màng lưới ether khiến cho thể xác có sự sống, và cái chết xẩy ra khi màng lưới rút về; do vậy màng lưới còn có tên là thể sinh lực. Trên thực tế thể phách chỉ là năng lực. Nó gồm vô số những dòng năng lực mỏng manh, hòa hợp với các thể khác. Những dòng năng lực này tác động lên thể xác và tới phiên nó khiến thể xác có sinh hoạt. Thể sinh lực tạm thời rút ra khỏi thể xác khi có chụp thuốc mê, mất tri thức, sự trao đổi bình thường giữa thể xác và thể sinh lực ngưng lại trong một khoảng thời gian cho đến khi có tri thức trở lại. Trong lúc đó thể xác giữ được sự sống nhờ đường nối giữa hai thể gọi là sợi dây bạc (the silver cord), với luồng sinh lực vẫn còn chẩy trong đó nhưng với lượng giảm đi rất nhiều so với bình thường, tựa như dòng nước nhỏ trong ống nước bị nghẹt. Cái chết xẩy ra khi sợi dây kết nối bị đứt lìa hoàn toàn. Giống như thể xác có dòng máu mang chất bổ dưỡng đến tế bào để nuôi cơ thể, và tín hiệu điện từ tế bào thần kinh truyền đi điều khiển cử động hay ghi nhận cảm giác; năng lực trong thể phách cũng có hai loại:

- Năng lực nuôi dưỡng được kinh sách Ấn gọi là PRANA; Phách đem sanh- lực phân phát khắp thân-thể

- Năng lực thứ hai gồm hai phần là cử động - cảm giác và hoạt động siêu hình. Phách làm một cái cầu ở chính giữa cái xác và cái vía; nó truyền qua cái vía những sự tiếp-xúc của giác-quan xác-thịt và đem xuống cái óc xác-thịt và bộ thần-kinh mạng-lịnh của tâm-hồn và sự hiểu biết của mấy cảnh trên.

Tóm lai, cái Phách là bộ máy để phát sanh-lực. Không có nó, con người sẽ chết, cái xác sẽ rã ra các nguyên tử. Bởi nó có hình dáng giống xác-thịt và làm bằng chất tinh-khí (dĩ-thái: éther), nên người ta còn gọi nó là double éthérique. Cái phách tùy theo xác thịt mà biến đổi thể-chất. Nếu xác-thịt tinh-tấn, nhẹ- nhàng thì nó cũng tinh-tấn nhẹ-nhàng, còn xác thịt ô trược, nặng-nề thì nó cũng hóa ra ô trược nặng-nề. Thể phách chỉ bao gồm các chất dĩ thái thuộc cõi hồng trần thôi và nếu nó có xuất ra khỏi xác phàm thì nó cũng không thể rời được cõi trần và không thể rời xa đối thể thô trược của nó; hơn nữa nó được kiến tạo theo cái khuôn mà các Đấng Nghiệp Quả Tinh Quân đã áp đặt và phải chờ cho Chơn ngã cùng với xác phàm được kiến tạo trong cái khuôn đó. Ta nên lưu ý rằng thể phách đặc biệt mẫn cảm với các thành phần cấu tạo dễ bay

hơi của rượu, vì thế các tôn giáo thường cấm uống rượu, nhất là các rượu mạnh.

TÙNG THIÊN TỪ BẠCH HẠC ---oOo---

Ethical - đạo lý; Ethical endeavour = đạo đức; Ethics = luân thường đạo lý

Ethicist - người đạo đức

Ethnographic – dân tộc học

Ethos - đặc tính, nét đặc biệt cuả tập thể, chủng tộc

Etiological - thuộc về căn bệnh học

Etymology - từ nguyên học - Etymology is the study of the history of words, their origins, and how their form and meaning have changed over time. By an extension, the term "the etymology of (a word)" means the origin of the particular word.

Eulogize – tán dương, khen ngợi

Eunuch - hoạn quan, thái giám - A castrated man employed as a harem attendant or as a functionary in certain Asian courts.

Euphemism - lối nói trại, uyển ngữ

Euphemism – substitution of an agreeable, suggest something unpleasant

Euphoria – trạng thái phởn phơ, sảng khoái

Euthanasia – killing or permitting the death to hopelessly sick = làm cho người mắc bệnh nan y được chết nhẹ nhàng

Evanescent – chóng phai mờ, phù du

Evangelisation - sự truyền bá phúc âm, cảm hóa

Evasion - lảng tránh, thoái thác, trốn thuế

Evil karma – ác nghiệp - The word karma, like the word evil, is often used without understanding. Karma is not fate, nor is it some cosmic justice system. In Buddhism, there is no God to direct karma to reward some people and punish others. It is just cause and effect.

Dasa Kusala Kamma and Dasa Akusala Kamma or Ten Wholesome Deeds and Ten Unwholesome Deeds

Dasa Kusala is known as Ten Wholesome Deeds (Action) or Ten Meritorious Deeds and Dasa Akusala is known as Ten Unwholesome Deeds or Ten Immoral Deeds. Deeds and Action can be considered to give the same meaning here.

Dasa Kusala Kamma and Dasa Akusala Kamma Explained:

Saleyyaka Sutta discourse, disclosed by Gautama Buddha at Sala village of Kosala kingdom, describes one of the most important points of the Buddha Dhamma, namely Dasa Kusala Kamma (Ten Wholesome Deeds) and Dasa Akusala Kamma (Ten Unwholesome Deeds). The essence of the Sutta describing Kusala and Akusala kamma can be put forward as follows.

Dasa Akusala Kamma or Ten Unwholesome Deeds or Actions

There are three (3) types of Wrong Conduct a human being is capable of:

(1) Wrong Conduct with Body (2) Wrong Conduct with Words (3) Wrong Conduct with Mind

There are three (3) sub divisions of Wrong Conduct with Body

(1.1) Killing of living creatures of all sorts, being wicked with bloody hands, engaged in killing living creatures in various methods, being uncompassionate towards living beings of all sorts

(1.2) Stealing possessions belonging to others whether in village or in forest not given to him with deceived mind status

(1.3) Misbehaves sexually with women, Those who are protected by Mother, protected by Father, protected by Mother and Father, protected by Brother, protected by Sister, protected by Relations, protected by the Clan, protected by Dhamma, those having a Husband, those consented for marriage, those who are promised for marriage in whatever way.

There are four (4) sub divisions of Wrong Conduct with Words.

(2.1)There is one who lies, in an assembly, amidst people, amidst relations, amidst royal court or government. There when asked by Judges to tell what he knows, without knowing, he would say that he knows, with knowing, would say that he does not know. Without seeing, would say that he saw and seeing would say that he did not see. As mentioned he would lie knowingly due to self benefit, or due to influence of others or due to a bribe or a reward offered.

(2.2) One would slander. Hearing from here, goes elsewhere and tell to disunite or to split here. Hearing from elsewhere, would tell here to disunite or to split there. Thus would disunite the united. Would separate out the split ones. Take pleasure on creating split up groups , would speak to create such split up groups.

(2.3) One would talk roughly. Talk words that make others angry, words that are unpleasant, scathing words that others despise. His talk does not pave way to concentration.

(2.4) One would engage in frivolous talk and gossip. Talk that is not suitable to that moment, talk that is false, talk that has no meaning, talk that is not conductive to dhamma or vinaya.

There are three (3) sub divisions of Wrong Conduct with Mind.

(3.1) One would be greedy. Would think greedily on other's wealth. Would desire the wealth belonging to others to be his.

(3.2) One would be angry. His mind is defiled and with destructive thoughts of others he does not like. Would think of ill will towards them and would want to destroy and kill them.

(2.1) There is one who abstain from telling lies, in an assembly, amidst people, amidst relations, amidst royal court or government. There when asked by Judges to tell what he knows, without knowing, he would say that he don't know, with knowing, would say that he does know. Without seeing, would say that he did not see and seeing would say that he saw. As mentioned he would not lie knowingly even due to self benefit, or

due to influence of others or due to a bribe or a reward offered.

(2.2) One would abstain from slander. Hearing from here, does not go elsewhere and tell to disunite or to split here. Hearing from elsewhere, would not tell here to disunite or to split there. Thus would unite the disunited. Would bring together the split ones. Take pleasure on uniting up groups, would speak to create unity among groups.

(2.3) One would not talk roughly. Does not talk words that make others angry, Speak words that are pleasant, words that others like. His talk paves way to bring together everybody.

(2.4) One would abstain from frivolous talk and gossip. Would talk that is suitable to that moment, would talk that is truth, would talk that is meaningful, would talk that is conductive to dhamma or vinaya.

There are three (3) sub divisions of Correct Conduct with Mind.

(3.1) One would abstain being greedy. Would not think greedily on other's wealth. Would not desire the wealth belonging to others to be his.

(3.2) One would not be angry. His mind is not defiled and without destructive thoughts of others Would think of loving kindness on all beings.

(3.3) One would be of right views as follows. Would think there is merit (vipaka) on giving, merit on worshipping (alms giving), merit on helping and looking after others, merit on good deeds (actions) or bad deeds (kusala kamma and akusala kamma), there is a thing called present world, there is a thing called world after death, thinks there is specialty in Mother, thinks there is specialty in Father, do believe in spontaneous births of beings (birth in hell, heaven etc), do believe in recluses and brahmins who has gained wisdom that had enabled them to gain inpaths to see this world and the other worlds.

Gautama Buddha says that due to above mentioned Right Conducts, some born in heaven after death.

Mười Ác Nghiệp

A. Ba ác nghiệp của thân:

1) Có người sát sanh, tàn nhẫn, tay lấm máu, tâm chuyên sát hại đả thương, tâm không từ bi đối với các loài hữu tình.

2) Người này lấy của không cho, bất cứ tài vật gì của người khác, hoặc tại thôn làng hoặc tại rừng núi, không cho người ấy, người ấy lấy trộm tài vật ấy.

3) Người ấy sống tà hạnh với các dục lạc, liên hệ đến dục tình với các hạng nữ nhân có mẹ che chở, có cha che chở, có mẹ cha che chở, có anh che chở, có chị che chở, có bà con che chở, đã có chồng, được hình phạt gậy gộc bảo vệ, cho đến những nữ nhân được trang sức bằng vòng hoa.

B. Bốn ác nghiệp của khẩu:

1) Có người vọng ngữ đến chỗ tập hội, chỗ chúng hội, hay đến giữa các thân tộc, các tổ hợp, hay đến giữa vương tộc, khi được dẫn ra làm chứng và được hỏi: "Này người kia, hãy nói những gì Ông biết". Dầu cho người ấy không biết, người ấy vẫn nói: "Tôi biết"; dầu cho người ấy biết, người ấy vẫn nói: "Tôi không biết"; hay dầu cho người ấy không thấy, người ấy vẫn nói: "Tôi thấy"; hay dầu cho người ấy thấy, người ấy vẫn nói: "Tôi không thấy". Như vậy, lời nói của người ấy trở thành cố ý vọng ngữ, hoặc vì nguyên nhân tự kỷ, hoặc vì nguyên nhân tha nhân, hoặc vì nguyên nhân một vài quyền lợi gì.

2) Và người ấy là người nói "hai lưỡi". Nghe điều gì ở chỗ này, đi đến chỗ kia nói để sanh chia rẽ ở những người này; nghe điều gì ở chỗ kia, đi nói với những người này, để sanh chia rẽ ở những người kia. Như vậy, người ấy ly gián những kẻ hòa hợp, hay xúi giục những kẻ ly gián, ưa thích phá hoại, vui thích phá hoại, thích thú phá hoại, nói những lời đưa đến phá hoại.

3) Và người ấy là người nói lời thô ác. Bất cứ lời gì thô ác, tàn ác, khiến người đau khổ, khiến người tức giận, liên hệ đến phẫn nộ, không đưa đến Thiền định, người ấy nói những lời như vậy.

4) Và người ấy nói những lời phù phiếm, nói phi thời, nói những lời phi chơn, nói những lời không lợi ích, nói những lời phi pháp, nói những lời phi luật, nói những lời không đáng gìn giữ. Vì nói phi thời, nên lời nói không có thuận lý, không có mạch lạc, hệ thống, không có lợi ích.

C. Ba ác nghiệp của ý:

1) Có người có tham ái, tham lam tài vật kẻ khác, nghĩ rằng: "Ôi, mong rằng mọi tài vật của người khác trở thành của mình!".

2) Lại có người có tâm sân, khởi lên hại ý, hại niệm như sau: "Mong rằng những loài hữu tình này bị giết, hay bị tàn sát, hay bị tiêu diệt, hay bị tàn hại, hay mong chúng không còn tồn tại".

3) Lại có người có tà kiến, có tưởng điên đảo như: "Không có bố thí, không có kết quả của bố thí, không có tế lễ, không có cúng dường, các hành vi thiện ác không có kết quả dị thục, không có đời này, không có đời sau, không có mẹ, không có cha, không có các loại hóa sanh, trong đời không có các Sa- môn, Bà-la-môn chân chính hành trì, chân chánh thành tựu, sau khi tự tri, tự chứng lại tuyên bố cho đời này và cho đời sau".

Đấy là mười ác nghiệp do thân, khẩu và ý tạo tác nếu không đoạn trừ mười ác nghiệp này thì sẽ đem lại khổ đau ngay trong đời sống hiện tại và sau khi thân này kết thúc phải đọa vào trong cõi dữ, ác thú, đọa xứ, địa ngục. Như đức Thế Tôn đã khẳng định: "Do nhân hành phi pháp, phi chánh đạo, có một số lớn loài hữu tình sau khi thân hoại mạng chung phải đọa vào trong cõi dữ, ác thú, đọa xứ, địa ngục."

Trái với Ác Nghiệp là Thiện Nghiệp. Sau đây là 10 Thiện Nghiệp:

Mười Thiện Nghiệp

A. Ba thiện nghiệp của thân:

1) Có người từ bỏ sát sanh, tránh xa sát sanh, bỏ trượng, bỏ kiếm, biết tàm quý, có lòng từ, sống thương xót đến hạnh phúc tất cả chúng sanh và loại hữu tình.

2) Từ bỏ lấy của không cho, tránh xa lấy của không cho, bất cứ tài vật gì của người khác, hoặc tại thôn làng hoặc tại rừng núi, không cho người ấy, người ấy không lấy trộm tài vật ấy.

3) Từ bỏ sống theo tà hạnh đối với các dục, không liên hệ đến dục tình với các hạng nữ nhân có mẹ che chở, có cha che chở, có mẹ cha che chở, có anh che chở, có chị che chở, có bà con che chở, đã có chồng, được hình phạt gậy gộc bảo vệ, cho đến những nữ nhân được trang sức bằng vòng hoa.

B. Bốn thiện nghiệp của khẩu:

1) Có người từ bỏ vọng ngữ, tránh xa vọng ngữ, đến chỗ tập hội, hay đến chỗ chúng hội, hay đến giữa các thân tộc, hay đến giữa các tổ hợp, hay đến giữa vương tộc, khi được dẫn ra làm chứng và được hỏi: "Này người kia, hãy nói những gì Ông biết". Nếu biết, người ấy nói: "Tôi biết", nếu không biết, người ấy nói: "Tôi không biết"; hay nếu không thấy, người ấy nói: "Tôi không thấy"; nếu thấy, người ấy nói: "Tôi thấy". Như vậy lời nói của người ấy không trở thành cố ý vọng ngữ, hoặc vì nguyên nhân tự kỷ, hoặc vì nguyên nhân tha nhân, hoặc vì nguyên nhân một vài quyền lợi gì.

2) Từ bỏ nói"hai lưỡi", tránh xa nói"hai lưỡi". Nghe điều gì ở chỗ này, không đi nói với những người kia để sanh chia rẽ ở những người này, nghe điều gì ở chỗ kia không đi nói với những người này để sanh chia rẽ ở những người kia. Như vậy, người ấy sống hòa hợp những kẻ ly gián, tăng trưởng những kẻ hòa hợp, ưa thích hòa hợp, vui thích hòa hợp, thích thú hòa hợp, nói đến những lời đưa đến hòa hợp.

3) Từ bỏ lời nói độc ác, tránh xa lời nói độc ác, những lời nói nhu hoà, đẹp tai, dễ thương, thông cảm đến tâm, tao nhã, đẹp lòng nhiều người, vui lòng nhiều người, người ấy nói những lời như vậy.

4) Từ bỏ lời nói phù phiếm, tránh xa lời nói phù phiếm, nói đúng thời, người ấy nói những lời chân thật, nói những lời có ý nghĩa, nói những lời về chánh pháp, nói những lời về Luật, nói những lời đáng được gìn giữ. Vì nói hợp thời, nên lời nói thuận lý, có mạch lạc, hệ thống, có ích lợi.

C. Ba thiện nghiệp của ý:

1) Có người không có tham ái, không tham lam tài vật của kẻ khác, không nghĩ rằng: "Ôi, mong rằng mọi tài vật của người khác trở thành của mình!"

2) Lại có người không có tâm sân, không có khởi lên hại ý, hại niệm, nghĩ rằng: "Mong rằng những loài hữu tình này sống không thù hận, không oán thù, không nhiễu loạn, được an lạc, lo nghĩ tự thân!"

3) Người ấy có chánh kiến, không có tư tưởng điên đảo: "Có bố thí, có kết quả của bố thí, có tế lễ, có cúng dường, các hành vi thiện ác có kết qủa dị thục, có đời này, có đời sau, có mẹ, có cha, có các loại hóa sanh, trong đời có các Sa-môn, Bà-la-môn chân

chánh hành trì, chân chánh thành tựu, sau khi tự tri, tự chứng lại tuyên bố cho đời này và đời sau".

Đấy là mười thiện nghiệp, nếu như chúng ta thực hiện mười thiện nghiệp này thì không những trong đời sống hiện tại được hạnh phúc an lạc mà sau khi thân này kết thúc sẽ được sanh vào cảnh giới an lành. Như đức Thế Tôn đã tuyên bố: "Do nhân hành đúng pháp, hành đúng chánh đạo, ở đây, một số lớn loài hữu tình sau khi thân hoại mạng chung được sanh vào thiện thú, Thiên giới, đời này." (Hòa thượng Thích Minh Châu) ---oOo--- Evince - tỏ ra, chứng tỏ

Evocative - gợi lên

Evolvement - suy ra, luận ra

Exacerbate – làm tăng, làm trầm trọng

Exalted - phấn khởi, cao hứng (Exalt - đề cao, tâng bốc, tán tụng)

Exasperated – anger of…= làm tức giận

Excavate – khai quật

Excerpt - phần trích, đoạn trích

Excision - cắt bỏ (bộ phận cơ thể)

Exclusion - ngoại lệ

Excrement – phân, cứt

Excrete – bài tiết, thải ra

Execration – ghét cay ghét đắng, lời chửi rủa

Excruciating - hết sức đau khổ

Exert – hành sử, sử dụng

Exhilarating – making cheerful and excited; refreshing; stimulating Làm hồ hởi, vui vẻ

Exhortation - sự cổ võ, hô hào, thúc đẩy

Exigency - nhu cầu cấp bách

Exogenous - somatic = thuộc về tế bào cơ thể

Exonerate - miễn cho ai nhiệm vụ gì

Exorbitant – giá quá cao, giá cắt cổ, đòi hỏi quá đáng

Exoteric – to those content to accept the outer forms of spiritual observance - thuyết công khai, phổ biến

Expedient – suitable for achieving = có lợi, thiết thực, thích hợp

Expiate - chuộc, đền tội

Explicit – rõ ràng, dứt khoát (Implicit - ngấm ngầm, ẩn tàng)

Exploit - kỳ công, thành tích (Exploitation – khai lợi, khai thác)

Expound – trình bày chi tiết, giải thích, dẫn giải

Exquisitely – một cách thanh tú, trang nhã

Expunge – xóa tên khỏi danh sách

Exorcist - người trừ quỷ - an exorcist is a person who is believed to be able to cast out the devil or other demons…

Extant – pháp lý hiện có

Extol – tán dương, ca tụng

Extrapolate - ngoại suy (toán học)

Extra Sensory Perception (ESP) - nhận thức ngoại giãn - Extrasensory perception or ESP includes reception of information not gained through the recognized physical senses but sensed with the mind.

Extricate - giải thoát, tách ra

Extroverse - người quan tâm đến môi trường xung quanh hơn bản thân

Extroversion tends to be manifested in outgoing, talkative, energetic behavior, whereas introversion is manifested in more reserved and solitary behavior. Extroversion is "the act, state, or habit of being predominantly concerned with obtaining gratification from what is outside the self".

Extruder – máy đúc ép (kỷ thuật)

Exuded – spreaded out in all directions

Exult – hân hoan, hoan hĩ (Exultation = sự hoan hỉ) ---oOo--- I feel different religious traditions have a great responsibility to provide peace of mind and a sense of brotherhood and sisterhood among humanity.

Tôi cảm thấy những truyền thống tôn giáo phải có trách nhiệm lớn là đem lại sự bình an trong tâm hồn và ý thức về tình huynh đệ giữa các chúng sinh.

F

Facilitate – làm cho dễ dàng, làm cho thuận tiện

Faggot - người đồng dâm (nam)

Fallacy – false, mistaken idea = ảo tưởng, sai lầm, ngụy biện

Fallible – có thể sai lầm (Fallibility – sai lầm)

Fanaticism - phái cuồng tín (Fanatic = người cuồng tín)

Fastidious – khó tính, khó chiều, kén chọn

Fatalistic - dựa vào thuyết định mệnh

Fathom - sải (đơn vị đo chiều sâu)

Fealty – lòng trung thành

Feat - kỳ công, chiến công

Febril - Sốt cấp tính (thiếu máu)

Feces - đồ phế thải, phân

Feckless – vô hiệu quả

Fecund – có khả năng sinh sản, phì nhiêu, mầu mở

Feeble – lacking of strength = yếu đuối, nhu nhược

Feigned - giả vờ (Feign - giả đò, bịa đặt)

Feint – đòn nhử đối thủ, sự giả vờ

Feisty – hăng hái, hăm hở

Felicitously – thích hợp, khéo léo

Femur - giải phẫu xương đùi

Fermentation - sự lên men, sự khích động, xúi giục

Ferret – dây lụa, dây vải

Fervent - nồng nhiệt, nhiệt thành

Fervid - nồng nhiệt

Fetch – hồn ma, vong hồn; mánh khóe, mưu mẹo

Ngày nay, Ma vẫn là bí ẩn đối với nhân loại, có những câu chuyện nói về Ma, nhưng cũng không thể kết luận được là có Ma.

Qua cái nhìn của Văn hóa và Tôn giáo Việt Nam, thì con người gồm có một phần xác và một phần hồn. Khi phần xác chết thì phần hồn sẽ lìa khỏi xác và phần này được gọi là linh hồn. Nếu linh hồn đó không có cơ hội đầu thai hoặc nơi trú ngụ, mà còn vương vất ở những nơi có liên quan đến họ khi còn sống, thì từ ngữ bình dân thường gọi là: Ma, Hồn ma, Quỷ, Cô hồn...

Ma hay Hồn ma, là một khái niệm trừu tượng, trên thực tế, khi nói đến ma người ta thường diễn tả thấy một dáng người, trắng bạc, hay một cái bóng lờ mờ, hoặc một đống đen thùi lùi, còn chỗ ở của ma là những ngôi mộ, nhưng ma cũng có thể vương vất ở những nơi tăm tối, vắng vẻ. Theo quan điểm một số người nói là: chỉ có người có duyên với Ma thì mới có thể nhìn thấy được Ma hay những người có khả năng đặc biệt còn gọi là các nhà ngoại cảm là có thể thấy và nói chuyện được với Ma.

Fetid – hôi thối, hôi hám

Fetter – gông cùm, xiềng xích

Fickle – hay thay đổi, không kiên định

Fidge - sự bồn chồn, người hay sốt ruột

Fiendish – như quỷ sứ, tàn ác

Fierce – wicked = wild = anger

Figment - điều tưởng tượng, điều bịa đặt

Filial - hiếu thảo (filial debts = ơn cha mẹ)

Filthy – ô trược, bẩn thỉu

Fissure - chỗ nứt, vết nứt

Five aggregates – ngũ uẩn: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức (Thân là sắc, Tâm là thọ, tưởng, hành, thức).

What are the five aggregates?

Upon perceiving a sensation, whatever it is, as soon as we are aware of something, in reality the five aggregates are set in motion. Whether we are thinking, talking, making a move, experiencing some pain, a itchy or neutral sensation, these are the five aggregates, which are set in motion. When we are absorbed into meditation, the five aggregates are set in motion. When we reach some states of consciousness that we often hear about under the calling transcendental, beyond conceptual thought, union with the divine, or anything whatsoever, those are still aggregates being set in motion. Any experience that we can do, in any field whatsoever, in any manner whatsoever, where ever or whenever we do it, these are still aggregates being set in motion. When nibbana is known, when nibbana is reached, as soon as nibbana is observed, these are still the five aggregates being set in motion.

Thus, there is absolutely no field of experience existing apart from the five aggregates. This is the great discovery which the monk Gotama, the Awakened one, Buddha, twenty-five centuries ago, did beneath the "boddhi" tree. He very clearly observed the apparition and the cessation of the five aggregates. From this experience, what he learned is that; whatever it is, these are still the five aggregates at work. There is absolutely nothing which does exist beyond the compass of the five aggregates. Buddha's discovery

Suppose Buddha had only discovered this, which would still be a remarkable contribution to the knowledge of humanity. What is even more unusual, the even more striking and revolutionary discovery he did, among all these

philosophical and religious systems of thoughts invented by mankind since immemorial times, is that if nothing does exist apart from the five aggregates, nothing is found within them even. They are perfectly empty and insubstantial. Indeed, they do not exist, let us say that they do not exist by themselves. They do appear and

immediately after having appeared, they do vanish.

Apart from this process, there is NOTHING and, there is NOTHING within either. Any experience we might do, any stage of knowledge we may reach, thus transcendental it could be, lying beyond the world or worldly phenomena, thus being an experience of "buddhahood", that is to say self-awakening, complete awakening, these are still the five aggregates. This is what Buddha's discovery lied in.

When he was still an ignorant being on the path, he followed the teachings of a few great masters themselves regarded as Buddha, as being who reached "buddhahood". That is to say awakening, complete liberation. He did follow their teaching, he did perform the various practices and yoga that they taught and reached the ultimate stage, which these masters named awakening, full spiritual realisation. We sometimes call this a "stage of non-meditation", which is a state where absolutely nothing does ever vividly appear again to consciousness. We think that it is about a stage, which lies beyond aggregates. We believe it to be a state of transcendence.

Buddha's intuition

When Buddha reached it, his spiritual preceptors told him: "As you already reached the goal, you could join us for teaching this truth." Nevertheless, he decided to go further this stage. He remained dissatisfied of this experience, as he had an intuition, which ordinary mortals didn't have. Even if he reached these states of transcendence, the problem precisely lies in that he reached something. Only owing to their lack of sagacity, their lack of intelligence, their lack of knowledge, these spiritual masters believed this to be awakening, liberation, the end of suffering indeed. Even if at that time, he had not yet reached what he did reach later on beneath the "bodhi" tree, he had had the intuition that it was still something partaking with an unsatisfactory nature.

Among various religious or philosophical systems, noticeably within Brahmanical Hinduism, various Indian religions, liberation is often depicted as a state being transcendent to the world, as a mode of being, a state of being,

which transcends the world and lies beyond all things. Buddha, on his behalf, is not satisfied by this explanation. He thinks that wherever we are, we are somewhere. Whatever the experience we do, that is still an experience, WHATEVER IT IS. And so, though transcendent we believe our spiritual realisation or experiences to be, those are still spiritual realisations and experiences.

And so, does he tell: " All the experiences done by all these spiritual masters are experiences done through a contact ". That is to say that these are still the five aggregates at work.

What are the five aggregates about?

Description

There are several schools of thoughts that teach the five aggregates. There is noticeably what we call "Buddhism" in a broad sense that we should rather call: "BUDDHISM (S) ". Likewise, there are also"HINDUISM (S) ". In short, this is what, in theravada, we call Brahmanism (s). That is to say religions, philosophies and systems of thoughts that conceive of an underlying unity, the ultimate and transcend truth. Those ones sometimes expound to us the five aggregates. These five aggregates are divided between two categories. We find, on one hand, the category of purely material phenomena and the category of purely mental phenomena on the other.

The aggregate of matter.

There is therefore the aggregate of matter, the material aggregate, the aggregate of material propensities, material activities and phenomena. It is the sole representative of the material category.

The other category is the one of mental, immaterial phenomena. There are four aggregates that take part into this second category of mental or immaterial phenomena.

The aggregate of sensations.

The first of the four aggregates is the aggregate of sensations, which is the capacity to feel what is pleasant, unpleasant or neutral.

The aggregate of perception.

The aggregate of perception is the faculty to perceive, to memorise. It is precisely at this stage that the memorisation process does begin. The aggregate of formations

Then we find the aggregate of formations. We number fifty-two of them altogether. Formations, or volitional formations as we also sometimes call them, are properties of consciousness.

The aggregate of consciousness.

Consciousness is the fourth immaterial aggregate, this is the faculty to know. As soon as consciousness comes to know an object, it does know it in a certain manner, it knows it to be endowed with certain properties. This way through which consciousness knows an object is the aggregate of consciousness.

What are they made of?

These five aggregates vanish as soon as they appear, they can't be dissociated from one another. Save very rare exceptions, they cannot appear separately, or possibly, in a very momentary fashion.

The aggregate of matter, we all have an idea of what it is about: heat, cold, hardness, softness, wet and dryness, etc. All this belongs to the category of the aggregate of material properties. Then we can find consciousness, which is the faculty to know, to experience. We are endowed with these faculties because there is a sensation and a

memorisation, there is a perception, a type of "acknowledgement of receipt". There is therefore an aggregate of sensations and an aggregate of perception. As soon as consciousness comes to know its object, it is necessarily endowed with what we call the aggregate of volition or volitional formations.

What is interesting, what Buddha has discovered, contrarily to all these spiritual masters, all these philosophers, precisely lies in that, apart from these aggregates, nothing else does exist. We tend to imagine on one hand that these fleeting and changing aggregates do exist, appear and disappear, as soon as they do appear, in an endless succession. From another viewpoint, we think that within or outside of these aggregates, there does exist a substance, a

nature, a consciousness, a kind of knowledge, let's call it the way we like, we do imagine that there is something that lasts, beyond.

Sometimes we do imagine it to be existing apart from the aggregates, sometimes we do imagine it to be within them. "False!" does Buddha, the monk Gotama tell us. What he discovered is that there is nothing within or without these aggregates. He rejects this idea of what we call "buddhatatatha", that is to say the nature of that which rests upon itself, immanent, unconditioned, spontaneous, self-appearing, eternal, immutable, and needless to say, timeless. It would be, for some of us, the intrinsic nature of the aggregates, or the substance out of which the aggregates came into being and into which they are merged. It would be at the same time what the aggregates are inclined to and originating from. According to them, the aggregates pertain to the ordinary world, "loka", the world of phenomena. It would be essential that, by means of magic, by some type of purification, ritual or yoga, we succeeded in transcending them in order to attain this immutable nature that transcend them totally, which lies "beyond" them, within them. The discovery that the monk Gotama did twenty five centuries ago, is disconcerting in many respects, as he has discovered that this doesn't really exist. He asserts that only the aggregates exist and there is nothing else save the aggregates that appear and disappear.

But then, how it can be that Buddha has taught us a path towards liberation? A path of deliverance from the aggregates precisely. How it can be that this monk did teach us that there does exist a possibility to reach a "stage" of steadiness, peace not subject to agitation or disturbances caused by the wind of aggregates?

Định nghĩa Ngũ Uẩn là gì ?

Ngũ uẩn hay năm uẩn là năm yếu tố gồm có sắc uẩn, thọ uẩn, tưởng uẩn, hành uẩn và thức uẩn. Năm yếu tố đó nương tựa vào nhau để tạo thành con người gồm: thân thể (yếu tố vật lý) gọi là sắc và các yếu tố về tinh thần, tâm lý gọi chung là danh như thọ (cảm giác thọ nhận), tưởng (tri giác, ấn tượng), hành (hành xử tạo nghiệp) và thức (ý thức, sự nhận biết).

Ngũ uẩn tiếng Phạn là Panca Skandhah, Trung Hoa dịch ra nhiều nghĩa khác nhau. Có thể kể ra ba loại chính:

Thời kỳ đầu, vào những năm đầu của thế kỷ thứ III trước Công nguyên, Ngũ uẩn (Panca Skandhah) được dịch theo âm tiếng Phạn, phiên âm chữ Skandhah ra chữ Hán là Kiền độ hay Tắc kiền độ.

Thời kỳ thứ 2 vào khoảng thế kỷ thứ V sau Công nguyên, Ngài Cưu Ma La Thập (344 – 413), từ Ấn Độ sang Trung Hoa vào năm 402 đã dịch theo ý nghĩa chữ Phạn Panca Skandhah là Ngũ ấm, với ý nghĩa ấm là phủ khuất, ngăn che, làm cho tối đi, mờ đi, làm cho người ta không biết được thực tính bình đẳng của sự vật,

Thời kỳ thứ 3 vào những năm của thế kỷ thứ VII, Ngài Tam tạng Pháp sư đời Nhà Đường là Huyền Trang (595 - 664) dịch chữ Phạn Panca Skandhah sang chữ Hán theo nghĩa thực chất là Ngũ uẩn. Uẩn (Skandha) nghĩa là một sự tập hợp, sự tích tụ, một nhóm họp theo từng loại với cùng những tính chất giống nhau, nên gọi là nhóm, là tổ hợp, là tụ tập, là chúng. Vì vậy Ngũ uẩn tức năm uẩn còn được gọi là năm ấm, năm chúng, năm nhóm, năm tụ. Nói một cách tổng quát năm uẩn là năm nhóm yếu tố hay năm tổ hợp biểu thị sự cấu tạo toàn bộ thân và tâm của con người.

Ngày nay trong các kinh sách, tài liệu về giáo lý Phật giáo, người ta thường dùng ngũ uẩn, năm uẩn, năm nhóm, năm tụ đều cùng một nghĩa. ****** Trong kinh Chuyển Pháp Luân, đức Phật mô tả nỗi khổ như sau:

"Hỡi các Tỳ Khưu, đây là Chân Lý Thâm Diệu về Khổ. Sanh là khổ, già là khổ, bệnh là khổ, chết là khổ, sống chung với người mình không ưa thích là khổ, xa lìa người thân yêu là khổ, mong muốn mà không được là khổ. Tóm lại, bám níu vào ngũ uẩn là khổ."

Vậy ngũ uẩn là gì?

Ngũ uẩn, còn gọi là ngũ ấm, nghĩa đen là năm nhóm ngăn che. Năm nhóm này bao hàm phần có hình tướng là thân và phần vô hình là tâm của con người, đồng thời cũng che mờ chân lý, khiến cho con người phải luân hồi sinh tử triền miên, gồm có:

Sắc uẩn, là phần hình hài vật chất, gồm bốn thành tố là:

Chất cứng, thuật ngữ nhà Phật gọi là Địa Đại, tạo thành thịt da xương cốt, vân vân..

Chất lỏng, nhà Phật gọi là Thủy Đại, tạo thành máu huyết, nước mắt, nước tiểu, vân vân...

Chất hơi, nhà Phật gọi là Phong Đại, tạo thành hơi thở, vân vân...

Chất nóng, nhà Phật gọi là Hỏa Đại, tạo thành sự ấm áp của cơ thể, vân vân...

Nói gọn thì phần cơ thể vật chất của con người gồm có bốn thành tố này hợp lại mà thành, nên nhà Phật thường nói "cái thân bốn Đại". Sắc uẩn gồm tất cả những cơ quan như mắt, tai, mũi, lưỡi, thân thể con người, còn gọi là Thân Căn.

Thọ uẩn, là phần cảm giác, vui buồn khi đối trước cảnh.

Tưởng uẩn, là nhận thức, tư tưởng.

Hành uẩn là phần tác ý, tạo nghiệp.

Thức uẩn, là môi trường nhận biết để cho Thân Căn và đối tượng có thể duyên sanh với nhau mà hoạt động, gọi là bộ ba Căn, Trần và Thức. Thí dụ khi một người nghe thấy tiếng trống, thì tai là Căn, tiếng trống là Trần và duyên sanh giữa Căn và Trần khiến người đó nghe được là do sự xuất hiện của Thức.

Căn có Nhãn, Nhĩ, Tỷ, Thiệt, Thân, Ý Căn, tức là Mắt, Tai, Mũi, Lưỡi, Thân và Ý Căn.

Thức tùy duyên theo Căn nào thì đổi thành Nhãn, Nhĩ, Tỷ, Thiệt, Thân và Ý Thức, chứ không phải là một thể cố định. Về điều này, đức Phật đã dạy rõ như sau:

- “ Thức do các duyên với điều kiện mà sinh khởi chứ không cố định. Nếu không có duyên thì không có Thức sinh khởi. Thức được gọi tên tùy thuộc vào điều kiện nó duyên theo, do con mắt và cảnh vật mà Nhãn Thức duyên, do tai nghe và tiếng động mà Nhĩ Thức duyên, vân vân. Thí dụ ngọn lửa được gọi tên theo nguyên liệu, lửa cháy bằng củi gọi là lửa củi, cháy bằng rơm gọi là lửa rơm. Thức cũng thế, tùy theo điều kiện tương ứng mà nó có tên, thí dụ ở mắt là Nhãn Thức, ở tai là Nhĩ Thức, ở mũi là Tỷ Thức, vân vân”.

Tóm lại, đó là ngũ uẩn. Cái mà ta gọi là một "linh hồn" hay "cá thể" hay "tôi", chỉ là tên gọi cho sự nhóm họp của năm uẩn ấy. Tất cả chúng đều vô thường.

Vô thường là luôn luôn biến đổi, luôn luôn sinh diệt, từng sát na đã có sinh và diệt, đã có sự thay đổi. Nếu không thấm nhuần chân lý này mà cứ bám níu, muốn có sự cố định, muốn mọi thứ đều vĩnh viễn thường còn, thì Khổ.

Trong việc học và hành theo đạo Phật, điều tối quan trọng là phải hiểu chân lý thứ nhất này một cách rõ ràng. Bởi vì, như đức Phật dạy: "Người nào thấy rõ được Khổ cũng thấy luôn nguyên nhân của Khổ, cũng thấy luôn sự diệt Khổ và cũng thấy luôn con đường đưa đến sự diệt Khổ". (SƯU TẦM) ---oOo—

Ngũ uẫn và Vô ngã Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam Phật Học Khái Luận -- Thích Chơn Thiện

Ngũ uẩn là giáo lý rất phổ biến, Thế Tôn thường giảng giáo lý Vô ngã đi kèm theo với sự phân tích Duyên sinh hay phân tích Ngũ uẩn. Giáo lý này, lần thứ nhất được đề cập đến ở thời pháp thứ hai, ngay sau bài Sơ chuyển pháp luân, tại vườn Lộc Uyển để tiếp độ nhóm năm huynh đệ Tôn giả Kiều-trần-như.

Chúng ta phải thấy rằng, sự phân tích con người như là tập hợp của Năm uẩn là một sự phân tích rất đặc biệt và rất là vững chắc đến nỗi các nhà bác học ngoại đạo dù không chấp nhận nó cũng không thể bác bỏ nó. Chúng ta hãy tìm hiểu những lời dạy của Thế Tôn về Năm uẩn ấy.

Kinh Tương Ưng Bộ III (bản dịch của HT. Thích Minh Châu) chép: "Này các Tỷ-kheo, khi nào Ta chưa thật liễu tri Năm thủ uẩn này theo bốn chuyển, cho đến khi ấy, này các Tỷ-kheo, đối với thế giới chư Thiên, Ma, Phạm thiên, cùng với quần chúng Sa-môn, Bà-la-môn, chư Thiên và loài Người, Ta không xác chứng Ta đã chứng Vô Thượng Chánh Đẳng Giác. Nhưng này các Tỷ-kheo, khi nào Ta đã liễu tri Năm thủ uẩn này theo

bốn chuyển, cho đến khi ấy, này các Tỷ-kheo, đối với thế giới chư Thiên, Ma, Phạm Thiên, cùng với quần chúng Sa-môn, Bà-la-môn, chư Thiên và loài Người, Ta xác chứng Ta đã chứng Vô Thượng Chánh đẳng Chánh giác". (tr. 71).

Ở đoạn kinh tiếp theo, Thế Tôn đã giải thích Năm uẩn theo bốn chuyển. Liễu tri sắc (thọ, tưởng, hành, thức), liễu tri sắc (thọ, tưởng, hành, thức) tập khởi, liễu tri sắc (thọ, tưởng, hành, thức) đoạn diệt gọi là thắng tri Năm uẩn theo bốn chuyển.

Hiểu rõ Sắc uẫn là hiểu rằng sắc gồm có bốn yếu tố: đất, nước, gió, lửa, và các sắc do bốn yếu tố ấy làm nên (tư tưởng được gồm vào đây). Sắc này do thức ăn nuôi dưỡng. Khi thức ăn tập khởi thì sắc tập khởi; khi thức ăn đoạn diệt thì sắc đoạn diệt. Bát Thánh đạo dẫn đến yếm ly, ly tham, giải thoát và tri kiến giải thoát là con đường tu tập đưa đến đoạn diệt sắc.

Về Thọ uẩn, gồm có thọ do nhãn xúc sanh, thọ do nhĩ xúc sanh, thọ do tỉ xúc sanh, thọ do thiệt xúc sanh, và thọ do ý xúc sanh. Do có xúc sanh khởi nên thọ sinh khởi; do xúc đoạn diệt nên thọ đoạn diệt. Con đường đưa đến thọ đoạn diệt là Bát Thánh đạo dẫn đến yếm ly, ly tham, giải thoát và tri kiến giải thoát.

Về Tưởng uẩn, có sắc tưởng, thanh tưởng, hương tưởng, vị tưởng, xúc tưởng và pháp tưởng. Do xúc tập khởi nên Tưởng tập khởi, do xúc đoạn diệt nên Tưởng đoạn diệt. Con đường dẫn đến Tưởng đoạn diệt là Bát Thánh đạo đưa đến yếm ly, ly tham, giải thoát và tri kiến giải thoát.

Về Hành uẩn, có sáu tư (hay hành): sắc tư, thanh tư, hương tư, vị tư, xúc tư và pháp tư. Đây gọi là Hành uẩn. Do xúc khởi nên tư khởi, do xúc diệt nên tư diệt. Bát Thánh đạo là con đường đưa đến tư (hành) đoạn diệt, dẫn đến yếm ly, ly tham, giải thoát và tri kiến giải thoát.

Về Thức uẩn, gồm có nhãn thức, nhĩ thức, tỉ thức, thiệt thức, thân thức, và ý thức. Do danh sắc (hoặc hành) tập khởi nên thức tập khởi; do danh sắc đoạn diệt nên thức đoạn diệt. Con đường đưa đến thức đoạn diệt là Bát Thánh đạo dẫn đến yếm ly, ly tham, giải thoát và tri kiến giải thoát.

Kinh Phân Biệt Sáu Giới (Trung Bộ Kinh III, số 140), Kinh Lục Giới Phân Biệt (Trung A-hàm, số 42) và nhiều kinh khác của A-hàm, Nikaya cắt nghĩa địa đại gồm có nội địa đại (thân người của mình) và ngoại địa đại (tha nhân và thế giới vật lý); tương tự đối với thủy, hỏa, phong đại. Như thế, sắc uẩn cũng được định nghĩa gồm có nội sắc (thân mình) và ngoại sắc (tha nhân và thế giới vật lý); thọ uẩn gồm có nội thọ (cảm thọ về các Thiền lạc) và ngoại thọ (gồm có các cảm thọ về sắc, thanh, hương, vị, xúc). Những cảm nhận về hỷ, lạc, xả, ưu, khổ thuộc thọ uẩn. Những khả năng kinh nghiệm về sắc, thanh, hương, vị xúc, pháp và những khả năng hồi tưởng, ký ức thì thuộc về tưởng uẩn. Khả năng ghi nhận sự có mặt của các pháp qua tai, mắt, mũi, lưỡi, thân và ý thì thuộc về thức uẩn. Khả năng tư duy, nghĩ thiện, nghĩ ác, v.v... thuộc hành uẩn.

Trong Kinh Tương Ưng Bộ III, Thế Tôn dạy: "Không liễu tri Năm uẩn thì không thể đoạn tận khổ đau. Do vậy cần phải liễu tri Năm uẩn: 'Sự đoạn tận tham, sự đoạn tận

sân, sự đoạn tận si được gọi là liễu tri'". (tr. 32).

Cũng trong Kinh Tương Ưng Bộ III (Hán tạng, Đại 2, 17-a; Tập 3.1 Sanh diệt, Đại 2, 156; Tập 3.2 Bất thừa, Đại 2, 156) khi đề cập đến Thiền định, Thế Tôn tuyên bố: "Này các Tỷ-kheo, hãy tu tập Thiền định. Vị Tỷ-kheo tu tập Thiền định thì hiểu biết một cách như thật. Hiểu biết gì một cách như thật? - Sắc tập khởi và sắc đoạn diệt, thọ tập khởi và thọ đoạn diệt, tưởng tập khởi và tưởng đoạn diệt, hành tập khởi và hành đoạn diệt, thức tập khởi và thức đoạn diệt". (tr.16).

Tương tự giáo lý Duyên khởi, Thế Tôn định nghĩa Năm uẩn tập khởi có nghĩa là toàn bộ khổ uẩn tập khởi, và Năm uẩn đoạn diệt có nghĩa là toàn bộ khổ uẩn đoạn diệt. Ở đây, Thế Tôn trình bày Năm uẩn kết hợp chặt chẽ với 12 nhân duyên:

"... Do vị ấy hoan hỷ, hoan nghênh, đắm trước rồi an trú sắc, hỷ đối với sắc khởi lên. Do duyên thủ đối với sắc, hữu khởi lên. Do duyên hữu, sanh khởi lên. Do duyên sanh, già chết, sầu, bi, khổ, ưu, não khởi lên. (Tương tự đối với thọ, tưởng, hành và thức). Như vậy là sự tập khởi của toàn bộ khổ uẩn" (Tương Ưng III, tr.17).

Và, "Do không hoan hỷ, không hoan nghênh, không đắm trước sắc, hỷ đối với sắc đoạn diệt; ... thủ đoạn diệt;... hữu đoạn diệt;... lão tử, sầu, bi, khổ, ưu, não đoạn diệt. (Tương tự đối với thọ ... và thức). Như vậy là sự đoạn diệt của toàn bộ khổ uẩn". (tr.17).

Một lần khác đề cập đến Năm uẩn, Thế Tôn đã nói lên lời cảm hứng này:

" Năm uẩn là gánh nặng
Kẻ gánh nặng là người;
Cầm lấy gánh nặng lên
Chính là khổ ở đời.
Còn đặt gánh nặng xuống
Tức là lạc ở đời.
Đặt gánh nặng xuống rồi,
Không mang thêm gánh khác.
Nếu nhổ khát ái lên,
Tận cùng đến gốc rễ
Không còn đói và khát, Đã giải thoát, tịnh lạc". -- (Sđd, tr. 26).

Thế Tôn đã giải thích rằng nắm giữ tham ái là cầm gánh nặng lên, đoạn diệt tham ái là đặt gánh nặng xuống. Như vậy khổ đau không phải do chính Năm uẩn, cũng không do vì Năm uẩn vô thường, mà là do chính lòng khát ái Năm uẩn: "Năm uẩn là khổ đau. Chính khát ái (dục ái, hữu ái và vô hữu ái) là cội gốc của khổ đau". (Sđd, tr. 39).

Phân Biệt Năm Uẩn và Năm Thủ Uẩn - Vị Trí của Năm Uẩn trong Giáo Lý Phật Giáo

Năm uẩn còn được gọi là Năm thủ uẩn. Thế Tôn, một lần ở thành Xá-vệ (Savatthi), đã cắt nghĩa phân biệt giữa từ "Năm uẩn" và từ "Năm thủ uẩn" rằng:

- "Này các Tỷ-kheo, phàm có sắc gì quá khứ, vị lai, hiện tại, thuộc nội hay ngoại, thô hay tế, liệt hay thắng, xa hay gần, đây gọi là sắc uẩn" (Tương Ưng III, tr. 58).

(Tương tự đối với thọ, tưởng, hành và thức).

- "Này các Tỷ-kheo, phàm có sắc gì quá khứ, vị lai, hiện tại.... được chấp thủ gọi là sắc thủ uẩn". (Ibid., tr.58).

(Tương tự đối với thọ thủ uẩn.., thức thủ uẩn).

Qua sự cắt nghĩa Năm thủ uẩn trên, một Tỷ-kheo hạch hỏi Thế Tôn: "Bạch Thế Tôn, chấp thủ ấy là Năm thủ uẩn ấy hay chấp thủ ở ngoài Năm thủ uẩn?" (Ibid., tr.120).

- "Này Tỷ-kheo, chấp thủ ấy không là Năm thủ uẩn ấy, và chấp thủ cũng không ngoài Năm thủ uẩn. Nhưng chỗ nào có tham và dục, chỗ ấy có chấp thủ". (Ibid., tr.120).

- "Như thế nào, bạch Thế Tôn, là có thân kiến?" (Ibid., tr.121).

- "Ở đây, này Tỷ-kheo, kẻ phàm phu... quán sắc như là tự ngã; hay quán tự ngã như là có sắc, hay quán sắc ở trong tự ngã; hay quán tự ngã ở trong sắc

(tương tự đối với thọ, tưởng, hành và thức). Như vậy, này các Tỷ-kheo, là có thân kiến" (Ibid, tr.122).

- "Bạch Thế Tôn, do biết như thế nào, do thấy như thế nào đối với thân có thức này và đối với tất cả tướng ở ngoài không có quan điểm: Ngã kiến, ngã sở kiến, mạn tùy miên? " (Ibid., tr. 123).

- "Này Tỷ-kheo, phàm sắc gì thuộc quá khứ, vị lai, hiện tại..., tất cả sắc (tương tự đối thọ, tưởng, hành và thức) Tỷ-kheo như thật thấy với chánh trí tuệ như sau: "Đây không phải là tôi! Đây không phải là của tôi! Đây không phải là tự ngã của tôi!" Này Tỷ-kheo, do biết như vậy, thấy như vậy, đối với thân có thức này và đối với tất cả tướng ở ngoài, không có quan điểm: ngã kiến, ngã sở kiến, mạn tùy miên". (Ibid, tr.123).

Một hôm, Tôn giả A-nan (Ananda) lập lại lời dạy của Tôn giả Mạn-từ Tử (Punna Mantaniputta) trước một số các vị Tỷ-kheo rằng: "Này Hiền giả Ananda, do chấp thủ mà khởi lên tư tưởng "tôi là". Do chấp thủ gì?" - "Do chấp thủ sắc... thọ... tưởng... hành...thức, khởi lên tư tưởng "tôi là". (Ibid., tr.125).

Đấy là một số lời dạy về chấp thủ liên hệ với Năm uẩn.

Thế Tôn đã trình bày Năm uẩn liên kết chặt chẽ với duyên sinh, với ái và thủ. Ngài cũng đã trình bày liên kết mật thiết Năm uẩn với Tứ đế; Năm uẩn tập khởi là khổ tập khởi, gốc của khổ tập khởi này là tham ái và chấp thủ. Năm uẩn đoạn diệt hay ái diệt, là khổ diệt, và con đường đưa đến khổ diệt là Bát Thánh đạo.

Chính điểm nhất quán này trong giáo lý Phật giáo đã làm nổi bật điểm trọng tâm của giáo lý, như đã được Thế Tôn nhiều lần nhấn mạnh rằng, Thế Tôn chỉ giảng dạy về Khổ và Con đường đoạn diệt khổ. Đây là điểm mà những người học Phật và những người thuyết giảng cần hết sức để tâm khi học hỏi giáo lý hay thuyết giảng giáo lý.

Một lần, một số Tỷ-kheo xin phép Thế Tôn đi hành đạo ở một quốc độ phương xa, Thế Tôn dạy các Tỷ-kheo ấy đến xin phép Tôn giả Xá-lợi-phất.

Bởi vì quốc độ mà các Tỷ-kheo này sẽ đến là nơi có mặt nhiều học giả, nhiều nhà tri thức, nhiều bậc hiền trí, nên Tôn giả Xá-lợi-phất đã sửa soạn cho các Tỷ-kheo ấy một số hành trang Phật Pháp trước khi lên đường, dưới hình thức

đặt một số câu hỏi trắc nghiệm về sự hiểu biết Phật Pháp của các vị ấy (xem Tương Ưng III, tr. 8, 9).

* Câu hỏi 1:

"Này chư Hiền giả! Các bậc hiền trí có thể hỏi: "Bậc Đạo Sư của các Tôn giả nói gì? Tuyên bố gì?" thì các Hiền giả phải trả lời thế nào để không xuyên tạc lời dạy của Thế Tôn?"

Tôn giả Xá-lợi-phất dạy tiếp: "Được hỏi vậy, các Hiền giả phải trả lời: "Bậc Đạo Sư của chúng tôi nói đến sự điều phục dục và tham".

* Câu hỏi 2:

"Điều phục dục và tham đối với cái gì?"

- "Điều phục dục và tham đối với sắc, thọ, tưởng, hành và thức".

* Câu hỏi 3:

"Nhưng do thấy những nguy hiểm gì, bậc Đạo Sư của các Tôn giả nói đến sự điều phục dục và tham đối với Năm uẩn?"

- "Đối với Năm uẩn, ai chưa viễn ly tham, dục, nhiệt tình, khát ái, thì khi sắc, thọ, tưởng, hành, thức biến hoại, đổi khác, sẽ khởi lên sầu, bi, khổ, ưu, não. Này chư Hiền giả, do thấy sự nguy hiểm này đối với sắc, thọ, tưởng, hành, thức, bậc Đạo Sư của chúng tôi nói lên sự điều phục dục và tham".

* Câu hỏi 4:

"Nhưng do thấy những lợi ích gì, bậc Đạo Sư của các Tôn giả nói đến sự điều phục dục và tham đối với sắc, thọ, tưởng, hành, thức?"

- "Đối với sắc, thọ, tưởng, hành và thức, ai đã viễn ly tham, dục, nhiệt tình, khát ái, thì khi sắc, thọ, tưởng, hành, thức biến hoại, sẽ không khởi lên sầu! ều phục dục m

Từ chỗ thấy rõ nguy hiểm ấy, chúng ta mới khởi niệm tinh cần để yếm ly, ly tham. Sau khi đoạn tận dục, tham, ta mới thấy rõ sự xuất ly khỏi Năm uẩn.

Sự Liên Hệ giữa Duyên Sinh và Năm Thủ Uẩn

Một Tỷ-kheo hỏi: "Bạch Thế Tôn, do nhân gì, do duyên gì, được gọi là sắc uẩn?... thọ uẩn?... tưởng uẩn?... hành uẩn?... thức uẩn?..." (Tương Ưng III, tr. 121).

- "Do nhân bốn đại, này Tỷ-kheo, do duyên bốn đại được gọi là sắc uẩn. Do nhân xúc, do duyên xúc được gọi là tưởng uẩn. Do nhân xúc, do duyên xúc được gọi là thọ uẩn.

Do nhân xúc, do duyên xúc được gọi là hành uẩn. Do nhân danh sắc, do duyên sanh sắc được gọi là thức uẩn". (Sđd, tr.121).

Năm uẩn do duyên sinh nên Năm uẩn là Vô ngã, Vô thường và đem lại Khổ đau. Thế Tôn dạy:

"Này các Tỷ-kheo... sắc đã được cái Vô ngã làm cho sanh khởi, từ đâu là ngã được? Sắc đã được cái Vô thường làm cho sanh khởi, từ đâu là thường được? Sắc đã được cái Khổ làm cho sanh khởi, từ đâu có thể lạc được?".(Tương tự đối với thọ, tưởng, hành và thức). -- (Sđd, tr. 28 và 29).

Trước đây có quan điểm cho rằng Nam tạng chủ trương "Ngã không, Pháp hữu", nhưng thật ra đây chỉ là một ngộ nhận. Nikaya xác định rất rõ rằng con người do Năm uẩn sinh khởi là Vô ngã và cả đến sắc uẩn cũng Vô ngã, thọ uẩn là Vô ngã, tưởng uẩn là Vô ngã, hành uẩn là Vô ngã. Đấy là "Ngã không, Pháp không".

Mỗi uẩn tự nó là duyên sinh, nương vào bốn uẩn kia mà có mặt, không thể có mặt tách rời khỏi chúng.

Kinh Đại Duyên (Trường Bộ III) trình bày: Nếu thức vắng mặt, thì cái thân danh-sắc (Năm uẩn) không thể hình thành hay tồn tại. Nếu không có mặt nghiệp thức thì bào thai không thể hình thành. Ngay cả khi bào thai hình thành, hay ngay cả khi trẻ đã ra đời, nếu thức không có mặt thì thai nhi sẽ chết hay đứa trẻ sẽ chết.

Tương Ưng III (tr. 64) lại ghi:

"Này các Tỷ-kheo, ai nói như sau: "Ngoài sắc, ngoài thọ, ngoài tưởng, ngoài các hành, tôi sẽ chỉ rõ sự đến hay đi, sự diệt hay sanh, sự tăng trưởng, sự tăng thịnh hay sự lớn mạnh của thức"; sự việc như vậy không xãy ra".

Như vậy, sự tồn tại của một uẩn là sự tồn tại của Năm uẩn. Khi tham ái được đoạn tận, có nghĩa là hành uẩn diệt thì Năm uẩn diệt hay khổ diệt. Đây là Niết- bàn. Khi thức diệt thì Năm uẩn cũng bị tận diệt, gọi là khổ diệt hay Niết-bàn. Hệt như Phẩm Kiến Lập Niết-bàn của Kinh Lăng-già nói: "Vọng tưởng thức diệt tức là Niết - bàn", hoặc như Kim Cương Bát-nhã nói: "Thủ diệt, là đắc A- nậu-đa-la-tam-miệu-tam-bồ-đề (Thủ diệt tức là ái diệt, tức là thức diệt)" mà ta sẽ bàn đến ở phần tiếp.

Năm Thủ Uẩn và Bắc Tạng

- Bài Kinh "Bát-nhã Tâm Kinh" là phần tóm tắt của Bát-nhã, giáo lý mà các nhà học giả Phật giáo xem là nền tảng của Bắc tạng. Trọng tâm của Bát-nhã Tâm Kinh nằm ở câu đầu: "Quán tự tại Bồ-tát hành thâm Bát-nhã Ba-la-mật- đa thời, chiếu kiến ngũ uẩn giai không, độ nhứt thế khổ ách".

Bát-nhã chú trọng đến vấn đề thoát khổ. Con người sẽ thoát khổ, theo Bát- nhã, khi thực hành trí tuệ Bát-nhã sâu xa soi rọi rõ Năm uẩn là Vô ngã (Không). Thấy Năm uẩn là Vô ngã là thấy hết thảy các pháp là Vô ngã: khổ là Vô ngã, và người cảm thọ khổ là Vô ngã, bởi cả hai đều là duyên sinh. Như thế rõ ràng, không thực có khổ, cũng không thực có cái gọi là con người thọ khổ, thì hẳn là không còn có một thứ khổ ách nào ràng

buộc cả. Mặt khác, thấy rõ Năm uẩn là Vô ngã thì không còn chấp thủ Năm uẩn là mình, là của mình, hay là tự ngã của mình. Chấp thủ diệt thì ái diệt, khổ diệt. Đấy là ngõ vào giải thoát. Nội dung của nhận thức và tu tập của giáo lý Bắc tạng xuyên qua Bát-nhã như thế là hệt như nội dung của giáo lý Năm uẩn được kết tập ở Nam tạng (nói rõ là ở Nikaya).

Tại đây chúng ta có thể kết luận: giáo lý Năm thủ uẩn là giáo lý rất nền tảng của các bộ phái Phật giáo, Bắc tạng cũng như Nam tạng.

- Chương Kiến Lập Niết-bàn ở kinh "Lăng-già" nói rõ, khi ý thức diệt thì thức Mạt-na (thứ 7) cũng diệt, tất cả vọng thức đều diệt. Vọng thức diệt là Niết- bàn.

Ý thức được đề cập ở Lăng-già này chính là thức uẩn trong Năm thủ uẩn. Khi Thức diệt thì Năm thủ uẩn diệt. Năm thủ uẩn diệt là khổ diệt. Và khổ diệt chính là Niết-bàn.

Phần giáo lý này của Lăng-già không nói gì khác hơn giáo lý Năm thủ uẩn của Tương Ưng Bộ Kinh III (Nikaya) cả.

Năm Thủ Uẩn và Những Câu Hỏi Siêu Hình

Một thời, vua Ba-tư-nặc (Pasenadi) đến yết kiến Tỷ-kheo-ni Khema tại Teranavatthu, giữa Xá-vệ (Savatthi) và Saketa, và đặt bốn câu hỏi về Như Lai:

1. Như Lai có tồn tại sau khi chết?
2. Như Lai không tồn tại sau khi chết?
3. Như Lai có tồn tại và không tồn tại sau khi chết?
4. Như Lai không tồn tại và không không tồn tại sau khi chết?

Nữ Tôn giả Khema trả lời: "Thế Tôn không trả lời cho bốn câu hỏi trên".

Vua Pasenadi liền hỏi tiếp: "Vậy do nhân gì, do duyên gì, Thế Tôn không trả lời bốn câu hỏi ấy?"

Nội dung câu trả lời của Tôn ni Khema cho câu hỏi này là: Bởi vì Thế Tôn đã đoạn tận gốc rễ sắc, thọ, tưởng, hành và thức, làm cho như cây ta-la bị chặt đứt không thể tái sanh trong tương lai. Như Lai là thâm sâu vô lượng, đã giải thoát ước lượng của sắc, của thọ, của tưởng, của hành và của thức, nên không thể định nghĩa Như Lai ngang qua sắc, hay ngang qua thọ hoặc tưởng, hành, thức. Do đó, không thể chấp nhận sự kiện cho rằng: Như Lai có tồn tại sau khi chết. Tương tự, không thể chấp nhận sự kiện Như Lai không tồn tại sau khi chết v.v...

Rồi vua Pasenadi đến hầu Thế Tôn và đặt lại bốn câu hỏi trên, và được Thế Tôn trả lời y hệt nội dung mà nữ Tôn giả Khema đã trả lời. (Tương Ưng IV, phẩm Tương Ưng Không Thuyết).

Trong một dịp đàm đạo, Tôn giả Đại Kiều-thi-ca (Maha Kotthika) đặt lại bốn câu hỏi trên với Tôn giả Xá-lợi-phất (Sariputta). Tôn giả Xá-lợi-phất đã trả lời là Thế Tôn không trả lời bốn câu hỏi ấy, do vì nếu trả lời mỗi một trong bốn câu hỏi ấy là rơi vào chấp trước sắc, thọ, tưởng, hành và thức. Do nhân

đó, do duyên đó mà Thế Tôn không trả lời. (Tương Ưng IV, phẩm Tương Ưng Không Thuyết).

Rồi một chiều khác, Tôn giả Xá-lợi-phất đặt lại bốn câu hỏi trên với Tôn giả Kiều-thi-ca (Maha Kotthika) đã được Tôn giả Kiều-thi-ca (Maha Kotthika) trả lời rằng Thế Tôn không trả lời, và đã được giải thích vì lý do rằng:

- Chỉ với ai chưa đoạn trừ tham dục, tham ái đối với sắc, thọ, tưởng, hành và thức mới có quan điểm Như Lai có tồn tại sau khi chết, hoặc Như Lai không tồn tại sau khi chết, v.v...

- Chỉ với ai còn ái lạc Hữu, ái lạc Thủ, ái lạc Ái thì mới có những quan điểm "Như Lai còn tồn tại sau khi chết", v.v... (Sđd, 386-387).

Một dạo, du sĩ ngoại đạo Bà-sa-cù-đa (Vacchagotta) đặt mười câu hỏi siêu hình với Thế Tôn: Thế giới là thường? Vô thường? Là hữu biên? Là vô biên? Sinh mạng và thân thể là một hay là khác? Vừa là một vừa là khác? Như Lai có tồn tại sau khi chết? Như Lai không tồn tại sau khi chết? Như Lai có tồn tại và không tồn tại sau khi chết? Như Lai không tồn tại và không không tồn tại sau khi chết?

Thế Tôn đã không trả lời mười câu hỏi này và cắt nghĩa rằng: "Vì Như Lai quán sắc không phải là tự ngã, hay tự ngã không phải có sắc, hay quán sắc không ở trong tự ngã, hay tự ngã không ở trong sắc (Tương tự, đối với thọ, tưởng, hành và thức) (Sđd, tr.392).

Mười câu hỏi trên là sản phẩm của tư duy nhị nguyên đầy ngã tính. Trả lời mười câu hỏi trên là chấp nhận thế giới là thường hoặc là vô thường, v.v... như vậy là rơi vào chấp thủ: chấp thường hoặc là chấp đoạn, hoặc chấp Năm thủ uẩn. Như Lai thì chủ trương trung đạo, đoạn tận ái, thủ. Do đó, Như Lai không trả lời.

Năm Thủ Uẩn và Sáu Mươi Hai Học Thuyết Ngoại Đạo ở Ấn Độ.

Qua mười câu hỏi siêu hình ở trên đại biểu cho nhiều câu hỏi siêu hình khác, chúng ta thấy rằng các chủ trương, chủ thuyết ngoài Phật giáo đều rơi vào chấp thủ, tham ái sắc, thọ, tưởng, hành và thức, hay gọi là rơi vào tà kiến như Thế Tôn dạy ở Kinh Tương Ưng III (Bản dịch Hòa thượng. Thích Minh Châu, Viện Phật Học Vạn Hạnh 1982) rằng:

"Này các Tỷ-kheo, do có sắc, có chấp thủ sắc, do thiên chấp sắc, nên khởi lên tà kiến" (Sđd, tr. 22C)

(Tương tự đối với thọ, tưởng, hành và thức).

Sáu mươi hai học thuyết ngoại đạo được trình bày ở Kinh Phạm Võng (Trường Bộ Kinh I) hay Kinh Phạm Động (Trường A-hàm) đều gọi là tà thuyết hay tà kiến (gồm mười tám luận chấp về quá khứ, năm luận chấp về hiện tại Niết- bàn luận và ba mươi chín luận chấp về tương lai). Thế Tôn đánh giá sáu mươi hai tà thuyết ấy rằng:

"... Những Sa-môn, Bà-la-môn luận bàn về quá khứ tối sơ và tương lai, y cứ vào quá khứ tối sơ và tương lai, đề xướng nhiều sở kiến sai khác với sáu mươi hai luận chấp. Tất cả những vị này có những cảm thọ (những chủ trương trên) do sự xúc chạm, xúc tiếp qua sáu xúc xứ. Do duyên với những cảm thọ mà tham ái phát khởi; do duyên tham ái, thọ

phát khởi; do duyên thọ, hữu phát khởi; do duyên hữu, sanh phát khởi; do duyên sanh, lão, tử, sầu bi, khổ, ưu não, phát khởi. Này các Tỷ-kheo, khi vị Tỷ-kheo như thật biết sự tập khởi, sự diệt trừ, vị ngọt và sự nguy hiểm của sáu xúc xứ, vị ấy sẽ có một sự hiểu biết vượt ra ngoài những điều trên". (Trường Bộ Kinh I, tr. 45).

Như thế, sáu mươi hai học thuyết ở Ấn Độ, hay tất cả những chủ thuyết ở đời, chỉ là kết quả của sự tham ái, chấp thủ Năm thủ uẩn; kết quả ấy bị trói buộc với sự tập khởi của Năm uẩn.

Định Nghĩa Vô Minh và Minh theo Năm Thủ Uẩn

Như đã được định nghĩa ở chi phần vô minh, Vô minh là không hiểu Tứ Thánh đế, không hiểu rõ lý Duyên khởi.

Ngoài định nghĩa trên, Thế Tôn còn định nghĩa Vô minh gắn liền với Năm thủ uẩn:

"Ở đây, này các Tỷ-kheo, kẻ vô văn phàm phu không biết rõ sắc tập khởi, không biết rõ sắc đoạn diệt, không biết rõ con đường đưa đến sắc đoạn diệt; không biết rõ thọ..; tưởng..; hành...; thức...; không biết rõ con đường đưa đến thức đoạn diệt. Này Tỷ-kheo, đây gọi là vô minh". (Tương Ưng III, tr. 194).

Ngược lại, bậc đa văn Thánh đệ tử biết rõ sắc tập khởi..., v.v...; gọi là Minh.

Năm Thủ Uẩn: Con Người Toàn Diện...

Ở mặt tương đối của hiện tượng giới, con người được hiểu như là tổng hợp thể của Năm thủ uẩn. Thiếu một trong Năm uẩn thì không thể hiểu là con người. Sắc uẩn thuộc phần vật lý; thọ, tưởng, hành và thức thuộc phần tâm lý. Theo giáo lý này, vật lý và tâm lý không thể rời nhau mà có được.

Con người toàn diện, theo nghĩa của giáo dục, thì gồm có cơ thể vật lý, tri thức, tình cảm, tình yêu, ý chí và trực giác. Không thể chấp nhận một con người chỉ có mặt tư duy, khối óc; cũng không thể chấp nhận một con người chỉ có mặt tình cảm, trái tim. Con người toàn diện là con người đang trôi chảy trong hiện tại với các hiện tượng tâm lý, vật lý, sinh lý, tri thức... (hay nói gọn là con người vật lý và tâm lý). Một nền giáo dục tốt là một nền giáo dục phát triển một cách toàn diện con người toàn diện ấy. Hiểu như vậy là hiểu đúng với sự hình thành và tồn tại của Năm uẩn.

Một người chưa có quyết tâm đoạn diệt ái, thủ, thì việc tạo điều kiện để phát triển tốt đẹp và điều hòa. Năm uẩn là điều cần thiết để đem lại hạnh phúc tương đối trong hiện tại. Nếu cơ thể vật lý bệnh hoạn thì con người toàn thể sẽ bệnh hoạn; nếu tình cảm mà thất vọng, chán nản, v.v... thì sự duy trì hay phát triển con người toàn thể sẽ bị ảnh hưởng xấu. Nói tóm, các hiện tượng tâm lý, sinh lý và vật lý có ảnh hưởng tương quan rất mật thiết với nhau và với con người toàn diện.

Người tu tập giải thoát chỉ có một điểm duy nhất khác với người bình thường là hướng sự phát triển tâm lý về mặt giải thoát của vô tham, vô sân và vô si.

Ngoài việc giới thiệu con người toàn diện của ý nghĩa tương đối, giáo lý Năm uẩn còn giới thiệu cho con người một nhận thức quý giá khác (điều mà ta gọi là chánh kiến,

chánh tư duy, hay trí tuệ) là: vấn đề khổ đau và hạnh phúc giải thoát là cái gì khác hơn những gì mà chúng ta đang có (ví dụ như là con người Năm uẩn đang là). Chúng ta không làm chủ con người Năm uẩn, nhưng với trí tuệ, chúng ta có thể làm chủ việc đón nhận khổ đau hay hạnh phúc.

Chẳng hạn, được sinh ra với cái mũi tẹt, khổ đau của chúng ta không phải vì cái mũi tẹt, xấu, mà thực sự là vì lòng khát ái và chấp thủ - do muốn có một chiếc mũi cao và đẹp, do chấp đắm vào sắc tướng.

Hoặc giả, lời mắng nhiếc của người khác không phải là cái làm cho ta khó chịu, mà cái khó chịu là do chúng ta ưa thích những âm thanh, lời lẽ ngọt ngào và chấp trước vào âm thanh, sắc tướng và tự ngã.

Con đường đi ra khỏi những phiền não, khổ đau do thân Năm uẩn của mình và cuộc đời đem lại do vậy là con đường chế ngự lòng khát ái, chấp thủ vào các hình, danh, sắc, tướng.

Việc chế ngự khát ái là điều chúng ta có thể chủ động, có thể thực hiện được ngay trong hiện tại với chính trí tuệ của mình.

Nếu sự thật của khổ đau và hạnh phúc chính là khát ái hay loại trừ khát ái về con người, cuộc đời thì quả thực giáo lý Năm uẩn đã mở ra cho con người một phương trời tự do, giải thoát trước mặt. Đây mới thật sự là giáo lý rất thiết thực hiện tại, đúng nghĩa là nhân bản đích thực.

Trầm Tư về Con Người Năm Uẩn.

Sống, chúng ta cứ mãi đinh ninh rằng thân Năm uẩn này là ta, là của ta. Thân vật lý này là ta, là của ta. Hiểu biết, tri thức này là ta, là của ta. Tình cảm yêu thương, tri giác (cảm thọ) này là ta, là của ta. Ý chí và tài năng này là ta, là của ta. Yêu mình là yêu thân thể, tri thức, tư tưởng, tình cảm, ý chí... ấy của mình, là nắm giữ và làm đẹp chúng, là nỗ lực tìm kiếm hạnh phúc ngang qua chúng. Xa hơn nữa, còn mơ ước trong tương lai, đời này và đời sau nữa, chúng sẽ đẹp đẽ hoàn mỹ hơn để cho chính mình đẹp đẽ, hoàn mỹ và hạnh phúc hơn. Sống hình như chỉ là công việc nắm giữ, làm đẹp chúng và tiếp tục mơ ước cho chúng trở nên tốt đẹp hơn. Chính trong hướng sống này, chúng ta phải đối đầu với bao nhiêu trở lực, gây ra biết bao nhiêu khổ đau.

* Trở lực thứ nhất là thân thể, sức khỏe, tình cảm, tri thức và ý chí ấy tự thân chúng biến đổi trong từng phút, từng giây. Tất cả những biến đổi này ở ngoài sự làm chủ của mình, do đó gây ra những sầu muộn, khổ đau. Càng yêu thương, nắm giữ chúng bao nhiêu, chúng ta càng chịu đau đớn bấy nhiêu.

* Trở lực thứ hai, từ khi chúng ta nhận ra mình có mặt giữa cuộc đời này, nhận ra mình là nam hay nữ, đẹp hay xấu, thông minh hay mê muội, v.v... thì đồng thời chúng ta cũng nhận ra rằng những gì của thân Năm uẩn của chúng ta đang là, là những gì do nghiệp chướng của đời quá khứ tạo ra, mà không phải do ý muốn của mình trong hiện tại. Nếu tai, mắt, mũi, mặt, da, tóc, chiều cao, năng khiếu, v.v... của mình ngược với mong muốn, thì đấy là nỗi khổ thâm trầm

dằn vặt mình suốt đời. Đôi mắt lé, chiếc mũi khểnh, âm thanh "the thé" hay "khàn khàn" hình như làm héo úa đi hạnh phúc và nghĩa sống của mình, hình như hạnh phúc và nghĩa sống của mình cũng "lé", cũng "the thé", "khàn khàn" hay "khểnh" đi vậy. Kiến thức, dòng dõi của mình cũng ám ảnh mình tương tự; hạnh phúc và nghĩa sống của mình hình như cũng tầm thường như chính dòng dõi hay kiến thức của mình. Ngay cả khi ta có được một thân sắc đẹp, một trí tuệ (theo nghĩa thông thường) minh mẫn thì chúng ta lại phải đối đầu với trở lực thứ nhất và đối đầu với cái kết quả khổ đau ở đời mà chính thi hào Ôn Như Hầu, Đoàn Thị Điểm và Nguyễn Du đã nhận thức rằng:

"... Oán chi những khách tiêu phòng Mà xui phận bạc nằm trong má đào". (Cung Oán Ngâm Khúc).

"Trăm năm trong cõi người ta,
Chữ tài chữ mệnh khéo là ghét nhau.
Trải qua một cuộc bể dâu,
Những điều trông thấy mà đau đớn lòng.
Lạ gì bỉ sắc tư phong
Trời kia quen thói má hồng đánh ghen". (Đoạn Trường Tân Thanh).
"Thuở trời đất nổi cơn gió bụi Khách má hồng nhiều nỗi truân chuyên". (Chinh Phụ Ngâm Khúc).

* Trở lực thứ ba, một làn gió độc có thể làm tê bại cơ thể mình, hay có thể chấm dứt mạng sống mình. Một tai nạn xe cộ cũng thế; thở ra mà vì một trục trặc nào đó không thở vào, hay thở vào mà không thở ra nữa, thì mạng sống cũng kết thúc, và kết thúc luôn cả những mơ ước, sự nghiệp và hạnh phúc của mình. Sự nghiệp và hạnh phúc thiêng liêng của mình xuất hiện mong manh như hơi thở, treo ở đầu hơi thở. Khổ đau biết bao! Nhưng, sống làm sao chúng ta không nhận ra điều mong manh này?

Có thể vì một rủi ro nào đó, vào một lúc nào đó, thân này bị cụt mất một tay, một chân, hay chột đi một mắt, thì hẳn chúng ta sẽ thấy hình như mình và hạnh phúc, nghĩa sống của mình bị chột mắt hay cụt tay vậy.

Cũng có thể, qua một cơn bệnh, thông minh và hiểu biết của mình bỗng thành "tàn phế", bấy giờ mình còn nói chi đến nghĩa sống và hạnh phúc nữa?

* Trở lực thứ tư, mọi người đều phải chết. Mình cũng sẽ đi đến cái chết sớm hay muộn (thực sự chúng ta đang tiến gần cái chết) giữa khi mơ ước của mình muốn mình tồn tại mãi mãi. Mâu thuẫn này gây nên khổ đau.

Ngay khi đang sống yên lành trong hiện tại thì tư duy của mình đặt ra những câu hỏi: Thế thì mình là ai? Mình sẽ kết thúc mọi thứ theo cái chết của thân sắc này sao? Sống là cái gì? Hạnh phúc là cái gì? v.v.. Những câu hỏi đặt ra trong tư thế xác định chính mình là thân Năm uẩn này, sẽ mãi mãi là những gì dằn vặt, ray rứt mình mà nghìn thu vẫn không có được câu trả lời thỏa đáng. Đây là một mối khổ đau, tuyệt vọng.

* Trở lực thứ năm, khi người đời chê bai, khinh khi cái thân xác này, cái hiểu biết này, v.v... thì mình cảm nhận như chính mình bị chê khinh, khiến mình khổ sở, tức bực. Hiện tượng bị chê khinh thì lại thường xãy ra ở đời, đe dọa hạnh phúc của mình, do chính sự tự đồng hóa mình với Năm uẩn.

Thân bị đau vì một quả đấm trong chừng ít phút, nhưng lòng vì nghe nỗi đau kéo dài đến hàng tháng, hàng năm, và có thể đến trọn đời. Quả đấm tình cảm cũng đem lại khổ đau như thế. Chính tư duy lệch lạc về quả đấm khiến mình nghe đau đớn nhiều hơn.

* Trở lực thứ sáu, cả đến nhà cửa, vật sở hữu và các người thân của mình bị hư hỏng, hoại diệt cũng có thể gây ra những buồn nản, khổ đau tương tự. Có người trở thành điên, mất trí trước sự khánh kiệt hay mất mát lớn về tài sản, hoặc trước sự vĩnh biệt, biệt ly của người thân.

* Trở lực thứ bảy, có khi chúng ta lại đồng hóa mình với sự thành bại của công việc làm. Một người có thể vì thi hỏng hoặc vì thất bại trong công việc kinh doanh mà đi đến tự hủy hoại cuộc sống.

Tất cả những khổ đau vừa nêu trên có mặt là do vì sự có mặt của ý niệm "tôi là": tôi là sắc, là thọ, là tưởng, là hành, là thức. Tất cả những khổ đau ấy có mặt cũng có thể phát biểu là do lòng tham ái có mặt: ái sắc, ái thọ, ái tưởng, ái hành, ái thức. Bất cứ lúc nào, bất cứ ở đâu, mà ái có mặt thì có mặt ý niệm "tôi là". Bất cứ lúc nào và ở đâu mà ý niệm "tôi là" có mặt thì ái có mặt, ở đâu mà ý niệm "tôi là" hay ái có mặt thì ở đấy có mặt của niềm đau, của sinh tử thiên thu vĩnh kiếp của con người.

Con đường đi ra khỏi niềm đau thiên thu ấy hẳn là con đường đi ra khỏi ái, hay đi ra khỏi ý niệm "tôi là".

Nhưng cái niềm băn khoăn lớn nhất, và đây cũng là niềm đau ray rứt, là làm sao chúng ta có thể quan niệm được sống là gì, hạnh phúc là gì khi không còn có mặt cái ý niệm "tôi là", khi không còn có mặt lòng tham ái yêu thương của mình đối với những gì mình đang có và đang là?

Có phải xóa sạch đi lòng tham ái, hay ý niệm "tôi là" để rồi đi vào chỗ rỗng không, tiêu diệt mất hết mọi ý nghĩa, ý vị của cuộc sống?

Chính tại đây, chính tại niềm băn khoăn và nghi vấn này là ngõ rẽ của sinh tử và giải thoát. Ở đây, cần lấy lại một chút bình tĩnh và thanh thản của trầm tư để đặt lại hướng sống cho cuộc đời. Chúng ta phải nhận thức thật rõ ràng, chỉ có tư duy lệch lạc của ngã tính mới đưa tất cả vào chỗ rỗng không; chỉ có tham ái và ý niệm "tôi là" mới thật sự rỗng không. Cần phải rời gấp khỏi tư duy ấy để đi vào cuộc sống, vào thực tại, và hãy thử một lần xóa đi ý niệm "tôi là" và lòng tham ái thì chúng ta sẽ nhận ra ngay chúng ta không đi vào chỗ rỗng không, mà là đi vào cảm nhận hạnh phúc. Bấy giờ thực tại vẫn còn nguyên ở đấy mà chỉ vắng mặt khổ đau, hay "tôi khổ đau".

Tất cả bí mật của cuộc sống, tất cả những gì ngăn cách ta với hạnh phúc và chân lý đang nằm gọn ở trong ta, đang nằm ở ngay trong sự nắm giữ lòng tham ái hay ý niệm "tôi là" ấy.

Tu Tập Giải Thoát với Năm Uẩn

Con đường tu tập giải thoát luôn luôn có nền tảng là sự tu tập Bát Thánh đạo.

- Thường xuyên thấy rõ sắc, thọ, tưởng, hành và thức là Vô ngã, Vô thường. Vì Năm uẩn vô thường nên chúng dẫn đến khổ đau. Năm uẩn là vô thường, khổ đau nên cần nhìn nó không phải là mình, không phải là của mình, không phải là tự ngã của mình. Đây là chánh kiến về Vô ngã.

- Tư niệm, tư duy về Năm uẩn gắn liền với Vô ngã, Vô thường và Khổ, gọi là chánh tư duy về Năm uẩn.

- Nhớ nghĩ Năm uẩn là Vô ngã, Vô thường, đem lại khổ đau, là chánh niệm.

- Nỗ lực để trú niệm trên sự thật Vô ngã, Vô thường, Khổ đau ấy của Năm uẩn là chánh niệm.

- Do công phu tu tập trên mà đi vào Thiền định, luôn luôn giác tỉnh Năm uẩn là Vô ngã, Vô thường, là Khổ đau, không phải là mình, không phải là của mình, không phải là tự ngã của mình, là chánh định.

Nhờ thấy rõ tính Vô ngã, Vô thường và Khổ đau của Năm uẩn mà sinh lòng nhàm chán, ly tham. Do ly tham mà có giải thoát. Trong sự giải thoát này, một trí tuệ phát sinh biết rằng đã giải thoát gọi là Tri kiến giải thoát.

Tại đây công việc tu tập giải thoát kết thúc, không còn có gì để làm, để tu nữa.

Các Nghi Vấn về Giáo Lý Năm Thủ Uẩn.

Mang sẵn trong mình thói quen chấp ngã, người học đạo và hành đạo thường có những nghi vấn về giáo lý Vô ngã. Những câu hỏi căn bản nhất về giáo lý Năm thủ uẩn tương tự với những câu hỏi về giáo lý Duyên khởi: Nếu là Vô ngã thì ai tu? Ai chứng? Ai thọ quả? Ai luân hồi? v.v...

Những câu hỏi ấy luôn luôn là sản phẩm của tư duy nhị nguyên, nhuốm màu ngã tính. Chúng là tiếng nói của bên này vùng sinh tử, thứ tiếng nói mà tự thân không thể nói lên được những gì của bên kia bờ giải thoát. Hỏi là muốn hỏi về sự thực, nhưng sự thực thì không bao giờ có mặt trong câu hỏi. Vì vậy nên các câu hỏi bao giờ cũng sai lầm một cách nào đó. Vấn đề của giáo lý Phật giáo là không phải trả lời những câu hỏi, mà là chỉ rõ chỗ sai lầm của câu hỏi để chuyển thành những câu hỏi thích hợp (đúng). Từ đó, câu trả lời thích hợp xuất hiện.

"Ai" hay "Ngã" là của tư duy. Thực tại như thật thì không có "Ai", không có "Ngã".

Một số người nghiên cứu Phật học cho rằng nếu Năm uẩn không phải của Ta (self), thì thật ngã hay chân ngã phải ở ngoài thế giới hiện tượng này. Quan niệm này nêu ra hai điểm:

1. Có chân ngã hay cái ngã tuyệt đối, và 2. Chân ngã hay ngã tuyệt đối ở ngoài thế giới Duyên sinh.

- Về điểm thứ nhất, thực tại như thật ở ngoài mọi ý niệm của ngã tính, nên nó thoát ly hết thảy khái niệm về vọng ngã hoặc chân ngã. Vì thế, chủ trương có chân ngã cũng chỉ là hậu quả của một sự chấp thủ tướng.

- Về điểm thứ hai, xác nhận sự thật có mặt ở ngoài hiện tượng giới chỉ là xác nhận sự thật như có ngã tướng. Đây cũng chỉ là hậu quả của chấp thủ.

Lại nữa, nếu sự thật không có mặt ở hiện tượng giới thì quyết định không thể thực hiện được giải thoát ngay trên đời. Nhưng sự kiện giải thoát có mặt ở đời nên quyết định sự thật không hẳn ở ngoài hiện tượng giới. Hệt như sóng không phải nước, nhưng không phải vì thế mà "nội dung" của sóng không phải là nước. Sóng vốn chính là nước, nếu rời khỏi cái nhìn ngã tướng - cái nhìn đã làm hiện ra tướng "sóng". Cũng thế, Năm thủ uẩn có mặt của ý nghĩa sóng, nhưng "nội dung" của cái gọi là Năm thủ uẩn không hẳn là ở ngoài thực tại. Vì thế, chúng ta không thể cho rằng thực tại chính là Năm thủ uẩn, cũng thể cho rằng thực tại ở ngoài Năm thủ uẩn. Chủ trương thực tại ở trong hay ngoài đều rơi vào chấp thủ.

Vấn đề nền tảng của Phật giáo không phải là để hỏi và trả lời những câu hỏi trên, mà là nói lên cái khổ và con đường diệt khổ. Khổ là do ái, thủ; đoạn trừ ái, thủ là khổ diệt.

Đến đây, nếu lòng của người học Phật còn chưa ổn, muốn đặt ra nhiều câu hỏi khác nữa, thì nên nhớ lời trao của Tuệ Trung Thượng Sĩ: "Đạo bất tại vấn, vấn bất tại đạo", rồi bắt tay ngay vào công việc nhiếp phục khổ đau, lên đường tảo trừ tham ái, vô minh. Trọng tâm của công việc nhiếp phục khổ đau này đã được Thế Tôn dạy trong thời pháp: "Sơ Chuyển Pháp Luân"... (Thích Chơn Thiện) -oOo-

Vì sao Đức Phật dạy về Ngũ uẩn?

Giáo lý Ngũ uẩn có một tầm quan trọng trong đời sống người học Phật. Một khi con người cứ bám víu vào năm uẩn, vào sắc, thọ, tưởng, hành, thức, coi đó là ta, là của ta, là tự ngã của ta, thì sẽ xuất hiện sự đau khổ. Ý niệm về "thân thể tôi", "tình cảm tôi", "tư tưởng tôi", "tâm tư tôi", "nhận thức của tôi"... hình thành một cái tôi ham muốn, vị kỷ, từ đó mọi khổ đau phát sinh. Mọi khổ đau, lo lắng, sợ hãi, thất vọng, điên cuồng đều gắn liền với ý niệm về "cái tôi" và "cái của tôi" ấy.

Cho nên, Đức Phật đã chỉ rõ: "Khi nào người Phật tử không thấy rõ nguồn gốc sinh tử khổ đau là do sự ham muốn tham lam cái thân năm uẩn thì người đó chưa hiểu được Phật pháp".

Ngũ uẩn thường ngăn che trí tuệ sẵn có trong con người như những đám mây che lấp ánh sáng mặt trời. Con người do những dục vọng luôn nảy sinh làm cho mê mờ, không nhận thấy được cái ta chân thật, cái Phật tính tiềm ẩn trong mỗi con người. Con người thường hay bám vào cái ta, cái của ta, đuổi theo dục vọng lại càng bị trói chặt trong cuộc sống tội lỗi, khổ đau. Do đó, nếu không thấy rõ và không nắm vững giáo lý ngũ uẩn thì chính ngũ uẩn làm cho con người luôn luôn đau khổ, trở thành gánh nặng của con người. (PHẠM ĐÌNH NHÂN - Pháp danh Chánh Tuệ Định) ---oooOOooo--- Five Bhikkhus (Pali) = năm vị tỳ kheo = Five ascetics (năm vị tu khổ hạnh) = Five

companions (năm đồng môn) = ám chỉ năm anh em Kiều Trần Như

Group of Five Monks – Five Bhikkhus

When the group of five ascetics saw the Blessed One at a distance coming towards them, they made an agreement amongst themselves saying,

"Friends, here comes the monk Gotama who had become self-indulgent, given up the struggle and gone back to a life of luxury; let us not pay homage to him nor go to greet him and relieve him of his bowl and robes. However, as he is of noble birth, we will prepare a seat ready for him. He will sit down if he is so inclined."

As the Blessed One drew near to them, they found themselves unable to keep to their agreement because of his illustrious glory. One went to greet him and receive the bowl, the second one took the robe and the third one prepared the seat for him. Another brought water to wash his feet while the other arranged a foot stool. But they all regarded the Blessed One as their equal and addressed him as before by his name Gotama and irreverently with the appellation "my friend." The Blessed One sat on the prepared seat and spoke to them:

"Bhikkhus, do not address by the name Gotama nor as friend. I have become a Perfect One, worthy of the greatest reverence. Supremely accomplished like the Buddhas of yore, fully Enlightened. Give ear, Bhikkhus, the Deathless has been gained, the Immortal has been won by me. I shall instruct you and teach you the Doctrine. If you practise as instructed by me, you will in a short time, and in the present life, through your own direct knowledge, realize, enter upon and abide in Arahatship, the nibbana, the ultimate and the noblest goal of the

Holy life for the sake of which clansmen of good families go forth from the household life into homeless one."

"Friend Gotama, even with the abstemious habits and stern austerities which you practised before, you did not achieve anything beyond meritorious attainments of ordinary men (you were not able to transcend human limitations. . .uttarimanussadhamma) nor attain the sublime knowledge and Insight of the Noble Ones which alone can destroy the defilements. Now that you have abandoned the austerity practices and are working for gains and benefits, how will you have attained such distinction, such higher knowledge?"

This is something to think over. These five Bhikkhus were formerly court astrologers who were fully convinced and had foretold, soon after his birth, that the young Bodhisatta would definitely attain supreme Enlightenment. But when the Bodhisatta gave up privation and stern exertions, they had wrongly thought that Buddhahood was no longer possible. It could be said that they no longer believed in their own prophecy. They remained incredulous now that the Blessed One declared unequivocally that he had won the Deathless, had become a fully Enlightened One, because they held to the wrong notion that extreme austerity was the right way to Enlightenment. Likewise,

nowadays, too, once a wrong notion has been entertained, people hold fast to it and no amount of showing the truth will sway them and make them believe. They even turn against those who attempt to bring them to the right path and speak irreverently and disparagingly of their well-wishers. One should avoid such errors and self-deception.

With great compassion and pity for the group of five Bhikkhus, the Blessed One spoke to them thus:

"Bhikkhus, the Perfect One like those of yore is not working for worldly gains, has not given up the struggle, has not abandoned the true path which eradicates the defilements; he has not reverted to luxury" and declared again that he had become a Perfect One, worthy of great reverence, supremely accomplished and fully Enlightened. He urged them again to listen to him.

A second time, the group of five Bhikkhus made the same retort to him. The Blessed One, realizing that they were still suffering from illusion and ignorance, and out of pity for them gave them the same answer for the third time.

When the group of five Bhikkhus persisted in making the same remonstrance, the Blessed One spoke thus:

"Bhikkhus, ponder upon this. You and I are not strangers. We had lived together for six years and you had waited upon me while I was practising extreme austerities. Have you ever known me speak like this?"

The five Bhikkhus reflected on this. They came to realize that he had not spoken thus before because he had not attained Higher Knowledge then. They began to believe that he must have acquired the Supreme Knowledge now to speak to them thus. They replied respectfully,

"No, Reverend Sir. We have not known you speak like this before."

Then the Buddha said, "Bhikkhus, I have become a perfect one worthy of the greatest respect (Arahan), supremely accomplished like the Buddhas of yore (Tathagata), by my own effort I have become fully Enlightened (Sammasambuddha), have gained the Immortal, the Deathless (anatamadhigatam). Give ears, Bhikkhus, I shall instruct you and teach you the Doctrine. If you practise as instructed by me, you will in no time and in the present life, through your own direct knowledge, realize, enter upon, and abide in Arahatship, the nibbana, the ultimate and the noblest goal of the Holy life for the sake of which clansmen of good families go forth from the household life into homeless one."

Thus the Blessed One gave them the assurance again.

The five Bhikkhus got into a receptive mood then and prepared themselves to listen respectfully to what Buddha would say. They awaited with eagerness to receive the knowledge to be imparted to them by the Blessed One.

What we have stated so far constitutes relevant events selected from the Intermediate Epoch of Introductions.

We now come to the Recent Past, introduced by the words "Thus have I heard," which gives an account of how the Blessed One began to set in motion the Wheel of Dhamma by giving the first Sermon.

The time was the evening of the full moon of Waso 2551 years ago as counted back from this Burmese era 1324. The sun was about to set but still visible as

a bright, red sphere; the moon, bright yellow, was just coming up in the eastern skies. The Commentary on the Mahavagga Samyutta mentions that the first sermon was given while both the sun and the moon were simultaneously discernible in the sky.

The audience consisted of only the five Bhikkhus from the human world, but the Brahmas numbered 18 crores, and the devas , according to the Milinda Panha, innumerable. Thus when the five Bhikkhus together with Brahmas and devas, who were fortunate enough to hear the first Sermon, were respectfully awaiting with rapt attention, the Blessed One began teaching the Dhammacakka Sutta with the words: " Dve me, Bhikkhave, anta pabbajitena na sevitabba ." "Bhikkhus, one who has gone forth from the worldly life should not indulge in these two extreme parts (portions, shares) which will be presently explained (Ime dve anta)."

5 Anh em Kiều Trần Như đạt quả A-la-hán tại Vườn Nai

Kaundinya or Kondanna - Ngài Kiều Trần Như

Early years

Kaundinya was born before the time of Siddhartha to a wealthy brahmin family in a town named in Donavatthu, near Kapilavastu, and was known by his family name. When he was growing up, he mastered the three Vedas at a young age and excelled in the science of physiognomy (Thuật xem diện mạo).

Kaundinya became a young Brahmin scholar in Kapilavastu in the Sakya kingdom of King Suddhodana. He was one among the group of scholars who were invited to the royal court to predict the destiny of Crown Prince Siddhartha at his naming ceremony. Siddhartha was the first child born to

Suddhodana and Queen Maya in twenty years of marriage and much interest surrounded the infant from royal society and the public alike. All the other scholars raised two fingers and offered a twofold prediction: That Siddhartha would either become a Chakravarti (supreme king) or would renounce the world and become a supreme religious leader. Kaundinya was the only one that explicitly predicted that Siddhartha would renounce the world to become a Buddha, raising one finger and stating his prediction.

Kaundinya thereafter vowed that he would follow when Siddhartha became an ascetic to learn from the future Buddha's findings. In the meantime, Suddhodana attempted to

foil Kaundinya's prediction because he wanted his son to succeed him in ruling and expanding the kingdom. Suddhodana made intricate arrangements to shield Siddhartha from all worldly suffering in order to steer his mind away from spiritual matters, pampering him with all the material luxury and sense pleasures that he could find. However, Siddhartha finally persuaded his father to allow him out of the palace to meet his subjects. Suddhodana agreed, but attempted to present a sanitised image of human existence by ordering beggars, old people and sick people to be kept from the streets. Despite this, Siddhartha saw the four sights which prompted him to reevaluate his view of the world.

Renouncement and Arahanthood

When Siddhartha was aged 29, he renounced the world to become an ascetic. Kaundinya, along with Bharika (Bhaddiya), Baspa (Wappa), Mahanama and Asvajit (Assaji), (variously described as four of the other scholars who had read Siddhartha's future, or the sons of those scholars) followed him into the ascetic life, with the approval of Suddhodana who was worried about Siddhartha's safety. They were known as the Pancavaggiya (The group of Five) or Pancaka Bhadravargiya (The Group of Five Fortunate Ones). After Siddhartha had mastered all the teachings of Arada Kalama (Alara Kalama) and then Udraka Ramaputra (Uddaka Ramaputta), he left and began practicing self mortification along with Kaundinya and his four colleagues at Uruvilva (Uruvela). Kaundinya and his colleagues attended to Siddhartha in the hope that he would become enlightened through self-mortification. These involved self-deprivation of food and water, and exposing themselves to the elements to near-death for six years, at which point Siddhartha rejected self- mortification. Kaundinya and his colleagues became disillusioned, believing Siddhartha to have become a glutton and moved away to Mrgadava (Isipatana), near Varanasi to continue their practices.

After Siddhartha became the enlightened Gautama Buddha, he sought to find his former teachers Arada Kalama and Udraka Ramaputra in order to teach them. Realising that they had died, the Buddha decided to find Kaundinya and his colleagues to share his teachings. Kaundinya and his companions were skeptical of Gautama Buddha after his abandonment of asceticism, and initially refused to acknowledge his presence, except to offer a seat on the ground. However, the ascetics were soon won over when they sensed that the Buddha had changed since they left him. Gautama Buddha preached the Dhammacakkappavattana Sutta (Pali; SKT., Dharmacakra Pravartana Sutra), which deals with the Four Noble Truths and the Noble Eightfold Path, the core pillars of Buddhist teaching regarding the intrinsic suffering of existence and how to deal with it. Kaundinya reached the Sotapatti stage of arahanthood upon hearing this, becoming the first human to comprehend the teachings. The Buddha acknowledged this by remarking "annasi vata bho Kondanno (meaning "you have realised, Kondanna"). Five days later, hearing the subsequent Anattalakkhana Sutta regarding no-self or soul-lessness (Anatta), Kaundinya gained full arahantship.

Kaundinya thus became first arahant. Having realised arahanthood, he requested the Buddha for permission to retire from the world, which was granted with the words "ehi bhikkhu". Kaundinya thus became the first bhikkhu (monk) in the Buddha's dispensation, known as the sangha. Later, the assembly at Jetavana declared him to be the foremost among the first bhikkhus and the disciples of long standing.

After enlightenment

Following the emergence of the sangha, Kaundinya and the other monks travelled with the Buddha by foot through the Gangetic plains area of what is now Bihar and Uttar Pradesh to spread the dharma. Kaundinya helped to convert many followers to the Buddha's teaching, the foremost being his nephew Punna, born to his sister Mantani. This occurred while the Buddha was at Rajagaha, where he had immediately gone after first communicating his Realisation in order to honour his promise to show his teachings to King Bimbisara. In the meantime, Kaundinya returned to his home town of Kapilavastu and ordained Punna. Punna attained arahantship and 500 of his clansmen become monks. Punna was later acknowledged by the Buddha as the foremost of the disciples in preaching skills.

As one of the senior monks of Gautama Buddha, some of Kaundinya's writings and discourses to other monks are recorded in the literature. A poem consisting of sixteen verses in the Theragatha is attributed to him. The first of

these is said to have been recited by Sacca in praise of Kaundinya, after Kaundinya had preached the Four Noble Truths to Sacca. In other verses, Kaundinya is shown admonishing monks who had fallen into ways contrary to Buddhist teaching. Kaundinya also acknowledged his own struggles against Mara, the demon who attempted to prevent the enlightenment of the Buddha. Kaundinya was also praised in the Udana by the Buddha, who observed his deliverance from the destructiveness of craving.

After a period within the sangha, Kaundinya retired to the Himalayas for the last twelve years of his life. This is attributed to two reasons in Buddhist literature. The first reason was that Kaundinya considered his presence to be a source of inconvenience for Sariputra and Moggallana, the two chief disciples of The Buddha. As the seniormost member of the sangha, Kaundinya lead the monks on the alms-round, but during dharma talks, the two chief disciples sat on either side of the Buddha and Kaundinya behind them. The two chief disciples were uncomfortable sitting in front of Kaundinya, so he decided to solve the problem by absenting himself. The other reason to which Kaundinya's leave is attributed was to spend more quiet time in religious practice, which was rendered difficult due to the attention that the sangha gained from the public.

According to the Samyutta Nikaya, Kaundinya retired to the banks of the Mandakini Lake in the Chaddanta forest, said to be the abode of the paccekabuddhas. It was said that the 8000 elephants in the forest took turns to catering for his needs. Kaundinya

only left once, to farewell Gautama Buddha. Kaundinya kissed the Buddha's feet and stroked them with his hands. He advised his disciples not to mourn him before returning to the forest to pass away the following morning. He was cremated on a large sandalwood pyre which was constructed with the help of the elephants, and the ceremony was presided over by Anuruddha, one of the ten chief disciples and five hundred other monks. The ashes were later taken to Veluvana, where they were enshrined in a silver stupa.

Tôn Giả KIỀU TRẦN NHƯ - Kaundinya hay Kondanna

(Vị đệ tử xuất gia và chứng quả A la hán đầu tiên của đức Phật, là thành viên đầu tiên của giáo đoàn, có pháp lạp cao nhất)

Tên của tôn giả, gọi cho đầy đủ là A Nhã Kiều Trần Như (Ajnata Kaundinya - Anna Kondanna). Tôn giả vốn là một đạo sĩ Bà la môn trẻ tuổi và cực kỳ thông minh ở thành Ca Tỳ La Vệ vào lúc thái tử Tất Tạt Đa (Siddhartha - Siddhattha) đản sinh. Thuở ấy, vua Tịnh Phạn đã mời sa môn Kiều Trần Như và đông đảo các vị sa môn học rộng tài cao khác vào triều dự lễ đặt tên cho thái tử. Trong buổi lễ này, sau khi quan sát tướng mạo đặc biệt của thái tử, Kiều Trần Như quả quyết rằng, sau này thái tử sẽ hoàn toàn thoát tục và đắc quả đại chánh giác. Bởi vậy, về sau, khi nghe tin thái tử Tất Đạt Đa từ bỏ hoàng cung vào rừng xuất gia học đạo, ông đã dẫn theo bốn đạo sĩ thân thiết (con của các vị đạo sĩ khác) tên là Bạt Đề (Bhardrika - Bhaddiya), Bà Sư Ba (Vaspa -

bừng tỉnh. Ngài thấy rõ, con đường khổ hạnh là con đường sai lầm. Hưởng thụ dục lạc là một cực đoan, mà hành hạ thể xác cũng là một cực đoan; cả hai đều sai lầm, đều không giúp ích được gì cho sự phát triển trí tuệ. Ngài bèn quyết định từ bỏ phép tu khổ hạnh triệt để như bấy lâu nay, trở lại ăn uống bình thường để phục hồi sức khỏe, và bắt đầu theo đuổi con đường thiền tập - mà Ngài xét thấy, đó mới là con đường chính đáng nhất cho rằng đưa đến đạo quả giác ngộ.

Sa môn Kiều Trần Như thấy đức Cồ Đàm ăn uống bình thường trở lại, bỏ việc tu khổ hạnh và chỉ chuyên tu thiền định, thì nói với bốn người bạn của mình rằng:

- Sa môn Cồ Đàm đã nửa chừng bỏ dở công phu tu hành. Ông ta bây giờ chỉ lo bổ dưỡng xác thân và sống những ngày nhàn hạ. Ông ta không còn là kẻ đáng cho chúng ta trông cậy nữa. Chúng ta hãy bỏ ông ta và tìm đến nơi khác tu hành theo con đường riêng của chúng ta.

Thế rồi sa môn Kiều Trần Như dẫn bốn người bạn tu, rời bỏ khu rừng núi Già Da ra đi. Họ đi sang vườn Nai (Lộc Uyển, Mrgadava - Migadava), gần thành Ba La Nại (Varanasi - Baranasi), nước Ca Thi (Kasi), để cùng tu học với nhau. Nửa năm sau, bỗng một hôm họ trông thấy đức Cồ Đàm tìm đến với họ. Khi thấy bóng dáng Ngài còn đang thấp thoáng ở ngoài xa, họ đã bảo nhau là sẽ không ra đón tiếp và cũng không cần phải đứng dậy khi Ngài vào tới nơi. Họ nói:

- Sa môn Cồ Đàm hồi đó đang tu khổ hạnh với chúng ta thì bỏ cuộc nửa chừng. Ông ta đã ăn uống và vào ra thôn xóm giao thiệp với người làng, làm cho chúng ta hết sức thất

vọng. Vậy hôm nay ông ấy đến đây, chúng ta cũng không nên đón tiếp nồng hậu làm gì.

Nhưng kỳ lạ làm sao, sự tình đã không xảy ra đúng như họ dự tính! Khi đức Cồ Đàm vừa bước vào tới chỗ của họ thì không ai bảo ai, tất cả năm người đều mừng vui đứng dậy. Chính sa môn Kiều Trần Như tiến tới trước, đỡ lấy chiếc bình bát trên tay Ngài; các vị khác, người thì lấy nước rửa chân cho Ngài, người thì lấy ghế mời Ngài ngồi, người thì lấy quạt để quạt hầu, người thì cuống quít không biết phải làm gì.

Sau khi rửa mặt, tay, chân, và ngồi xuống ghế, đức Cồ Đàm nhìn khắp lượt năm người bạn đồng tu một cách thân thiết, rồi nói:

- Này quí vị! Tôi đã tìm ra đạo giải thoát, và tôi sẽ chỉ dạy lại cho quí vị.

Nghe thế, năm người đều nửa tin nửa ngờ. Sa môn Kiều Trần Như lên tiếng:

- Sa môn Cồ Đàm! Trước kia, trong khi đang cùng tu với chúng tôi, hiền hữu đã bỏ cuộc nửa đường. Hiền hữu đã ăn cơm, uống sữa, vào ra thôn xóm giao tiếp với người làng, thì làm sao hiền hữu có thể tìm được đạo giải thoát, và làm sao hiền hữu có thể chỉ dạy cho chúng tôi đạo giải thoát?

- Sa môn Kiều Trần Như! Hiền hữu đã quen biết tôi từ gần sáu năm nay; trong thời gian ấy tôi đã từng nói dối hiền hữu một lần nào chưa?

- Sa môn Cồ Đàm nói đúng! Trong thời gian qua, tôi chưa một lần nào nghe hiền hữu nói điều không phù hợp với sự thật.

- Vậy, sa môn Kiều Trần Như, quí vị hãy nghe đây! Tôi đã tìm ra được Đạo Lớn rồi, và tôi sẽ chỉ dạy cho quí vị. Quí vị là những sa môn đầu tiên trên thế gian được nghe giáo pháp mầu nhiệm mà tôi đã thực chứng. Quí vị hãy đem hết trí năng thanh tịnh mà trang nghiêm lắng nghe.

Lời nói của Ngài thật có uy lực lớn, khiến cho cả năm người đều trở nên thành khẩn. Họ sửa thế ngồi nghiêm chỉnh, và hướng về Ngài chờ đợi. Sa môn Kiều Trần Như kính cẩn bạch:

- Xin sa môn Cồ Đàm đem lòng xót thương mà chỉ dạy cho chúng tôi.

Đức Thế Tôn từ ái dạy:

- Này quí vị sa môn! Có hai thái cực mà người tu hành nên tránh: một bên là đắm vào sự hưởng lạc nhục thể, và một bên là hành hạ thân xác quá đáng cho đến tiều tụy. Cả hai con đường cực đoan đó đều phá hủy thân tâm. Tôi tránh cả hai thái cực kia, và đã tìm ra con đường trung đạo, có thể đem đến trí tuệ, an lạc, giải thoát; đó là "con đường của tám sự hành trì chân chính" (Bát chánh đạo): thấy biết chân chính, suy nghĩ chân chính, nói năng chân chính, chuyên cần chân chính, niệm tưởng chân chính và thiền định chân chính. Này quí vị, tôi đã tìm ra và thực hiện con đường của tám sự hành trì chân chính đó, và đã đạt được trí tuệ, an lạc, giải thoát...

Đức Thế Tôn tiếp tục giảng về CON ĐƯỜNG BÁT CHÁNH, rồi khai thị về BỐN SỰ THẬT mầu nhiệm. Sa môn Kiều Trần Như chăm chú nghe, và bỗng

cảm thấy tâm mình bừng sáng. Ông thấy rõ ngay tức khắc con đường giải thoát thật sự mà lâu nay ông từng tìm kiếm. Nét mặt ông sáng rỡ chưa từng có, khiến cho đức Thế Tôn chỉ ngay vào ông, nói trong niềm hoan hỉ:

- Sa môn Kiều Trần Như! Hiền hữu đã thấy rõ! Hiền hữu đã thấy rõ!

Lập tức, sa môn Kiều Trần Như quì xuống thành khẩn bạch:

- Sa môn Cồ Đàm! Xin Thầy nhận cho Kiều Trần Như làm đệ tử của Thầy. Con tin tưởng rằng, dưới sự chỉ dạy của Thầy, con sẽ đạt thành sở nguyện.

Bốn vị sa môn kia thấy người anh cả của họ làm vậy, cũng lập tức quì xuống theo, và cùng xin được làm đệ tử của đức Thế Tôn.

Bấy giờ, cả năm vị sa môn nhóm Kiều Trần Như đều tôn đức Cồ Đàm làm Thầy, gọi Ngài là Phật, và gọi giáo pháp do Ngài chỉ dạy là Đạo Phật. Họ từ bỏ lối tu khổ hạnh cũ, cùng tinh cần tu tập theo sự hướng dẫn của Phật. Chỉ trong một thời gian ngắn sau đó, nhờ quyết tâm và tinh chuyên tu học, cả năm vị, đầu tiên là Kiều Trần Như, rồi tiếp đến là bốn vị kia, lần lượt đều chứng thánh quả A la hán, Đức Phật rất hoan hỉ, liền dạy:

- Này quí thầy! Từ hôm nay, chúng ta đã có một đoàn thể xứng đáng được gọi là Tăng già. Rồi đây quí thầy cũng sẽ phải cùng với tôi đem hạt giống giác ngộ đi gieo rắc khắp mọi nơi.

Vậy là, nơi vườn Lộc Uyển lúc bấy giờ, sa môn Kiều Trần Như cùng với bốn bạn hữu đã trở thành năm vị đệ tử tỳ kheo đầu tiên của đức Phật. Họ cũng là năm thành viên đầu tiên của giáo đoàn đức Phật. Riêng tôn giả Kiều Trần Như lại còn là vị đệ tử đã chứng thánh quả A la hán đầu tiên của Phật, và trở thành vị đệ tử lớn nhất của Ngài lúc bấy giờ. Từ đây, ngôi Tam Bảo đã được xuất hiện ở thế gian, với đức Thích Ca Cồ Đàm (Sakya Gotama) là Phật Bảo, giáo pháp do Ngài vừa giảng dạy là Pháp Bảo, và năm vị tỳ kheo nhóm Kiều Trần Như là Tăng Bảo.

Vườn Lộc Uyển lúc đó được coi là đạo tràng hành hóa đầu tiên của đức Phật, và Ngài đã mặc nhiên giao trách nhiệm trông coi đạo tràng cho tôn giả Kiều Trần Như. (Cơ sở vật chất của đạo tràng này vào lúc đó chưa có gì, Phật và chư tăng vẫn trú tại các gốc cây rừng hoặc dưới những túp lều mái lá như những năm tháng trước đó).

Sau năm vị trên, cũng chính tại đạo tràng này, đức Phật đã thu nhận chàng thanh niên Da Xá (Yasa) cùng 54 người bạn của chàng được xuất gia làm tỳ kheo. Tôn giả Kiều Trần Như lại được Phật giao nhiệm vụ chỉ dạy cho họ về nếp sống căn bản đầu tiên của đời sống xuất gia, và hướng dẫn họ tu học theo giáo pháp của Phật.

Cũng tại đạo tràng này, để tạo điều kiện thuận lợi trong việc tiếp độ người xuất gia, đức Phật đã cho phép, ở những nơi và vào những lúc không có sự hiện diện của Ngài, các vị tỳ kheo được đại diện cho Ngài để thọ lễ xuất gia của những người cư sĩ phát tâm sống đời phạm hạnh. Thừa tôn ý của Phật, tôn giả Kiều Trần Như đã trình lên Ngài một đề nghị đơn giản về nghi lễ xuất gia như sau:

- Bạch Thế Tôn! Theo con thì trước tiên cho đương sự cạo sạch râu tóc. Sau đó họ được mặc áo ca sa bày vai bên phải, rồi quì xuống chắp tay trước mặt vị tỳ kheo truyền giới đại diện cho Phật. Kế tiếp, đương sự đọc lời phát nguyện: "Con về nương tựa Phật; con về nương tựa Pháp; con về nương tựa Tăng". Đương sự đọc ba lần như vậy xong là trở thành một vị tỳ kheo.

Phật dạy:

- Kiều Trần Như! Nghi thức thầy đề nghị hợp lý lắm. Vậy tôi xác định với quí thầy: một người quì dưới chân một vị tỳ kheo, đọc ba lần lời phát nguyện quay về nương tựa Tam Bảo, thì được trở thành một vì tỳ kheo.

Tôn giả Kiều Trần Như đã hoàn toàn được đức Phật tin tưởng về mọi mặt: trí tuệ, đức độ cũng như khả năng lãnh đạo và giáo hoá. Cho nên, sau đó, không lâu, đức Phật đã một mình rời vườn Lộc Uyển để đi Ma Kiệt Đà, giao trách nhiệm trông coi đạo tràng Lộc Uyển cho tôn giả gánh vác. Trên đường đi, Ngài đã thu nhận ba mươi thanh niên làm đệ tử xuất gia, và bảo họ tìm về ngay vườn Lộc Uyển gặp tôn giả để được xuống tóc và hướng dẫn tu học.

Gần bốn tháng sau, đức Phật tới thành Vương Xá thủ đô nước Ma Kiệt Đà. Cùng đi với Ngài có cả ngàn vị tỳ kheo - vốn là ba anh em đạo sĩ Bà la môn Ưu Lâu Tần Loa Ca Diếp (Uruvilva Kasyapa - Uruvela Kassapa), thờ thần lửa, cùng đồ chúng của họ - mà Ngài đã hóa độ trên đường đi. Phật và chúng tăng tạm trú trong một khu rừng cách kinh thành Vương Xá không xa lắm về phương Nam. Tăng đoàn bây giờ đã phát triển đến một số lượng đáng kể, nhất là sau khi hai đạo sĩ Xá Lợi Phất và Mục Kiền Liên đã dẫn theo hai trăm năm mươi đệ tử đến xin Phật cho xuất gia; cho nên tôn giả Kiều Trần Như, từ vườn

Lộc Uyển đã về đây phụ tá đức Phật trong việc điều hành tăng đoàn. Ngoài Kiều Trần Như, bây giờ đức Thế Tôn còn có thêm ba vị đệ tử lớn khác nữa là Ưu Lâu Tần Loa Ca Diếp, Xá Lợi Phất, và Mục Kiền Liên.

Tại Vương Xá, quốc vương của nước Ma Kiệt Đà là Tần Bà Sa La (Bimbisara), sau khi được nghe pháp, đã phát nguyện quy y làm đệ tử tại gia của Phật. Để đền đáp công ơn hóa độ này, đức vua đã dâng cúng Phật khu rừng tre ở ngoại ô kinh thành về hướng Bắc để xây cất tu viện, làm cơ sở tu học và hành đạo cho Phật và giáo đoàn. Chính tôn giả Kiều Trần Như và các vị đệ tử lớn khác của Phật đã bàn bạc, hoạch định việc xây cất tu viện, đồng thời giúp Phật tổ chức, hướng dẫn tu học và điều hành mọi việc trong tu viện. Tu viện được đặt tên là Trúc Lâm (Venuvana - Veluvana). Đó là cơ sở đạo tràng rộng lớn và có quy củ đầu tiên của giáo đoàn.

Từ đây, đạo Phật ngày càng phát triển rộng rãi khắp nơi, từ Ma Kiệt Đà đến các vương quốc Ca Thi, Kiều Tát La (Kosala), Bạt Kì (Vrji - Vajji), Thích Ca (Sakya) v.v... cho nên, đức Phật đã không ở yên một nơi nhất định nào, mà Ngài phải đi mọi nơi để hành hóa. Bởi vậy, Ngài đã cử tôn giả Kiều Trần Như chính thức làm tu viện trưởng và tôn giả Ưu Lâu Tần Loa Ca Diếp làm giám viện tu viện Trúc Lâm. Hai vị có hoàn toàn trách nhiệm lãnh đạo và hướng dẫn đại chúng tu học tại tu viện. Đức Phật cũng ban ý chỉ cho tất cả

tăng chúng đang hành đạo trong vương quốc Ma Kiệt Đà hãy y chỉ vào hai vị tôn giả ấy. (Do Cư Sĩ Hạnh Cơ dịch từ Hán Văn) ---oOo---

(The) Five Precepts -ooOoo-

Other religions derive their ideas of right and wrong from the commandments of their god or gods. You Buddhists don't believe in a god, so how do you know right from wrong?

Any thoughts, speech or actions that are rooted in greed, hatred and delusion and thus lead us away from Nirvana are bad and any thoughts, speech or actions that are rooted in giving, love and wisdom and thus help clear the way to Nirvana are good.

To know what is right and wrong in god-centred religions, all that is needed is to do as you are told. But in a man-centred religion like Buddhism, to know what is right and wrong, you have to develop a deep self-awareness and self

understanding. And ethics based on understanding are always stronger than those that are a response to a command.

So to know what is right and wrong, the Buddhist looks at three things - the intention, the effect the act will have upon oneself and the effect it will upon others. If the intention is good (rooted in giving, loving and wisdom), if it helps myself (helps me to be more giving, more loving and wiser), then my deeds and actions are wholesome, good and moral. Of course, there are many variations of this. Sometimes I act with the best of intentions but they may not benefit either myself or others. Sometimes my intentions are far from good, but my actions helps others nonetheless. Sometimes I act out of good intentions and my acts help me but perhaps cause some distress to others. In such cases, my actions are mixed - a mixture of good and not-so-good. When intentions are bad and the action helps neither myself nor others, such an action is bad. And when my intention is good and my action benefits both myself and others, then the deed is wholly good.

So does Buddhism have a code of morality?

Yes it does. The five precepts are the basis of Buddhist morality. The first precept is to avoid killing or harming living beings. The second is to avoid stealing, the third is to avoid sexual misconduct, the fourth is to avoid lying and the fifth is to avoid alcohol and other intoxicating drugs.

But surely it is good to kill sometimes. To kill disease-spreading insects, for example, or someone who is going to kill you?

It might be good for you. But what about that thing or that person? They wish to live, just as you do. When you decide to kill a disease-spreading insect, your intention is perhaps a mixture of self-concern (good) and revulsion (bad). The act will benefit yourself (good) but obviously it will not benefit that creature (bad). So at times it may be necessary to kill but it is never totally good.

You Buddhists are too concerned about ants and bugs.

Buddhists strive to develop a compassion that is undiscriminating and all- embracing. They see the world as a unified whole where each thing and creature has its place and function. They believe that before we destroy or upset nature's delicate balance, we should be very careful. Just look at those

cultures where emphasis is on exploiting nature to the full, squeezing every last drop out of it without putting anything back, conquering and subduing it. Nature has revolted. The very air is becoming poisoned, the rivers are polluted and dead, so many beautiful animal species are extinct, the slopes of the mountains are barren and eroded. Even the climate is changing. If people were a little less anxious to crush, destroy and kill, this terrible situation may have not arisen. We should all strive to develop a little more respect for life. And this is what the first precept is saying.

The Third Precept says we should avoid sexual misconduct. What is "sexual misconduct"?

If we use trickery, emotioal blackmail or force to compel someone to have sex with us, then this is sexual misconduct. Adultery is also a form of sexual misconduct because when we marry we promise our spouse that we will be loyal to them. When we commit adultery we break that promise and betray that trust. Sex should be an expression of love and intimicy between two people and when it is it contributes to our mental and emotional well-being.

Is sex before marriage a type of sexual misconduct?

Not if there is love and mutual agreement between two people. However, it should never be forgotten that the biological function of sex is to reproduce and if an unmarried woman becomes pregnant it can cause a great deal of problems. Many mature and thoughtful people think it is far better to leave sex until after marriage.

But what about lying? Is it possible to live without telling lies?

If it is really impossible to get by in society or business without lying, such a shocking and corrupt state of affairs should be changed. The Buddhist is someone who resolves to do something practical about the problem by trying to be more truthful and honest.

Well, what about alcohol? Surely a little drink doesn't hurt!

People don't drink for the taste. When they drink alone it is in order to seek release from tension and when they drink socially, it is usually to conform. Even a small amount of alcohol distorts consciousness and disrupts self- awareness. Taken in large quantities, its effects can be devastating.

Drinking a small amount wouldn't be really breaking the precept, would it? It's only a small thing.

Yes, it is only a small thing and if you can't practise even a small thing, your commitment and resolution isn't very strong, is it?

The five precepts are negative. They tell you what not to do. They don't tell you what to do.

The Five Precepts are the basis of Buddhist morality. They are not all of it. We start by recognizing our bad behaviour and striving to stop doing it. That is what the Five Precepts are for. After we have stopped doing bad, we then commence to do good. Take for example, speech. The Buddha says we should start by refraining from telling lies. After that, we should speak the truth, speak gently and politely and speak at the right time. He says:

"Giving up false speech he becomes a speaker of truth, reliable, trustworthy, dependable, he does not deceive the world. Giving up malicious speech he does not repeat there what he has heard here what he has heard there in order to cause variance between people. He reconciles those who are divided and brings closer together those who are already friends. Harmony is his joy, harmony is his delight, harmony is his love; it is the motive of his speech. Giving up harsh speech his speech is blameless, pleasing to the ear, agreeable, going to the heart, urbane, liked by most. Giving up idle chatter he speaks at the right time, what is correct to the point, about Dhamma and about discipline. He speaks words worth being treasured up, seasonable, reasonable, well defined and to the point". Good Question, Good Answer Bhikkhu Shravasti Dhammika -ooOoo-

NGŨ GIỚI

VẤN: Các tôn giáo khác có những điều răn cấm do vị thần linh hay chư vị thần linh của họ ban hành, để nhận định điều phải lẽ trái. Quý vị, những người Phật tử, không tin nơi thần linh, như vậy làm sao quý vị có thể phân biệt điều nào là phải và điều nào là trái?

ĐÁP: Bất luận tư tưởng, lời nói hay hành động nào bắt nguồn từ tham, sân, si, và dẫn dắt ta xa dần Niết bàn, đều là sai quấy. Và bất luận tư tưởng, lời nói

hay hành động nào bắt nguồn từ tâm quảng đại bố thí, từ bi và trí tuệ, và giúp ta mạnh tiến trên con đường hướng về Niết bàn, đều là tốt lành.

Trong các tôn giáo lấy thần linh làm trụ cốt, điều trọng yếu là cố gắng làm những điều ta được dạy bảo phải làm theo. Nhưng trong tôn giáo lấy con người làm trung tâm điểm như Phật giáo, ta phải khai triển tình trạng tự nhận thức và tự hiểu biết sâu xa về chính mình. Tâm trạng luân lý đạo đức căn cứ trên hiểu biết lúc nào cũng dũng mãnh hơn là sự tuân hành theo một mệnh lệnh.

Như vậy, hiểu biết điều chánh lẽ tà, điều nào là đúng và điều nào là sai quấy, người Phật tử nhìn vào ba khía cạnh: ý định, hậu quả mà hành động sẽ tạo nên cho mình, và hậu quả mà hành động sẽ tạo nên cho người khác. Nếu ý định là tốt (tức bắt nguồn từ lòng quảng đại bố thí, tâm từ bi, và trí tuệ), nếu khi thực hành ý định, hành động ấy sẽ tạo lợi ích cho mình (tức giúp mình ngày càng tăng trưởng lòng quảng đại bố thí, tâm từ bi, và trí tuệ), và tạo lợi ích cho kẻ khác (tức giúp họ tăng trưởng lòng quảng đại bố

thí, tâm từ bi, và trí tuệ), nếu như thế, hành động của ta là thiện, trong sạch, tốt và đạo đức.

Lẽ dĩ nhiên, có rất nhiều mức độ tốt hay xấu. Đôi khi ta làm việc gì với ý định tốt vô cùng, nhưng có thể việc làm ấy không mang lại hậu quả tốt đẹp cho ta hay cho người khác. Đôi khi ta làm với ý định không mấy tốt, nhưng rồi hành động ấy lại giúp ích cho người khác. Đôi khi ta hành động với ý định không tốt và hành động ấy tạo lợi ích cho ta, nhưng có thể gây tai hại cho người khác. Trong những trường hợp tương tự, hành động của ta lẫn lộn tốt và không mấy tốt. Khi ý định là xấu, không tạo lợi ích cho ta hay cho người khác, thì đó là bất thiện. Khi làm điều gì với ý định tốt và hành động ấy nếu được thực hiện sẽ tạo lợi ích cho ta và cho người khác, thì hành động ấy hoàn toàn là thiện.

VẤN: Như vậy, Phật giáo có một hệ thống luân lý?

ĐÁP: Đúng. Đúng vậy. Ngũ giới là nền tảng của luân lý Phật giáo. Trong năm giới, giới đầu tiên là tránh sát sinh, hay làm tổn hại chúng sinh. Giới thứ nhì là tránh không trộm cắp, thứ ba là tránh tà dâm, thứ tư là tránh vọng ngữ và thứ năm là tránh dùng rượu và các chất say.

VẤN: Nhưng sát sinh đôi khi là tốt. Thí dụ như giết những loại côn trùng như ruồi, muỗi, vì chúng có thể truyền bệnh lan tràn, hay giết một người muốn sát hại mình?

ĐÁP: Nó có thể tốt cho ta. Nhưng còn những sinh vật hay người kia thì sao? Họ cũng muốn sống như ta. Khi ta quyết định xịt thuốc để giết côn trùng, ý định của ta có lẽ bao gồm lẫn lộn những tư tưởng lo lắng cho mình (tốt, vì nó trừ nguyên nhân tạo phiền toái cho mình) và muốn trừ hậu hoạn (xấu, vì phải sát sinh). Hành động này sẽ có lợi cho ta (tốt) nhưng rõ ràng sẽ không có lợi cho chúng sinh khác (xấu). Như vậy, đôi khi có thể cần phải sát sinh, nhưng không bao giờ hoàn toàn là tốt.

VẤN: Quý vị, những người Phật tử, quá lo lắng cho các loài kiến và sâu bọ?

ĐÁP: Người Phật tử cố gắng trau giồi lòng từ bi vô lượng, bao trùm tất cả mà không có sự phân biệt nào. Họ nhìn thế gian như một toàn thể hợp nhất, trong đó mỗi vật, mỗi sinh vật đều có chỗ đứng và có bổn phận hay chức năng của nó. Họ tin rằng ta phải hết sức thận trọng trước khi tiêu diệt hay làm xáo trộn thế quân bình tế nhị của thiên nhiên. Hãy thử nhìn những nền văn hóa chỉ chú trọng đến việc khai thác thiên nhiên, khai thác đến mức tận cùng, vắt ép đến giọt cuối cùng, mà không trả lại gì, chỉ xâm lăng và chinh phục. Thiên nhiên đã nổi loạn. Chính cái không khí mà ta đang thở bị đầu độc, sông ngòi bị ô nhiễm, nhiều loại thú bị tuyệt giống, núi đồi trọc lóc trơ trọi và bị soi mòn. Cho đến khí hậu cũng đổi thay. Nếu con người giảm nóng nảy tham lam, tiêu diệt và sát hại, tình trạng khủng khiếp này có thể đã không xảy ra. Tất cả chúng ta nên tận lực trau giồi lòng tôn kính sinh mạng. Và đó là giới thứ nhất.

VẤN: Giới thứ ba nói chúng ta nên tránh việc tà dâm. Vậy, tà dâm là gì?

ĐÁP: Nếu chúng ta dùng thủ đoạn lừa gạt, đe dọa, hay ép buộc người khác để có quan hệ tình dục với mình, hành vi ấy gọi là tà dâm. Ngoại tình cũng là một hình thức tà

dâm, vì khi chúng ta kết hôn, ta có hứa sẽ chung thủy với người phối ngẫu. Khi ta ngoại tình thì ta đã phá bỏ lời cam kết, cũng như phản bội lại lòng tin của người kia. Tình dục nên được xem như là một biểu lộ của tình yêu và quan hệ mật thiết giữa hai người, và nếu được như thế, nó sẽ góp phần duy trì tinh thần và tình cảm trong đời sống lứa đôi.

VẤN: Quan hệ tình dục trước hôn nhân có phải là tà dâm không?

ĐÁP: Không hẳn như thế, nếu cả hai người đều đồng ý và yêu thương nhau. Tuy nhiên, không nên quên rằng chức năng sinh học của tình dục là để tạo sinh sản, và nếu một phụ nữ chưa lập gia đình mà lại mang thai thì có thể sẽ

Fleeting - lướt nhanh, thoáng qua

Flicker – ánh sáng lung linh, rung rinh

Flickering – đu đưa, lung linh, nhấp nháy

Flimsy - mỏng manh, nông cạn, tầm thường

Flinching – sự do dự

Flippant - thiếu sự nghiêm trang, khiếm nhã, suồng sã

Flirt – ve vãn, tán tỉnh

Flustered - bối rối, nhộn nhịp, náo động

Flutter – rung động

Fodder - cỏ khô cho xúc vật ăn

Foray - cướp phá, đánh phá

Forbearance – tính chịu đựng, tính kiên nhẫn

Forcible - bằng sức mạnh

Foreshorten - vẽ rút gọn lại từ xa đến gần

Forfeit - tiền phạt, tiền bồi thường

Forge – lò rèn, xưởng luyện kim

Forlorn – sad and lonely = đau khổ tuyệt vọng

Formful and formless – aspects of God are like the obverse (mặt phải) and reverse (mặt trái) of one of the same coin. Formless God is the basic of God with form. The illustration of the ocean is useful. As the ocean, water has …no form; but as waves, it has form.

Fortitude – strength of mind = dũng cảm chịu đựng

Fortuitous – tình cờ, bất ngờ, ngẫu nhiên

Fount - suối nước nguồn

Four distinct classes in India at the time of Gotama:

1. The Brahmins were the Priestly caste responsibility for the cult, they became the most powerful. Giai cấp tăng lữ Bà-la-môn trông nom cúng lễ tế tự, giữ kinh Phệ-đà…nhiều quyền lực. 2. The Warrior Ksatriya class was devoted to government and defense. Giai cấp vua quan lo về chính trị quân sự. 3. The Vaisya was farmers and stockbreeders who kept the economy afloat. Giai cấp canh nông, chăn nuôi lo về kinh tế. 4. The Sudras were slaves or outcates who were unable to assimilate (đồng hóa) into the Aryan system. Giai cấp nô lệ không thể hòa hợp với đại đa số.

Caste in India

Varna, Caste, and Other Divisions

Although many other nations are characterized by social inequality, perhaps nowhere else in the world has inequality been so elaborately constructed as in the Indian institution of caste. Caste has long existed in India, but in the modern period it has been severely criticized by both Indian and foreign observers. Although some educated Indians tell non-Indians that caste has been abolished or that "no one pays attention to caste anymore," such statements do not reflect reality.

Caste has undergone significant change since independence, but it still involves hundreds of millions of people. In its preamble, India's constitution forbids negative public discrimination on the basis of caste. However, caste ranking and caste-based interaction have occurred for centuries and will continue to do so well into the foreseeable future, more in the countryside than

in urban settings and more in the realms of kinship and marriage than in less personal interactions.

Castes are ranked, named, endogamous (in-marrying) groups, membership in which is achieved by birth. There are thousands of castes and subcastes in India, and these large kinship-based groups are fundamental to South Asian social structure. Each caste is part of a locally based system of inter- dependence with other groups, involving occupational specialization, and is linked in complex ways with networks that stretch across regions and throughout the nation.

The word caste derives from the Portuguese casta , meaning breed, race, or kind. Among the Indian terms that are sometimes translated as caste are varna, jati, jat , biradri, and samaj. All of these terms refer to ranked groups of various sizes and breadth. Varna, or color, actually refers to large divisions that include various castes; the other terms include castes and subdivisions of castes sometimes called subcastes.

Many castes are traditionally associated with an occupation, such as high- ranking Brahmans; middle-ranking farmer and artisan groups, such as potters, barbers, and carpenters; and very low-ranking "Untouchable" leatherworkers, butchers, launderers, and latrine cleaners. There is some correlation between ritual rank on the caste hierarchy and economic prosperity. Members of higher-ranking castes tend, on the whole, to be more prosperous than members of lower-ranking castes. Many

lower-caste people live in conditions of great poverty and social disadvantage.

According to the Rig Veda, sacred texts that date back to oral traditions of more than 3,000 years ago, progenitors of the four ranked varna groups sprang from various parts of the body of the primordial man, which Brahma created from clay. Each group had a function in sustaining the life of society--the social body. Brahmans, or priests, were created from the mouth. They were to provide for the intellectual and spiritual needs of the community. Kshatriyas, warriors and rulers, were derived from the arms. Their role was to rule and to protect others. Vaishyas--landowners and merchants--sprang from the thighs, and were entrusted with the care of commerce and agriculture. Shudras--artisans and servants--came from the feet. Their task was to perform all manual labor.

Later conceptualized was a fifth category, "Untouchable" menials, relegated to carrying out very menial and polluting work related to bodily decay and dirt. Since 1935 "Untouchables" have been known as Scheduled Castes, referring to their listing on government rosters, or schedules. They are also often called by Mohandas Karamchand (Mahatma) Gandhi's term Harijans, or "Children of God." Although the term Untouchable appears in literature produced by these low-ranking castes, in the 1990s, many politically conscious members of these groups prefer to refer to themselves as Dalit, a Hindi word meaning oppressed or downtrodden. According to the 1991 census, there were 138 million Scheduled Caste members in India, approximately 16 percent of the total population.

The first four varnas apparently existed in the ancient Aryan society of northern India. Some historians say that these categories were originally somewhat fluid functional groups, not castes. A greater degree of fixity gradually developed, resulting in the complex ranking systems of medieval India that essentially continue in the late twentieth century.

Although a varna is not a caste, when directly asked for their caste affiliation, particularly when the questioner is a Westerner, many Indians will reply with a varna name. Pressed further, they may respond with a much more specific name of a caste, or jati , which falls within that varna . For example, a Brahman may specify that he is a member of a named caste group, such as a Jijotiya Brahman, or a Smartha Brahman, and so on. Within such castes, people may further belong to smaller subcaste categories and to specific clans and lineages. These finer designations are particularly relevant when marriages are being arranged and often appear in newspaper matrimonial advertisements.

Members of a caste are typically spread out over a region, with representatives living in hundreds of settlements. In any small village, there may be representatives of a few or even a score or more castes.

Numerous groups usually called tribes (often referred to as Scheduled Tribes) are also integrated into the caste system to varying degrees. Some tribes live separately from

others--particularly in the far northeast and in the forested center of the country, where tribes are more like ethnic groups than castes. Some tribes are themselves divided into groups similar to subcastes. In regions where members of tribes live in peasant villages with nontribal

peoples, they are usually considered members of separate castes ranking low on the hierarchical scale.

Inequalities among castes are considered by the Hindu faithful to be part of the divinely ordained natural order and are expressed in terms of purity and pollution. Within a village, relative rank is most graphically expressed at a wedding or death feast, when all residents of the village are invited. At the home of a high-ranking caste member, food is prepared by a member of a caste from whom all can accept cooked food (usually by a Brahman). Diners are seated in lines; members of a single caste sit next to each other in a row, and members of other castes sit in perpendicular or parallel rows at some distance. Members of Dalit castes, such as Leatherworkers and Sweepers, may be seated far from the other diners--even out in an alley. Farther away, at the edge of the feeding area, a Sweeper may wait with a large basket to receive discarded leavings tossed in by other diners. Eating food contaminated by contact with the saliva of others not of the same family is considered far too polluting to be practiced by members of any other castes. Generally, feasts and ceremonies given by Dalits are not attended by higher-ranking castes.

Among Muslims, although status differences prevail, brotherhood may be stressed. A Muslim feast usually includes a cloth laid either on clean ground or on a table, with all Muslims, rich and poor, dining from plates placed on the same cloth. Muslims who wish to provide hospitality to observant Hindus, however, must make separate arrangements for a high-caste Hindu cook and ritually pure foods and dining area.

Castes that fall within the top four ranked varnas are sometimes referred to as the "clean castes," with Dalits considered "unclean." Castes of the top three ranked varnas are often designated "twice-born," in reference to the ritual initiation undergone by male members, in which investiture with the Hindu sacred thread constitutes a kind of ritual rebirth. Non-Hindu castelike groups generally fall outside these designations.

Each caste is believed by devout Hindus to have its own dharma, or divinely ordained code of proper conduct. Accordingly, there is often a high degree of tolerance for divergent lifestyles among different castes. Brahmans are usually expected to be nonviolent and spiritual, according with their traditional roles as vegetarian teetotaler priests. Kshatriyas are supposed to be strong, as fighters and rulers should be, with a taste for aggression, eating meat, and drinking alcohol. Vaishyas are stereotyped as adept businessmen,

in accord with their traditional activities in commerce. Shudras are often described by others as tolerably pleasant but expectably somewhat base in behavior, whereas Dalits--especially Sweepers--are often regarded by others as followers of vulgar

life-styles. Conversely, lower-caste people often view people of high rank as haughty and unfeeling.

The chastity of women is strongly related to caste status. Generally, the higher ranking the caste, the more sexual control its women are expected to exhibit. Brahman brides should be virginal, faithful to one husband, and celibate in widowhood. By contrast, a Sweeper bride may or may not be a virgin, extramarital affairs may be tolerated, and, if widowed or divorced, the woman is encouraged to remarry. For the higher castes, such control of female sexuality helps ensure purity of lineage--of crucial importance to maintenance of high status. Among Muslims, too, high status is strongly correlated with female chastity.

Within castes explicit standards are maintained. Transgressions may be dealt with by a caste council (panchayat), meeting periodically to adjudicate issues relevant to the caste. Such councils are usually formed of groups of elders, almost always males. Punishments such as fines and outcasting, either temporary or permanent, can be enforced. In rare cases, a person is excommunicated from the caste for gross infractions of caste rules. An example of such an infraction might be marrying or openly cohabiting with a mate of a caste lower than one's own; such behavior would usually result in the higher-caste person dropping to the status of the lower-caste person.

Activities such as farming or trading can be carried out by anyone, but usually only members of the appropriate castes act as priests, barbers, potters, weavers, and other skilled artisans, whose occupational skills are handed down in families from one generation to another. As with other key features of Indian social structure, occupational specialization is believed to be in accord with the divinely ordained order of the universe.

The existence of rigid ranking is supernaturally validated through the idea of rebirth according to a person's karma, the sum of an individual's deeds in this life and in past lives. After death, a person's life is judged by divine forces, and rebirth is assigned in a high or a low place, depending upon what is deserved. This supernatural sanction can never be neglected, because it brings a person to his or her position in the caste hierarchy, relevant to every transaction involving food or drink, speaking, or touching.

In past decades, Dalits in certain areas (especially in parts of the south) had to display extreme deference to high-status people, physically keeping their distance--lest their touch or even their shadow pollute others--wearing neither shoes nor any upper body covering (even for women) in the presence of the upper castes. The lowest-ranking had to jingle a little bell in warning of their polluting approach. In much of India, Dalits were prohibited from entering temples, using wells from which the "clean" castes drew their water, or even attending schools. In past centuries, dire punishments were prescribed for Dalits who read or even heard sacred texts.

Such degrading discrimination was made illegal under legislation passed during British rule and was protested against by preindependence reform movements led by Mahatma Gandhi and Bhimrao Ramji (B.R.) Ambedkar, a Dalit leader. Dalits agitated for the right to enter Hindu temples and to use village wells and effectively pressed for the enactment of stronger laws opposing disabilities imposed on them. After independence, Ambedkar almost singlehandedly wrote India's constitution, including key provisions barring caste-based discrimination. Nonetheless, discriminatory treatment of Dalits remains a factor in daily life, especially in villages, as the end of the twentieth century approaches.

In modern times, as in the past, it is virtually impossible for an individual to raise his own status by falsely claiming to be a member of a higher-ranked caste. Such a ruse might work for a time in a place where the person is unknown, but no one would dine with or intermarry with such a person or his offspring until the claim was validated through kinship networks. Rising on the ritual hierarchy can only be achieved by a caste as a group, over a long period of time, principally by adopting behavior patterns of higher-ranked groups. This process, known as Sanskritization, has been described by M.N. Srinivas and others. An example of such behavior is that of some Leatherworker castes adopting a policy of not eating beef, in the hope that abstaining from the defiling practice of consuming the flesh of sacred bovines would enhance their castes' status. Increased economic prosperity for much of a caste greatly aids in the process of improving rank... James Heitzman and Robert L. Worden, editors. India: A Country Study. Washington:GPO for the Library of Congress, 1990

HỆ THỐNG GIAI CẤP - Xã hội Ấn Độ thời Đức Phật

Thời cổ đại, dân tộc Ấn Độ tổ chức guồng máy chính trị theo chính thể Cộng hòa. Đến thời Đức Phật ra đời, thì chế độ đó đã bị suy tàn, và được thay thế bằng chính thể Quân chủ chuyên chế.

Duy chỉ có hai nước là Magadha (Ma Kiệt Đà) và Kosala (Kiều Tát La) là chế độ Cộng hòa vẫn còn tồn tại. Nước Magadha ở phía Nam sông Hằng Hà, đô thị của nước này là Rajagrha (thành Vương Xá), vua Tần Bà Sa La (cúng dường tinh xá Trúc Lâm). Nước Kosala ở phía Bắc Ấn Độ, đô thị của nước này là Sravasti (thành Xá Vệ), vua Ba Tư Nặc (thành Xá Vệ có tinh xá Kỳ Viên). Hai nước này là trung điểm cho nền văn minh Ấn Độ lúc đương thời và rất có quan hệ mật thiết với Phật giáo.

Phía Đông bắc nước Ma Kiệt Đà có giòng họ Anga (tộc Ương Già) đóng đô ở thành Campa (Chiêm Ba); đối diện với nước này có giòng họ Licchavi (tộc Ly Xa Tỳ) đóng đô ở thành Vesalì (Phệ Xá Ly). Ngoài ra còn có các giòng họ Kasi (Ka Thi), Vaccha (Bà Ta), Malla (Mạt La) cư trụ ở gần nước Kosala v.v... Giòng họ của Đức Phật là Sakya (Thích Ca tộc) đóng đô ở thành Ca Tỳ La (Kapilavastu), phương Bắc nước Kosala thuộc Trung Ấn Độ.

Thời cổ đại, dân tộc Ấn Độ rất tôn trọng nghi thức tế tự, kính thần. Lúc đầu họ đặt ra người gia trưởng, hoặc tộc trưởng để giữ việc tế lễ, gọi là chức Ty tế. Về sau chức Ty tế

này trở thành việc chuyên môn nên được thay thế bằng các Tăng lữ. Tăng lữ coi việc tế tự chiếm địa vị tối cao; thứ đến giai cấp vua chúa, nắm quyền thống trị; thứ dân thuộc hạng nông, công, thương ở địa vị thứ ba; sau cùng là tiện dân ở địa vị thấp nhất.

- Bà la môn (sanh ở đầu Thượng Đế): Là hàng giáo sĩ giữ việc cúng tế, chiếm địa vị tối cao, cha truyền con nối. Để thánh hóa hàng Tăng lữ, hầu dễ bề ngự trị xã hội, họ quy định cuộc đời của Bà la môn có bốn thời kỳ:

1. Phạm trí kỳ (Brahmacarin): Thời kỳ sinh hoạt học sinh của thời đại thiếu niên, từ 7 tới 11 tuổi. Ở tuổi này, phải xuất gia theo thầy học tập kinh điển Veda, tới khi học nghiệp thành tựu lại được trở về nhà.

2. Gia cư kỳ (Grhastha): Thời kỳ sinh hoạt gia đình của thời đại tráng niên. Đây là thời kỳ lập gia đình, trông nom con cháu, làm trọn nhiệm vụ tế tự của người gia trưởng.

3. Lâm cư kỳ (Vanaprastha): Kỳ sinh hoạt xuất gia của thời đại tráng niên. Khi làm xong nghĩa vụ của gia đình rồi, liền vào chốn thâm sơn để tu luyện thiền định, khổ hạnh.

4. Du hành kỳ (Parivrajaka): Thời kỳ sinh hoạt du hành của thời đại lão niên. Tới thời kỳ tuổi già cần phải mong cầu cho sự tu hành được thành tựu, thân tâm được thanh tịnh, giải thoát, nơi ở không nhất định, nay đây mai đó. Cho nên, người tu ở thời kỳ này có tên là khất sĩ (Bhiksu) hay hành giả (Yati).

Bốn thời kỳ sinh hoạt kể trên là sinh hoạt lý tưởng của giai cấp Bà-la-môn. Nếu người nào tu hành đạt tới chỗ cứu cánh thì được mọi người trong xã hội cung kính tột bậc.

- Giai cấp Sát đế lợi (sanh ở bụng Thượng Đế): Là chỉ cho nhà vua, quan lại, cai trị mọi người, cha truyền con nối, ăn trên ngồi trước, xem đất nước là của riêng.

- Giai cấp Phệ xá (sanh ở tay chân Thượng Đế): Gồm cả nông, công, thương, sống phải làm việc, có bổn phận cung phụng hai giai cấp trên.

- Giai cấp Thủ đà la (sanh ở dưới bàn chân của Thượng Đế): Kẻ cùng đinh gồm các giống người tiền trú, không được pháp luật bảo hộ, cấm chế không cho dự phần tín ngưỡng tôn giáo và tán tụng kinh điển Veda.

Từ đó gây thành sự tổ chức xã hội bất công, dân chúng họ hằng khát vọng có bậc thánh nhân xuất hiện cứu đời.

Đức Phật ra đời

Để đáp lại lòng mong mỏi đó, nên đã phát sinh một tôn giáo tha thiết với mục đích nhất vị bình đẳng cứu đời, chính là Đức Phật Thích Ca Mâu Ni sáng lập. Đức Phật, Ngài không nương vào giòng họ cao thấp để định giá con người, mà chỉ nương vào phần phẩm hạnh đạo đức. Đặc biệt, Ngài phủ nhận giai cấp bất công, đem chế độ bình đẳng để đãi ngộ mọi hạng người trong xã hội. Cho nên, Ngài chỉ căn cứ vào phần trí tuệ và đức hạnh để định thứ vị con người. Đến như kẻ tiện dân là ông Ưu Ba Ly (Upali), sau khi Đức Phật độ cho xuất gia, cũng chứng được đạo quả, mà trở thành "Bậc Trì luật thứ nhất", là một trong số mười vị đại đệ tử của Phật. Đức Phật không phân biệt kẻ nghèo,

giàu, sang, hèn nên trong mỗi kỳ thuyết pháp, trên có các bậc quốc vương, các nhà hào phú, dưới đến các cùng dân nghèo khổ cũng đều được thấm nhuần giáo pháp. Do đó nên mọi người trong xã hội đương thời, bất luận thuộc giai cấp nào cũng đều ngưỡng mộ cái đức độ từ bi hỷ xả của Ngài tới cực độ.

Bức tranh giai cấp (Nguyễn Thị Kim Ngân)

Phật giáo có một lịch sử trên hai ngàn năm, truyền bá đến rất nhiều nước trên thế giới. Ngoài năm xứ của Ấn Độ, Phật giáo đã gieo rắc rất nhiều ảnh hưởng ở các nơi. Qua mỗi thời đại, Phật giáo tùy theo tình trạng xã hội của mỗi địa phương mà có ít nhiều biến thái về bản sắc. Vì thế, muốn nói đến điểm xuất phát của đạo Phật, không thể không đi sâu vào bối cảnh lịch sử của Ấn Độ thời bấy giờ.

Thuở xưa, dân tộc Ấn Độ rất cung kính thần linh, tôn trọng nghi thức cúng tế. Lúc đầu, họ đặt ra người Gia trưởng, hoặc Tộc trưởng, để giữ việc tế lễ, gọi là chức Ty tế. Dần dần, chức Ty tế này trở thành việc chuyên môn, nên được thay thế bằng các Tăng lữ. Mặc khác, vì theo đà tiến triển của xã hội, lại phát sinh ra bốn chức nghiệp: Sĩ, Nông, Công, Thương. Các nghề nghiệp này dần dần trở thành giai cấp hóa. Lối phân chia giai cấp đó, mỗi ngày thêm chặt chẽ và phân ra thành 4 giai cấp cơ bản:

Giai cấp Bà la môn (brahmana) là giai cấp cao quý nhất trong xã hội. Những người trong giai cấp này phần lớn là những giáo sĩ thông hiểu kinh Vệ Đà biết đọc kinh, biết cúng tế, có thể tiếp xúc với thần linh. Khi Phạm Thiên tạo ra loài người thì Bà la môn được sinh ra từ miệng Ngài.

Những người thuộc giai cấp Sát đế lợi (Ksatriya) là những người có quyền bính chính trị và quân sự, họ đã được sinh ra từ hai tay của Phạm Thiên.

Những người thuộc giai cấp Phệ xà (Vaisya) là những người trong giới buôn bán, trồng tỉa, chăn nuôi và tiểu công nghệ, họ đã được sinh ra từ bắp đùi của Phạm Thiên.

Còn những người thuộc giai cấp Thủ đà (sudra) là những người đã sinh ra từ hai bàn chân của Phạm Thiên. Họ thuộc về giai cấp nghèo nhất, phải làm những nghề cực nhọc mà người trong ba giai cấp trên không làm.

Giai cấp Thủ đà là giai cấp thấp nhất rồi mà trong xã hội thời bấy giờ lại còn có một tình trạng thấp kém hơn nữa. Đó là hạng ngoại cấp, nghĩa là không thuộc vào giai cấp nào cả. Những người hạng ngoại cấp phải làm nhà ở một khu riêng biệt bên ngoài làng. Nghề nghiệp của họ chỉ là những nghề nghiệp thấp kém như đổ phân, đắp đường, nuôi heo, giữ trâu, cày ruộng. Ai sinh ra ở giai cấp nào thì phải chấp nhận hoàn cảnh của mình. Thần linh đã dạy như vậy và kinh điển cũng dạy như vậy.

Những người thuộc giới ngoại cấp mà nếu lỡ lầm đụng phải một người thuộc giai cấp cao thì có thể bị trừng phạt nặng. Đã có người bị đánh bầm tím thân thể vì đã lỡ tay đụng nhầm một người Bà la môn. Lỡ tay đụng phải một người Bà la môn hay một người Sát đế lợi tức là làm ô nhiễm người ấy, và người ấy phải về ăn chay, nằm đất và sám hối nhiều tuần lễ mới được trong sạch trở lại.

Hóa ra con vật còn có may mắn hơn cả những người hạng ngoại cấp. Một người Bà la môn có thể đụng tới con vật đó mà không bị ô uế, nhưng nếu người ấy đụng nhầm người ngoại cấp là ông ta phải về sám hối cả hai ba tuần lễ.

Giáo lý Phật ra đời như là một cuộc đại cách mạng đã phá tan sự phân biệt giai cấp rất khắc nghiệt đó. Đức Phật dạy rằng: "Mọi người đối trước chân lý đều bình đẳng, không có giai cấp trong con người, khi mồ hôi cùng mặn, dòng máu cùng đỏ". Đó là ý thức hệ vô cùng nhân bản, đánh tan mọi quan niệm sai lầm của xã hội Ấn Độ thời ấy. Đức Phật đã đem ánh sáng bình đẳng soi rọi

vào lòng xã hội, hoàn toàn không phân biệt giai cấp hay sắc tộc, mọi người biết tu tập, mọi người biết hướng thiện thì đều được an lạc.

Điển hình là câu chuyện về Tu Ni Đà – người đệ tử đầu tiên của Đức Phật thuộc về giới ngoại cấp.

Sau mùa an cư, Phật và giáo đoàn chia nhau đi hành hóa tại các vùng lân cận ở thủ đô Xá Vệ. Số người được tiếp xúc với Phật và với giáo đoàn càng ngày càng đông. Một hôm nọ, trong khi đi khất thực ở một xóm ven đô nằm bên tả ngạn sông Hằng, Phật gặp một người gánh phân. Người này thuộc về giai cấp hạ tiện. Anh tên là Tu Ni Đà. Tu Ni Đà đã từng nghe nói về Phật và giáo đoàn khất sĩ, nhưng đây là lần đầu tiên anh được trông thấy Phật và giáo đoàn. Tu Ni Đà lúng túng. Anh biết anh đang ăn mặc dơ dáy, người anh hôi hám và trên vai anh đang gánh một gánh phân người. Tu Ni Đà vội vã tránh đường và tìm lối đi xuống bờ sông, nhưng từ xa Phật đã trông thấy Tu Ni Đà. Người quyết tâm độ người gánh phân này. Thấy Tu Ni Đà tìm lối đi xuống bờ sông, Người cũng tìm lối đi xuống bờ sông để đón đường chàng. Thấy Phật làm như thế, thầy Xá Lợi Phất cũng bỏ hàng ngũ của mình đi theo Phật. Thầy Meghiuya, thị giả của Phật thấy thế cũng bước theo đại đức Xá Lợi Phất. Tất cả các vị khất sĩ khác tuy vẫn còn đứng trong hàng ngũ, nhưng đều nhất loạt dừng lại im lặng quan sát.

Tu Ni Đà luống cuống. Chàng đặt gánh phân xuống, dáo dác nhìn. Phía trên đường thì các vị khất sĩ áo cà sa vàng rực đang đứng đầy cả đường, phía dưới này thì Phật và hai vị khất sĩ đang tiến tới và đi về phía mình. Chẳng biết làm sao, Tu Ni Đà liền lội xuống nước, đứng chắp hai tay lại.

Lúc bấy giờ, từ dãy nhà bên sông, dân chúng đã đổ ra đứng nhìn khá nhiều. Từ già trẻ trai gái, không ai biết chuyện đang xảy ra, Tu Ni Đà vì sợ làm ô uế giáo đoàn đã tìm cách tránh xuống bờ nước, nhưng chàng đã bị Phật chặn đường. Chàng nghĩ giáo đoàn này gồm toàn các giới quý phái và làm ô uế giáo đoàn là một tội rất lớn không thể nào tha thứ được. Tuy chàng đã lội xuống sông, nước ngập tới đầu gối, nhưng gánh phân của chàng vẫn còn để phía trên bờ nước. Chàng hy vọng Phật và hai vị khất sĩ vì thế mà trở lên phía đường trên trở lại.

Nhưng Phật không trở lên, Người đi tới bờ nước và nói với chàng:

- Này anh bạn, anh lên trên này để chúng tôi nói chuyện.

Tu Ni Đà chắp hai tay vái lia lịa:

- Bạch đại đức, con không dám! Bạch đại đức, con không dám!

- Tại sao? Phật dịu dàng hỏi.

- Con là người thuộc giai cấp hạ tiện, con sợ làm ô uế Ngài và giáo đoàn của Ngài.

Phật ôn tồn:

- Chúng tôi đã đi tu rồi, chúng tôi không còn phân biệt giai cấp. Bạn cũng là người như tất cả chúng tôi. Chúng tôi không sợ bị ô uế đâu. Chỉ có tham dục, sân hận, và si mê mới làm ô uế được chúng ta, chứ một con người dễ thương như bạn thì chỉ cho chúng tôi thêm niềm vui mà thôi. Bạn tên là gì?

- Bạch ngài, con tên là Tu Ni Đà.

- Tu Ni Đà, bạn có muốn xuất gia làm khất sĩ như chúng tôi không?

- Con không dám.

- Tại sao bạn không dám?

- Tại vì con thuộc giới hạ tiện ngoại cấp.

- Tôi đã nói người đi tu không còn phân biệt giai cấp. Tu Ni Đà! Trong đạo lý tỉnh thức và trong giáo đoàn khất sĩ, không có sự phân biệt giai cấp. Bạn hãy nghe đây. Nước trong các dòng sông như sông Ganga, sông Yamuno, sông Actravati, sông Sarabhu, sông Mahi, sông Rohini v.v... một khi đã chảy ra biển cả rồi thì đều trở nên biển cả mà không còn giữ lại cá tính và danh hiệu riêng biệt của mình. Cũng như vậy, người đi xuất gia dù xuất thân từ giới quyền qúy Sát đế lợi (Ksatriya) hoặc giới Bà la môn (brahmana), hoặc các giới Phệ xà (Vaisya) và Thủ đà (sudra), hoặc không thuộc giai cấp nào, khi đã vào trong giáo đoàn để tmb n

chưa từng được mở ra trong lịch sử, và các thế hệ mai sau này sẽ được thừa hưởng công đức. Chúng ta phải có can đảm.

Đức Phật là] ca

Nếu em bé chăn trâu biết được hình tướng của mỗi con trâu trong đàn trâu của mình thì người xuất gia cũng phải thấy được những hành động nào của thân của miệng và của ý là những hành động đáng làm và những hành động nào là những hành động không đáng làm. Nếu một em bé chăn trâu biết cách cọ xát tắm rửa cho trâu thì người xuất gia cũng phải biết buông xả và gột rửa khỏi thân tâm những tham dục, si mê và hờn oán... Nếu em bé chăn trâu biết chăm sóc các vết thương của trâu thì người xuất gia cũng phải biết hộ trì sáu căn của mình là mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý và để cho sáu đối tượng tức là sáu trần không thể lung lạc được mình. Nếu em bé chăn trâu biết cách đốt khói un trâu để trâu khỏi bị muỗi đốt thì người xuất gia cũng phải đem đạo lý giải thoát để dạy cho người chung quanh để họ tránh được những khổ đau dằn vặt trong thân tâm họ. Nếu em bé chăn trâu biết tìm đường đi an toàn cho trâu thì người xuất gia cũng phải biết tránh những con đường đưa tới danh lợi, sắc dục, quán rượu và hý trường. Nếu em bé chăn trâu biết thương yêu trâu thì người xuất gia cũng phải biết

quý trọng những niềm an vui do thiền tập đưa tới. Nếu em bé chăn trâu biết tìm bến tốt cho trâu qua sông thì người xuất gia cũng phải biết nương vào diệu lý bốn sự thật để biết đến bến bờ. Nếu em bé chăn trâu biết tìm chỗ có cỏ non và nước uống cho trâu thì người xuất gia cũng phải biết rằng bốn lãnh vực quan niệm là mảnh đất tốt nhất để làm phát sinh giải thoát. Nếu em bé chăn trâu biết bảo trì những vùng thả trâu, không tàn hại phá phách môi trường nuôi trâu, thì người xuất gia cũng phải cẩn thận và dè dặt trong việc tiếp xúc với quần chúng và thu nhận của cúng dường. Nếu em bé chăn trâu biết dùng những con trâu lớn làm gương cho những con trâu con thì người xuất gia cũng phải biết nương vào đức hạnh và kinh nghiệm của các bậc thầy đi trước... Một vị khất sĩ biết làm đúng theo mười một điều vừa nói thì có thể đạt đến quả vị La hán trong vòng sáu năm tu học.

Xin mượn lời Đức Phật dạy thêm về việc chọn con đường an toàn cho trâu đi để kết luận:

- Nếu con đường có quá nhiều gai góc, trâu có thể sẽ bị thương và những vết thương có thể làm độc. Nếu em bé chăn trâu không biết cách trị thương cho trâu thì trâu có thể lên cơn sốt và lăn ra chết. Sự tu học cũng giống như thế. Không tìm chánh đạo mà đi thì sẽ bị mang thương tích trong thân thể và tâm hồn. Những vết thương do các độc tố tham sân si làm cho ung thối sẽ có thể làm hư hỏng cả sự nghiệp giác ngộ. (Nguyễn Thị Kim Ngân)

ĐứcPhật và người gánh phân

----oooOOOooo----

THE FOUR IMMEASURABLES - Love, Compassion, Joy and Equanimity - Tứ Vô Lượng Tâm The four immeasurables, also known as the Brahma Viharas (Skt.) are found in one brief and beautiful prayer:

May all sentient beings have happiness and its causes, May all sentient beings be free of suffering and its causes, May all sentient beings never be separated from bliss without suffering,

May all sentient beings be in equanimity, free of bias, attachment and anger. The Buddha taught the following to his son Rahula (from "Old path white clouds" by Thich Nhat Hanh):

"Rahula, practice loving kindness to overcome anger. Loving kindness has the capacity to bring happiness to others without demanding anything in return.

Practice compassion to overcome cruelty. Compassion has the capacity to remove the suffering of others without expecting anything in return.

Practice sympathetic joy to overcome hatred. Sympathetic joy arises when one rejoices over the happiness of others and wishes others well-being and success.

Practice non-attachment to overcome prejudice. Non-attachment is the way of looking at all things openly and equally. This is because that is. Myself and others are not

separate. Do not reject one thing only to chase after another.

I call these the four immeasurables. Practice them and you will become a refreshing source of vitality and happiness for others."

LOVE

The definition of love in Buddhism is: wanting others to be happy. This love is unconditional and it requires a lot of courage and acceptance (including self-acceptance).

The "near enemy" of love, or a quality which appears similar, but is more an opposite is: conditional love (selfish love).

The opposite is wanting others to be unhappy: anger, hatred. A result which one needs to avoid is: attachment.

This definition means that 'love' in Buddhism refers to something quite different from the ordinary term of love which is usually about attachment, more or less successful relationships and sex; all of which are rarely without self-interest. Instead, in Buddhism it refers to detachment and the unselfish interest in others' welfare.

'Even offering three hundred bowls of food three times a day does not match the spiritual merit gained in one moment of love.' (Nagarjuna) "If there is love, there is hope that one may have real families, real brotherhood, real equanimity, real peace. If the love within your mind is lost and you see other beings as enemies, then no matter how much knowledge or education or material comfort you have, only suffering and confusion will ensue". (His Holiness the Dalai Lama from 'The little book of Buddhism')

Attachment and love are similar in that both of them draw us to the other person. But in fact, these two emotions are quite different. When we’re attached we’re drawn to someone because he or she meets our needs. In addition, there are lots of strings attached to our affection that we may or may not realize are there. For example, I “love” you because you make me feel good. I “love” you as long as you do things that I approve of. I “love” you because you’re mine. You’re my spouse or my child or my parent or my friend. With attachment, we go up and down like a yo-yo, depending on how the other person treats us. We obsess, “What do they think of me? Do they love me? Have I offended them? How can I become what they want me to be so that they love me even more?” It’s not very peaceful, is it? We’re definitely stirred up.

On the other hand, the love we’re generating on the Dharma path is unconditional. We simply want other to have happiness and the causes of happiness without any strings attached, without any expectations of what these people will do for us or how good they’ll make us feel.

Don’t Believe Everything You Think: Living with Wisdom and Compassion - by Thubten Chodron

COMPASSION

The definition is: wanting others to be free from suffering.

This compassion happens when one feels sorry with someone, and one feels an urge to help.

The near enemy is pity, which keeps other at a distance, and does not urge one to help.

The opposite is wanting others to suffer, or cruelty. A result which one needs to avoid is sentimentality.

Compassion thus refers to an unselfish, detached emotion which gives one a sense of urgency in wanting to help others. From a Buddhist perspective, helping others to reduce their physical or mental suffering is very good, but the ultimate goal is to extinguish all suffering by stopping the process of rebirth and the suffering that automatically comes with living by reaching enlightenment.

The attitude of a so-called Bodhisattva is Bodhicitta: this is the ultimate compassionate motivation: the wish to liberate all sentient beings from the sufferings of cyclic existence and to become a fully enlightened Buddha oneself in order to act as the perfect guide for them. Actually, this could well be the most honorable and idealistic motivation possible.

SYMPATHETIC JOY

The definition is: being happy with someone's fortune/happiness. Sympathetic joy here refers to the potential of bliss and happiness of all sentient beings, as they can all become Buddhas.

The near enemy is hypocrisy or affectation. The opposite is jealousy, when one cannot accept the happiness of others.

A result which one needs to avoid is: spaced-out bliss, which can easily turn into laziness.

Note: sympathetic joy is a great antidote to depression for oneself as well, but this should not be the main goal.

By rejoicing in others' progress on the spiritual path, one can actually share in their positive karma.

Sympathetic joy is an unselfish, very positive mental attitude which is beneficial for oneself and others. In this case, it also refers specifically to rejoicing in the high rebirth and enlightenment of others.

EQUANIMITY

Equanimity in Buddhism means to have a clear-minded tranquil state of mind - not being overpowered by delusions, mental dullness or agitation. For example, with equanimity we do not distinguish between friend, enemy or stranger, but regard every sentient being as equal.

The near enemy is indifference. It is tempting to think that just 'not caring' is equanimity, but that is just a form of egotism, where we only care about ourselves.

The opposite of equanimity is anxiety, worry, stress and paranoia caused by dividing people into 'good' and 'bad'; one can worry forever if a good friend may not be a bad person after all, and thus spoiling trust and friendship.

A result which one needs to avoid is apathy as a result of 'not caring'. Equanimity is the basis for unconditional, altruistic love, compassion and joy for other's happiness and Bodhicitta.

When we discriminate between friends and enemies, how can we ever want to help all sentient beings?

Equanimity is an unselfish, de-tached state of mind which also prevents one from doing negative actions.

"If one tries to befriend an enemy for a moment, he becomes your friend. The same thing occurs when one treats a friend as an enemy. Therefore, by understanding the impermanence of temporal relations, Wise ones are never attached to food, clothing or reputation, nor to friends or enemies.

The father becomes the son in another life,
Mother becomes the wife,
Enemy becomes friend;
It always changes.
Therefore there is nothing definite in samsara."
The Buddha
"The foundation for practicing the seven-point cause and effect method is cultivating a mind of equanimity. Without this foundation you will not be able to have an impartial altruistic view, because without equanimity you will always have partiality towards your relatives and friends. Realize that you

should not have prejudice, hatred, or desire towards enemies, friends, or neutral persons, thus lay a very firm foundation of equanimity." (His Holiness the Dalai Lama, from 'Path to Bliss: A Practical Guide to Stages of Meditation')

It is said that the awareness of a Buddha is completely even, like the ocean, taking in equally the joys and sorrows of all people, friends, loved ones, relatives, and those never met. This is the meaning of a statement made by so many of the world's great spiritual teachers,

"Love your enemy."

It doesn't mean love the person you hate. You can't do that. Love those who hate you.

From 'Buddhism with an Attitude: The Tibetan Seven-Point Mind-Training'

TỨ VÔ LƯỢNG TÂM

"Được sanh trong cảnh người thật là hy hữu. Đời sống của chúng sanh quả là khốn khổ. Chớ để lỡ mất cơ hội nầy." -- Kinh Pháp Cú

Tứ Vô Lượng Tâm giúp con người trở nên toàn thiện và có lối sống của bậc thánh, trong kiếp hiện tại. Tứ Vô Lượng Tâm có khả năng biến đổi người thường ra bậc siêu nhân, phàm ra thánh. Nếu mỗi người đều gắng công trau giồi Tứ Vô Lượng Tâm, không phân biệt tôn giáo, chủng tộc, màu da, hay nam nữ v.v...quả địa cầu nầy sẽ trở thành một thiên đàng trong đó tất cả chúng sanh chung sống điều hòa, an vui trong tình huynh đệ, và mỗi người sẽ là một công dân lý tưởng trong một thế giới thanh bình an lạc.

Bốn đức độ cao thượng ấy cũng được gọi là Appamanna (vô lượng). Gọi như vậy bởi vì Từ, Bi, Hỷ, Xả rộng lớn bao la, không bờ bến, không biên cương, không bị hạn định. Tứ Vô Lượng Tâm bao trùm tất cả chúng sanh, người hay thú, không trừ bỏ sanh linh nhỏ bé nào.

Dầu theo tôn giáo nào hay hấp thụ văn hóa nào, mỗi người đều có thể trau giồi bốn đức độ nhẹ nhàng êm dịu ấy để trở nên một phước lành, cho mình và cho kẻ khác.

1. Tâm Từ (Metta)

Trạng thái cao thượng đầu tiên là tâm "Từ", tiếng Pali là Metta, Sanskrit là Maitri.

Nghĩa trắng của Metta là cái gì làm cho lòng ta êm dịu hay tâm trạng của người bạn tốt. Metta (tâm Từ) được định nghĩa là lòng thành thật ước mong tất cả chúng sanh đều sống thật sự an lành hạnh phúc. Metta có khi cũng được định nghĩa là lòng mong mỏi chân thành của người bạn hiền, thành thật muốn cho bằng hữu mình được an vui hạnh phúc.

Đức Phật khuyên dạy:

"Tâm Từ phải được rải khắp đồng đều cho mọi chúng sanh, phải bao trùm vạn vật, phải sâu rộng và đậm đà như tình thương của bà từ mẫu đối với người con duy nhất, chăm nom bảo bọc con, dầu nguy hiểm đến tánh mạng cũng vui lòng." - Metta Sutta.

So sánh tâm Từ với tình mẫu tử trong đoạn kinh Metta Sutta (Từ Bi), Đức Phật không nhấn mạnh đến lòng trìu mến ít nhiều vị kỷ của người mẹ. Ngài chỉ nhắm vào sự mong mỏi thành thật của bà mẹ hiền, muốn cho người con duy nhất của mình được sống an lành. Tâm Từ (Metta) không phải sự yêu thương thiên về nhục dục, cũng không phải lòng trìu mến, luyến ái một người nào bởi vì cả hai, tình dục và luyến ái đều là nguyên nhân chắc chắn sẽ phát sanh phiền muộn.

Tâm Từ (Metta) không phải chỉ là tình thương riêng biệt đối với người láng giềng, bởi vì người có tâm Từ không phân biệt người thân kẻ sơ.

Tâm Từ (Metta) không phải chỉ là tình huynh đệ rộng rãi giữa người và người, mà phải bao trùm tất cả chúng sanh, không trừ bỏ sanh linh nhỏ bé nào, bởi vì loài cầm thú, các người bạn xấu số của chúng ta, cũng cần nhiều đến sự giúp đỡ và tình thương của ta.

Tâm Từ (Metta) không phải là tình đồng chí, không phải tình đồng chủng, không phải tình đồng hương, cũng không phải là tình đồng đạo.

Tình đồng chí chỉ biết những người cùng một chí hướng chánh trị, một chủ nghĩa, hay một đảng phái, như Dân Chủ, Cộng Hòa, Xã Hội v.v...

Tình đồng chủng chỉ giới hạn giữa những người cùng một chủng tộc, một màu da. Tình đồng hương chỉ có giữa những người cùng một quốc gia. Đôi khi vì tình đồng chủng con người nhẫn tâm tàn sát đến đàn bà và trẻ con, chỉ vì những người vô tội nầy không được diễm phúc có đôi mắt xanh và mớ tóc vàng như họ. Người da trắng có cảm tình riêng với người da trắng. Người da đen có cảm tình riêng với người da đen, người da vàng với người da vàng, người da đỏ với người da đỏ v.v...Cũng có khi vì một mặc cảm nào, một dân tộc đem lòng nghi kỵ và lo sợ một giống dân khác. Lắm lúc, để chứng minh rằng dân tộc mình cao trổi hơn dân tộc khác, con người không ngần ngại dùng những phương tiện tàn ác như gây chiến tranh, dội bom nhả đạn, tiêu hủy cả triệu sanh linh. Nhân loại ngày nay vẫn không bao giờ có thể quên những thảm trạng đã xảy diễn trong thời Thế Chiến Thứ Nhì vừa qua.

Cùng trong một quốc gia, cũng có những tâm trạng hẹp hòi, hợp lại thành từng nhóm để gây nên cái mà chúng gọi là tình huynh đệ giữa những người cùng một giai cấp xã hội, một thứ tình thương chỉ nằm vỏn vẹn trong phạm vi nhỏ hẹp của một số người có quyền thế, để đàn áp một hạng người khác đến độ không cho phép họ hưởng những nhân quyền sơ đẳng, chỉ vì những người nầy rủi ro phải sanh trưởng trong một giai cấp hạ lưu. Chính hạng người thượng lưu kia mới thật đáng thương hại, vì họ là những người chỉ biết sống hẹp hòi bưng bít.

Tâm Từ (Metta) cũng không phải là tình huynh đệ giữa những người cùng một tôn giáo. Bởi sự hiểu biết hẹp hòi, gọi là "tình đồng đạo", bao nhiêu đầu người đã rơi, bao nhiêu vĩ nhân đã bị tù đày và đối xử khắc nghiệt. Bởi tình đồng đạo hẹp hòi, bao nhiêu người phải bị thiêu sống một cách tàn nhẫn chỉ vì tội thành thật nói lên ý tưởng của mình. Bao nhiêu hành động hung bạo, bao nhiêu chiến tranh tàn khốc, đã làm hoen ố lịch sử nhân loại cũng vì tình đồng đạo hẹp hòi. Cho đến thế kỷ thứ hai mươi nầy mà người ta cho là sáng suốt, nhân loại vẫn còn chứng kiến những vụ tranh chấp võ trang mà nguyên nhân chỉ vì những người theo tôn giáo nầy không ép buộc được những người khác tư tưởng như mình. Con người ghen ghét nhau, thù hận nhau, chém giết lẫn nhau, chỉ vì không cùng chung sống được với nhau dưới một nhãn hiệu. Nếu vạn nhất, vì không đồng tín ngưỡng mà những người khác tôn giáo với nhau không thể nhìn nhau như anh chị em trong một đại gia đình, thì sứ mạng của tất cả các vị giáo chủ trên thế gian nầy hẳn thật đã thảm bại chua cay.

Tâm Từ êm dịu vượt hẳn lên trên các tình huynh đệ hẹp hòi ấy. Phạm vi của tâm Từ không bờ bến, không biên cương, không hạn định. Tâm Từ không có

bất luận một loại kỳ thị nào. Nhờ tâm Từ mà ta có thể xem tất cả chúng sanh là bạn hữu, và khắp nơi trên thế gian như chỗ chôn nhau cắt rún.

Tựa hồ như ánh sáng mặt trời, bao trùm vạn vật, tâm Từ cao thượng rải khắp đồng đều phước lành thâm diệu cho mọi người, thân cũng như sơ, bạn cũng như thù, không phân biệt giàu nghèo, sang hèn, nam nữ, hư hèn hay đạo đức, người hay thú.

Người có tâm Từ vô lượng vô biên như thế ấy là Đức Phật, Ngài đã tận tâm tạo an lành hạnh phúc cho tất cả những người thân yêu kỉnh mộ Ngài cũng như những người ganh ty, oán ghét, và những người âm mưu ám hại Ngài. Tâm Từ của Đức Phật đối với Rahula (La Hầu La), con Ngài, không có chút gì khác hơn là đối với Devadatta (Đề Bà Đạt Đa), người đã coi Ngài là thù nghịch và với Đại Đức Ananda (A Nan), vị thị giả thân tín rất kính mến Ngài.

Tâm Từ bao la rộng rãi, đồng đều, đối với chính mình cũng như đối với những người thân cận, những người không quen biết, và những người có ác ý với mình. Như chàng kia đi trong rừng với một người bạn, một người không quen biết, và một người thù, gặp một tướng cướp dữ tợn. Tên cướp quyết định phải giết một người. Nếu anh chàng chịu hy sinh mạng sống để cứu các bạn đồng hành thì ra anh thiếu tâm Từ đối với chính mình. Nếu anh tính rằng một trong ba người kia đáng chịu hy sinh thì anh lại không có tâm Từ đối với người ấy.

Đặc điểm của tâm Từ thật sự là như vậy. Có lòng từ ái vô biên đối với người khác không có nghĩa là phải quên mình. Hy sinh mạng sống mình vì một lợi ích nào là một đức độ cao thượng khác, và không chấp ngã lại là một loại tâm cao thượng khác nữa. Đó là quan điểm tế nhị mà ta không nên lẫn lộn. Người thực hiện tâm Từ đến mức cùng tột sẽ thấy mình đồng hóa với tất cả chúng sanh, không còn sự khác biệt giữa mình và người. Cái gọi là 'Ta' lần lần mở rộng, lan tràn cùng khắp càn khôn vạn vật. Mọi sự chia rẽ đều tiêu tan, biến mất như đám sương mờ trong nắng sáng. Vạn vật trở thành một, đồng thể, đồng nhất.

Thật ra không có danh từ Anh ngữ nào tương đương để diễn tả đúng nghĩa chữ "Metta" nhẹ nhàng êm dịu trong tiếng Pali. Thiện ý, từ ái, hảo tâm, bác ái, là những danh từ được xem là gần đồng nghĩa nhất với Metta.

Nghịch nghĩa với Metta là sân hận, ác ý, thù oán, ghen ghét. Tâm Từ và sân hận không thể phát sanh cùng một lúc. Thù oán cũng không thể chứa đựng Mettta.

Đức Phật dạy:

"Không thể lấy thù oán để diệt sân hận, chỉ có tâm Từ mới dập tắt lòng sân." Không những dập tắt được lòng sân, tâm Từ, Metta còn diệt trừ các mầm tư tưởng bất thiện đối với người khác. Người có tâm Từ (Metta) không bao giờ nghĩ đến làm hại, làm giảm giá trị, hoặc bài xích ai, không bao giờ sợ ai, cũng không bao giờ làm ai sợ.

Kẻ thù gián tiếp thường mang lốt bạn của tâm Từ một cách sâu ẩn bất ngờ là lòng trìu mến vị kỷ. Nếu quan niệm không đúng, tâm Từ có thể dễ dàng trở thành luyến ái. Kẻ thù gián tiếp nầy thật là tế nhị mà cũng thật hiểm độc. Nó hành động như người ẩn núp trong rừng sâu hay ở sau một sườn núi để chờ cơ hội ám hại một người khác. Trìu mến đem lại đau khổ. Tâm Từ chỉ tạo an lành hạnh phúc.

Đây là điểm tế nhị mà ta không nên hiểu lầm. Cha mẹ thương yêu trìu mến con, con trìu mến thương yêu cha mẹ; vợ mến chồng, chồng mến vợ.

Tình thương và tâm luyến ái giữa những người thân yêu là lẽ thường, là một sự kiện tự nhiên. Thế gian không thể tồn tại nếu không có tình thương. Nhưng tình thương luyến ái luôn luôn ích kỷ, hẹp hòi, không sánh được với tâm Từ là tình thương đồng đều đối với tất cả chúng sanh trong vũ trụ bao la. Do đó tâm Từ không đồng nghĩa với tình thương ích kỷ.

Cố ý mong muốn làm cho kẻ khác được yên vui là đặc điểm quan trọng của tâm Từ. Người có tâm Từ luôn luôn cố gắng tạo an lành cho tất cả chúng sanh, chỉ thấy những gì tốt đẹp nơi mọi người và không bao giờ nhìn phần xấu xa hư hỏng của một ai.

Tâm Từ đem lại nhiều quả phúc:

1) Người có tâm Từ luôn luôn ngủ được an vui. Ngủ với tâm trạng thơ thới, không giận hờn, không lo âu sợ sệt, tự nhiên giấc ngủ sẽ đến dễ dàng. Mỗi người đều có thể kinh nghiệm. Người có tâm Từ nhắm mắt là ngủ, và ngủ ngon lành.

2) Khi đi ngủ với tâm từ ái an lành, tự nhiên lúc tỉnh giấc, thức dậy cũng với tâm an lành. Người từ ái bi mẫn thường ngủ dậy với gương mặt vui vẻ.

3) Người có tâm Từ không bị những điềm chiêm bao mộng mị khuấy rầy tâm trí, không thấy những điều xấu xa, ghê tợn. Trong khi thức, lòng đầy tâm Từ thì trong lúc ngủ cũng thanh bình an lạc. Dầu có nằm mộng cũng thấy điều vui vẻ an lành.

4) Người có tâm Từ đối với kẻ khác, tất nhiên sẽ gặt hái những cảm tình ưu ái của mọi người.

Khi nhìn vào gương, nếu mặt ta vui vẻ hiền lành, phản ảnh của nó sẽ hiền lành vui vẻ. Trái lại nếu mặt ta cau có quạu quọ, phản ảnh của nó ắt cũng cau có quạu quọ. Cùng một thế ấy, thế gian bên ngoài là phản ảnh của những hành vi, tư tưởng, thiện hay ác của con người. Người hèn hạ xấu xa chỉ biết nhìn vào tội lỗi của kẻ khác, những gì tốt đẹp thì không màng biết đến.

Một thi hào người Anh đã viết ra những dòng thơ rất đẹp đẽ và thâm thúy, có nhiều ý nghĩa:

"Tôi nhìn anh tôi qua Kính Hiển Vi của sự Chỉ Trích
Và tôi nói, "Anh tôi quả thật thô lỗ!"
Nhìn anh tôi qua Kính Viễn Vọng của sự Khinh Bỉ
Và tôi nói, "Anh tôi quả thật bé nhỏ thấp hèn!"
Rồi tôi nhìn vào 'Tấm Gương Chân Lý'
Và tôi nói, "Anh tôi thật giống hệt như tôi!"
Trong con người tốt nhất cũng có những điểm khiếm khuyết, mà trong con người xấu nhất cũng có những điểm tốt. Tại sao ta chỉ tìm phần xấu xa tội lỗi mà không để ý đến phần tốt của người? Nếu mỗi người đều nhìn vào phần tốt đẹp của nhau, nhân loại đã tìm được nguồn hạnh phúc dồi dào vậy.

5) Người có tâm Từ chắc chắn là bạn thân của nhân loại mà cũng là bạn thân của tất cả chúng sanh. Loài cầm thú cũng lấy làm vui thích được sống gần những bậc hiền nhân

đạo đức. Các vị tu sĩ sống đơn độc một mình ở chốn rừng sâu, giữa đám sài lang hổ báo, chỉ nhờ có tâm Từ để tự bảo vệ.

6) Do năng lực của tâm Từ (metta) thuốc độc không hại được hành giả, ngoại trừ trường hợp người ấy phải trả một nghiệp xấu đã tạo trong quá khứ.

Vì tâm Từ (metta) là một năng lực dũng mãnh, khi được thực hành đúng mức có khả năng đổi dữ ra lành. Cũng như tư tưởng oán ghét thù hận có thể tạo nên những chất độc ảnh hưởng đến cơ thể con người, cùng thế ấy tâm Từ có

thể tạo ảnh hưởng an lành giúp hành giả thêm sức khoẻ. Tư tưởng độc ác đầu độc con người. Tư tưởng trong sạch giúp cơ thể con người trở nên lành mạnh.

Kinh sách có chép lại chuyện bà Suppiya, một tín nữ giàu lòng bi mẫn và có tâm đạo nhiệt thành. Bà Suppiya mang một vết thương nặng trên vế. Hôm nọ, Đức Phật đi bát đến trước nhà, được chồng bà cho biết rằng bà đang lâm bệnh không thể ra đảnh lễ Ngài. Đức Phật bảo cứ đưa bà ra. Bà cố gắng đi lần ra cửa. Vừa thấy mặt Đức Phật, vết thương của bà bỗng dưng lành lại, bà trở nên mạnh khỏe như thường.

Chính lòng thành kính trong sạch của bà khi được diện kiến Đức Phật, hợp với năng lực của tâm Từ mà Đức Phật rải đến, đã cứu bà khỏi bệnh.

Một đoạn kinh khác thuật rằng khi Đức Phật trở về quê nhà lần đầu tiên, con Ngài là Rahula (La Hầu La), lúc ấy vừa lên bảy, đến gần Ngài và bạch:

"Bạch Đức Sa Môn, chỉ cái bóng của Ngài cũng đủ làm cho lòng con mát mẻ lạ thường."

Tâm Từ của Đức Phật bao trùm lấy cậu bé Rahula và có một năng lực hấp dẫn mạnh mẽ làm cho cậu vô cùng cảm kích.

7) Người có tâm Từ luôn luôn được chư Thiên hộ trì.

8) Tâm Từ được an trụ dễ dàng vì không bị những tư tưởng trái ngược khuấy động.

Với tâm thanh bình an lạc, người có tâm Từ sẽ sống ở cõi trời, và cõi trời ấy chính ta tạo ra. Chí đến những ai lân cận tiếp xúc với người có tâm Từ cũng chứng nghiệm được phước lành ấy.

9) Người có tâm Từ gương mặt tươi sáng vì gương mặt là phản ảnh của nội tâm. Lúc giận, máu trong cơ thể chạy mau gấp đôi ba lần lúc bình thường, trở nên nóng, dồn lên làm đỏ mặt tía tai. Tâm Từ trái lại làm cho tinh thần vui vẻ, thân có cảm giác thoải mái an lành, máu được thanh lọc trong sạch và gương mặt hiền từ dễ mến.

Kinh sách chép rằng sau khi Đức Phật thành tựu Đạo Quả Phật, trong lúc ngồi tham thiền, suy niệm về pháp Nhân Quả Tương Quan (Patthana), tâm hoàn toàn an trụ và máu trong cơ thể tuyệt đối thanh tịnh, lúc ấy từ bên trong pháp

thân Ngài phát tủa ra những ánh hào quang xanh, vàng, đỏ, trắng, và màu cam, bao phủ châu thân Ngài.

10) Người thấm nhuần tâm Từ đến lúc lìa đời cũng được an vui, vì trong lòng không chứa chấp tư tưởng sân hận. Sau khi tắt thở, gương mặt tươi tỉnh ấy là phản ảnh của sự ra đi thanh bình an lạc.

11) Chết an vui, người có tâm Từ sẽ tái sanh vào cảnh giới nhàn lạc. Nếu đã đắc Thiền (Jhana), người ấy sẽ tái sanh vào cảnh giới của chư Phạm Thiên.

Năng Lực Của Tâm Từ (Metta)

Ngoài những lợi ích có tánh cách vật chất, tâm Từ còn có năng lực hấp dẫn mạnh mẽ phi thường. Tâm Từ có thể gieo những ảnh hưởng tốt đẹp từ xa đến một người khác. Mọi người đều cảm thấy yên vui khi ở gần người lành.

Một hôm, Đức Phật đến chỗ nọ. Trong hàng các thân hào đến đảnh lễ Ngài, có một trưởng giả tên Roja, trước kia là bạn thân của Đức Ananda. Thấy Roja, Đại Đức Ananda nói: "Sư lấy làm vui mà thấy Roja hôm nay đến đây đảnh lễ ra mắt chào mừng Đức Phật." Roja liền trả lời: "Thật ra không phải tôi đến đây để tỏ lòng thành kính Đức Phật. Sở dĩ tôi đến đây hôm nay là vì chúng tôi đánh cuộc với nhau rằng người nào không đến đảnh lễ Đức Phật sẽ bị phạt năm trăm đồng vàng. Chính vì sợ mất tiền mà tôi đến."

Đức Ananda lấy làm thất vọng, đến bạch tự sự cho Đức Phật rõ và xin Ngài tế độ người bạn thân của mình. Đức Phật liền rải tâm Từ đến Roja, rồi trở về tịnh thất.

Lúc ấy Roja thấy khắp châu thân mình đượm nhuần một luồng cảm xúc mát mẻ lạ thường dường như từ Đức Phật đưa đến. Bị cảm kích quá mạnh, chàng không thể cưỡng kháng lại ý muốn gặp ngay Đức Phật. Không khác nào bò con chạy theo mẹ, Roja chạy vào chùa, từ tịnh thất nầy đến tịnh thất kia, để tìm Đức Phật. Được chỉ dẫn đến nơi, Roja gỏ cửa. Cửa vừa mở, ông lật đật đảnh lễ Đức Phật, rồi nghe Đức Phật giảng Pháp và xin quy y.

Đó là một trường hợp cho thấy rằng tâm Từ có sức hấp dẫn thật mạnh mà mỗi người đều có thể tu tập, tùy theo khả năng của mình, vì cũng như các đức tánh

khác trong Tứ Vô Lượng Tâm, tâm Từ luôn luôn tiềm tàng ngủ ngầm bên trong mọi người.

Trong một tích chuyện khác, có người muốn hại Đức Phật, cho voi uống rượu đến say rồi lùa chạy ngay lại phía Ngài. Con voi hung tợn cắm đầu chạy đến Đức Phật, định làm dữ. Thản nhiên, Đức Phật rải tâm Từ đến voi và chế ngự trong khoảnh khắc.

Mẫu chuyện hứng thú sau đây có thể được tường thuật nhằm cho thấy đến mức độ nào một vị Bồ Tát có thể rải tâm Từ vô lượng đến người cha đã hạ lệnh giết Ngài. Mặc dầu trẻ tuổi Bồ Tát nghĩ như thế nầy:

"Đây là cơ hội quý báu để ta thực hành tâm Từ. Đứng trước đây là cha ta. Mẹ ta đang khóc than thê thảm. Kìa là đao phủ sẵn sàng hành quyết ta, và ta đây là nạn nhân đang đứng ở giữa. Ta phải rải tình thương đồng đều đến tất cả bốn người. Ngưỡng nguyện cha ta khỏi phải chịu quả xấu do hành động hung ác nầy gây ra. Mong cầu cha ta, mẹ ta, tên đao phủ, và ta, được hạnh phúc an vui, không đau khổ, không tật bệnh, không

gây oan trái. Nhờ năng lực tâm Từ nầy, ngưỡng nguyện rằng ngày kia ta sẽ thành Phật."

Trong vô lượng tiền kiếp, một ngày kia, khi Đức Phật còn là Bồ Tát, đang hành Nhẫn Nhục Ba La Mật trong ngự uyển. Hôm ấy nhà vua say rượu. Muốn thử xem hạnh nhẫn nhục của Ngài đến đâu, vua truyền lệnh cắt tay và chân Ngài. Ngài vẫn điềm nhiên, lặng lẽ hành pháp nhẫn. Vua lấy làm tức giận, dùng gót chân đá vào ngực Ngài. Ngài ngã gục trên vũng máu, hoi hóp thở những hơi thở cuối cùng, nhưng lòng vẫn bảo lòng:

"Người như ta không bao giờ sân hận, oán thù."

Một vị tỳ khưu xứng đáng phải có tâm Từ rộng rãi bao la. Không đào đất, cũng không bảo người đào, vì sợ rủi ro làm chết côn trùng. Vị tỳ khưu chân chánh cũng không uống nước chưa lọc. Lời dạy sau đây của Đức Phật cho ta một ý niệm thế nào là tâm Từ mà một vị tỳ khưu nên có:

"Nếu có bọn cướp hung tợn dùng cưa cưa con ra từng mảnh và nếu con sanh tâm tức giận hoặc căm thù kẻ cướp, chính lúc ấy con đã không thực hành lời dạy của Như Lai."

Quả thật rất khó mà chịu đựng và nhẫn nại đến mức ấy. Nhưng đó là mức sống lý tưởng mà Đức Phật trông đợi hàng đệ tử Ngài cố gắng thành đạt. Chính Đức Phật đã nêu gương lành cao thượng. Ngài dạy:

"Như đàn voi lâm trận không kể lằn tên mũi đạn, ta phải can đảm chịu đựng những điều bất hạnh của đời. Phần lớn nhân loại sống ngoài khuôn khổ giới luật. Ta phải có thái độ của đàn voi lâm trận: mạnh tiến giữa rừng gươm đao giáo mác, bình tĩnh hứng lấy những nỗi chua cay của đời, và thản nhiên vững bước trên đường phạm hạnh."

Chúng ta đang sống trong một thế gian hỗn loạn, giữa những tình thế căng thẳng và luôn luôn lo sợ hiểm họa chiến tranh. Các quốc gia ngày nay ráo riết võ trang chống đối lẫn nhau và nhân loại không ngớt phập phồng chờ đợi một loại võ khí nguyên tử thình lình từ không trung rơi xuống.

Trong giờ phút nầy, thế gian ắt đang trông đợi một tâm đại từ đại bi cứu khổ để mỗi người được sống an lành trong cảnh thái bình, thuận hòa trong tình huynh đệ.

Ta lại tự hỏi: "Trước sự hăm dọa của bom đạn, trên thực tế có thế nào ta bình thản thực hành tâm Từ được không?" Một người thường có thể làm gì để chống lại đám mưa bom? Trong tay không có một món vũ khí, người dân thường có thể làm gì để chặn đứng lằn tên mũi đạn?

Trước cái chết sắp đến, tâm Từ của Phật Giáo là một khí giới ôn hòa và hữu hiệu để ngăn ngừa bom đạn.

Nếu các quốc gia hiếu chiến khứng chịu đem tâm Từ thay thế vũ khí để cai trị thế gian bằng công lý và tình thương, thay vì bạo lực cường quyền, thì nhân loại ắt được an cư lạc nghiệp và hạnh phúc lâu dài.

Gác qua một bên những vấn đề quan trọng mà chính ta không thể giải quyết, ta nên quan tâm đến riêng phần ta và phần còn lại của nhân loại bằng cách tận lực chuyên

cần trau giồi và phát triển phẩm hạnh từ ái (metta) dịu hiền.

Thực Hành Tâm Từ (Metta) Như Thế Nào? Sau đây là một vài chỉ dẫn thực tế để thực hành tâm Từ.

Trước tiên hành giả phải gieo trồng tâm Từ cho chính mình. Muốn vậy, phải rải khắp châu thân và tâm những tư tưởng an vui hạnh phúc.

Hành giả tưởng niệm:

"Tâm tôi rất yên tĩnh, thân tôi rất an vui. Tôi không bệnh hoạn, không phiền não, không lo âu, không sân hận. Tôi thể hiện tâm Từ. Hào quang từ ái bao phủ chung quanh tôi dập tắt mọi tư tưởng ích kỷ, mọi xúc động thù nghịch. Tôi không còn cảm xúc trước cơn xung nộ xấu xa của kẻ khác. Tôi lấy tốt đáp xấu, lấy tâm Từ trả lại lòng sân hận." Hằng ngày rèn luyện tinh thần như thế, dần dần hành giả trở nên vô cùng quảng đại, quên tất cả những điều xấu xa của kẻ khác và giữ tâm hoàn toàn trong sạch, không còn bợn nhơ sân hận, oán thù.

Ánh sáng hạnh phúc tủa ra khắp châu thân, hành giả ban rải hạnh phúc ấy đến người khác bằng những tư tưởng an lành và bằng những hành động vị tha, thể hiện tâm Từ trong cuộc sống hằng ngày.

Khi tâm được an vui và không bị những tư tưởng sân hận làm chao động, hành giả sẽ dễ dàng rải tâm Từ đến cho kẻ khác. Ta không thể cho ai một vật mà chính ta không có. Trước khi muốn làm cho người khác được an vui, chính hành giả phải được an vui, phải biết làm thế nào cho mình được an vui. Hành giả rải tâm Từ đến thân bằng quyến thuộc, riêng từng người, rồi đến toàn thể, và ước mong mọi người đều lánh xa phiền não, bệnh tật, lo âu, sân hận.

Hành giả cũng rải tâm Từ đến bạn bè và những người không quen biết và thành thật ước mong cho những người nầy, như trước kia đã ước mong cho mình và thân bằng quyến thuộc mình được an vui, hạnh phúc và lánh xa phiền não, bệnh tật, lo âu, và sân hận.

Sau cùng, mặc dầu là khó, hành giả rải tâm Từ đến cho những người có ác ý với mình, nếu có. Rải tâm Từ đến những người coi mình là thù nghịch, lấy thái độ ôn hòa đối lại những cử chỉ bất hòa là hành động của bậc anh hùng quân tử, đáng được làm gương cho đời. Đức Phật dạy: "Hãy giữ tâm luôn luôn trong sạch giữa đám người đầy thù hận."

Hành giả rải tâm Từ đến tất cả chúng sanh, không phân biệt giai cấp, chủng tộc, màu da, hay nam nữ, không trừ bỏ một loài cầm thú nhỏ nhen câm điếc nào. Hành giả tự đồng hóa với tất cả, tự mình chan hòa trong toàn thể, thấy vạn vật và mình là một. Tâm không còn một điểm vị kỷ, hành giả đã vượt lên khỏi mọi hình thức chia rẽ riêng tư. Không bị giam hảm trong những tư tưởng hẹp hòi, không chịu ảnh hưởng của tinh thần đấu tranh giai cấp, quốc gia, chủng tộc, tôn giáo, hành giả có thể nhìn toàn thể thế gian là nơi chôn nhau

cắt rún và tất cả mọi người là bạn đồng hành trong đại trùng dương mà ta gọi là đời sống của muôn loài vạn vật.

2. Tâm Bi (Karuna)

Đức tánh thứ nhì giúp con người trở nên cao thượng là tâm Bi (karuna). Bi được định nghĩa là động lực làm cho tâm người tốt rung động trước sự đau khổ của kẻ khác, hay cái gì thoa dịu niềm khổ đau sầu não của người. Đặc tánh của tâm Bi là ý muốn giúp người khác thoát khỏi mọi cảnh khổ.

Lòng người có tâm Bi thật là mềm dịu, hơn cả những tai họa. Ngày nào chưa cứu giúp được kẻ khác, tâm Bi không hề thỏa mãn. Lắm khi, để làm êm dịu nỗi khổ đau của kẻ khác, người có tâm Bi không ngần ngại hy sinh đến cả mạng sống mình. Sự tích Túc Sanh Truyện Vyaghre Jataka đã nói lên gương lành của một vị Bồ Tát tự hiến thân để cứu một con cọp mẹ và bầy con khỏi chết đói.

Chính do nhờ tâm Bi mà con người có thể hoàn toàn vị tha trong khi phục vụ. Người có tâm Bi không sống riêng cho mình, mà cũng sống cho kẻ khác và luôn luôn tìm cơ hội để giúp đời, nhưng không bao giờ cầu mong được đền ơn đáp nghĩa.

Ai Cần Đến Tâm Bi?

Nhiều người trong chúng ta đáng thọ nhận lòng bi mẫn của ta. Những kẻ nghèo nàn đói rách, những người túng thiếu cơ hàn, đau ốm, cô đơn, dốt nát, hư hèn, người có đời sống bẩn thỉu buông lung, là hạng người cần đến tâm Bi của những tấm lòng trắc ẩn cao thượng, không luận nam nữ, không phân chủng tộc, giai cấp hoặc tôn giáo.

Có nhiều quốc gia giàu về vật chất mà nghèo về tinh thần. Cũng có những dân tộc khác, giàu về tinh thần mà nghèo về vật chất. Chẳng luận tinh thần hay vật chất, bổn phận cao cả của người giàu là giúp đỡ kẻ nghèo. Biết bao nhiêu đàn ông, đàn bà, trẻ em, đang sống trong cảnh cơ hàn, thiếu thốn đến cả những vật dụng cần thiết. Nếu các đại phú gia đem tiền của dư dả ra giúp đỡ cho hạng người nầy, công tác từ thiện ấy chắc không đến nổi làm tổn hại tài sản của họ. Một lần nọ, có chàng sinh viên trẻ tuổi về nhà xin phép mẹ gỡ bức màn treo trên cửa để cho một người nghèo khó, đói rách. Chàng nói rằng không có bức màn nầy, cái cửa không đến nỗi phải chịu lạnh, nhưng nếu thiếu quần áo che

thân, chắc chắn người nghèo kia phải khổ sở vì lạnh. Thái độ hảo tâm thương người của chàng sinh viên và của bà mẹ đáng là một gương lành cao quý.

Nhân loại lấy làm vinh hạnh ghi nhận rằng một vài quốc gia giàu có đã tổ hợp lại thành những cơ quan từ thiện nhằm giúp đỡ những dân tộc kém mở mang bằng mọi cách, đặc biệt là ở Á Châu. Trong hầu hết các quốc gia, nhiều tổ chức từ thiện gồm đủ hạng - nam, nữ và sinh viên - đã hoạt động mạnh mẽ để mang lại cho hạng người nghèo đói và túng thiếu những sự giúp đỡ cần thiết. Các đoàn thể tôn giáo, trong phạm vi khiêm tốn của mình, cũng tận dụng khả năng để làm tròn phận sự. Các quốc gia kém mở mang đang cần trại dưỡng lão, cô nhi viện và những tổ chức từ thiện tương tợ.

Trong vài quốc gia, nạn ăn xin vẫn cần phải được giải quyết. ở những nơi nầy, ăn xin đã trở thành nghề sinh sống. Vì lòng bi mẫn đối với hạng người bất hạnh nầy vấn đề phải được Chánh Quyền giải quyết thỏa đáng vì đó là một sĩ nhục cho quốc thể.

Người giàu tiền của có bổn phận giúp đỡ kẻ nghèo về vật chất. Cùng thế ấy, người giàu tinh thần đạo đức cũng có bổn phận giúp đỡ kẻ thiếu kém về tinh thần, mặc dầu người ấy có thể là một đại phú gia. Tiền rừng bạc bể riêng rẽ một mình, không đem lại chân hạnh phúc. Kho tàng của báu không tạo an vui tinh thần. Tâm trạng an lạc thanh bình chỉ do kho tàng đạo đức tạo nên. Nhiều người trong thế gian rất cần thức ăn tinh thần, nhưng không dễ gì thành đạt chất dinh dưỡng tâm linh nầy, vì kể về lượng, số người nghèo về tinh thần trội hơn nhiều, so với kẻ nghèo về vật chất. Lý do là vì trong cả hai hạng người - giàu và nghèo về vật chất - đều có những người nghèo về tinh thần.

Trong thế gian rộng lớn nầy số người đau ốm bệnh hoạn đông hơn số người nghèo túng rất nhiều. Nhiều người bệnh về vật chất, vài người bệnh về tinh thần. Khoa học cung cấp thuốc men công hiệu cho hạng người trước nhưng không có cho hạng sau. Họ là những người đang mòn mỏi héo tàn trong các bệnh viện tâm thần.

Có những nguyên nhân cho cả hai loại bệnh. Người có tâm bi mẫn, dầu nam hay nữ, phải cố gắng tiêu trừ những nguyên nhân ấy. Trong nhiều quốc gia khác nhau đã có những phương pháp để ngăn ngừa và chữa trị chẳng những cho người mà còn cho thú.

Đức Phật đã nêu gương lành cao quý bằng cách tự tay chăm sóc người bệnh và khuyên dạy hàng đệ tử với những lời lẽ đáng ghi nhớ như sau:

"Người nào chăm sóc người bệnh là chăm sóc Như Lai."

Vài vị lương y vị tha hết lòng giúp đỡ miễn phí cho những bệnh nhân nghèo để thoa dịu nỗi khổ đau của họ. Vài vị tận dụng thời giờ và công phu để chăm sóc người bệnh, lắm khi nguy hại đến mạng sống của chính mình.

Bệnh viện và những phòng thuốc miễn phí là một phước lành cho nhân loại, nhưng đến nay vẫn còn chưa đủ cho số người nghèo. Trong những quốc gia kém mở mang người nghèo còn phải chịu nhiều đau khổ vì chưa có đủ phương tiện y khoa. Người bệnh còn phải được chở đi nhiều dặm đường khó khăn để đến một bệnh viện hay phòng thuốc gần nhất. Nhiều khi bệnh nhân chịu không nổi phải chết dọc đường. Riêng các bà mẹ thai nghén rất cần được giúp đỡ. Bệnh viện, phòng thuốc, nhà bảo sanh v.v...là những nhu cầu vô cùng thiết yếu trong các làng mạc xa xôi.

Hạng người thấp kém bần cùng đáng được các bậc giàu có bi mẫn xót thương. Lắm khi người ăn kẻ ở trong nhà không được thù lao đúng mức, không ăn đủ no, không mặc đủ ấm, và thường bị đối xử tồi tệ. Tình trạng công bình không lan đến họ. Họ bị ruồng bỏ, họ sống không được che chở vì không ai biện hộ cho. Trong vài trường hợp đặc biệt những hành động rõ ràng hung ác vô nhân đạo như vậy được xem là tự nhiên. Phần lớn các trường hợp tương tợ bị lờ đi, không được biết đến. Những kẻ bất hạnh ấy không còn cách nào khác hơn là âm thầm chịu đựng những nỗi khổ đau, giống như Đất Mẹ thầm lặng nhận lấy tất cả những gì người ta vứt. Đến khi không còn chịu nổi sầu muộn

họ chỉ còn quyên sinh cuộc sống trong cơn tuyệt vọng.

Hạng người phóng đảng tội lỗi và dốt nát lại càng đáng được các bậc đạo đức cao thượng xót thương hơn, vì họ là những người bệnh hoạn về tinh thần và đạo đức. Không nên kết tội và khinh rẻ hạng người yếu đuối ấy vì họ đã bị lầm đường lạc nẻo, trái lại nên thương xót và dìu dắt họ trở lại đường phải.

Dầu cha mẹ thương đồng đều các con nhưng vẫn có thể đặc biệt tội nghiệp và chăm nom săn sóc những đứa ốm yếu bệnh hoạn. Cũng dường thế ấy, tâm Bi của ta phải bao trùm tất cả chúng sanh đau khổ, nhưng riêng đối với hạng người bệnh hoạn tinh thần, suy kém đạo đức, ta nên đặc biệt thương xót và hết lòng dẫn dắt họ trở lại đường lành.

Như Đức Phật xưa kia, hết lòng thương hại và cứu độ Ambapali, người phụ nữ lạc bước giang hồ và tận tâm tế độ Angulimala, tên sát nhân tàn ác, toan ám hại Ngài. Về sau cả hai đều theo Ngài và hoàn toàn đổi tánh.

Ta phải hiểu biết rằng bên trong mỗi người, dầu là người xấu xa thế nào, đều có tiềm ẩn ngủ ngầm những đức tánh tốt đẹp. Đôi khi chỉ một lời nói phải, đúng lúc, cũng có thể đổi hẳn con người từ dữ ra lành.

Như vua Asoka trước kia, tàn bạo đến đổi người đời bấy giờ gọi là "Asoka con người tội lỗi," thế mà khi nghe được những lời nói phải của một thầy sa di trẻ tuổi - "Đức hạnh tận tụy chuyên cần là con đường đưa đến trạng thái Vô Sanh" - Ngài đổi hẳn tánh tình, mạnh tiến trên đường tự giác, và trở nên "Asoka con người hiền đức," một đấng minh quân (Dharmasoka).

Đức Phật khuyên nên xa lánh hạng người cuồng si. Như vậy không có nghĩa là ta không thể đến gần để cảm hóa cùng khuyến thiện họ. Có những bệnh nhân mắc phải chứng bệnh truyền nhiễm ngặt nghèo. Mọi người đều sợ và lánh xa. Nhưng cũng có những vị lương y hết lòng thương hại, đến gần săn sóc và chữa trị cho họ khỏi bệnh. Nếu không có các vị lương y giàu tâm Bi kia, bệnh nhân ắt phải bỏ mạng. Cùng một thế ấy, hạng người xấu xa bệnh hoạn về tinh thần ắt phải bị chìm đắm mãi mãi trong đêm tối của tội lỗi nếu không ai có lòng quảng đại thương xót và ra tay tế độ.

Thế thường, Đức Phật tìm đến những hạng xấu xa hư hèn để cảm hóa, nhưng chính bậc đạo đức trong sạch thì lại tìm đến Ngài. Cũng như tâm Từ (metta). tâm Bi (karuna) vô lượng, vô biên, vô hạn định, phải được rải đến cho tất cả những chúng sanh đau khổ, bơ vơ, chí đến những loài cầm thú câm điếc, và những chúng sanh còn trong trứng.

Phủ nhận quyền sống và những đặc quyền làm người chỉ vì những người nầy sanh trưởng trong một giai cấp, một chủng tộc, hay có màu da như thế nào, là vô nhân đạo và độc ác. Giết, hoặc sai bảo người khác giết những con thú vô tội để bày tiệc linh đình, ăn uống hả hê, cũng là hành động trái ngược với tâm Bi. Dùng bom đạn để tiêu diệt hằng triệu sanh linh là hình thức xấu xa nhất của sự tàn bạo mà người si mê có thể làm.

Ngày nay thế gian sống trong tình trạng căm thù, sân hận, đã hy sinh vật sở hữu quý báu nhất là mạng sống, đặt trước bàn thờ để tế thần bạo lực. Tâm Bi đã chạy trốn nơi nào? Thế gian ngày nay cần những hạng người giàu lòng bi mẫn, nam và nữ, để tiêu trừ những hành động độc ác và bạo tàn. Cũng nên ghi nhận rằng tâm Bi của Phật Giáo không phải là những giọt nước mắt nhỏ suông gọi là thương xót, bởi vì kẻ thù gián tiếp của tâm Bi là âu sầu, phiền muộn (domanassa).

Tâm Bi bao trùm những chúng sanh đau khổ trong khi tâm Từ bao gồm tất cả chúng sanh - đau khổ và an vui.

3.Tâm Hỷ (Mudita)

Đức tánh cao thượng thứ ba trong Tứ Vô Lượng Tâm là Hỷ, vui, (Mudita). Mudita, Hỷ không phải là trạng thái thỏa thích suông, cũng không phải cảm tình riêng đối với người nào mà là tâm hoan hỷ, vui thích với hạnh phúc của người khác, trước sự thành công của một chúng sanh. Tâm Hỷ có chiều hướng loại trừ lòng ganh tỵ, vốn là kẻ thù trực tiếp của nó.

Một năng lực hùng mạnh có sức phá hoại vô cùng nguy hiểm là lòng ganh tỵ. Rất thường có người lấy làm khó chịu khi thấy hoặc nghe nói người khác thành tựu mỹ mãn một công trình.

Thấy người thất bại thì vui, mà không thể chịu đựng sự thành công của kẻ khác. Thay vì vui mừng tán dương thắng lợi của người, họ cố gắng phá hoại hoặc bóp méo sự thật để gièm pha hoặc chê bai. Đứng về một phương diện, chính người có tâm Hỷ trực tiếp hưởng nhiều lợi ích do tâm ấy đem lại, hơn là người khác, vì tâm Hỷ không chấp chứa lòng ganh tỵ. Về một phương diện khác, người thực hành tâm Hỷ luôn luôn giúp đỡ người khác vì không bao giờ muốn làm trở ngại tiến bộ và phá rối tình trạng an lạc của ai.

Cũng như tâm Từ, tâm Hỷ đối với thân bằng quyến thuộc phát hiện rất dễ dàng nhưng khó bộc lộ trước sự thành công của người thù nghịch. Thật vậy, con người bình thường chẳng những cảm thấy khó mà còn không thể biểu lộ lòng hoan hỷ vui mừng trước cái vui của người thù. Họ tìm thỏa thích trong sự cản ngăn, gây chướng ngại cho người thù thất bại.

Lòng ganh tỵ còn thúc đẩy đến mức giết người bằng cách đầu độc, treo lên thánh giá, ám sát các bậc hiền lương đạo đức. Socrates, nhà hiền triết Hy Lạp, bị bắt buộc phải quyên sinh bằng thuốc độc. Chúa Christ (Ki Tô) bị đóng đinh trên thánh giá. Thánh Gandhi (Cam Địa) bị ám sát.

Đó là bẩm tánh tội lỗi của người thế gian, đang miệt mài say đắm trong ảo mộng. Nếu so sánh với tâm Từ và tâm Bi, tâm Hỷ lại càng khó thực hiện. Muốn phát triển tâm Hỷ phải có ý chí mạnh mẽ và phải tận lực cố gắng.

Người phương Đông có thành thật thỏa thích với sự thịnh vượng của người phương Tây không? Người phương Tây có thành thật thỏa thích với sự thịnh vượng của người phương Đông không? Quốc gia nầy có vui mừng thấy một quốc gia khác sung túc an lạc

không? Chủng tộc nầy có hoan hỷ ghi nhận rằng một chủng tộc khác đang vươn mình trưởng thành trong cảnh an cư lạc nghiệp không? Mặc dầu mục đích của các tôn giáo là trau giồi tinh thần đạo đức, giáo phái nầy có vui mà thấy ảnh hưởng tinh thần của một giáo phái khác bành trướng mạnh mẽ không?

Tôn giáo nầy ganh tỵ với tôn giáo khác. Phần bên nầy quả địa cầu ganh tỵ với phần bên kia. Tổ chức nầy ganh tỵ với tổ chức kia. Hảng buôn nầy ganh tỵ với hảng buôn khác. Gia đình nầy ganh tỵ với gia đình khác. Học trò ganh tỵ với học trò, chí đến anh chị em trong một nhà có khi cũng ganh tỵ lẫn nhau.

Đó là lý do tại sao mỗi cá nhân và mỗi nhóm người, trong đời sống cá nhân cũng như trong cuộc sống tập thể, nên thực hành tâm Hỷ để vươn mình tiến lên trong nếp sống thanh cao trong sạch và tạo hoàn cảnh an lành hạnh phúc cho chính mình.

Đặc tánh của tâm Hỷ là hoan hỷ với người thành công, người lộc cao phúc hậu (anumodana). Vui cười không phải là đặc tánh của tâm Hỷ và ra vẻ hân hoan, giả làm ra tuồng thỏa thích, được coi là kẻ thù gián tiếp của tâm Hỷ.

Tâm Hỷ (Mudita) bao trùm tất cả chúng sanh thịnh vượng và hữu phúc, là phẩm hạnh thành thật chia vui, chung cùng hoan hỷ với lòng ngợi khen. Tâm Hỷ có chiều hướng loại trừ mọi hình thức bất mãn (arati), trước sự thành công của người khác.

4. Tâm Xả (Upekkha)

Upekkha (Xả) là đức tánh thứ tư trong Tứ Vô Lượng Tâm, khó thực hành nhất, mà cũng cần thiết nhất trong bốn phẩm hạnh cao thượng nầy. Phạn ngữ Upekkha do hai căn "upa" và "ikkha" hợp thành. Upa là đúng đắn, chân chánh, vô tư. Ikkha là trông thấy, nhận định, suy luận. Vậy Upekkha là trông thấy đúng đắn, nhận định chân chánh, hoặc suy luận vô tư, tức không luyến ái cũng không ghét bỏ, không ưa thích cũng không bất mãn. Không tham cũng không sân. Tâm Xả đặc biệt cần thiết cho người tại gia cư sĩ, còn phải sống trong một thế gian kém quân bình giữa những hoàn cảnh vô thường biến đổi.

Khinh rẻ, phỉ báng, nguyền rủa là thường tình. Thế gian nầy là vậy, hạng người trong sạch đạo đức thường bị chỉ trích bất công và bị khiển trách. Giữa cơn giông tố của trường đời, người trau giồi tâm Xả cao thượng luôn luôn giữ tâm bình thản.

Được và thua, danh thơm và tiếng xấu, tán dương và khiển trách, hạnh phúc và đau khổ là tám pháp thế gian (atthalokadhamma, bát phong: được và mất, vinh và nhục, khen và chê, sướng và khổ) ảnh hưởng đến toàn thể nhân loại. Phần lớn con người bị chao động vì những trạng thái thuận lợi và bất thuận lợi ấy. Được tán dương ca tụng thì vui thích, bị chê bai khiển trách thì buồn rầu.

Người trí tuệ minh mẫn, Đức Phật dạy, luôn luôn thản nhiên hành tâm Xả, vững chắc như tảng đá to sừng sựng giữa những thăng trầm của thế sự. Cuộc sống thăng bằng và luôn luôn bình thản của Đức Phật là gương lành cao quý về tâm Xả mà Ngài ban tặng cho thế gian.

Chưa từng có vị giáo chủ hoặc một nhân vật nào bị chỉ trích nghiêm khắc, bị đả kích, sỉ nhục, hoặc bị lăng mạ nhiều như Đức Phật, nhưng cũng không có ai được tán dương, tôn kính và sùng bái như Đức Phật.

Ngày kia, trong khi Đức Phật đi trì bình khất thực, có một đạo sĩ Bà La Môn ngạo mạn kêu Ngài là cùng đinh và đối xử hết sức vô lễ. Đức Phật thản nhiên chịu đựng và ôn hòa giải thích cho đạo sĩ thế nào là cùng đinh và vì sao chẳng nên khinh rẻ hạng người nầy. (Vasala Sutta, Kinh Cùng Đinh) Vị đạo sĩ lấy làm khâm phục và xin quy y với Ngài.

Một lần khác có người thỉnh Đức Phật đến nhà trai tăng. Khi Đức Phật đến, chủ nhà lại dùng lời vô lễ, đối xử với Ngài một cách thậm tệ gọi Ngài là "heo," là "loài cầm thú, là "bò" v.v..." Nhưng Đức Phật không tức giận. Ngài không trả thù, ôn tồn hỏi chủ nhà: Nếu biết có khách đến nhà thì Ông làm sao?

- Tôi sẽ chuẩn bị, dọn một bữa cơm để khoản đãi khách.

- Tốt lắm, Đức Phật nói, nhưng rồi nếu khách không đến thì sao?

- Thì tôi sẽ cùng với vợ và con chia nhau bữa cơm.

- Tốt lắm, nầy Ông, hôm nay Ông mời Như Lai đến nhà để trai tăng. Ông đã dọn lên cho Như Lai những lời thô lỗ cộc cằn.

Như Lai không nhận. Vậy xin Ông hãy giữ lấy. Những lời nói nầy đã làm đổi hẳn thái độ của chủ nhà.

"Không nên trả thù. Khi bị nguyền rủa, mắng chửi, phải biết làm câm như cái mõ bể. Được như vậy tức đã đứng trước ngưỡng cửa Niết Bàn, mặc dầu trong thực tế chưa đắc Quả Niết Bàn."

Đó là những lời vàng ngọc mà Đức Phật khuyên nên ghi nhớ hằng ngày trong kiếp sống vô thường biến đổi nầy.

Có lần nọ, một mệnh phụ phu nhân xúi giục một người say rượu đến nhục mạ Đức Phật thậm tệ đến đổi Đại Đức Ananda, người thị giả thân tín, không thể chịu được, kính bạch Đức Phật nên sang xứ khác. Nhưng Ngài không xúc động.

Một người phụ nữ khác giả có mang để vu oan Đức Phật giữa công chúng. Một thiếu phụ khác nữa bị giết để vu cáo Đức Phật phạm tội sát nhân. Một người bà con vừa là đệ tử của Đức Phật cũng manh tâm lăn đá từ trên đồi cao, quyết sát hại Ngài. Trong hàng đệ tử của Ngài cũng có người chỉ trích Ngài là ganh tỵ, thiên vị, bất công, v.v...

Đàng khác, bao nhiêu người đã tán dương công đức và ca tụng Đức Phật. Bao nhiêu vua chúa đã kính cẩn khấu đầu lễ bái dưới chân Ngài.

Như Đất Mẹ, Đức Phật nhận lãnh tất cả với tâm Xả hoàn toàn.

"Vững như voi không run sợ trước tiếng động, ta không nên để tâm rối loạn trước những lằn tên có tẩm thuốc độc của miệng lằn lưỡi mối. Như gió thổi ngang màn lưới mà không vướng mắc trong lưới, tuy sống giữa chợ người ta không nên say mê luyến ái những lạc thú huyền ảo của thế gian vô thường biến đổi nầy. Như hoa sen không bị

bùn dơ nước đục làm nhơ bẩn, vượt lên khỏi bao nhiêu quyến rũ của thế gian, ta phải sống trong sạch, luôn luôn tinh khiết, an lạc và thanh bình, không bị ô nhiễm."

Như trong trường hợp của ba phẩm hạnh kia, người thù trực tiếp của tâm Xả là luyến ái (raga) và kẻ thù gián tiếp là trạng thái lãnh đạm, thái độ lạnh lùng, xây lưng với thế sự.

Upekkha (tâm Xả) lánh xa tham ái và bất mãn. Thái độ vô tư, thản nhiên, an tĩnh, là đặc tánh chánh yếu của tâm Xả.

Người có tâm Xả không bị lạc thú trần gian quyến rũ, không thích thú say mê trong hạnh phúc, cũng không bị những gì nghịch ý làm bực tức buồn phiền hay bất mãn trong khổ đau.

Người có tâm Xả không thấy sự khác biệt giữa người tội lỗi và bậc Thánh Nhân và đối xử đồng đều với tất cả. (Hòa thượng Narada - Phạm Kim Khánh dịch)

Four Noble Truths (SKT. Catvary Arya Satyani - Tứ Thánh Đế)

Buddhism teaches that in order to achieve freedom from samsara (the cycle of life, death and rebirth) we must accept the Four Noble Truths – a diagnosis of, and prescribed treatment for, the human condition:

1. The nature of suffering (dukkha): Life inevitably involves suffering, both physical and emotional. Nothing is permanent. 2. The origin of suffering (samudaya): At the root of all suffering is our attachment to desire – for pleasure, happiness. 3. The cessation of suffering (nirodha): We can end our suffering by non- attachment – by freeing ourselves from desire. 4. The path (marga) to the cessation of suffering: We can rid ourselves of desire by the Noble Eightfold Path. (from “The Body, Mind, Spirit Miscellany by Alexander)

Main Teachings – The four truths referred to are known as the four noble truths. Perhaps their most beautiful exposition is found in the following story of the ancient canon:

On one occasion the Blessed One was dwelling at Kosambi in a simsapa grove. Then the Blessed One took up a few simsapa leaves in his hand and addressed the monks thus: “What do you think, monks, which is more numerous: these few leaves that I have taken up in my hand or those in the grove overhead?”

“Venerable sir, the leaves that the Blessed One had taken up in his hand are few, but those in the grove overhead are numerous.”

“So, too, monks, the things I have directly known but have not taught you are numerous, while the things I have taught you are few. And why, monks, have

I not taught those many things? Because they are without benefit, irrelevant to the fundamentals of the spiritual life, and do not lead to disenchantment, to dispassion, to cessation, to peace, to direct knowledge, to enlightenment, to nibbana. Therefore I have not taught them.

“And what, monks, have I taught? I have taught: ”This is suffering”; I have taught: “This is the origin of suffering”; I have taught: “This is the cessation of suffering”; I have taught:” This is the way leading to the cessation of suffering.”

The topic of liberation from suffering is never contradicted in the Buddhist texts. We conclude from this that is constituted a main theme of the teaching of the Buddha. It is often presented as part of the list, the four noble truths. This may be due to the influence of later scholastics. But this later influence concerned the form, not the content: the Buddha taught a method to put an end to suffering.

The so-called first sermon of the Blessed One contains the following explanation of these four noble truths:

This, O monks, is the noble truth of suffering: birth is suffering, old age is suffering, sickness is suffering, death is suffering, to be united with the unloved is suffering, to be separated from the loved is suffering, not to obtain what one desires is suffering; in short the fivefold clinging (to the earthly) is suffering.

This, O monks, is the noble truth of the origin of suffering; it is the thirst (for being), which leads from birth to birth, together with lust and desire, which finds gratification here and there: the thirst for pleasures, the thirst for being, the thirst for nonexistence.

This, O monks, is the noble truth of the cessation of suffering: the cessation of this thirst by the complete annihilation of desire, letting it go, expelling it, separating oneself from it, giving it no room.

This, O monks, is the noble truth of the path that leads to the cessation of suffering: it is this noble eightfold path, to wit: right views, right resolution, right speech, right action, right living, right exertion, right mindfulness, right concentration.

There is something else. In several versions of the first sermon the Buddha explains to the group of five disciples how, at his enlightenment, he had fully realized the four noble truths which comprise three “turnings” (parivarta) of the wheel of the doctrine – and twelve aspects (akara), four for each turning:

The first turning:

1. This is suffering;
2. This is the origin of suffering;
3. This is the cessation of suffering;
4. This is the path leading to the cessation of suffering.

The second turning:

5. Suffering must be fully known;
6. Its origin must be destroyed;
7. Its destruction must be accomplished;
8. The path leading to its destruction must be traveled.

The third turning:

9. Suffering has been fully known; 10.Its origin has been destroyed; 11.Its destruction has been accomplished; 12.The path leading to its destruction has been traveled. These explanations are probably later addition. But it is in this form that the texts portray knowledge of the four noble truths as liberating knowledge, for they continue: “O monks, as soon as the (pure) eye that sees the four noble truths with its three turnings and twelve aspects arose, along with the certainty, the knowledge, and the insight, I was liberated, relieved, released from this world with its gods, its maras, and its brahmas, from its human beings with their ascetics and their brahmans. I established myself firmly in the state of mind that is free from confusions, and from that moment, O monks, I knew that I had attained the highest and perfect enlightenment.” These elaborations show that there were Buddhists for whom the unaugmented four noble truths could not be the liberating knowledge. What led the Buddha to his enlightenment was rather the knowledge of the first truth, the destruction (of the content) of the second truth, the realization of the third truth, and the practice of the four truth.” (Buddhist Teaching in India – Johannes Bronkhorst)

The Four Noble Truths

1. What are the Four Noble Truths?

After 6 years of strenuous striving in His last life, the Buddha finally realized the Truth when He attained Supreme Enlightenment under the Bodhi tree in Bodhgaya, India. This monumental event happened on the full-moon day of Wesak in 588 BC. This topic of the “Four Noble Truths” is the very heart and core of Buddhism. These Truths, made known by the Buddha after His Enlightenment, constitute the essence of the Dhamma (Teaching), pervading every aspect and every part of it. The Four Noble Truths are:

a) The Noble Truth of Dukkha or Suffering (Dukkha Sacca) b) The Noble Truth of the Origin of Dukkha (Samudaya Sacca) c) The Noble Truth of the Cessation of Dukkha (irodha Sacca) d) The Noble Truth of the Path leading to the Cessation of Dukkha (Magga Sacca)

2. Why are they called Noble Truths?

a) They are truths because they are real and form an incontrovertible fact of life. Whether Buddhas arise or not, they exist in the world. It is the Buddhas who reveal them to mankind.

b) They are called Noble (Ariya) because they were discovered by the Greatest Noble Person i.e. one who is utterly remote from all defilements. Alternatively, they are Noble Truths owing to the establishment of nobleness by the discovery and penetration of them i.e. those who have penetrated the Four Noble Truths are called Ariyas or Noble Ones.

3. Noble Truth of Suffering

a) Birth (Jati) is suffering - According to Buddhism, the duration of each phenomenon consists of 3 phases, namely: genesis, static or development, and dissolution. The

moment of genesis is birth, the moment of dissolution is death and the static phase is ageing.

By the birth of a being is meant the genesis of the new mind and matter after death upon dissolution of the old existence i.e. the first germ of life in the new existence. No suffering or pain as such exists, of course, at the first moment

of genesis but since birth serves as the basis for later appearance of physical and mental suffering throughout the whole of the ensuing existence, birth is considered as suffering.

b) Ageing (Jara) is suffering - Ageing means becoming grey-haired, toothless, wrinkled, bent, deaf and poor in eyesight. In other words, decay has set in, very recognizably, in the aggregates of mind and matter of a particular existence. Ageing of the mind is not so apparent and indications of it such as failing memory and senility become noticeable only when one becomes very old and then only to those close to oneself.

Ageing is concerned with just the static moment of the aggregates of mind and matter and has no essence of pain or suffering in it. But because of ageing, there occurs failing of vitality, impairment of the sense faculties, weakening of health, loss of youth, strength and good looks, people are really afraid of growing old. Since it forms the source of physical and mental suffering, ageing is said to be fearful dukkha.

c) Death (Marana) is suffering - Death is the extinction of the life-principle, which has been in ceaseless operation since the time of birth in a particular existence. All mortals are in constant fear of death. But death is not by itself pain or suffering as it is the moment of dissolution of the life principle of the aggregates of mind and matter. However, when death comes, one has to abandon the physical body and leave behind one’s family and friends together with one’s properties. The thought of leaving the present existence and the uncertainty of the future is very frightening. As death draws near, all mortal beings are subjected to severe attacks of disease and illness, which rack the body with unbearable pain. Death, which is the basis for all such physical and mental agony, has thus been named dukkha by the Buddha.

d) Sorrow (Soka) is suffering - Sorrow is the burning in the mind of one affected by the five kinds of misfortune (byasana), namely: loss of relatives, destruction of property or possessions, deterioration of health and longevity, lapses in morality and deviation from right view to wrong view. This sorrow is a form of mental displeasure (domanassa) but has inner consuming as its characteristic and as such is intrinsic suffering, dukkha-dukkha.

Overwhelming distress occasioned by sorrow can cause heartburn leading to premature ageing and even death. Being thus a basis for other physical pains too, sorrow is fearsome and is therefore named dukkha by the Buddha.

e) Lamentation (Parideva) is suffering - Lamentation is wailing by one affected by loss of relatives, property and any other losses or suffering. Absent-mindedly and

hysterically, the distressed one clamours, proclaiming the virtues of the dead and the quality of the lost property or denouncing the enemy or agency responsible for the loss. In reality, lamentation is merely the material quality of sound and therefore not suffering in essence. But such wailing and hysterical proclamations produce physical discomfort and pain. The Buddha had therefore declared lamentation as suffering. To cry is to be subjected to pain which is therefore suffering.

f) Physical pain (Dukkha) is suffering - Bodily pains such as stiffness, aches, soreness, tiredness, itchiness, and feeling hot or cold are suffering. These physical pains are true intrinsic suffering called dukkha-dukkha. Even animals flee to safety at the slightest hint of getting beaten or shot at because they are afraid of physical pain. It is important to know that sickness and disease come under this category of physical pain. Physical pain is generally followed by mental distress and for thus serving as a cause for mental pain it is named dukkha, dreadful suffering.

g) Mental displeasure (Domanassa) is suffering - The Pali word “domanassa” means bad-mindedness or mental pain. It denotes all sorts of mental aversion or displeasure such as worry, anxiety, depression, dislike, hate, fear, misery, etc. Mental displeasure also is intrinsic suffering that not only oppresses the mind but also tortures the body such as causing stress, insomnia, and loss of appetite with consequent impairment of health and even the advent of death. It is a truly formidable dukkha.

h) Despair (Upayasa) is suffering - Despair is ill-humour or dejection produced by excessive mental agony in one affected by loss of loved ones, property and any other losses or suffering. It causes repeated bemoaning over the loss resulting in burning of the mind and physical distress and can even lead to insanity or suicide. Despair is therefore suffering because of the intense burning of the mind and physical pain accompanying it. People, accordingly recognize the state of despair as a fearsome dukkha.

As an illustration, sorrow (soka) is like cooking of oil or dye solution in a pot over a slow fire. Lamentation (parideva) is like its boiling over when cooking over a quick fire. Despair (upayasa) is like what remains in the pot after it has boiled over and being unable to do so any more, goes on cooking in the pot till it dries up.

i) Association with the hateful is suffering - Association with the hateful is meeting with disagreeable beings or undesirable objects. Such meeting is not itself unbearable pain but in such situations, reaction sets in at once in the form of mental disturbance and physical discomposure. As it serves as a cause of mental and physical distress, the Buddha designated it as dukkha, dreadful suffering.

j) Separation from the beloved is suffering - Separation from the beloved is not itself a painful feeling. However when separation takes place, by death or while still alive, from beloved ones or when parted from one’s treasured possessions, mental agony sets in at once. As it promotes various mental afflictions, the Buddha had called the separation from the loved ones and desirable objects, dukkha, dreadful suffering.

k) Not getting what one desires is suffering - Not getting what one desires is not itself a painful feeling. But the unfulfilled desire often results in great disappointment, despair, and may even lead to suicide. Suffering also arises out of desire for some unobtainable object such as the desire to be free from suffering. Without practising and developing the Noble Eightfold Path, freedom from suffering is unobtainable by mere wishing and not getting what one wants causes mental anguish. Here the object of one's desire also includes the worldly gains and wealth that cannot be attained by mere desiring. Not getting them as one desires is also dukkha.

l) In short, the Five Aggregates of Clinging are suffering - A sentient being is made up of the Five Aggregates or Groups that form the objects of clinging or grasping. The Five Aggregates of Clinging or Grasping (Upadana-khanda) are: i) The aggregate of matter or material forms (Rupa-khanda) ii) The aggregate of feeling (Vedana-khanda) iii) The aggregate of perception (Sanna-khanda) iv) The aggregate of volitional activities (Sankhara-khanda) v) The aggregate of consciousness (Vinnana-khanda)

All sentient beings exist as such only with these five aggregates forming their substantive mass. They cling to their body, which is merely an aggregate of material forms, regarding it as "I, my body, permanent, etc." Hence the group of material forms is called an aggregate of clinging. The mental groups made up of feeling, perception, mental activities and consciousness are also grasped at, taking them to be "I, my mind, it is I who thinks, permanent, etc." Hence they are also called aggregates of clinging.

The Five Aggregates of Clinging at the moment of seeing:

i) The eye and the visible object are the Material Aggregate. ii) Feeling pleasant, unpleasant or neutral is the Feeling Aggregate. iii) Recognizing or remembering the object is the Perception Aggregate. iv) To will to see and turning the attention on the object is the Volitional Activities Aggregate. v) Just knowing that an object is seen is the Consciousness Aggregate.

4. Suffering because of the Five Aggregates of Clinging

a) Dukkha-dukkha or Intrinsic suffering - The eleven types of suffering, starting from the suffering of birth to the suffering of not getting what one wants, are all obvious types of suffering known as dukkha-dukkha or intrinsic suffering. They arise only because there are the 5 aggregates of clinging; without them, such suffering will not arise.

In short, because there is body or the material aggregate, physical and mental sufferings dependent on the body arise. Because there are feeling, perception, volitional activities and consciousness aggregates, physical and mental sufferings based on them also arise. Thus the 5 Aggregates of Clinging are dukkha-dukkha, intrinsic suffering. Cases of dukkha not so obvious that occur as a result of the operation of the Law of Change are called viparinama dukkha, suffering due to change.

b) Viparinama dukkha or Suffering due to change - Pleasurable physical sensations arising from agreeable tactile impressions (touch) are called pleasant bodily feelings. Joyful states of mind arising from reviewing pleasurable sense objects are called pleasant mental feelings. These 2 forms of happy states please all beings. All beings go after these states all the time, even at the risk of their lives and when these are attained, their happiness knows no bound.

However, while they are rejoicing with blissful contentment, if the sense objects that have given them so much happiness and delight disappear or get destroyed, great would be their agitation followed by agony. When the wealth which they have accumulated in the form of money or property suddenly get lost through one reason or another; when death comes to their loved ones; intense grief and distress ensue, which can even cause derangement. Thus, these 2 forms of happiness namely pleasant physical and mental feelings are also a type of suffering because of change. Because they arise dependent on

the five aggregates, the five Aggregates of Clinging are viparinama dukkha, suffering due to change.

c) Sankhara dukkha or Suffering due to conditioning - The word sankhara in “Sabbe sankhara dukkha or all conditioned things are suffering” here means conditioned things or resultants of determining conditions. It has a different meaning from the sankhara in “sankharakkhanda” which means volitional activities.

The five Aggregates of Clinging are always in a state of flux, impermanent and none of them are self-existing. They arise out of various causes. They are conditioned. Their existence depends on certain conditions and when these conditions and causes cease to exist, they too cease to exist. As death awaits constantly, having to rely on the impermanent aggregates of clinging for physical substance or support is dreadful, like living in a building which shows signs of collapsing any moment.

The transitory nature of the five Aggregates of Clinging require constant effort at conditioning for the maintenance of the status quo, e.g., the body needs constant feeding in order to survive, feelings of happiness require constant contact with agreeable sense objects. Even the everyday medial neutral feelings need effort at conditioning, e.g., without adequate rain, there is a shortage of water and everyone suffers the effect of the drought. This implies laborious effort, which of course is dukkha. Therefore, the five Aggregates of Clinging are sankhara dukkha, suffering due to conditioning.

SUMMARY The five Aggregates of Clinging are intrinsic suffering, suffering due to change and suffering due to conditioning. In short, the five Aggregates of Clinging are the Noble Truth of Suffering.

5. Noble Truth of the Origin of Suffering

According to the Buddha, the Noble Truth of the Origin of Suffering is “Tanha” or Craving which leads from birth to birth, which accompanied by pleasure and greed, finds ever fresh delight now here, now there, everywhere. What is this “Tanha” or Craving? It is of three kinds:

-Kama-tanha, the sensual craving, the desire for enjoyment of sensuous pleasures.

-Bhava-tanha, craving for eternal existence, holding the eternity-belief.
-Vibhava-tanha, craving for non-existence (self-annihilation), believing that there is nothing after death.

Where does this tanha, craving arise and take root? “Wherever in the world, there are delightful and pleasurable things, there this tanha, craving arises and takes root.”

What are the delightful and pleasurable things in this world? They may be summarized as the following:

The six sense bases: eye, ear, nose, tongue, body and mind.

The six sense objects: visible object, sound, smell, taste, touch and mind objects.

The six types of consciousness: seeing, hearing, smelling, tasting, touching and thinking consciousness. The six types of sense impressions or contacts.

The six types of feeling (vedana), perception (sanna), volition (cetana), craving (tanha), initial application (vitakka) and sustained application (vicara) arising from six types of contact.

Each of the above objects is attractive and pleasurable. This craving arises and takes root in whatever is delightful, attractive and pleasurable. This is called the Noble Truth of the Origin of Suffering.

6. Kama-Tanha or Sensual Craving

Sensual craving is craving for pleasurable sense objects whether belonging to one’s own person or to other persons. They include: i) Beautiful sight and visible objects such as appearance, form or body. ii) Pleasing sound and sound objects such as voices and persons making the sound. iii) Delightful smell and its source such as perfume and persons using it. iv) Delicious taste and the food producing the taste, men and women who prepare and serve the delicious food. v) Tactile sensations of rapture and objects producing such sensations vi) Wishing to be born as a deva, a man, a woman, longing to enjoy the sensual pleasures as a deva or as a human being. Taking delight in such pleasurable thoughts is also sensual craving.

Because of ignorance (avijja) or “not knowing things as they truly are,” one holds the erroneous perception, thought and view called Illusion of Perception (sanna-vipallasa), Illusion of Thought (cittavipallasa) and Illusion of View (ditthi-vipallasa) by considering:

•

The impermanent as permanent

•

Suffering as happiness

•

Non-self as self

•

The loathsome as beautiful

Thus thinking what is unpleasant to be pleasant, liking is developed for it. Liking it and desiring it leads to craving which drives one into activities in order to fulfill the craving. Such activities are the kamma (causes) and sankhara (volitional activities) responsible for the formation of new aggregates of mind and matter in the new existence. Influenced by craving, even the death consciousness clings tenaciously to objects seen at death's door, and after it vanishes, the rebirth consciousness arises holding on to the last seen objects to give rise to a new being consisting of the 5 Aggregates of Clinging which are suffering. Thus Kama-Tanha, sensual craving, is the Truth of the Origin of Suffering.

7. Bhava-Tanha or Craving for Eternal Existence

This is the craving based on the belief in the permanence or stability of existence. It is the craving accompanied by the wrong view that the soul or living entity does not perish even when the physical body dissolves away. It enters into a new body and remains there. Even if the world crumbles and breaks up, it remains eternal and never perishes.

Religions outside the Teaching of the Buddha mostly hold this view of eternalism. Some believe that when a person dies, he remains permanently in heaven or suffers eternal damnation in hell according to the God's wish.

Others believe that a being transmigrates from one existence to another according to kamma and exists permanently. For instance, a bird on a tree flies to another tree when the first tree falls down. When the second tree falls down again, it flies to a third tree. Likewise, the soul or living entity, on dissolution

of a gross body or form on which it is dependent, moves on to another coarse body, itself remaining everlasting, undestroyed.

Bhava-Tanha, craving for eternal existence takes delight in the view that the soul or living entity is permanent and enduring. This "I" which has been in permanent existence since eternity feels the sensations and will go on feeling them. Believing thus, it takes delight in every object experienced by the 6 senses and also in objects one hopes to come to enjoy in the future. So it wishes to enjoy a prosperous life now and in future; to be born in good happy existences; to enjoy the good life of human or celestial being. Some wish to be born always a man, some a woman. All these wishes are craving for existence. Because of this craving, a conditioning influence or potential

power is built up for the arising of a new life consisting of the five Aggregates of Clinging that are suffering. Thus Bhava-tanha, craving for eternal existence, is the Noble Truth of the Origin of Suffering.

8. Tanha or Vibhava Craving for non-existence

This is the craving based on the belief that there is existence only while alive, there is nothing after death. It is the craving which is accompanied by the wrong view of non-existence which holds that nothing remains after death; there is complete annihilation. This craving likes the idea that after death, existence is annihilated without any special effort. The reason is that one who holds this view shrinks from the practice of meritorious deeds and does not abstain from evil deeds. The evil deeds committed are also numerous. If new life occurs after death, these evil deeds will bear unwholesome effects that they cannot relish. Only if nothing happens after death and there is no new existence will their misdeeds be without effect and they can escape scot-free from all consequences of their evil actions. Hence this great appeal of the nihilistic view.

At the same time, holding that the time for enjoying is now, the present life before death, they are too eager to go after any desirable object of pleasure. Hence they go all out in pursuit of their pleasure without thinking of the consequences. Such ardent pursuit of sensual pleasures leads to commission of kamma (causes) and sankhara (volitional activities) every act of which constitutes to formation of new life. Each time there is delight in, and enjoyment of pleasures of the present life, the sensual craving is imparted to the consciousness. Even at death, it clings to the objects seen at death's door, and after it vanishes, the rebirth consciousness arises holding on to the last

seen objects to give rise to a new birth of the five Aggregates of Clinging, which are suffering. Thus VibhavaTanha, Craving for non-existence, is the Noble Truth of the Origin of Suffering.

SUMMARY

The true cause of suffering lies in the three cravings namely: craving for sensual pleasure, craving for eternal existence, and craving for non-existence.

9. Noble Truth of the Cessation of Suffering

According to the Buddha who had completely realized the Noble Truth of the Cessation of Suffering; it is the complete fading away and extinction of this Craving; its forsaking and giving up; the liberation and detachment from it. The truth of the cessation of suffering is then the extinction of its origin, craving. In Buddhism, there are 4 stages in the extinction of craving.

a) First Stage of Sainthood - One who has realized the First Stage of Sainthood is called a sotapanna or stream-winner because he has entered the stream that leads to Nibbana. The stream represents the Noble Eightfold Path. A sotapanna has unshakeable faith in the Buddha, Dhamma and Sangha. He neither violates the 5

precepts or commits the heinous crimes. He has also destroyed self-illusion (sakkaya ditthi), doubts (vicikiccha) and false practices (silabbata paramasa) that do not lead to the end of suffering. As he has not eradicated all the fetters that bind him to existence, he will suffer not more than seven rebirths in the sense sphere. For the sotapanna, the doors of the woeful states are closed forever and he will never revert to a world-ling again. He will eventually attain Arahantship and enter Nibbana.

There are three types of sotapannas, depending on the number of rebirths before they attain Arahantship and enter Nibbana namely:

•

Ekabiji-sotapanna = enters Nibbana after one life.

•

Kolamkola-sotapanna = enters Nibbana after two to six lives.

•

Sattakkhattu-parama-sotapanna = enters Nibbana after seven lives.

b) Second Stage of Sainthood - One who has realized the Second Stage of Sainthood is called a sakadagamin, which literally means ‘once returner’. The

Second Sainthood knowledge further weakens the grosser forms of sensual craving and ill-will to the extent that he will suffer not more than one rebirth in the sensual plane before he attains Arahantship. Compared to the sotapanna, the sakadagamin has less greed or lust (raga), ill-will (dosa) and delusion (moha). Thus he is nobler than the sotapanna.

c) Third Stage of Sainthood - One who has realized the Third Stage of Sainthood is called an anagamin. Since this stage of sainthood destroys the fetters of illwill and sensual craving, an anagamin will no longer experience anger, hatred, worry, despair, fear, and any other unpleasant mental feeling; neither will he crave and enjoy sense pleasures. However, the subtle forms of craving (such as existence in the fine material plane) and ignorance are still dormant. Thereafter, he is not reborn in the sensual plane but in the Pure Abodes where he attains the Final Stage of Sainthood and lives till the end of his life. 'Anagamin' literally means 'non-returner', one who will not be reborn in the sensual realms.

d) Final Stage of Sainthood - One who has realized the Final Stage of Sainthood is called an Arahant. An Arahant has completely destroyed all forms of craving and eradicated all the Samyojanas or Fetters that bind one to existence. As his mind is always free from all defilements, it is at the purest state, making him the noblest one. He is a true Saint, worthy of respect by men and devas and worthy of receiving alms which are offered to him with the intention of enjoying the benefits in the present life as well as in future lives.

An Arahant, literally meaning a Worthy One, does not accumulate fresh kamma and he is not subject to rebirth because the conditions for his rebirth have been destroyed. The Arahant understands:

“Birth is exhausted, the Holy Life has been lived out, what was to be done is done, there is no more of this to come”.

The Arahant has completely realized /Nibbana, the Noble Truth of the Cessation of Suffering.

(Buddhism Course by Bro. Chan Khoon San - do Quảng Tuệ Dung sưu tầm) ---oOo---
Ignorance That Is Confused As To The Nature Of Reality

All of this in the end comes down to ignorance, or delusion, meaning the fundamental ignorance that is confused as to the nature of reality. The actual nature of reality, or suchness, is what we called earlier the ultimate truth. Then we had identified two levels of truth: the way things appear and the way they truly are. Here we are talking not about how things appear but about the way they are, in terms of their ultimate, absolute nature. So what is the actual nature of things? They are empty of any intrinsic existence. But this is not how things appear to us or how we perceive them. Everything – from our own inner experiences, to the phenomena in the external world – appears to us as existing somehow independently and in its own right. And the mind that takes them at face value, as possessing some ultimate kind of existence, is what we call the ignorance that is confused as to the nature of reality.

So as we have seen, this deluded clinging to true existence, which is the fundamental basis for the mental afflictions, is a mistaken state of mind. The way the mind perceives things is not how they are in reality. However, it is not simply a matter of failing to recognize how things actually are. Although in reality things are empty of intrinsic existence, the ordinary mind perceives them as if they did actually have some intrinsic reality. What we are dealing with here is a perception that is completely distorted and mistaken.

Now there could not be a starker contrast between the misperceiving mind that cling the things as if they had intrinsic reality and the mind that perceives the emptiness of intrinsic reality. They are two modes of perception that are diametrically opposite. As the moment the tendency to misperceive things as real is strongly established in our minds, because we are so familiar with it. It seems almost natural or instinctive. No sooner do we see something than automatically we think. “That is really there. It really does exist.” But that is just our assumption. The more we reflect on the actual nature of things, the less clear this kind of assumption will begin to seem. And the more intently we examine things, the less entrenched this misperception will become.

It is true that we react almost instantaneously, saying to ourselves. “Of course this is real. It’s here. It can actually do me some good, or harm. It works.” We are simply taking things at face value and trusting in how they appear. If this were an accurate perception of things, then the more we investigated them, the clearer their reality would become. But this is not the case. So our perception of things as real or inherently existing is fortified solely by its familiarity; once examined and put to the test. It will not hold up.

It can only ever give us a semblance of certainty but never a deep and genuine conviction.

Now, a mind that perceives the lack of true reality in things will not be in accord with how things appear, while by contrast a mind that takes things to be real does agree with how things appear. Yet despite the fact that the perceptions of the lack of true reality simply does not seem to tally with appearances, when you investigate and examine to see whether it does correspond to the actual nature of things, you will find a real certainty. So these two ways of perceiving are fundamentally at odds with one another. One of them is backed up by valid reasoning, while the other is not. And whatever is backed up by valid reasoning, will only grow stronger, the more we become accustomed to reflecting on it.

Two Types Of Afflictions, Two Kinds of Antidotes

Let us turn now to the afflictions or disturbing emotions. We can distinguish two separate categories:

* Affictions that are linked to distorted views * Afflictions that are not associated with views or beliefs

Anger and desire, for example, are among those afflictions that are not due to distorted views. The “views of the transitory collection,” extremely views, and wrong views are among the afflictions that are linked to distorted views. These are also collectively known as deluded intelligence, because they do have the power to engender a degree of apparent certainty about things.

The division into two types of afflictions – those associated with a distorted view and those not specifically linked to belief – will naturally be reflected in their respective antidotes. For example, the antidote to anger is meditation on loving kindness, and the antidote to desire is meditation on repulsiveness. Both of these functions as antidotes because they are state of mind that are complete opposites of the disturbing emotions in question, and they are what we call confrontational antidotes. When we meditate on love as an antidote to anger, we are suppressing that anger through love. This is a way of confronting the emotion, but it is not the same as an antidote that eliminates the emotion altogether.

Consequenly two different types of antidotes are discerned: antidotes that work against emotions and antidotes that eliminate them. In this case, love will diminish our anger to a certain extent, and so it is a confrontational antidote. But the real root of anger is ignorance and clinging to true existence, which boils down to deluded intelligence. So in order to get rid of this distortion of our own intelligence and wisdom, the antidote we have to apply is the wisdom that is the realization of selflessness.

Neither loving kindness, which is the wish that beings might be happy, nor compassion, which is the wish that they be free from suffering, is based on this

realization of selflessness. This is why they cannot eradicate the kind of afflictions that are connected with distorted views. (His Holiness The Dalai Lama in “Mind In Comfort And Ease”) ---oOo---

Tứ Diệu đế hay Tứ Thánh Đế - Giáo lý căn bản của đạo Phật nằm trong bài pháp đầu tiên cuả đức Thích-Ca Mâu-Ni. Sau khi ngài đắc đạo, đức Phật thuyết bài pháp thứ nhất cho nhóm ông Kiều-Trần-Như tại vườn Lộc Uyển, đó là kinh Chuyển Pháp Luân mà nội dung là Tứ Diệu Đế (bốn chân lý vi diệu, bốn sự thật chắc chắn, rõ ràng).

Đây có thể gọi là lễ khai mạc của nền Giáo pháp đạo đức cho thế gian, hay là lễ đặt nền tảng của định luật công bình vĩnh viễn, hoặc là ngày "Bánh xe Pháp bắt đầu luân chuyển trên thế gian". Đức Phật đặt nền tảng cho đạo. Khởi đầu đức Phật dạy phải xa lánh hai điều thái quá:

1.Chẳng nên say đắm theo cuộc đời vui sướng, khoái lạc vì đó là đường lối thấp hèn, thô bỉ, phàm tục, không xứng đáng, vô ích, không đưa đến chỗ giải thoát.

2. Chẳng nên sống một cuộc đời kham khổ, hành thân hoại thể, làm cho hao mòn sức khỏe vì đó là đường khổ hạnh, vô ích, không đem lại kết quả tốt đẹp. Như-Lai đã tránh hai cực đoan ấy và nhờ đi trên đường trung đạo, không lợi dưỡng, không hành xác, nên Như-Lai tìm được sự an tịnh, sự hiểu biết, sự sáng suốt. Như-Lai được hoàn toàn giải thoát khỏi nẻo sanh, lão, bệnh, tử. Như-Lai đã chứng đạo quả Niết-Bàn.

Khổ-đế: Cuộc đời là bể khổ, “nước mắt chúng sinh nhiều hơn nước đại dương”. Đức Phật không bi quan yếm thế, Ngài chỉ nhận xét sự thật đó của kiếp nhân sinh mà thôi, đồng thời Ngài dạy chúng sinh con đường thoát khổ. Khổ thì nhiều nhưng không có cái khổ nào bằng cái khổ sinh tử luân hồi. Đạo Phật có mục đích chỉ dẫn cho chúng sinh con đường giải thoát khỏi cái khổ sinh tử luân hồi đó.

Tập-đế: Nguyên do của khổ là tham dục. Đào sâu vấn đề, sẽ thấy cái gốc “vô- minh”, tức là sự mê mờ không thấy chân lý của vũ trụ, của nhân sinh.

Diệt-đế: Muốn diệt khổ, thì cách duy nhất là diệt vô-minh, diệt tham dục.

Đạo-đế: Phương pháp diệt khổ, diệt tham dục là bát chánh đạo. Tám chi này của con đường tu hành được gom lại ba là tam học, tức giới, định và huệ: - Giới gồm chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, - Định gồm chánh tinh-tấn, chánh niệm, chánh định, - Huệ gồm chánh kiến, chánh tư duy.

Bát Chánh Đạo – Bát Chánh Đạo tiếng Phạn gọi là aryastangika marga, là con đường tám nhánh để thoát khỏi khổ, là chân lý cuối cùng của Tứ diệu đế. Bát chánh đạo là một trong 37 Bồ-đề phần hay 37 giác chi. Bát chánh đạo được chú giải rõ qua dịch phẩm “Con Đường Cổ Xưa” đã giúp người học Phật tập chú vào những điểm giáo lý cốt lõi nhất đã được tất cả các Tông phái công nhận như là điểm chung đồng và thuần túy nhất của đạo Phật. Thông suốt được những điểm giáo lý này có thể được xem như đã thâm nhập toàn bộ con đường giác ngộ giải thoát của đức Phật. Bát chánh đạo gồm có: 1. Chánh kiến – Gìn giữ một quan niệm xác đáng về Tứ diệu đế và giáo lý vô ngã.

2. Chánh tư duy – Suy nghĩ hay có một mục đích đúng đắn, suy xét về ý nghĩa của bốn chân lý một cách không sai lầm.

3. Chánh ngữ - Không nói dối hay không nói phù phiếm . 4. Chánh nghiệp – Tránh phạm giới luật.

5. Chánh mệnh – Tránh các nghề nghiệp liên quan đến sát sinh (giết hại sinh vật) như đồ tể, thợ săn, buôn vũ khí, buôn thuốc phiện.

6. Chánh tin tấn – Phát triển nghiệp tốt, diệt trừ nghiệp xấu.

7. Chánh Niệm - Tỉnh giác trên ba phương diện Thân, Khẩu, Ý.

8. Chánh định - Tập trung tâm ý đạt bốn định xuất thế gian.

Bát chánh đạo không nên hiểu là những "con đường" riêng biệt, theo ba môn học, hành giả phải thực hành Giới (chánh đạo từ thứ 3 tới thứ 5), sau đó là Định (chánh đạo từ thứ 6 đến thứ 8) và cuối cùng là Huệ (chánh đạo thứ 1 và 2). Chánh kiến 1 là điều kiện tiên quyết để đi vào Thánh đạo và đạt tới Niết- bàn.

Phật giáo Đại thừa hiểu Bát chánh đạo có phần khác với Tiểu thừa. Nếu Tiểu thừa xem Bát chánh đạo là con đường dẫn đến Niết-bàn thì Đại thừa đặc biệt coi trọng sự giải thoát khỏi Vô minh để giác ngộ tính Không (sunyata) là thể tính của mọi sự vật. Trong tinh thần đó, Luật sư Thanh Biện giải thích như sau: 1. Chánh kiến là tri kiến về Pháp thân (Tam thân). 2. Chánh tư duy là từ bỏ mọi chấp trước. 3. Chánh ngữ là thấu hiểu rằng pháp vượt trên mọi ngôn ngữ. 4. Chánh nghiệp là tránh mọi hành động tạo nghiệp, kể cả thiện nghiệp. 5. Chánh mệnh là tri kiến rằng, tất cả các Pháp không hề sinh thành biến hoại. 6. Chánh tin tấn là an trú trong tâm thức vô sở cầu. 7. Chánh niệm là từ bỏ mọi thắc mắc về có-không (hữu-vô). 8. Chánh định là giữ tâm vô phân biệt bằng cách vô niệm.

GIỚI, ĐỊNH, HUỆ

Tứ Diệu Đế: Khổ Đế (đời là bể khổ), Tập Đế (nguồn gốc cuả đau khổ là ái dục), Diệt Đế (diệt khổ, chứng ngộ Niết Bàn), Đạo Đế (thực hành bát chánh đạo để thoát khổ).

Bát Chánh Đạo: con đường gồm 8 nhánh: 1. Chánh kiến 2. Chánh tư duy 3. Chánh ngữ 4. Chánh nghiệp 5. Chánh mạng 6. Chánh tin tấn 7. Chánh niệm 8. Chánh định Tám đường thu gọn thành ba: tam lộc gồm: Giới, Định và Huệ.

GIỚI: Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp và Chánh Mạng.

ĐỊNH: Chánh Tin Tấn, Chánh Niệm và Chánh Định.

HUỆ: Chánh Kiến và Chánh Tư Duy

GIỚI: những điều cấm kỵ, những kỷ luật phải theo để tiến lên phẩm hạnh cao qúy. Giới đặt trên căn bản từ bi, làm lợi ích cho mình và chúng sinh. Chánh giới: là không nói dối, không vu khống, không nói thô lỗ cục cằn, không nói để gây bất hòa những người khác. Nói thật nói ôn hòa nhã nhặn, biết nhịn, bớt nói hay không nói…

Chánh nghiệp: tạo nghiệp lành bằng cách nghiêm trì ngũ giới.

Chánh mạng: mưu sinh không được hại đến người khác, nghiã là chọn nghề lành; không buôn bán độc dược, ma tuý, khí giới; không mở sòng bạc; không mổ thịt súc vật đem bán; không buôn người mua nô lệ; không gây chiến tranh giết chóc...

ĐỊNH - Thực hành bằng chánh tin tấn, chánh niệm và chánh định. - Chánh tin tấn: đem ý chí thi hành bằng 4 câu: Điều ác đã sinh thì gắng chấm dứt - Điều ác chưa sinh thì gắng đừng cho sinh - Điều thiện chưa làm thì gắng làm - Điều thiện làm rồi thì gắng phát triển thêm. Đó gọi là tứ chánh cần. - Chánh niệm: biết đầy đủ và trọn vẹn các hoạt động cuả thân và tâm, chúng phát sinh ra sao, thay đổi ra sao, biến đổi thế nào. Quan sát rành rẽ, chỉ huy được ta trở thành điềm đạm hơn, không phát ngôn và hành động vội vàng. - Chánh định: giữ cho tâm không chạy lăng xăng, tránh "tâm viên ý mã". Thiền định, chỉ quán cần phải có thiện tri thức chỉ dạy cho, không thể coi thường được.

HUỆ - gồm chánh kiến và chánh tư duy - Chánh tư duy: tư tưởng chân chánh. Tư tưởng là gốc hành động và lời nói. Phải tư tưởng về những mục cao siêu như từ bi hỷ xả, tư tưởng về dứt bỏ ái dục, tư tưởng về giải thoát. - Chánh kiến: trước hết tìm hiểu tứ diệu đế đem ứng dụng vào cuộc sống hằng ngày để rút ra các bài học thực tế cho bản thân... Chánh kiến là nhìn sự vật theo lời Phật dạy, lúc tâm an trụ đến một trình độ cao sẽ không còn vô minh, sẽ xem xét sự vật theo đúng thực tướng cuả chúng. Vô minh: không minh bạch, không nắm được vô ngã.

The Four Noble Truths and The Eightfold Path

(Tứ Diệu Đế và Bát Chánh Đạo) It has been suggested that the form of the Four Noble Truths is based on early Indian medical diagnostic practice. To the Buddha our malady is dukkha, we experience life as unsatisfactory or painful. He goes on to identify Trishna ("craving", literally "unquenchable thirst"). He insists that there is a "cure" for dukkha and identifies this as the Noble Eightfold Path.

This path is composed of "right view, right thought, right speech, right action, right livelihood, right effort, right mindfulness and right concentration".

These are subdivided into three groups: insight or understanding (prajnya – right view and right thought); morality (shila – right speech, right action and right livelihood) and meditation (Samadhi – right effort, right mindfulness and right concentration).

Về pháp tu Thiền

Bình Anson

Trước hết, chúng ta hãy thử tự trả lời câu hỏi: "Thiền là gì?" Một câu hỏi tuy đơn giản, nhưng có lẽ sẽ có nhiều lối trả lời khác nhau.

Theo ngữ nguyên, Thiền là cách nói tắt của chữ "thiền-na", là lối phiên âm Hán Việt của chữ Phạn Jhana, hay Dhyana trong Sanskrit. Thiền-na, trong kinh điển nguyên thủy, dùng để chỉ mức độ an định đặc biệt khi luyện tâm. Thiền còn được dùng để dịch chữ Bhavana và Samadhi. Bhavana có thể được hiểu như là một sự tiến triển, phát triển

tâm linh, sự tu tâm, luyện tâm. Tiếng Anh thường dịch là Mental development. Samadhi thường được dịch là Định, Thiền định, Tâm định. Tiếng Anh thường dịch là Concentration, Meditation. Ngay trong ngôn ngữ Thái Lan, họ cũng không có một từ chuyên môn để dịch. Thông thường, để chỉ công phu ngồi hành thiền, họ dùng chữ "Nắng Samadhi" ("nắng" là ngồi), hay "Nắng Bhavana". Thỉnh thoảng, họ dùng chữ "Nắng Thang-nay" nghĩa là "ngồi và quay nhìn vào bên trong".

Theo thiển ý, có thể dịch chữ "bhavana" là: tu thiền, tu tâm, luyện tâm, lọc tâm, dưỡng tâm. Còn chữ "samadhi" thì tùy theo ngữ cảnh. Nếu được dùng

trong nghĩa "chánh định" (samma samadhi), một trong 8 chi phần của Bát Chánh Đạo, thì chữ nầy có liên quan đến các tầng thiền-na, và thường được xem như cùng nghĩa với "samatha-bhavana", dịch là Thiền An Chỉ, hay Thiền Chỉ. Nếu được dùng trong nghĩa tam vô lậu học Giới Định Tuệ, thì có nghĩa là bao gồm 3 chi: Chánh Tinh Tấn, Chánh Niệm, Chánh Định của Bát Chánh Đạo.

Theo Tiến sĩ Muller, một học giả Bắc tông, tác giả quyển Tự điển Thuật ngữ Phật học Đông Á (Dictionary of East Asian Buddhist Terms), Thiền Định là tiếng ghép đôi, từ chữ Phạn là "Thiền" (từ "thiền-na") và chữ Hán là "Định", có nghĩa là quay nhìn vào bên trong, với trạng thái tĩnh lặng.

Cư sĩ Đoàn Trung Còn, một học giả Bắc tông khác, trong quyển Phật học Từ điển, cho biết rằng Thiền là từ chữ "Thiền-na", phiên âm từ tiếng Phạn "Jhana, Dhyana". "Thiền định" dùng để dịch chữ "Samadhi", phiên âm là Tam-ma- địa, Tam-muội. Có khi dịch là "tĩnh lự", nghĩa là làm cho an tĩnh để suy xét (tư lự).

Theo Tự điển Phật Học Huệ Quang, Dhyana hay Jhana, ngoài tiếng phiên âm là Thiền-na, còn được phiên âm là Đà-diễn-na, Trì-a-na; dịch là Tĩnh lự, Tư duy tu tập, nghĩa là tư duy trong sự vắng lặng.

Vì Thiền có liên quan đến Con Đường Tám Chánh đưa đến giác ngộ giải thoát, ở đây, chúng ta cũng nên ôn lại lời Phật dạy về 8 chi phần của con đường nầy.

Tương Ưng Bộ, Tập 5, có ghi như sau: "Này các vị Tỳ-khưu, thế nào là chánh tri kiến? Đó là sự thông hiểu về khổ, sự thông hiểu về nguyên nhân của khổ, sự thông hiểu về sự diệt khổ, và sự thông hiểu về con đường diệt khổ.

Thế nào là chánh tư duy? Đó là tư duy về sự xuất ly, tư duy về vô sân, tư duy về vô hại.

Thế nào là chánh ngữ? Đó là từ bỏ nói láo, từ bỏ nói hai lưỡi, từ bỏ nói lời độc ác, từ bỏ nói lời phù phiếm.

Thế nào chánh nghiệp? Đó là từ bỏ sát sanh, từ bỏ lấy của không cho, từ bỏ hành động tà dâm.

Thế nào là chánh mạng? Đó là đoạn trừ tà mạng, nuôi sống với chánh mạng.

Thế nào là chánh tinh tấn? Đó là tinh tấn ngăn chận không cho khởi sanh các bất thiện pháp chưa sanh, tinh tấn trừ diệt các bất thiện pháp đã sanh, tinh tấn phát khởi các thiện pháp chưa sanh, và tinh tấn duy trì các thiện pháp đã sanh.

Thế nào là chánh niệm? Đó là sống quán thân trên thân, nhiệt tâm, tỉnh giác, điều phục mọi tham ưu trên đời; sống quán thọ trên thọ, nhiệt tâm, tỉnh giác, điều phục mọi tham ưu trên đời; sống quán tâm trên tâm, nhiệt tâm, tỉnh giác, điều phục mọi tham ưu trên đời; sống quán pháp trên các pháp, nhiệt tâm, tỉnh giác, điều phục mọi tham ưu trên đời.

Thế nào là chánh định? Đó là ly dục, ly pháp bất thiện, chứng và trú Thiền- na thứ nhất, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, có tầm, có tứ; rồi làm cho tịnh chỉ tầm và tứ, chứng và trú vào Thiền-na thứ hai, một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tầm, không tứ, nội tĩnh, nhất tâm; rồi ly hỷ trú xả, chánh niệm, tỉnh giác, thân cảm sự lạc thọ mà các bậc Thánh gọi là xả niệm lạc trú, chứng và trú vào Thiền-na thứ ba; rồi xả lạc, xả khổ, diệt hỷ ưu đã cảm thọ trước, chứng và trú vào Thiền-na thứ tư, không khổ, không lạc, xả niệm thanh tịnh."

Qua đoạn kinh trên, có 2 điều quan trọng cần ghi nhận:

1) Chánh Định là công tác tu tập để đem tâm an trú vào 4 Thiền-na, sau khi đoạn trừ các dục, các bất thiện pháp - ở đây thường được hiểu là đoạn trừ 5 triền cái: tham dục, sân hận, hoài nghi, hôn trầm thụy miên, và trạo hối; và thay thế bằng 5 thiền chi: tầm, tứ, hỷ, lạc, nhất tâm. Sau đó lần lượt xả bỏ 4 thiền chi đầu: tầm, tứ, hỷ, lạc, chỉ còn giữ lại một trạng thái tâm chuyên nhất, thanh tịnh, và tỉnh thức ở tầng thiền-na thứ tư.

2) Nếu xem Định trong tam học Giới-Định-Tuệ là gồm 3 chi cuối của Bát Chánh Đạo, thì Chánh Niệm và Chánh Định cần phải thực hành chung với nhau, dựa trên Chánh Tinh Tấn.

Tu thiền, hành thiền, định tâm là một công phu tu tập tối quan trọng để phát tuệ giải thoát, và thường được ghi lại trong rất nhiều bài kinh giảng của Đức Phật. Định trong Con Đường Tám Chánh đã được Đức Phật tuyên bố ngay trong bài giảng đầu tiên sau khi Thành Đạo, bài kinh Chuyển Pháp Luân. Trong những ngày cuối cùng còn tại thế, Ngài tóm tắt về các pháp tu tập qua 37 phần bồ đề, trong đó, "Định" được đề cập trong các nhóm: Ngũ căn, Ngũ lực, Thất giác chi, và Bát chánh đạo, như đã ghi lại trong kinh Đại Bát Niết Bàn của Trường Bộ.

Ngoài ra, theo Hòa thượng Thích Minh Châu, trong quyển "Hành Thiền", có bốn lợi ích hay bốn công năng của Thiền:

1) Thiền có khả năng đoạn trừ các tham dục qua mắt, tai, mũi, lưỡi, thân. 2) Thiền có khả năng đối trị sợ hãi, giúp hành giả có thể tu tập trong bất cứ hoàn cảnh nào. 3) Thiền đem lại hỷ lạc cho hành giả. 4) Thiền đưa đến thành tựu trí tuệ, đưa đến giác ngộ giải thoát, đưa đến Niết bàn.

Trong Kinh Pháp Cú, kệ 282, Đức Phật dạy:

Tu thiền, trí tuệ sanh, Bỏ thiền, trí tuệ diệt.

Trong kệ 372, Ngài khuyên:

Không trí tuệ, không thiền,

Không thiền, không trí tuệ.
Người có thiền, có tuệ,
Nhất định gần Niết Bàn.
Trong Tương Ưng Bộ, Tập 5, Ngài dạy rằng Bát Chánh Đạo chính là cỗ xe tối thượng, là Pháp Thừa, để chiến thắng tham-sân-si: Này Ananda, cần phải hiểu như thế này: "Cỗ xe thù thắng, cỗ xe pháp vô thượng - pháp thừa - là sự chinh phục trong chiến trận chống tham, sân, si. Cỗ xe pháp nầy chính là Con Đường Tám Chánh". Rồi Đức Thế Tôn dạy thêm rằng vật dụng để tạo cỗ xe đó là Giới luật, Thiền là trục bánh xe và Niệm là người đánh xe.

Trong Trung bộ 24, Kinh "Trạm Xe", ngài Xá-lợi-phất giảng về 7 trạm xe, ám chỉ 7 giai đoạn thanh tịnh hóa của một người tu Phật: Giới thanh tịnh, Tâm thanh tịnh, Kiến thanh tịnh, Đoạn nghi thanh tịnh, Đạo phi đạo tri kiến thanh tịnh, Đạo tri kiến thanh tịnh, và Tri kiến thanh tịnh. Trong đó:

1) "Giới thanh tịnh" là tuân giữ nghiêm túc các học giới đã thọ.

2) "Tâm thanh tịnh" là nhiếp phục năm triền cái, đưa tâm an trú vào các thiền-na.

3) "Kiến thanh tịnh" là phân biệt Danh-Sắc, sự thấy đúng danh và sắc như vậy, một sự thấy đã được an lập trên sự không mê mờ, do đã vượt qua ảo tưởng về tự ngã.

4) "Đoạn nghi thanh tịnh" là thấy rõ quá trình tâm lý và vật lý tự phô bày sự thật Duyên khởi, sự tồn tại và sự tan rã của các cảm thọ, các tưởng, không còn nghi ngờ gì nữa.

5) "Đạo phi đạo tri kiến thanh tịnh" là biết rõ các cảm thọ hỉ, lạc đều là chướng ngại cho sự phát triển trí tuệ rộng lớn, liền giác tỉnh, rồi khởi cảm thọ. Hành giả đắc được trí biết rõ cái gì là Đạo và cái gì là chướng đạo (hay Phi đạo). Bấy giờ, hành giả tự mình biết chắc rằng: giờ đây ta mới thực sự hạnh phúc.

6) "Đạo tri kiến thanh tịnh": thấy rõ quá trình thực hành, tu tập; thấy rõ hiện tượng tan rã của các quá trình thân và tâm, thấy không có gì hiện hữu nữa; các đối tượng chú tâm đều tan rã. Hành giả thấy rõ ba pháp ấn: khổ, vô thường, vô ngã.

7) "Tri kiến thanh tịnh" là tâm hoàn toàn thanh tịnh do thấy và biết. Trong giai đoạn này, hành giả đi vào các tầng thánh Đạo-Quả (Dự lưu, Nhất lai, Bất lai, và A-la-hán), sau khi thành tựu Ngũ căn, Ngũ lực, Thất giác chi và Bát Chánh đạo.

Bảy giai đoạn thanh tịnh nầy được triển khai trong bộ luận Thanh Tịnh Đạo của ngài Phật Âm (Buddhaghosa), trong đó, có 3 phần: Giới, Định, và Tuệ. Phần đầu là tu tập về Giới, để đưa đến thanh tịnh đầu tiên là Giới thanh tịnh. Tiếp đến là phần tu tập Định, có đề cập đến phát triển các tầng thiền-na. Tu tập Định đưa đến Tâm thanh tịnh. Từ đó, làm nền tảng để tu tập Tuệ, ở phần thứ 3 của bộ luận, để đưa đến các thanh tịnh kế tiếp là: Kiến thanh tịnh, Đoạn nghi thanh tịnh, Đạo phi đạo tri kiến thanh tịnh, Đạo tri kiến thanh tịnh và Tri kiến thanh tịnh.

Trong bài kinh số 107, thuộc Trung Bộ, Đức Phật giảng cho người Bà-la-môn Ganaka Moggallana, tóm tắt con đường tu tập, như sau:

- giữ gìn giới hạnh, - hộ trì các căn, - tiết độ ăn uống, - chú tâm cảnh giác,

- thành tựu chánh niệm tỉnh giác, - tìm nơi thanh vắng để hành thiền, - loại trừ 5 triền cái, - an trú vào 4 tầng thiền-na.

Và các bước tu tập này áp dụng cho bậc hữu học - tức là các vị Dự lưu, Nhất lai, Bất lai - lẫn các bậc vô học, tức là các vị thánh A-la-hán giải thoát.

Thêm vào đó, theo kinh Sáu Thanh Tịnh, Trung Bộ 112, sau khi an trú vào 4 tầng thiền-na, Đức Phật khuyên các vị Tỳ-khưu hữu học phải tiếp tục hành trì, phát triển các tuệ minh và tiến tới giải thoát:

Sau khi an trú trong Tứ Thiền, với tâm định tĩnh, thuần tịnh, không cấu nhiễm, không phiền não, nhu nhuyến, dễ sử dụng, vững chắc, bình thản như vậy, vị ấy dẫn tâm, hướng tâm đến lậu tận trí. Vị ấy biết như thật: "Đây là khổ", biết như thật: "Đây là nguyên nhân của khổ", biết như thật: "Đây là khổ diệt", biết như thật: "Đây là con đường đưa đến khổ diệt", biết như thật: "Đây là những lậu hoặc", biết như thật: "Đây là nguyên nhân của lậu hoặc", biết như thật: "Đây là các lậu hoặc được đoạn trừ", biết như thật: "Đây là con đường đưa đến các lậu hoặc được diệt trừ".

Vị ấy nhờ biết như vậy, nhờ thấy như vậy, tâm của vị ấy thoát khỏi dục lậu, thoát khỏi hữu lậu, thoát khỏi vô minh lậu. Đối với tự thân đã giải thoát như vậy, vị ấy khởi lên sự hiểu biết: "Ta đã giải thoát"". Vị ấy biết: "Sanh đã tận, Phạm hạnh đã thành, việc cần làm đã làm; không còn trở lui trạng thái này nữa".

Cũng xin ghi nhận ở đây, ngay trong chương đầu tiên của bộ luận Thanh Tịnh Đạo, ngài Phật Âm trích lời Phật dạy trong Tương Ưng, Tập 1:

Người trú giới có trí
Tu tập tâm và tuệ
Nhiệt tâm và thận trọng
Tỳ-khưu ấy thoát triền.
Ngài Phật Âm giải thích: "người trú giới có trí" là người có giới thanh tịnh, có hiểu biết rõ ràng dựa trên vô tham, vô sân, vô si. "Tu tập tâm" ở đây là pháp hành thiền an chỉ, "tu tập tuệ" ám chỉ hành thiền minh quán, "tu tập tâm và tuệ" có nghĩa là hành thiền Chỉ-Quán, hay Chỉ-Quán song tu. "Nhiệt tâm và thận trọng" có nghĩa là có nhiều nghị lực, tinh tấn và tỉnh giác nhận thức. "Tỳ-

khưu" - bhikkhu - ở đây mang một nghĩa rộng, không phải để chỉ hàng tu sĩ, mà để chỉ người thấy được sự khốn khổ của sinh tử luân hồi. "Thoát triền" là thoát khỏi mọi trói buộc của sinh tử luân hồi. Như thế, qua câu kệ trên, Đức Phật dạy chúng ta phải an trú trong Giới, tu tập thiền Định, phát triển Tuệ quán, để giác ngộ giải thoát.

Đôi khi, trong kinh tạng, Đức Phật có đề cập đến hai pháp thiền: (1) thiền an chỉ hay thiền chỉ (samatha-bhavana), và (2) thiền minh quán (vipassana- bhavana) hay thiền quán. Hai pháp Chỉ-Quán nầy cần phải được phát triển đồng đều, bổ túc cho nhau.

Trong Tăng Chi Bộ, Chương Hai Pháp, Đức Phật dạy:

Có hai pháp này, này các Tỳ-khưu, thuộc thành phần minh. Thế nào là hai? Chỉ và Quán. Chỉ được tu tập, sẽ được lợi ích gì? Tâm được tu tập. Tâm được tu tập, sẽ được lợi ích gì? Cái gì thuộc về tham được đoạn tận. Quán được tu tập, sẽ được lợi ích gì? Tuệ được tu tập. Tuệ được tu tập, sẽ được lợi ích gì? Cái gì thuộc vô minh được đoạn tận. Bị tham làm uế nhiễm, này các Tỳ-khưu, tâm không thể giải thoát. Hay bị vô minh làm uế nhiễm, tuệ không được tu tập. Vì vậy, do ly tham, là tâm giải thoát. Do đoạn vô minh, là tuệ giải thoát.

Trong kinh Kimsuka, Tương Ưng Bộ, Thiên Sáu Xứ, Ngài có ví dụ pháp tu Chỉ-Quán như là hai vị thiên sứ cùng đến báo cáo cho vị chủ một ngôi thành ở vùng biên giới về tình trạng an ninh, bảo vệ phòng chống quân địch. Vị chủ thành đó là Tâm Thức của chúng ta, và địch quân ở đây là các phiền não lậu hoặc. Người giữ cửa thành là Niệm, và thành có sáu cửa là sáu căn. Như thế, ta dùng Niệm để canh giữ sáu căn, và nhờ có tu tập thiền Chỉ-Quán mà ta có thể ngăn chận và phòng chống được các phiền não do lậu hoặc mang đến. Tóm lại, Thiền định là một pháp môn tu tập cần thiết của người con Phật. Thiền định giúp tạo một khả năng bền vững để có đời sống thiện, hướng thiện, và cứu cánh là thiện. Thiền có thể được xem là một tiến trình huân tập về cảm thọ, nuôi dưỡng các cảm thọ tốt đẹp như hỷ, lạc, xả, và từ bỏ các cảm thọ không tốt đẹp, như khổ, ưu. Đây là một sự giáo dục tâm lý, đoạn tận các tâm lý không tốt đẹp như năm triền cái vốn bắt nguồn từ tham sân si, và thay thế bởi những tâm lý tốt đẹp là năm thiền chi, có căn bản là không tham, không sân, và không si. Thiền định là một giai đoạn tiếp theo việc vun bồi Giới đức, và là nền tảng để bước vào giai đoạn kế là phát triển Tuệ giác. Bình Anson, Perth, Tây Úc, tháng 7-2004 -ooOoo-

Four Sacred Mountains of Buddhism - Tứ đại danh sơn

Of the various religions in China, Buddhism is the most popular and widespread. It has a history of close to 2,000 years in China. The country's different geographic areas and languages mean Chinese Buddhism can be roughly divided into Han (Chinese) Buddhism, Tibetan Buddhism and Theravada Buddhism. Han Buddhism prevails among the population of the dominant Han ethnic group, and Tibetan Buddhism in Tibet, Inner Mongolia, Qinghai, Gansu and other Tibetan communities, while Theravada Buddhism is prevalent among the Dai minority in Yunnan Province.

In Han (Chinese) Buddhism, Mt. Wutai, Mt. Emei, Mt. Putuo and Mt. Jiuhua are regarded as the Four Sacred Mountains. According to legends, these four great Mountains are the locations of the enlightenment of Bodhisattvas Wenshu, Puxian, Guanyin and Dizang. The Four Sacred Mountains are famed for their rare Buddhist libraries, cultural antiques, splendid Buddhist architecture and beautiful scenery.

Mt. Wutai - Ngũ Đài Sơn

Located in Wutai County, Shanxi Province, Mt. Wutai is one of the five pilgrimage sites of Buddhism in the world, the other four being Nepal's Lumbini and India's Kushinagara, Mrgadava and Buddhagaya. Wutai is especially dedicated to the Bodhisattva of wisdom, or Wenshu in Chinese. Mt. Wutai became the most sacred site

of Chinese Buddhism around AD 67. It now holds more than 50 temples; the famous ones are Xiantong Temple, Tayuan Temple, Pusading Temple and Foguang Temple.

Xiantong Temple is one of the oldest in China and the first destination for pilgrims. The Great White Pagoda, or Sarira Stupa, of Tayuan (Pagoda Courtyard) Temple is a landmark of Mt. Wutai. Pusading, or Bodhisatva Summit, is the largest and most important temple of Tibetan Buddhism on Mt. Wutai.

Mt. Emei - Nga Mi Sơn

Mt. Emei is located 160 kilometers southwest of Chengdu in Sichuan Province. In 1996, Mt. Emei, along with the nearby Leshan Giant Buddha, the largest stone-carved Buddha in the world, was declared a UNESCO World Natural and Cultural Heritage Site.

Construction of Buddhist temples in the area started in the second century and reached its heyday in the 15th century. At present, there are almost 30 temples on Mt. Emei, including the famous Baoguo Temple and Wannian Temple.

Baoguo Temple is the oldest and best-preserved temple in Mt. Emei. It houses two renowned treasures: a 2.4-meter-tall porcelain Buddhist statue and a 2.3- meter-tall and 25-ton bronze bell. Wannian Temple, one of the main temples in Mt. Emei, was built in 420. According to historical records, the temple has survived 18 earthquakes over 400 years. Besides the sacred temples, the Golden Summit of Emei, 3,079 meters above sea level, is also worth a visit. It displays all the glamorous features of the ideal Mountain: a sea of clouds, an auspicious halo and sacred lamps.

Mt. Putuo - Phổ Đà Sơn

Putuo mountains is actually a small part of the Zhoushan Islands. It lies 100 nautical miles east of Hangzhou Bay, Zhejiang Province.

There are three major temples on Putuo – Puji, Fayu and Huiji. Puji Temple has the island's oldest structure – the Yuan Dynasty Duobao (Abundant Treasures) Pagoda. In Fayu Temple stands a stone stele from Wanli's Reign (1573-1620) in the Ming Dynasty, carved with an image of Bodhisattva Guanyin holding a willow twig in her hand. The temple also houses the Nine- dragon Hall, a replica of its ruined predecessor in the early Ming Imperial Palace in Nanjing. Its caisson ceiling carved with nine dragons reveals the exquisite workmanship of ancient ornamental architecture.

Mt. Jiuhua - Cửu Hoa Sơn

Located in Chizhou City on the southern bank of the Yangtze River in Anhui Province, Mt. Jiuhua has over 70 noted peaks, about half of them exceeding 1,000 meters in height, with the highest at 1,342 meters. It has beautiful valleys, streams and waterfalls. The mountain is shaped like a lotus flower, and is reputed as the most famous mountain in Southeast China.

Huacheng Temple, built in the Jin Dynasty (265-420), is the oldest and most prominent temple on the mountain. Not far from the east of Jiuhua Street is the Baisui (Hundred-year-old) Palace, a temple built on the steep cliff in the local residence style. Zhiyuan Temple is a labyrinthine complex following the

contours of the mountainside. Its tiered palatial roofs create a majestic and spectacular sight. Dongya Temple also clings to a steep cliff. Ganlu is a tranquil temple, and now houses the Anhui Province Buddhism Seminary.

Tứ đại danh sơn Phật giáo Trung Quốc

Ngũ Đài Sơn

Ngũ Đài Sơn nằm ở huyện Ngũ Đài tỉnh Sơn Tây là ngọn núi đứng hàng đầu trong Tứ đại danh sơn Phật giáo Trung Quốc, là một trong năm thánh địa Phật giáo của thế giới. Từ thời Minh Đế Đông Hán đến nay, Ngũ Đài Sơn luôn luôn là thánh địa Phật giáo, trải qua nhiều thế hệ tu tạo, đến nay trên núi tháp mọc tua tủa, chùa Phật san sát, chùa Phật trên năm đỉnh núi khi nhiều nhất lên tới 360 ngôi, tăng lữ khoảng 10 nghìn người, là những kiến trúc chùa chiền lớn nhất Trung Quốc. Ngũ Đài Sơn đã quy tụ nét tinh túy của Phật giáo Ấn Độ, Phật giáo truyền thống Tạng, Phật giáo truyền thống Hán, tôn giáo, nho giáo và đạo giáo dân gian, cũng như văn hóa Tam Tấn, là hình ảnh thu nhỏ của Phật giáo Trung Quốc, được coi là kho báu nghệ thuật kiến trúc cổ Trung Quốc; Nhà triển lãm nghê thuật tượng Phật giáo Trung Quốc; Đóa hoa âm nhạc Phật giáo Trung Quốc và Trung tâm giao lưu văn hóa Phật giáo quốc tế. Ngũ Đài Sơn có văn hóa Phật giáo lâu đời, phong cảnh thiên nhiên tươi đẹp, đất thánh Phật giáo, thắng cảnh nghỉ mát, đã dung hòa văn hóa Phật giáo, văn hóa sinh thái và văn hóa Hoàng gia thành một khối.

Ngày mùng 4 tháng 4 âm lịch là ngày sinh của Văn Thù bồ tát, cứ đến ngày này là Ngũ Đài Sơn tổ chức đạo tràng phụng chỉ. Ngoài ra, từ ngày 25 tháng 7 đến ngày 25 tháng 8 hàng năm còn tổ chức tháng du lịch quốc tế Ngũ Đài Sơn.

Nga Mi Sơn

Nga Mi Sơn nằm ở phía tây nam tỉnh Tứ Xuyên, cách thành phố Thành Đô 130 km, phong cảnh thiên nhiên tươi đẹp và Phật giáo với nhiều truyền thuyết huyền bí, cũng như văn hóa đạo giáo nổi tiếng thế giới, là một trong Tứ đại danh sơn Phật giáo Trung Quốc, được đặt nhã danh là: "Nga Mi đẹp nhất thiên hạ", "Thiên hạ danh sơn", "Vương quốc động thực vật" và "Viện bảo tàng địa chất". Trái núi chính Kim Đỉnh cao hơn mặt biển 3077 mét, có bốn kỳ quan nổi tiếng là biển mây, cảnh mặt trời mọc, Phật quang và đèn thánh.

Nga Mi Sơn là đạo tràng của Phổ Hiền bồ tát, tương truyền Phật giáo được truyền vào núi Nga Mi từ thế kỷ 1 công nguyên, trải qua gần 2000 năm phát triển, trên núi Nga Mi đã để lại khá nhiều di chỉ văn hóa Phật giáo và sản sinh khá nhiều cao tăng đại đức, khiến núi Nga Mi dần dần trở thành thánh địa Phật giáo có sức ảnh hưởng sâu sắc tại Trung Quốc cũng như trên thế giới.

Tượng Phật trong các chùa chiền với nhiều loại bằng đất, gỗ, ngọc, đồng, sứ..., tạo hình sống động, nghệ thuật tinh túy, thí dụ như pho tượng đồng Phổ Hiền cưỡi voi đặt trong chùa Vạn Niên được coi là pho tượng tuyệt diệu nhất trên núi, là bảo vật đệ nhất quốc gia.

Ngày hội văn hóa Phổ Hiền núi Nga Mi được tổ chức vào ngày 10 tháng 9 hàng năm. Hội chùa được tổ chức từ tháng 3 đến tháng 4 hàng năm, còn hội đèn được tổ chức vào đêm mùng 1 và 15 hàng tháng âm lịch.

Phổ Đà Sơn

Phổ Đà Sơn ở trong biển Đông Nam huyện Định Hải tỉnh Chiết Giang, truyện Ký gọi là Nam Hải. Phổ Đà mở núi xây chùa vào những năm đầu đời Ngũ Đại xa xưa. Phổ Đà Sơn tên cũ là Tiểu Bạch Hoa, gọi là Bố Đà Lạc Già. Tên khác là Mai Sầm Sơn.

Phổ Đà Sơn với hơn ba trăm ngôi chùa lớn nhỏ, mười hai tháp Phật với kiến trúc đặc biệt. Những am viện lợp tranh kết cỏ đó đây liền nhau có thứ tự, cùng với khí hậu ôn hòa, phong cảnh tao nhã đặc biệt. Là thánh địa của Phật Giáo Trung Quốc nên hàng năm có rất nhiều đoàn khách thập phương đến viếng thăm cảnh đẹp của Phổ Đà Sơn.

Cửu Hoa Sơn

Cửu Hoa Sơn bao gồm 99 đỉnh núi và đỉnh cao nhất đến 1.341 m. Hầu hết những ngôi chùa trong vùng bắt nguồn từ Phật giáo Đại thừa. Đây là ngọn núi nổi tiếng có phong cảnh đẹp, cùng những ngôi đền cổ, gắn liền với Địa Tạng Bồ Tát.

Cửu Hoa Sơn hiện còn tồn tại những ngôi đền cổ nổi tiếng như: Đông nam đệ nhất sơn, còn gọi là Hóa Thành Tự, là ngôi chùa trung tâm của Cửu Hoa Sơn. Nơi đây có bảo tháp mai táng ngài Kim Kiều Giác, còn gọi là bảo tháp Địa Tạng. Ngoài ra còn có bảo điện Bách Tuế Cung, nơi thờ thân thể Vô Hà Thiền Sư, người đã dùng cây cỏ làm thức ăn, cất thảo am tĩnh tu nơi rừng sâu, tự trích máu mình để viết bộ kinh Hoa Nghiêm, truyền thuyết sau khi ông mất thân thể không tiêu hủy nên được thờ nơi đây.

---oOo---

Frailty – tình trạng dễ vỡ, mỏng manh

Frankincense – hương trầm cuả Phi Châu

Fratricidal - giết anh, giết chị, giết em

Freak – tính đồng bóng, hay thay đổi

Frenetic – điên cuồng

Fresco – tranh vẽ trên tường

Frescoer - người vẽ bích họa

Fret - phiếm đàn, hoa văn chữ triện

Fringe – tua, khăn quàng cổ

Frivolous – phù phiếm, nhẹ dạ

Frolic – vui vẻ, vui nhộn

Frothy - sủi bọt

Frown – cau mày, vẻ nghiêm nghị

Frugal - tiết kiệm, thanh đạm

Frumpy – unattractive, dowdy = tồi tàn, không lịch sự

Furore - sự khâm phục, ưa chuộng nhiệt liệt

Fusillade – number of shots fire simultaneously

Futility – vô ích, vô hiệu quả (adj. futile)

Future Buddha – Japanese, Miroku; Chinese, Mi-lo Fwo; Tibetan, Byams- pa; Vietnamese, Di-Lặc; Korean, Mi-rug.

According to some Buddhist traditions, the period of the Buddhist Law is divided into three stages: a first period of 500 years, of the turning the Wheel of the Law; a second period of 1,000 years, of the deterioration of the Law, and a third period of 3,000 years (called Mappo in Japan) during which no one practises the Law. After this, Buddhism having disappeared, a new Buddha will appear who will again turn the Wheel of the Law. This future Buddha is still in the Tusita heaven, in the state of a Bodhisattva. Gautama Buddha himself will enthrone him as his successor. The name means 'benevolence' or 'friendship'. He is now living his last existence as a Bodhisattva. In anticipation of his imminent arrival, he is sometimes considered as a Buddha and given the title of Tathagata.

To Maitreya, the Future Buddha

Fire of great kindness

Blazing, consuming all anger

Shining, clearing dark ignorance

With brilliant light of wisdom

rotector of all beings

Loving them like a mother

To You, the Future Buddha

We bow down in deep devotion

OM Buddha Maitreya Mem

OM Buddha Maitreya Mem

Maitreya is a bodhisattva revered by Buddhists of most schools. His name derives from the Sanskrit word maitri meaning caring or "loving-kindness" (in Pali, metta.) He is one of the few deities depicted in paryanka asana -- seated with legs hanging, like a Westerner. He is currently believed to be functioning in the Tushita heaven, and will be born on earth for the benefit of

beings 4, 000 years or 5, 000, according to another source] after the passing of Shakyamuni Buddha.

A scriptural source for this date is Shakyamuni's response to Shariputra's questions (The Surangama Sutra.) He responded that Maitreya would appear before the last of The Five Disappearances:

The disappearance of Attainments, the disappearance of Method, the disappearance of Learning, the disappearance of the Symbols [the outward forms] and the disappearance of the Relics...

And, regarding that last disappearance:

Then when the Dharma of the Perfect Buddha is 5,000 years old, the relics, not receiving reverence and honor, will go to places where they can be received...

Various groups, including authorities of belief systems other than Buddhism, calculate the date according to their own agendas.

Phật Di Lặc

Phật Di Lặc - Đối với Phật tử ngày mồng một tháng giêng không những là ngày đón tổ tiên về ăn Tết với con cháu, mà còn là ngày vía đức Di Lặc. Chúng ta chí tâm đảnh lễ Ngài Di Lặc bằng câu:

“Nam mô Long Hoa Giáo chủ đương lai hạ sanh Di Lặc tôn Phật”.

Theo các điều còn ghi lại trong kinh sách thì Bồ-tát Di Lặc có dự các buổi thuyết pháp của đức Phật Thích Ca và đức Phật Thích Ca đã dạy rằng: sau khi nhập diệt thì Ngài Di Lặc sẽ lên trụ trên cung trời Đâu Suất, Ngài Di Lặc được thọ ký thành Phật và là giáo chủ của hội Long-Hoa. Thông thường, chúng ta hiểu rằng Ngài là một vị Phật trong tương lai, nối tiếp Phật Thích Ca. Điều này không có gì là mơ hồ, là không tưởng, bởi vì chính đức Phật Thích Ca đã dạy: “Ta là Phật đã thành, chúng sinh là Phật sẽ thành”. Vậy nhân ngày vía đức Di Lặc, chúng ta hãy nhớ rằng ai ai cũng có Phật tánh, ai ai cũng có thể thành Phật, mê là chúng sanh, ngộ là Phật. Tu tập để vén màn vô minh che lấp thì Phật tánh hiển bày.

Chúng ta chớ có tự khinh mình không đủ khả năng thành Phật, làm như thế thì cũng giống như người cùng tử kia có cha là triệu phú mà không dám nhận, làm như thế thì cũng chẳng khác gì người nghèo khó kia có hạt ngọc báu thắt trong chéo áo mà không hay! Thường bất khinh Bồ-tát chắp tay chào mọi người và nói rằng ai cũng sẽ thành Phật, chúng ta cần hiểu rõ lời của Ngài. Chúng ta vẫn gọi Ngài Di Lặc là Phật Di Lặc. Thật ra bây giờ Ngài đang là một vị Bồ-tát trụ trên cung trời Đâu Suất, sau này mới

thành Phật. Nói rõ ra thì kiếp đã qua là Trang nghiêm kiếp; kiếp hiện nay là Thiện kiếp hay Hiền kiếp: đã có các vị Phật là Câu-Lưu-Tôn, Câu-Na-Hàm, Ca-Diếp, Thích-Ca Mâu-Ni, sau Phật Thích-Ca sẽ đến Phật Di-Lặc rồi tiếp đến các vị khác, cho đến lúc đủ một ngàn vị Phật thì hết Thiện kiếp. Sau đó mới là kiếp vị lai, gọi là Tinh tú kiếp. Tượng Ngài Di-Lặc là một vị mập mạp, ngồi phanh bụng, mặt tươi, miệng cười, khác hẳn với các tượng Phật trang nghiêm, uy nghi và bình an. Có 5, 6 đứa trẻ bám chung quanh thân Ngài. Sáu đứa trẻ đó chính là lục tặc (6 tên giặc) tượng trưng cho 6 cơ quan: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý. Có tượng chỉ có 5 đứa trẻ thôi, bỏ đi cơ quan "ý", khó tưởng tượng vì không có hình tướng. Năm đứa trẻ quấy phá mà Ngài vẫn cười, coi như không có chuyện gì xảy ra cả. Ngài Di Lặc cũng tiếp xúc với trần, song không để cho các trần lôi cuốn vào vòng phiền não. Trái lại, nhờ trí huệ, Ngài biết các trần là hư giả, tuy có đó nhưng mà là giả. Ngài không bị phiền não trói buộc, Ngài ung dung tự tại. Cũng là 6 căn mà phàm phu chúng ta bị lôi cuốn, Ngài Di Lặc lại ung dung. Đức Phật Thích-Ca đã dạy trong kinh Lăng Nghiêm như sau: "Sinh tử luân hồi cũng do 6 căn, chứng đắc vô thượng bồ-đề cũng là 6 căn". Nói rõ ra: "để cho 6 căn chạy theo 6 trần sẽ bị luân hồi, không để 6 căn chạy theo 6 trần, sẽ đắc bồ-đề" (bồ-đề = giác ngộ).

Đạo Tràng Phật Di-Lặc - Phong hoá (Ninh Ba)-TQ

G

Gainsay - chối cãi, không nhận

Gait - dáng đi

Gambol – nô đùa nhảy nhót

Garland – vòng hoa, đắc thắng

Gamut – toàn bộ, hàng loạt

Garish – lòe loẹt, sặc sỡ, chói mắt

Garner - vựa thóc, kho thóc

Gash - vết thương dài và sâu

Gasp - thở hổn hển

Gaunt - gầy, hốc hác

Gaze – nhìn chăm chăm

Gazetteer – a geographical index or dictionary

Gelugpa – the four lineages of Tibetan Buddhism established by Lama Tsongkhapa in the 14th century. The best known and most widespread among the many schools of the Tibetan tradition today is the Gelugpa, sometimes simply referred to as the Yellow Hat school. It is a school of Buddhism founded by Je Tsongkhapa (1357– 1419), one of Tibet's greatest scholars.

During Lama Tsongkhapa's time, there was no one master or school versed in all the practices and Lama Tsongkhapa studied with many great masters in all the three schools, Sakya, Nyingma and Kagyu. In time, Tsongkhapa combined these teachings into a new approach to Buddhism which is the Gelug lineage, which soon became the most prevalent school of Tibetan

Buddhism in Tibet. Following the foundation of the first Gelugpa monastery, Ganden in 1409 by Lama Tsongkapa, the Gelugpa strongly expanded with the building of many more monastic strongholds including Drepung and Sera monasteries. Some of the greatest masters of the Gelug Lineage are: Pabongka Rinpoche, Trijang Kyabje Rinpoche, The Dalai Lama and Zong Rinpoche...

Cách-Lỗ Phái - Cách-lỗ phái (Gelugpa), nguyên nghĩa "tông của những hiền nhân", cũng được gọi là Hoàng mão phái vì các vị tăng phái này mang mũ màu vàng, là một trong bốn tông tại Tây Tạng do Tông-khách-ba (Tsongkhapa) thành lập. Tông này đặc biệt nhấn mạnh đến Luật tạng (skt., pali. vinaya) và nghiên cứu kinh điển. Căn bản của cách tu tập trong tông này là những bộ luận Bồ-đề đạo thứ đệ (Lam rim) và những tác phẩm nói về học thuyết của các trường phái. Kể từ thế kỷ thứ 17 tông này có trách nhiệm chính trị tại Tây Tạng, với sự có mặt của Đạt-lại Lạt-ma, được xem là người lĩnh đạo chính trị và tinh thần của nước này.

Giáo pháp của phái Cách-lỗ dựa trên các bộ luận của Tông-khách-ba và hai vị đại đệ tử là Giá-tào-kiệt (Gyaltshab, 1364-1432) và Khắc-chủ-kiệt (Kherub, 1385-1438). Sau một cuộc gặp Văn-Thù-Sư-Lợi trong lúc nhập định, Sư biên soạn một bộ sách về giáo lý Trung quán (skt. madhyamaka) có ảnh hưởng trực tiếp đến tông Cách-lỗ. Trong những tập sách giảng giải về các phương pháp thiền quán, Tông-khách-ba chỉ rất rõ phương tiện để hành giả có thể đạt được tri kiến Trung quán đó. Những tập sách này thường bắt đầu bằng những lời về sự không toàn diện của Luân hồi và cách phát triển Bồ-đề tâm. Sau đó là phần khai thị để chứng được tính Không.

Phép tu thật sự nằm ở chỗ làm sao đạt được Định. Sư hướng dẫn rất rõ trong các tác phẩm của mình, hành giả phải phối hợp cân đối giữa Chỉ (skt. samatha) và Quán (skt. vipasyana) thế nào để đạt được mục đích này. Song song với cách tu luyện này, giáo pháp Tantra cũng được xem là phương pháp đặc biệt để đạt sự phối hợp cân đối đó.
---oOo---

Genealogy – the study of family pedigrees = Khoa phả hệ (của con người, các sinh vật, ngôn ngữ...)

Genealogy (from Greek: genea, "generation"; and logos, "knowledge"), also known as family history, is the study of families and the tracing of their lineages and history. Genealogists use oral interviews, historical records, genetic analysis, and other records to obtain information about a family and

to demonstrate kinship and pedigrees of its members. The results are often displayed in charts or written as narratives.

Generosity - rộng lượng, khoan hồng

Genetic - thuộc về sinh sản

Genuflect – qùy gối để cúng bái

Genuine - thật, chính cống

Geomancy - môn bói đất (bói bằng những hình vẽ trên đất)

Geriatric – khoa bệnh tuổi già, lão khoa

Gesso - thạch cao

Ghastly - một cách khủng khiếp

Ghee – bơ sữa

Ghost – the troubled spirit is an immature entity (thực thể) with unfinished business in a past life on earth. Those disturbed entities are caught in a no-man's land between the lower astral planes of earth and the spirit world…

Ma - là một khái niệm trừu tượng, một phần phi vật chất của một người đã chết (hay hiếm hơn là một động vật đã chết).

Theo quan niệm của một số tôn giáo và nền văn hóa, con người gồm thể xác (mang tính chất vật chất) và linh hồn (mang tính chất phi vật chất). Khi thể xác chết, linh hồn xuất khỏi thể xác. Nếu linh hồn đó không có cơ hội đầu thai hoặc nơi trú ngụ chung với các linh hồn khác mà tương tác với cõi thực có con người sẽ gọi là "ma", "hồn ma", "quỷ"; nhưng nếu các phần phi vật chất đó tương tác với cõi thực của con người theo tình cảm, theo trách nhiệm được giáo hóa của các tôn giáo thì lại gọi là "hồn", "linh hồn", "thánh", "thần", "thiên sứ". Phật giáo gọi linh hồn người mới mất là hương linh.

Theo "Hành Trình Về Phương Đông" của Dr. Blair T. Spalding, dịch giả Nguyễn Phong - 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 thêu dệt 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.

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 "dĩ thái". Tuỳ theo sự rung động khác nhau mà mỗi cảnh giới một khác. Tuỳ 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 dầy 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, tuỳ 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 tuần 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 cặn bả xã hội, những kẻ tư tưởng xấu xa, còn đầy thú tánh. Vì ở cõi âm, không có thể xác, hình dáng thường biến đổi theo tư tưởng nên những kẻ thú tánh 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. Tuỳ 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 quẩn bên các chốn trà đình tửu quán, các nơi mổ sẻ 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 quẩn 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 thoả 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. Tuỳ 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". Như thế người chết thường lưu lại ở cõi Trung giới bao nhiêu lâu? - Thời gian lưu lại đây hoàn toàn tuỳ 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). Tuỳ theo sự sắp xếp của thể vía khi chết, mà ta thức tỉnh ở một cảnh giới tương ứng. ---oOo---

Lá Thư Từ Bên Kia Thế Giới

Chết chưa phải là hết..

Bác sĩ Elizabeth Kübler-Ross, người tiền phong trong lãnh vực nghiên cứu về hiện tượng hồi sinh cho biết:

“Con người sợ chết như con nít sợ ma, họ đã nhìn cái chết một cách sợ hãi, ghê tởm và cố gắng phủ nhận nó vì nó làm gián đoạn sự liên tục của đời sống. Nhưng nếu họ biết chấp nhận sự chết một cách bình thản, giản dị thì họ sẽ thấy chết là một sự kiện tự nhiên cũng như lúc sinh ra vậy. Bất kỳ lúc nào chung quanh chúng ta, sống và chết cũng luôn luôn tiếp diễn. Lá cây rụng để nhường chỗ cho những mầm non xuất hiện, hết mùa đông lại có mùa xuân. Một hiện tượng tự nhiên và cần thiết như thế không lẽ lại chẳng bao hàm một ý nghĩa thâm sâu nào đó? Phải chăng chính vì có sự chết mà sự sống hiện hữu, có sự xây dựng thì cũng phải có sự hủy diệt, đâu có gì tồn tại vĩnh viễn. Người ta không thể hiểu được ý nghĩa đích thực của sự sống nếu họ không chịu chấp nhận sự chết, và đã đến lúc người ta phải nghiên cứu cặn kẽ các sự kiện này chứ không thể chấp nhận những lý thuyết mơ hồ nào đó được.”

Sau đây là tài liệu được trích lại từ cuốn La Revue Spirite:

Bác sĩ Henri Desrives là một khoa học gia hoạt động, vui vẻ và yêu nghề. Như mọi nhà trí thức khác, ông sống một cuộc đời rất thực tế và không buồn lưu ý đến những điều mà khoa học chưa giải thích được. Ông không tin rằng có một linh hồn tồn tại sau khi chết vì thể xác chỉ là sự kết hợp của các vật chất hữu cơ và trí thông minh chẳng qua chỉ là sản phẩm của các tế bào thần kinh. Khi thể xác đã hư hoại thì trí thông minh cũng không thể tồn tại. Một hôm khi bàn chuyện với các con về đề tài đời sống sau khi chết, ông hứa sẽ liên lạc với các con nếu quả thật có một đời sống bên kia cửa tử.

Cậu con trai Piere Desrives, cũng là một y sĩ, đã nói: “Nếu đã chết, làm sao cha có thể liên lạc với con được?”

Bác sĩ Henri suy nghĩ một lúc rồi trả lời: “Cha không tin có một đời sống hay cõi giới nào ngoài đời sống này nhưng nếu sau khi chết mà cha thấy được điều gì thì cha sẽ tìm đủ mọi cách để liên lạc với các con.”

Vài năm sau, bác sĩ Desrives từ trần, các con ông vì bận việc nên cũng không để ý gì đến buổi bàn luận đó nữa.

Khoảng hai năm sau, một nhóm nhân viên làm việc trong bệnh viện lập bàn cầu cơ chơi, bất ngờ cơ bút đã viết: “Xin cho gọi bác sĩ Piere Desrives đến vì tôi là cha cậu đó và tôi có mấy lời muốn nhắn nhủ với các con tôi.”

Được thông báo, bác sĩ Piere không tin tưởng mấy nhưng nhớ lại lời dặn của cha, ông bèn gọi các em đến tham dự buổi cầu cơ này. Một người cầm giữ đầu một sợi dây, đầu kia cột vào một cây bút chì và chỉ một lát sau cây bút đã tự động chạy trên các trang giấy thành bức thư như sau:

Các con thân mến,

Cha rất hài lòng đã gặp đủ mặt các con nơi đây. Gần một năm nay, cha có ý trông đợi để kể cho các con về những điều ở cõi bên này mà cha đã chứng kiến nhưng không có cơ hội nói lại cho các con biết.

Như các con đã biết, hôm đó sau khi ở bệnh viện về, cha thấy trong người mệt mỏi lạ thường, cha bèn lên giường nằm và dần dần lịm đi luôn, không hay biết gì nữa. Một lúc sau cha thấy mình đang lơ lửng trong một bầu ánh sáng trong suốt như thủy tinh. Thật khó có thể tả rõ cảm tưởng của cha khi đó, nhưng không hiểu sao cha thấy trong mình dễ chịu, linh hoạt, thoải mái chứ không bị gò bó, ràng buộc như trước. Các con biết cha bị phong thấp nên đi

đứng khó khăn, vậy mà lúc đó cha thấy mình có thể đi đứng, bay nhảy như hồi trai tráng. Cha có thể giơ tay giơ chân một cách thoải mái, không đau đớn gì. Đang vẫy vùng trong biển ánh sáng đó thì bất chợt cha nhìn thấy cái thân thể của cha đang nằm bất động trên giường. Cha thấy rõ mẹ và các con đang quây quần chung quanh đó và phía trên thân thể của cha có một hình thể lờ mờ trông như một lùm mây màu xám đang lơ lửng. Cả gia đình đều đang xúc động và không hiểu sao cha cứ thấy trong mình buồn bực, khó chịu. Cha lên tiếng gọi nhưng không ai trả lời, cha bước đến nắm lấy tay mẹ con nhưng mẹ con không hề hay biết và tự nhiên cha ý thức rằng mình đã chết. Cha bị xúc động mạnh, nhưng may thay lúc đó mẹ con và các con đều lên tiếng cầu nguyện, tự nhiên cha thấy mình bình tĩnh hẳn lại như được an ủi. Cái cảm giác được đắm chìm trong những lời cầu nguyện này thật vô cùng thoải mái dễ chịu không thể tả xiết. Lớp ánh sáng bao quanh cha tự nhiên trở nên sáng chói và cả một cuộc đời của cha từ lúc thơ ấu đến khi trưởng thành bỗng hiện ra rõ rệt như trên màn ảnh. Từ việc gần đến việc xa, ngay cả những chi tiết nhỏ nhặt nhất cũng đều hiện ra rõ rệt trong tâm trí của cha. Hơn bao giờ hết, cha ý thức tường tận các hành vi của mình, các điều tốt lành, hữu ích mà cha đã làm cũng như các điều xấu xa, vô ích mà cha không tránh được. Tự nhiên cha thấy sung sướng về những điều thiện đã làm và hối tiếc về những điều mà đáng lẽ ra cha không nên làm. Cả một cuốn phim đời hiện ra một cách rõ rệt cho đến khi cha thấy mệt mỏi và thiếp đi như người buồn ngủ.

Cha ở trong tình trạng vật vờ, nửa ngủ nửa thức này một lúc khá lâu cho đến khi tỉnh dậy thì thấy mình vẫn lơ lửng trong một bầu ánh sáng có màu sắc rất lạ không giống như màu ánh sáng lần trước. Cha thấy mình có thể di chuyển một cách nhanh chóng, có lẽ vì không còn xác thân nữa. Cha thấy cũng có những người đang di chuyển gần đó nhưng mỗi lần muốn đến gần họ thì cha lại có cảm giác khó chịu làm sao. Một lúc sau cha đi đến một nơi có đông người tụ họp. Những người này có rung động dễ chịu nên cha có thể bước lại hỏi thăm họ một cách dễ dàng. Một người cho biết tùy theo các rung động thích hợp mà cha có thể tiếp xúc được với những người ở cõi bên này. Sở dĩ cha không thể tiếp xúc với một số người vì họ có sự rung động khác với “tần số rung động” (frequency) của cha. Sự giải thích có tính cách khoa học này làm cha tạm hài lòng. Người nọ cho biết thêm rằng ở cõi bên này tần số rung động rất quan trọng, và tùy theo nó mà người ta sẽ lựa chọn nơi chốn mà họ sống. Cũng như loài cá ở ngoài biển, có loài sống gần mặt nước, có loài sống ở lưng chừng và có loài sống dưới đáy sâu tùy theo sức ép của nước thì ở cõi bên này, tùy theo tần số rung động mà người ta có thể tìm đến được các cảnh giới khác nhau. Sự kiện này làm cha cảm thấy vô cùng thích thú vì như vậy

quả có một cõi giới bên kia cửa tử và cõi này lại có nhiều cảnh giới khác nhau nữa.

Khi xưa cha không tin những quan niệm như thiên đàng hay địa ngục nhưng hiện nay cha thấy quan niệm này có thể được giải thích một cách khoa học qua việc các tần số rung động. Những tần số rung động này như thế nào? Tại sao cha lại có những tần số rung động hợp với một số người? Người nọ giải thích rằng tùy theo tình cảm của con người mà họ có những sự rung động khác nhau; người có tình thương cao cả khác với những người tính tình nhỏ mọn, ích kỷ hay những người hung ác, không hề biết thương yêu. Đây là một điều lạ lùng mà trước nay cha không hề nghĩ đến. Cha bèn đặt câu hỏi về khả năng trí thức, phải chăng những khoa học gia như cha có những tần số rung động đặc biệt nào đó, thì người nọ trả lời rằng, khả năng trí thức hoàn toàn không có một giá trị nào ở cõi bên này cả. Điều này làm cho cha ít nhiều thất vọng. Người nọ cho biết rằng cái kiến thức chuyên môn mà cha tưởng là to tát chẳng qua chỉ là những mảnh vụn của một kho tàng kiến thức rất lớn mà bên này ai cũng có thể học hỏi được.

Người nọ nhấn mạnh rằng, điều quan trọng là con người biết làm gì với những kiến thức đó. Sử dụng nó để phục vụ hay tiêu diệt nhân loại? Sử dụng nó vào mục đích vị tha hay ích kỷ? Sử dụng nó để đem lại niềm vui hay để gây đau khổ cho người khác? Thấy cha có vẻ thất vọng, người này bèn đưa cha đến một thư viện lớn, tại đây có lưu trữ hàng triệu cuốn sách mà cha có thể tham cứu, học hỏi. Chưa bao giờ cha lại xúc động như vậy. Có những cuốn sách rất cổ viết từ những thời đại xưa và có những cuốn sách ghi nhận những điều mà từ trước tới nay cha chưa hề nghe nói đến. Sau một thời gian nghiên cứu, cha thấy cái kiến thức mà mình vẫn hãnh diện thật ra chẳng đáng kể gì so với kho tàng kiến thức nơi đây. Đến khi đó cha mới thấm thía điều người kia nói về khả năng trí thức của con người và bắt đầu ý thức về tần số rung động của mình.

Nơi cha đang sống có rất đông người, đa số vẫn giữ nguyên tính nết cũ như khi còn sống ở thế gian. Có người hiền từ vui vẻ, có người tinh nghịch ưa chọc phá người khác, có người điềm đạm, có kẻ lại nóng nảy. Quang cảnh nơi đây không khác cõi trần bao nhiêu; cũng có những dinh thự đồ sộ, to lớn; có những vườn hoa mỹ lệ với đủ các loại hoa nhiều màu sắc; có những ngọn núi rất cao hay sông hồ rất rộng. Lúc đầu cha ngạc nhiên khi thấy những cảnh vật này dường như luôn luôn thay đổi, nhưng về sau cha mới biết cảnh đó hiện hữu là do sức mạnh tư tưởng của những người sống tại đây. Điều này có thể giải thích giống như sự tưởng tượng ở cõi trần. Các con có thể tưởng

tượng ra nhà cửa dinh thự trong đầu óc mình, nhưng ở cõi trần sức mạnh này rất yếu, chỉ hiện lên trong trí óc một lúc mà thôi. Bên này vì có những rung động đặc biệt nào đó phù hợp với sự rung động của tư tưởng làm gia tăng thêm sức mạnh khiến cho những hình ảnh này có thể được thực hiện một cách rõ ràng, chính xác và lâu bền hơn.

Các con đừng nghĩ rằng những người bên này chỉ suốt ngày rong chơi, tạo ra các hình ảnh theo ý muốn của họ; mà thật ra tất cả đều bận rộn theo đuổi các công việc riêng để chuẩn bị cho sự tái sinh. Vì mọi tư tưởng bên này đều tạo ra các hình ảnh nên đây là môi trường rất thích hợp để người ta có thể kiểm soát, ý thức rõ rệt hơn về tư tưởng của mình. Vì đời sống bên này không cần ăn uống, làm lụng nên người ta có nhiều thời

giờ theo đuổi những công việc hay sở thích riêng. Có người mở trường dạy học, có kẻ theo đuổi các ngành chuyên môn như hội họa, âm nhạc, kiến trúc, văn chương thơ phú, v.v...

Tóm lại, đây là môi trường để họ học hỏi, trau dồi các khả năng để chuẩn bị cho một đời sống mai sau. Phần cha đang học hỏi trong một phòng thí nghiệm khoa học để sau này có thể giúp ích cho nhân loại. Càng học hỏi, cha càng thấy cái kiến thức khi xưa của cha không có gì đáng kể và nền y khoa mà hiện nay các con đang theo đuổi thật ra không lấy gì làm tân tiến lắm nếu không nói rằng rất ấu trĩ so với điều cha được biết nơi đây. Hiển nhiên khoa học phát triển tùy theo khả năng trí thức của con người, mỗi thời đại lại có những sự phát triển hay tiến bộ khác nhau nên những giá trị cũng vì thế mà thay đổi. Có những giá trị mà thời trước là khuôn vàng thước ngọc thì đời sau lại bị coi là cổ hủ, lỗi thời; và như cha được biết thì những điều mà ngày nay đang được người đời coi trọng, ít lâu nữa cũng sẽ bị đào thải. Tuy nhiên cái tình thương, cái ý tưởng phụng sự mọi người, mọi sinh vật thì bất kỳ thời đại nào cũng không hề thay đổi, và đó mới là căn bản quan trọng mà con người cần phải biết. Càng học hỏi cha càng thấy chỉ có những gì có thể tồn tại được với thời gian mà không thay đổi thì mới đáng được gọi là chân lý. Cha mong các con hãy suy ngẫm về vấn đề này, xem đâu là những giá trị có tính cách trường tồn, bất biến để sống theo đó, thay vì theo đuổi những giá trị chỉ có tính cách tạm bợ, hời hợt.

Cha biết rằng mọi ý nghĩ, tư tưởng, hành động đều có những rung động riêng và được lưu trữ lại trong ta như một cuốn sổ. Dĩ nhiên khi sống ở cõi trần, con người quá bận rộn với sinh kế, những ưu phiền của kiếp nhân sinh, không ý thức gì đến nó nên nó khép kín lại; nhưng khi bước qua cõi bên này thì nó từ từ mở ra như những trang giấy phô bày rõ rệt trước mắt. Nhờ vậy mà cha biết rõ rằng hạnh phúc hay khổ đau cũng đều do chính ta tạo ra và lưu trữ

trong mình. Cuốn sổ lưu trữ này là bằng chứng cụ thể của những đời sống đã qua và chính nó kiểm soát tần số rung động của mỗi cá nhân. Tùy theo sự rung động mà mỗi cá nhân thích hợp với những cảnh giới riêng và sẽ sống tại đó khi bước qua cõi giới bên này. Do đó, muốn được thoải mái ở cõi bên này, các con phải biết chuẩn bị. Cha mong các con hãy bắt tay vào việc này ngay. Các con hãy ráng làm những việc lành, từ bỏ những hành vi bất thiện. Khi làm bất cứ việc gì, các con hãy suy gẫm xem hậu quả việc đó như thế nào, liệu nó có gây đau khổ hay tổn thương cho ai không? Đừng quá bận rộn suy tính những điều hơn lẽ thiệt mà hãy tập quên mình. Đời người rất ngắn, các con không có nhiều thời giờ đâu.

Khi còn sống, đã có lúc cha dạy các con phải biết đầu tư thương mại để dành tiền bạc vào những trương mục tiết kiệm, những bất động sản, những chứng khoán... nhưng bây giờ cha biết rằng mình đã lầm. Một khi qua đến bên đây, các con không thể mang những thứ đó theo được. Danh vọng, địa vị, tài sản vật chất chỉ là những thứ có tính cách tạm bợ, bèo bọt, đến hay đi như mây trôi, gió thổi, trước có sau không. Chỉ có tình thương mới là hành trang duy nhất mà các con có thể mang theo mình qua cõi giới bên này một cách thoải mái, không sợ hư hao mất mát. Tình thương giống như đá nam

châm, nó thu hút những người thương nhau thực sự, để họ tiến lại gần nhau, kết hợp với nhau. Nó là một mãnh lực bất diệt, mạnh mẽ, trường tồn và chính nhờ lòng thương này mà người ta có thể tìm gặp lại nhau trải qua không gian hay thời gian. Chắc hẳn các con nghĩ rằng người cha nghiêm nghị đầy uy quyền khi trước đã trở nên mềm yếu chăng? Này các con, chỉ khi nào buông xuôi tay bước qua thế giới bên này, các con mới thực sự trải nghiệm được trạng huống của mình, tốt hay xấu, hạnh phúc hay đau khổ, thích hợp với cảnh giới thanh cao tốt lành hay những nơi chốn thấp thỏi xấu xa. Hơn bao giờ hết, cha xác định rằng điều cha học hỏi nơi đây là một định luật khoa học thật đơn giản mà cũng thật huyền diệu. Nó chính là cái nguyên lý trật tự và điều hòa hằng hiện hữu trong vũ trụ. Sự lựa chọn để sống trong cảnh giới mỹ lệ đẹp đẽ hay tăm tối u minh đều do những tần số rung động của mình mà ra cả và chính mình phải chịu trách nhiệm về cuộc đời của mình hay lựa chọn những nơi mà mình sẽ đến.

Khi còn sống cha tin rằng chết là hết, con người chỉ là sự cấu tạo của các chất hữu cơ hợp lại, nhưng hiện nay cha biết mình đã lầm. Cha không biết phân biệt phần xác thân và phần tâm linh. Sự chết chỉ đến với phần thân xác trong khi phần tâm linh vẫn hoạt động không ngừng. Nó đã hoạt động như thế từ thuở nào rồi và sẽ còn tiếp tục mãi mãi. Hiển nhiên cá nhân của cha không phải là cái thể xác đã bị hủy hoại kia mà là phần tâm linh vẫn tiếp tục hoạt

động này, do đó cha mới cố gắng liên lạc với các con để hoàn tất điều mà cha đã hứa với các con khi xưa. Cha nghiệm được rằng sự sống giống như một dòng nước tuôn chảy không ngừng từ nơi này qua nơi khác, từ hình thức này qua hình thức khác. Khi trôi chảy qua những môi trường khác nhau nó sẽ bị ảnh hưởng những điều kiện khác nhau; và tùy theo sự học hỏi, kinh nghiệm mà nó ý thức được bản chất thiêng liêng thực sự của nó. Cũng như sóng biển có đợt cao, đợt thấp thì đời người cũng có những lúc thăng trầm, khi vinh quang tột đỉnh, lúc khốn cùng tủi nhục, nhưng nếu biết nhìn lại toàn vẹn tiến trình của sự sống thì kiếp người có khác chi những làn sóng nhấp nhô, lăng xăng trên mặt biển đâu. Chỉ khi nào biết nhận thức về bản chất thật sự của mình vốn là nước chứ không phải là sóng thì các con sẽ ý thức được tính cách trường cửu của sự sống. Từ đó các con sẽ có một quan niệm rõ rệt rằng chết chỉ là một diễn tiến tất nhiên, một sự kiện cần thiết có tính cách giai đoạn chứ không phải một cái gì ghê gớm như người ta thường sợ hãi. Điều cần thiết không phải là trốn tránh sự chết hay ghê tởm nó, nhưng là sự chuẩn bị cho một sự kiện tất nhiên phải đến một cách thoải mái, ung dung vì nếu khi còn sống các con đã đem hết khả năng và phương tiện của mình để giúp đời, để yêu thương mọi loài thì lúc lâm chung, các con chẳng có gì phải luyến tiếc hay hổ thẹn với lương tâm cả. Trước khi từ biệt các con, cha muốn nói thêm rằng hiện nay cha đang sống một cách thoải mái, vui vẻ và an lạc chứ không hề khổ sở. Nguyên Phong dịch

---oooOooo---

Giddy – chóng mặt, choáng váng, lảo đảo

Giggling - cười rút rít

Gimlet - dụng cụ khoan, cái khoan ---oOo---

Giới Học

Thích Chơn Thiện

Giới học là một trong ba học: Giới, Định, Tuệ. Ba học còn được gọi là ba vô lậu học. Gọi là vô lậu học là vì ba học này đưa đến đoạn trừ các lậu hoặc, đưa đến giải thoát mà không phải đưa đến các phước báo sanh thiên.

Ý Nghĩa Của Giới

Thông thường, Giới được hiểu là ngăn ngừa điều quấy, dứt dừng điều ác ("phòng phi chỉ ác"), hoặc ngưng điều ác và làm điều thiện ("chỉ ác, tác thiện").

Trong Bát Chánh đạo, Giới là giới uẩn gồm có chánh ngữ, chánh nghiệp và chánh mạng. Ở đây chỉ sự ngăn ngừa các hành động lỗi lầm của thân và khẩu. Khi các hành động lỗi lầm không được làm thì tránh được nhiều sự tổn hại cho những người khác. Đây đã nói lên ý nghĩa "tác thiện" của giới.

Chữ Giới trong Giới bổn Ba-la-đề-mộc-xoa (Sk: Pratimoksa, Pali: Patimokkha) có nghĩa là Biệt giải thoát hay Xứ xứ giải thoát, Tùy thuận giải thoát. Biệt giải thoát là giải thoát từng phần; giữ giới nhiều thì giải thoát nhiều, giữ giới ít thì giải thoát ít. Tùy thuận giải thoát là giải thoát tùy thuộc vào quả hữu vi hay vô vi của người hành.

Từ điển của Rhys Davids cắt nghĩa Giới (Sila) có gốc từ ngữ căn Sìl. Ngữ căn Sìl có hai nghĩa: Upadharana (luân lý, đạo đức của Phật giáo, cách cư xử, tư cách đạo đức) và Samadhi (Định).

Từ Patimokkha thì có nghĩa là, theo cách phân tích từ ngữ, trói buộc các hành động, giữ gìn, thúc liễm các hành động của thân và khẩu không để cho rơi vào đường ác, sai lầm, tổn hại mình và người. Ví như buộc mồm trâu để ngăn nó ăn lúa mạ.

Giới trong nghĩa của ngày trai giới (Pali: Uposatha, Skt. Upavasatha, Hán dịch là Bố-sa-tha), có nghĩa là tịnh trú, trưởng dưỡng, trưởng tịnh và thiện túc.

Tăng Chi (III - A) định nghĩa ngày trai giới là ngày thực hành hạnh sống của vị A-la-hán (chỉ giữ tám giới).

Trong ba mươi bảy phẩm trợ đạo, Thế Tôn dạy: Giới là nền tảng của bốn Niệm xứ, bốn Chánh cần, bốn Như ý túc, Năm Căn, Năm Lực, Bảy Bồ-đề phần và Tám Thánh đạo phần. Ví như đất là nền tảng, không có nó thì các loài động vật không thể di chuyển, cũng thế, không có Giới thì ba mươi bảy phẩm trợ đạo không thể được tu tập viên mãn.

Qua các định nghĩa trên, Giới giúp cho hành giả đạt được hai mục tiêu: không làm các điều ác (chư ác mạc tác), làm các việc lành (chúng thiện phụng hành).

Mục tiêu thứ ba của Phật giáo là giữ tâm ý thanh tịnh, loại bỏ hết các lậu hoặc (tự tịnh kỳ ý) và cũng là mục tiêu cứu cánh, cần phải nhờ đến việc thực hành định uẩn và tuệ uẩn.

Thời Gian Và Lý Do Thiết Lập Giới

Theo tài liệu sử của Edward J. Thomas trong cuốn "Đời sống của đức Phật" (The Life of Buddha), Giáo hội Ni được thành lập từ năm thứ năm sau ngày Thế Tôn thành Đạo. Do đó, qua năm thứ sáu một số giới luật đã bắt đầu hình thành, và hình thành tương đối rõ là vào năm thứ mười sau ngày thành Đạo. Luật tạng thì ghi mãi đến năm thứ mười ba sau ngày thành Đạo giới luật mới hẳn nhiên được hình thành, do Tôn giả Ưu-ba-ly (Upali) đặc trách. Bấy giờ Giới bổn Ba-la-đề-mộc-xoa (Patimokkha) ra đời.

Vì sao Giới bổn không được thiết lập ngay từ năm đầu của Giáo hội? -- Theo truyền thống, chư Thế Tôn chỉ thiết lập các giới điều, khi nào thấy cần thiết, khi nào đầy đủ nhân duyên. Khi có một hiện tượng vi phạm gây nên một ảnh hưởng không tốt cho sinh hoạt của Tăng chúng thì Thế Tôn mới kiết giới, thành lập thêm một giới điều để ngăn ngừa hiện tượng xấu ấy xảy ra về sau. Giới bổn cũng thế, trong những năm đầu, chư Tỷ-kheo sinh hoạt thanh tịnh trong khuôn khổ của Chánh pháp nên Thế tôn không đề cập đến Giới bổn, mà chỉ trình bày Giới dưới những hình thức đơn giản và tổng quát nhất là hình thức hộ trì các căn, hoặc dưới hình thức chánh ngữ, chánh nghiệp và chánh mạng của Bát Thánh đạo. Mãi đến năm thứ mười ba sau ngày thành Đạo, bấy giờ có nhiều hiện tượng sinh hoạt đi ra ngoài đời sống phạm hạnh, Thế Tôn mới thành lập giới bổn Ba-la-đề-mộc-xoa.

Một hôm, Tôn giả Upali bạch Thế Tôn: "Bạch Thế Tôn, do những mục đích nào các học pháp được thiết lập cho các đệ tử của Như Lai và Giới bổn Patimokkha được tuyên đọc?".

Thế Tôn dạy, do mười mục đích mà các học pháp được thiết lập và Giới bổn Patimokkha được tuyên đọc:

- Để Tăng chúng được cực thịnh,
- Để Tăng chúng được an ổn,
- Để chặn đứng các người cứng đầu,
- Để các thiện Tỷ-kheo được sống an ổn,
- Để chế ngự các lậu hoặc ngay trong hiện tại,
- Để chặn đứng các lậu hoặc trong tương lai,
- Để đem lại tịnh tín cho những người không tin,
- Để làm tịnh tín tăng trưởng cho những người có lòng tin,
- Để diệu pháp được tồn tại,
- Để luật được chấp nhận. (Tăng Chi bộ Kinh 3B, tr. 73).

Qua mười mục đích trên, Giới bổn chỉ giới hạn ở hai phần "chỉ ác" và "tác thiện" trong ba phần - chỉ ác, tác thiện và tự tịnh kỳ ý - mà Phật giáo nhắm đến.

Như thế, Giới qua Nikaya, chỉ gồm vào các giới của tại gia và xuất gia. Đây là nội dung của Nhiếp luật nghi giới hay gọi là Biệt giải thoát giới.

Nội Dung Các Loại Giới

Có nhiều hình thức phân loại Giới. Cách phân loại thứ nhất, giới mang ý nghĩa rộng rãi của "Đại thừa". Ở đây giới có ba loại:

- Loại một gọi là Nhiếp luật nghi giới, gồm có các giới của tại gia và xuất gia: ngũ giới, bát quan trai giới, thập thiện giới và cụ túc giới.

- Loại hai gọi là Nhiếp thiện pháp giới, lấy việc thực hành tất cả việc thiện làm giới.

- Loại ba gọi là Nhiêu ích hữu tình giới, lấy việc làm lợi ích cho tất cả chúng sanh làm giới.

Cách phân loại thứ hai cũng mang ý nghĩa rất rộng rãi của Đại thừa, gồm có:

- Biệt giải thoát giới, đấy là nội dung của Nhiếp luật nghi giới.

- Định cộng giới, là giải thoát do định sinh, lấy định làm giới. Do tu Thiền định mà thâm tâm thanh tịnh, giới thể được cụ túc.

- Đạo cộng giới, là giải thoát do tuệ sinh, lấy tuệ làm giới. Do tu vô lậu nghiệp mà được trí vô lậu, giới thể được viên mãn.

Qua sự phân loại giới trên, nhiếp thiện pháp giới và nhiêu ích hữu tình giới là thuộc Đại thừa giới; biệt giả thoát giới và định cộng giới thì được gọi là hữu lậu giới; đạo cộng giới được gọi là vô lậu giới.

Luận Câu Xá thì gọi biệt giải thoát luật nghi (hay biệt giải thoát giới) là Dục giới triền giới; gọi định sanh luật nghi (hay định cộng giới) là Sắc giới triền giới; và gọi đạo sanh luật nghi (hay đạo cộng giới) là Vô lậu giới.

Trong giới hạn của phần giới được trình bày ở đây, chúng ta không đi vào các chi tiết của giới, cũng không đi vào các giới luật xuất gia, mà chỉ trình bày những nét cơ bản của Giới học.

Tính Chất Và Nền Tảng Của Giới

Cứ theo từng giới cấm một, cũng như toàn thể Giới bổn, đặc biệt là mười giới căn bản chung cho cả tại gia và xuất gia liên hệ đến thân, khẩu và ý, chúng ta có thể tìm ra tính chất của giới và nền tảng trên đó Giới được thiết lập.

Ở đây, đơn cử giới bất sát (không được sát sanh). Căn bản của giới này là không giết người, thứ đến là không giết hại các loài chúng sanh khác. Về phần người giữ giới, khi giữ gìn giới này thì ngăn trừ được sân tâm, nuôi dưỡng được từ tâm, khiến cho tâm được an tịnh, an lạc ngay trong hiện tại; từ đây, người giữ giới không tạo các nghiệp ác để phải chịu thọ quả khổ đau trong tương lai. Về phần các người khác và chúng sanh khác, khi giới bất sát được giữ gìn thì đời sống của họ được thêm phần bảo đảm an toàn, an ổn, khỏi phải gánh chịu các hậu quả do lòng sân hận, ác hại của người khác gây ra trong hiện tại.

Đối với giới "bất dâm", "bất đạo", người giữ giới ngăn được lòng tham và không tạo thêm ác nghiệp gây ra khổ đau trong hiện tại và tương lai; tha nhân và các loài chúng sanh khác thì tránh được các tổn hại và sống an ổn.

Kết quả việc giữ giới như thế tựu trung tính chất của nó là đem lại an vui cho mình và cho người, điều hòa được sinh hoạt của tập thể, tạo nên lòng tin cho kẻ khác. Đem lại lợi ích an lạc và giải thoát cho tự thân người giữ giới, đấy là trí tuệ; đem lại lợi ích an lạc cho tha nhân và các loài khác, đấy là từ bi. Trí tuệ và từ bi là nền tảng trên đó Giới được thiết lập.

Hướng đi của giới là đem lại lợi ích, an lạc cho mình và người, nên giới giúp đỡ người tu tập thấy nhẹ nhàng thân và tâm, an lạc trong từng bước đi. Giới đúng nghĩa của nó, không có ý nghĩa nào trói buộc hay tù túng cả. Ngoài một số hành động, nếu làm, hẳn nhiên phá đổ hạnh thanh tịnh nên tuyệt đối bị cấm chỉ, các sinh hoạt còn lại của người tu tập giải thoát đều được tùy duyên mà châm chước, khai mở. Ngay cả trong các trường hợp bị cấm chỉ, nếu vì

"nghịch duyên" mà bị rơi vào (như là các "các tai nạn" liên hệ giới xảy đến), ngoài sự tác ý của hành giả, thì sẽ không phạm, nếu người bị nạn không khởi lên tham tâm hay sân tâm tùy thuận theo sự kiện đang xảy ra (ví dụ bị cưỡng hiếp, nếu không khởi lên lạc tâm thì không phạm).

Về các giới trọng thì tính chất khai mở của chúng còn có phần hạn chế, nhưng với các giới nhẹ thì tánh chất của chúng rất là cởi mở, linh động, phóng khoáng.

Luật tạng ghi rằng một lần các Phật tử và ngoại đạo chê trách các vị Tỷ-kheo đứng mà tiểu tiện, cho rằng cung cách đó là thô tháo, thiếu lịch nhã. Khi sự việc này được trình lên Thế Tôn, Thế Tôn bèn dạy: "Vậy thì từ nay các Tỷ- kheo, ngồi mà tiểu tiện". Nhưng ở một quốc độ khác, khi chư Tỷ-kheo ngồi tiểu tiện thì lại bị chê rằng các đệ tử của Thế Tôn toàn là nữ giới. Khi sự việc này trình lên Thế Tôn, Thế Tôn lại dạy: "Nếu vậy, thì đứng mà tiểu vậy". Thế có nghĩa là tùy theo quốc độ, tùy theo văn hóa mà thích ứng. Đấy là một trường hợp điển hình nói lên tính chất linh động và cởi mở của Giới.

Như vậy giới trong giáo lý Phật giáo, không mang tính cố chấp, cứng nhắc như là giới điều (dogma), mà mang nghĩa tự nguyện, thiết thực đem lại lợi ích cho mình và người, nhằm nuôi dưỡng và phát triển tín tâm của mình và người.

Giới của Phật giáo một mặt ngăn ngừa các lậu hoặc trong hiện tại và tương lai, một mặt biểu hiện một nếp sống văn minh, lịch nhã, phù hợp với nền văn hóa và văn minh của loài Người.

Vị Trí Của Giới Trong Hệ Thống Giáo Lý Phật Giáo

Trường Bộ Kinh và Trường A-hàm đề cập đến Giới nhiều hơn là các bộ Kinh còn lại. Điển hình là Kinh Phạm Võng (của Nikaya) và Kinh Phạm Động (của Trường A-hàm) xác định rõ vị trí của Giới trong hệ thống giáo lý Phật giáo. Trong hai kinh này, Thế Tôn xác nhận chỉ có các kẻ phàm phu mới ca ngợi, tán thán Như Lai về Giới đức. Lời ca ngợi, tán thán Như Lai như thật chân chánh là ca ngợi, tán thán về Tuệ đức: Như Lai đã chứng tri, giác ngộ và tuyên thuyết các pháp sâu kín, khó thấy, khó chứng, tịch tịnh, mỹ diệu, vượt khỏi tầm luận lý suông, rất tế nhị, chỉ có các bậc trí tuệ mới nhận hiểu.

Qua lời xác nhận ấy của Thế Tôn, ta thấy Giới chỉ mới là bước đi căn bản của Phật giáo. Thực sự nói rõ hơn, Giới chỉ là bước đầu của năm bước đi: Giới, Định, Tuệ, Giải thoát và Giải thoát tri kiến (tri kiến biết rằng đã giải thoát).

Giới là bước đi đầu, nhưng là bước đi nền tảng. Nếu hành giả rơi vào giới cấm thủ (giữ giới sai lạc của ngoại đạo), hỏng từ bước đi đầu này, thì không thể nào thực hiện được bốn bước đi kế tiếp.

Đấy là ý nghĩa của từ ngữ Giới trong Nikaya và A-hàm.

Qua đến Bắc tạng (Đại thừa) thì từ Giới mang ý nghĩa rộng rãi bao la hơn nhiều: Giới bao gồm cả Định và Tuệ. Biệt giải thoát giới (hay Nhiếp luật nghi giới) và Định cộng giới là thuộc Hữu lậu giới, Đạo cộng giới thuộc về Tuệ giải thoát hay Vô lậu giới.

Đại Tạng Bát-nhã thì xếp Giới vào trong một sáu chi phần tu tập của Bồ-tát gọi là "Lục Ba-la-mật". Giới Ba-la-mật thì đã đồng nghĩa với đoạn trừ hết chấp thủ tướng, hay đồng nghĩa với đoạn trừ hết lậu hoặc, đây là Tuệ giải thoát.

Tuy có cái nhìn khác nhau trong sự phân loại và trình bày về Giới học của Nam tạng và Bắc tạng, nhưng nếu chúng ta nhìn kỹ vào nội dung thì thấy rõ không có sự mâu thuẫn thực sự nào cả. Nam tạng thì trình bày giới hạn Giới ở mức độ như đã được trình bày, qua giới hạn đó thì Nam tạng bàn đến phần Định và Tuệ. Sự phân ranh giới hạn này có tính cách hình thức và quy ước hơn là nội dung tâm thức của người hành trì giới. Ở Bắc tạng, thì Định và Tuệ có thể cùng được tu chung với Giới; ở người hành trì Giới, đạt đến giới Ba- la-mật hẳn là đòi hỏi người hành trì Giới phải có đầy đủ Định và Tuệ. Thiếu Định và Tuệ thì hành giả không thể nào đạt được kết quả hành giới mà ly hết thảy các tướng chấp thủ.

Thực sự, cả Nam tạng và Bắc tạng đều xác nhận không thể tách rời riêng rẽ Giới, Định, Tuệ. Nhìn vào tám chi phần trong Bát Thánh đạo thì thấy hiển nhiên điều đó. Giới (hay chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng) không thể gọi là Chánh giới, nếu không có mặt của Tuệ (chánh kiến và chánh tư duy). Thực hiện Giới cũng chính là thực hiện Tuệ, thực hiện Tuệ cũng chính là thực hiện viên mãn Giới.

Hiểu Ý Nghĩa Đúng Đắn Của Giới Và Phạm Giới

Vấn đề phạm giới đưa đến kết quả nặng, nhẹ khác nhau giữa những người tu tập có tâm lý giải thoát khác nhau, dù họ phạm cùng một lỗi. Hậu quả họ đón nhận cũng khác nhau trong hiện tại và tương lai.

Phẩm Hạt Muối (Tăng Chi Bộ Kinh I) ghi sự cắt nghĩa rõ ràng của Thế Tôn về trường hợp này. Một người dân đen đánh trộm một con dê của một nhà giàu, có thế lực có thể bị đánh đập đổ máu ngay tại chỗ và bị tù tội. Nhưng một đại quan của triều đình bắt trộm một con dê của nhà giàu, có thế lực ấy thì không bị đánh đập, cũng không bị tù tội. Ví như một nắm muối thả vào một hồ nước lớn hay con sông lớn thì độ mặn không đáng kể, nhưng nếu để nắm muối ấy vào một ghè nước thì độ mặn lại đáng kể. Cũng thế, cùng phạm một tội, với người tâm tư bủn xỉn, không tu tập Giới, Định, Tuệ thì kết quả có thể đi vào địa ngục; nhưng với người có tu tập Giới, Định, Tuệ, có từ tâm rộng

rãi thì xem như kết quả không có (triệt tiêu).

Kinh Đại Nghiệp Phân Biệt (Trung Bộ Kinh III) trình bày, một người có chánh kiến và chánh tín trước lúc chết có thể sanh Thiên giới dù trong đời sống đã tạo nên mười ác nghiệp; trái lại một người có tà kiến và đầy nghi tâm trước khi chết có thể đi vào địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, dù sanh tiền thường tạo mười thiện nghiệp. Sự có mặt của chánh kiến của phàm phu đã có ảnh hưởng lớn như thế trong việc thác sinh, huống nữa là sự có mặt của Tuệ giác.

Thường về mặt giới tướng, sự phạm tội được buộc tội nếu hội đủ ba điều kiện:

- Sửa soạn để phạm. - Hành động cụ thể về sự vi phạm. - Cố ý.

Trong ba điều kiện để buộc tội ấy, hai điều kiện là thuộc phần tác ý của tâm. Thành thử vấn đề của giới đặt ra một cách rõ ràng là để giúp cho con người giữ gìn tâm thức được trong sạch, thanh tịnh, lương thiện. Phạm giới có nghĩa là xác định tâm thức bị hoen ố. Như thế, vấn đề giữ giới thực ra là vấn đề giữ cho ý thức thanh tịnh, căn bản là theo dõi ý và chế ngự ý. Với ai mà tu giữ ý thức được thanh tịnh, giác tĩnh thì hẳn nhiên người ấy có giới thể được tròn đầy.

Giới dù cho có thiết lập nên nhiều giới điều, căn bản vẫn là có gốc ở ý thức. Giữ niệm được thanh tịnh thì giới thanh tịnh. Có thể phát biểu rằng chỉ có một giới căn bản là ý giới: rời xa các ác pháp, bất thiện pháp, rời xa tham ái, sân hận và chấp thủ.

Giới có công năng rõ ràng, qua phần trình bày ở trên, là đem lại an lạc và hạnh phúc lâu dài cho mình và cho người trong hiện tại và tương lai. Giữ giới là

giữ gìn nguồn an lạc hạnh phúc ấy; phạm giới là gây tổn hại đến nguồn an lạc, hạnh phúc ấy.

Giới, như thế không phải dành riêng cho hàng xuất gia hay chỉ dành riêng cho hàng Phật tử tại gia, cũng không phải chỉ dành riêng cho những người lớn tuổi mà là chung cho tất cả mọi người trong mọi lứa tuổi, cho những ai muốn sống đem lại an lạc, hạnh phúc cho mình và người trong hiện tại và trong cả tương lai.

Nếu hạnh phúc là đối tượng mà nhân loại mãi đi tìm, thì hẳn đúng giới là những gì mà nhân loại cần nắm giữ trên đường đi đến hạnh phúc ấy. Đã đến lúc con người cần loại bỏ hết thảy ngộ nhận về giới của giáo lý Phật giáo để tiến lại gần hơn với giới và nắm giữ giới thân ái như nắm giữ chính hạnh phúc của mình./.

Sáu Giới - Mười Hai Xứ - Mười Tám Giới

Sáu giới là sáu yếu tố làm nên con người và thế giới. Đấy là những yếu tố: đất, nước, gió, lửa, không gian và thức.

Mười hai xứ thì gồm có sáu xứ ở trong: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý căn, và sáu xứ ở ngoài: sắc, thanh, hương, vị, xúc và pháp. Đây là thế giới của tướng trạng.

Mười tám giới là hình thức triển khai của sáu giới, gồm có sáu căn, sáu trần và sáu thức (nhãn thức, nhĩ, tỉ, thiệt, thân và ý thức).

Kinh Giới Phân Biệt (Trung Bộ Kinh III), Kinh Phân Biệt Giới (Trung A- hàm, số 162) và Kinh Phân Biệt Lục Xứ (Trung A-hàn, số 163) trình bày rõ về sáu giới và mười hai xứ.

Thực sự mười hai xứ và mười tám giới được bao hàm trong sáu giới. Thế Tôn đã trình bày sáu giới theo phương pháp phân tích, chỉ rõ sáu giới chính là con người và thế giới. Đây cũng là mười hai xứ và mười tám giới. Con người luôn luôn được nhìn gắn chặt với thế giới. Nói khác đi, con người và thế giới cũng chính là sáu giới, mười hai xứ hay mười tám giới ấy, chúng không phải hai, không khác. Chúng đều có cùng pháp tính Duyên khởi tính. Bằng phương pháp phân tích này, người nghe có thể giác ngộ rằng ngã và pháp đều Vô ngã để rời khỏi chấp thủ tướng, nguyên nhân của sinh tử, khổ đau. Thế Tôn đã dạy

nhìn sáu giới, mười hai xứ hay mười tám giới: không phải là ta, không phải là của ta, không phải là tự ngã của ta, để từ đây sinh tâm từ bỏ, yếm ly.

Những tư duy "tôi là các căn, các trần hay các thức", những ý niệm "tôi là", "tôi đã là", "tôi sẽ là" đều là vọng tưởng rơi vào ngã mạn, không phù hợp với giáo lý giải thoát của Thế Tôn.

Như đã được trình bày ở Duyên khởi và Năm uẩn, chi phần "sáu xứ", chi phần "xúc", chi phần "thức" (hay thức uẩn) tự nó là Duyên sinh, nên Vô ngã. Tại đây, A-hàm và Nikaya đều có một cái nhìn giống nhau. Chúng ta không thể hiểu lầm cho rằng A-hàm, hay Nikaya chủ trương các giới, các xứ là thực hữu hay hằng hữu.

Cái mà giáo lý Phật giáo gọi là thế giới, hay con người, chỉ là sự tổ hợp của các căn, các trần và các thức. Tự thân của căn, trần, thức đã là Duyên sinh, Vô ngã, nên thế giới và con người đều Vô ngã.

Chính giáo lý về sáu giới, mười hai xứ, mười tám giới đặt trọng tâm ở điểm Vô ngã này, mục đích là để soi sáng cho người nghe thấy rõ nhân Vô ngã, pháp Vô ngã để trừ bỏ mọi chấp trước, vọng tưởng.

Thế Tôn đã dạy Kinh Sáu Giới cho một tu sĩ trẻ tuổi là Phất-ca-la-sa-lợi (Pukkusati) tại một chái nhà lá của thợ làm đồ gốm trong một đêm trú mưa để khai ngộ người tu sĩ trẻ tuổi này. Nghe xong, Phất-ca-la-sa-lợi đắc A-na-hàm quả ngay (tại chỗ)./. (Phật Học Khái Luận -- Thích Chơn Thiện) -oOo-

Gist – lý do chính, nguyên nhân chính

Glamour - quyến rũ, mê hoặc

Glandular - tuyến, hạch

Glean – mót, lượm lặt

Glee – hân hoan, vui sướng

Glimmer – ngọn lửa chập chờn

Glimpse – nhìn thoáng qua, lướt qua

Glint – tia sáng, tia lấp lánh

Glisten – ánh sáng lấp lánh

Glitch – guồng máy chạy không đều

Glitzy - giả tạo, phù phiếm

Gloomy - tối tăm, u ám

Gloss - nước sơn bóng

Gluttonous – háo ăn, tham ăn

Gnarled – xương xẩu

Gnomic – bí ẩn thâm sâu

Gnosis – knowledge of spiritual mysteries

Gnostic - ngộ đạo

Gnosticism - (after gnosis, the Greek word for “knowledge” or “insight”) is the name given to a loosely organized religious and philosophical movement that flourished in the first and second centuries CE. The exact origin of this school of thought cannot be traced, although it is possible to locate influences or sources as far back as the second and first centuries BCE, such as the early treatises of the Corpus Hermeticum, the Jewish Apocalyptic writings, and especially Platonic philosophy and the Hebrew Scriptures themselves.

NGỘ ĐẠO LÀ GÌ? - Ngộ đạo (từ Hy Lạp thông dụng có nghĩa là tri thức") là ảo tưởng về một tri thức hoàn hảo, được mạc khải, được chiếm hữu và truyền đạt bởi những người được khai tâm, với tham vọng đưa ra một giải thích toàn triệt về thế giới, về huyền nhiệm của hiện hữu, dựa trên cơ sở nhị nguyện (đối lập giữa thế giới sự thiện và thế giới sự dữ), và qua đó mở ra con đường cứu độ cho tinh thần. Ngộ đạo không chỉ là một phong trào cứu độ bằng tri thức; dưới góc độ lịch sử các tôn giáo, bản chất của ngộ đạo là một quan niệm nhị nguyện bài-vũ trụ (dualime anticosmique): Tri thức và cứu độ tự bản chất là xa lạ với thế giới xấu xa này. Cũng cần lưu ý đặc tính bí mật

của nó, đặc tính này biến Ngộ đạo thành một tôn giáo của những người đã được khai tâm, và nội dung thường là thần thoại.

Gobble - tiếng kêu gà tây

Goiter - bướu cổ

Goof - người ngu ngốc

Gossamer - mỏng nhẹ như tơ

Gossip - chuyện tầm phào, tin đồn nhảm

Gotama - đạo sĩ Cô Đàm (Đức Phật)

Xưa nay, mặt mày Đức Phật được tưởng tượng từ gương mặt của một người đàn ông miền Bắc Ấn Độ, rồi đem in và đắp tượng. Nhưng với cái gọi là "Phật ngọc hòa bình" thì mặt mày tượng Phật này lại rất giống mặt của người đàn bà Úc, chủ nhân của pho tượng!

May thay, Viện Bảo Tàng Hoàng Gia Anh Quốc lưu giữ được bức chân dung của Đức Phật được phác họa bởi đệ tử của ngài là ông Phú Lâu Na (đính kèm). Thực dân Anh đô hộ Ấn Độ, thâu tóm các kho tàng quốc bảo của Ấn Độ, mà bức vẽ chân dung Đức Phật là một tài liệu vô giá, có một không hai trên thế giới được mang về mẫu quốc lưu trữ trong Viện Bảo Tàng. Nhờ vậy, ngày nay chúng ta mới biết mặt thật của Đức Phật từ nét vẽ tuy đơn sơ mà sinh động của ông Phú Lâu Na (Purna), một đệ tử của ngài.

THE BUDDHA

Who is a Buddha? A Buddha is one who has attained bodhi. By bodhi is meant an ideal state of intellectual and ethical perfection which can be attained by man by purely human means. In order to make clear how the Buddha attained bodhi, let me narrate a brief summary of the Buddhas life. About 623 years before the Christian era, there was born in Lumbini Park in the neighbourhood of Kapilavatthu, now known as Padaria in the district of modern Nepal. an Indian Sakyan prince, Siddattha Gotama by name. To mark the spot as the birthplace of the greatest teacher of mankind, and as a token of his reverence for him, the Emperor Asoka in 239 B.C.. erected a pillar bearing the inscription. 'Here was the Enlightened One born'.

Gotama's father was Suddhodana, king of Kapilavatthu. the chief town of the Sakyan clan; and his mother, who died seven days after his birth, was Queen Maya who also belonged to the same clan. Under the care of his maternal aunt, Pajapati Gotami. Siddhattha spent his early years in ease, luxury and culture. At the age of sixteen he was married to his cousin, Yasodhara, the daughter of Suppabuddha, the king of Devadaha, and they had a son named Rahula.

For nearly thirteen years Siddhattha led the life of a luxurious Indian prince, seeing only the beautiful and the pleasant. In his twenty-ninth year, however, the truth gradually dawned upon him, and he realized that all without exception were subject to birth, decay and death and that all worldly pleasures were only a prelude to pain. Comprehending thus the universality of sorrow, he had a strong desire to find the origin of it, and a panacea for this universal sickness of humanity. Accordingly he renounced the world and donned the simple garb of an ascetic.

Wandering as a seeker after peace he placed himself under the spiritual guidance of two renowned brahman teachers, Alara and Uddaka. The former was head of a large number of followers at Vesali and was an adherent of Kapila, the reputed founder of the Sassata system of philosophy, who laid great stress on the belief in atma. the ego. He regarded the disbelief in the existence of a soul as not tending towards religion. Without the belief in an eternal immaterial soul he could not see any way of salvation. Like the wild bird when liberated from its trap, the soul when freed from its material

limitations would attain perfect release; when the ego discerned its immaterial nature it would attain true deliverance. This teaching did not satisfy the

Bodhisatta, and he quitted Alara and placed himself under the tuition of Uddaka.

The latter also expatiated on the question of 'I", but laid greater stress on the effects of kamma and the transmigration of the soul. The Bodhisatta saw the truth in the doctrine of kamma, but he could not believe in the existence of a soul or its transmigration; he therefore quitted Uddaka also and went to the priests officiating in temples to see if he could learn from them the way of escape from suffering and sorrow. However, the unnecessarily cruel sacrifices performed on the altars of the gods were revolting to his gentle nature, and Gotama preached to the priests the futility of atoning for evil deeds by the destruction of life, and the impossibility of practising religion by the neglect of the moral life

Wandering from Vesali in search of a better system Siddattha went to many a distinguished teacher of his day, but nobody was competent to give him what he earnestly sought. All the so-called philosophers were groping in the dark, it was a matter of the blind leading the blind, for they were all enmeshed in ignorance. At last Siddattha came to a settlement of five pupils of Uddaka, headed by Kondanna, in the jungle of Uruvela near Gaya in Magadha. There he saw these five keeping their senses in check, subduing their passions and practising austere penance. He admired their zeal and earnestness, and to give a trial to the means used by them he applied himself to mortification, for it was the belief in those days that no salvation could be gained unless one led a life of strict asceticism, so he subjected himself to all forms of practicable austerities. Adding vigil to vigil, and penance to penance, he made a super-human effort for six long years until eventually his body became shrunken like a withered branch. His blood dried up, the skin shrivelled and the veins protruded, but the more he tortured his body the farther his goal receded from him. His strenuous and unsuccessful endeavours taught him one important lesson, though, and that was the utter futility of self-mortification.

Having this valuable experience he finally decided to follow an independent course avoiding the two extremes of self-indulgence and self-mortification, for the former tends to retard one's spiritual progress and the latter to weaken one's intellect. The new path was the Majjhima Patipada, the Middle Path, which subsequently became one of the salient characteristics of his teaching. Early in the morning on the full moon day of Vesakha. as he was seated in deep meditation under the Bodhi Tree, unaided and unguided by any supernatural agency but solely relying on his own efforts. the consciousness

of true insight possessed him. He saw the mistaken ways that all the various faiths maintained, he discerned the sources whence earthly suffering came and the way that leads to its annihilation. He saw that the cause of suffering lay in a selfish cleaving to life, and that the way of escape from suffering lay in treading the Eightfold Path. With

discernment of these grand truths and their realization in life, the Bodhisattva eradicated all passions and attained enlightenment - he thus became a Buddha.

Having attained Buddhahood, the supreme state of perfection, he devoted the remainder of his precious life to serving humanity, both by example and precept, without any personal motive whatsoever. In order to deliver his first sermon the Buddha started for Benares, which has been famous for centuries as the centre of religious life and thought. On his way he met one of his former acquaintances. Upaka, a Jain monk, who, being struck by his majestic and joyful appearance, asked, 'Who is the teacher under whose guidance you have renounced the world?' The Buddha replied, 'I have no master, I am the Perfect One, the Buddha. I have attained peace. I have attained Nibbana. To found the Kingdom of Righteousness I am going to Benares: there I shall light the lamp of life for the benefit of those who are enshrouded in the darkness of sin and death .'Upaka then asked. 'Do you profess to be the Jina, the conqueror of the world?' The Buddha replied, 'Jinas are those who have conquered self and the passions of self, and those alone are victors who control their passions and abstain from sin. I have conquered self and overcome all sin, therefore I am the Jina.'

At Benares he met Kondanna and his four companions in the Deer Park, now known as Saranath. When these five saw the Buddha coming towards them they addressed him as Gotama, his family name. Then the Buddha said to them, 'Call me not after my personal name, for it is a rude and careless way of addressing one who has become a Buddha. My mind is undisturbed whether people treat me with respect or disrespect, but it is not courteous for others to call one who looks equally with a kind heart upon all living beings, by his familiar name; Buddhas bring salvation to the world and so they ought to be treated with respect.' Then he preached them his first great sermon, the Dhammacakkapavattana Sutta, in which he explained the Four Noble Truths and the Noble Eightfold Path. They received ordination and formed the first nucleus of the holy brotherhood of disciples known as the Sangha.

During his active life the Buddha made many converts, high and low, rich and poor, educated and illiterate, brahmans and chandalas, ascetics and

householders, robbers and cannibals, nobles and peasants, men and women from all classes and conditions became his countless disciples, both ordained and lay. After a supreme ministry of forty-five years the Buddha, in his last preaching tour, came to the town of Kusinara in the eastern part of Nepal, where he passed into Nibbana at the ripe age of eighty. His last words to his disciples were,'All conditioned things are subject to decay; strive with heedfulness'.

The Buddha was, therefore, a human being. As a man he was born, as a man he lived, and as a man his life came to an end. Though a human being he became an extra-ordinary man, acchariya manussa, as he himself says in the Anguttara Nikaya; he does not claim to be an incarnation of Vishnu, as the Hindus believe, nor does he call himself a saviour who saves others by his personal salvation. The Buddha exhorts

his disciples to depend on themselves for their salvation, for both purity and defilement depend on oneself. In the Dhammapada he says, 'You yourselves should make the exertion, the Buddhas are only teachers. The thoughtful who enter the Way are freed from the bondage of sin. He who does not rouse himself when it is time to rise, who, though young and strong is full of sloth, whose will and thoughts are weak, that lazy and idle man will never find the way to enlightenment. Strenuousness is the path of immortality, sloth the path of death. Those who are strenuous do not die; those who are slothful are as if dead already.'

Buddhas point out the path, and it is left to us to follow that path to save ourselves. To depend on others for salvation is negative, but to depend on oneself is positive. In exhorting his disciples to be self-dependent the Buddha says in the Parinibbana Sutta, 'Be ye lamps unto yourselves; be ye refuges to yourselves; hold fast to the Dhamma as a lamp; hold fast to the Dhamma as a refuge; seek not for refuge in anyone except yourselves. Whosoever shall be a lamp unto themselves and a refuge unto themselves, it is they among the seekers after bodhi who shall reach the very top most height.'

Furthermore, the Buddha does not claim the monopoly of Buddhahood which, factually, is not the special prerogative of any specially chosen person. He reached the highest possible state of perfection to which any person could aspire, and he revealed the only straight path that leads thereto. According to the teachings of the Buddha anybody may aspire to that supreme state of perfection if he makes the necessary exertion; thus, instead of disheartening his followers and reserving that exalted state only for himself, the Buddha

gave encouragement and inducement to follow his noble example. (Venerable Sayadaw Ashin U Thittila)

ĐỨC PHẬT

Đức Phật là ai? Phật là người đã đạt đến giác ngộ. Giác ngộ ở đây muốn nói đến trạng thái lý tưởng của sự hoàn thiện cả về tri thức lẫn đạo đức, trạng thái nầy có thể được đạt đến bởi con người và bằng những phương tiện hoàn toàn nhân bản. Để làm sáng tỏ sự kiện Đức Phật đã đạt đến giác ngộ như thế nào, chúng ta hãy quay trở lại cuộc đời của Ngài.

Khoảng 623 năm trước công nguyên, tại vườn Lâm Tỳ Ni (Lumbini) gần kinh thành Ca Tỳ La Vệ (Kapila-vatthu), nơi mà ngày nay được mọi người biết đến như Padaria, một huyện lỵ thuộc Nepal, một vị Hoàng tử dòng Thích Ca (Sakya) Ấn Độ, tên là Sĩ Đạt Đa Cồ Đàm (Siddhattha Gotama) đã ra đời, để đánh dấu địa điểm này như là nơi khai sinh của bậc đại đạo sư nhân loại, Hoàng đế A-Dục (Asoka) năm 239 trước công nguyên đã cho dựng một thạch trụ khắc dòng chữ, "Nơi đây bậc giác ngộ đã đản sanh". Phụ thân của Ngài là Suddhodana (Tịnh Phạn), vua xứ Ca Tỳ La Vệ, thủ phủ chính của dòng tộc Thích Ca; và mẫu hậu, người đã chết sau khi sanh Ngài được 7 ngày, là Mada hoàng hậu, bà cũng thuộc dòng Thích Ca. Dưới sự chăm nom săn sóc và bảo dưỡng của di mẫu Ma Ha Ba Xà Ba Đề (Pajapati Gotami), thái tử Sĩ Đạt Đa đã trải qua thời kỳ thơ ấu

trong an lạc, xa hoa và được giáo dục kỹ lưỡng. Năm mười sáu, Ngài kết hôn với người bà con của mình là công chúa Da Du Đà La (Yasodhara) con gái của vua Thiện Giác (Suppabuddha) vua xứ Devadaha, họ có một hoàng nam tên là Rahula (La Hầu La).

Trong gần 13 năm, thái tử Sĩ Đạt Đa đã thụ hưởng cuộc sống vương giả của một ông hoàng Ấn Độ, chỉ thấy quanh mình những cái đẹp và khả ái. Tuy nhiên, năm 29 tuổi, sự thật đã dần dần hé mở trước mắt, Ngài nhận chân ra rằng tất cả mọi người không ngoại lệ ai đều phải chịu sanh, lão, bệnh, tử, và rằng mọi lạc thú của thế gian chỉ là đầu mối dẫn đến khổ đau. Thấu rõ được nỗi khổ đau chung của nhân loại như vậy, Ngài khởi lên một khát khao muốn tìm cho ra nguồn gốc của nó, cũng như một phương thuốc thần diệu chữa trị cho căn bệnh chung nầy. Thế là Ngài từ bỏ đời sống trần tục để khoác vào mình chiếc y vàng giản dị của một du sĩ khổ hạnh.

Lang thang làm kẻ đi tìm an lạc cho đời, Ngài đã tự hạ mình chịu sự hướng dẫn tâm linh của hai vị thầy Bà la môn tiếng tăm thuở đó là A la lam (Alara) và Uất Đầu Lam Phất (Uddaka). Alara đạo sĩ là người lãnh đạo của một số lớn

tìn đồ tại Vesali (Tỳ Xá Ly), ông là người trung thành với Kapila, người sáng lập lừng danh thời đó về hệ thống triết lý chủ trương thường hằng (Sassata: thường hằng luận), Kapila nhấn mạnh đến niềm tin vào bản ngã hay linh hồn. Ông ta coi việc bất tín đối với sự tồn tại của một linh hồn như là không có khuynh hướng hướng đến tôn giáo. Theo ông, nếu không có niềm tin vào một linh hồn vĩnh cửu và bất tử, người ta sẽ không thể tìm ra phương pháp cứu độ nào cả, tựa như con chim rừng hoang dã khi thoát khỏi cái bẫy lâu nay giam giữ nó, linh hồn con người một khi đã thoát khỏi những giới hạn vật chất của nó chắc chắn sẽ tự tại hoàn toàn, khi cái linh hồn này nhận rõ được bản chất vô hình của mình sẽ vươn đến sự giải thoát chân thực. Đối với Bồ Tát thì những lời như vậy không làm cho Ngài cảm thấy thoả mãn, thế là Ngài từ giã Alara để đến học đạo với Uddhaka (Uất Đầu Lam Phất).

Vị thầy sau nầy cũng chỉ lòng vòng quanh vấn đề cái "Ta", tuy nhiên có nhấn mạnh hơn đến hiệu quả của nghiệp (Kamma) và sự đầu thai của linh hồn. Bồ Tát thấy học thuyết về nghiệp của ông có cái gì đó xác thực, nhưng Ngài lại không tin nổi về sự hiện hữu của một linh hồn cũng như sự đầu thai của linh hồn; vì vậy mà Ngài lại giã từ Uddaka và đi đến các vị giáo sĩ Bà La Môn đang chủ toạ các nghi lễ cúng tế nơi các đền thờ để xem ở đó Ngài có thể học được chút gì liên quan đến phương pháp giải thoát khỏi khổ đau và sầu muộn không. Tuy nhiên, trước những lễ hiến tế tàn ác và vô ích mà họ đang thực hiện trên các bàn thờ thần linh khiến cho bản chất từ hoà của Ngài phải kinh tởm, và tại đây Ngài đã giảng giải cho các vị giáo sĩ đó nghe về sự vô bổ và phi lý của việc chuộc tội bằng cách huỷ diệt cuộc sống của chúng sanh khác, và việc thực hành lễ nghi tôn giáo bằng cách xem thường cuộc sống đạo đức là điều không thể chấp nhận được.

Từ Vesali Ngài lại lên đường lang thang đi tìm một hệ thống tốt đẹp hơn; Sĩ Đạt Đa đã đi đến rất nhiều bậc thầy nổi danh thời đó, nhưng không một ai có đủ trình độ để thoả mãn cho những gì Ngài đang nhiệt tâm tìm kiếm. Tất cả những vị gọi là triết gia hay

luận sư thuở đó đều là những người đang mò mẫm trong đêm tối, họ chẳng khác nào người mù dẫn dắt kẻ đui, vì chính họ cũng còn bị màn vô minh che phủ. Cuối cùng Ngài đi đến nơi cư ngụ của năm người học trò của đạo sĩ Uddaka do Kiều Trần Như (Kondanna) dẫn đầu, trong khu rừng già Uruvela (Ưu Lâu Tân Loa) gần Gaya (Già Da) thuộc xứ Ma Kiệt Đà (Magadha). Tại đó, Ngài chứng kiến năm vị này đang hành pháp chế ngự các giác quan của mình để mong làm suy giảm đi những dục vọng, và họ cũng đang hành pháp sám hối bằng lối tu khổ hạnh. Bồ Tát rất khâm phục sự nhiệt tâm và nỗ lực nghiêm khắc của họ, Ngài cũng đã thử nghiệm theo các pháp khổ hạnh mà họ đang rèn luyện này, bởi vì vào thời ấy người ta tin rằng trừ

khi con người sống đời khổ hạnh nghiêm khắc, bằng không họ sẽ không thể đạt đến sự giải thoát được. Do vậy, Ngài đã tự buộc mình vào các hình thức khổ hạnh nào mà Ngài có thể thực hành được. Gia tăng hết hình thức cầu nguyện này đến hình thức cầu nguyện khác, Ngài đã thực hiện một nỗ lực phi thường trong suốt 6 năm trường đẳng đẵng, cho đến khi thân hình của Ngài cuối cùng phải teo rút lại tựa như một cành cây héo úa, máu Ngài khô cạn, da nhăn nhúm và gân xanh lộ hẳn ra ngoài, nhưng càng tự hành xác bao nhiêu thì Ngài càng xa dần mục tiêu bấy nhiêu. Tuy vậy, những cố gắng và nỗ lực dù không thành công này cũng đã dạy cho Ngài một bài học quan trọng, đó là tự hành xác khổ hạnh là việc làm hoàn toàn vô bổ, không đưa đến giải thoát. Có được kinh nghiệm quý giá này, cuối cùng Ngài quyết định đi theo con đường riêng của mình, tránh xa hai cực đoan là khổ hạnh và lợi dưỡng, vì lợi dưỡng có khuynh hướng ngăn trở những tiến bộ tâm linh của con người, trong khi khổ hạnh ép xác sẽ làm suy giảm trí tuệ. Con đường mới là trung đạo (Majjhima patipada), tức là con đường trung dung giữa khổ hạnh và lợi dưỡng, chính pháp hành trung đạo này sau đó đã trở thành một trong những nét đặc thù của Phật giáo.

Sáng sớm ngày trăng tròn tháng Vesakha (tức rằm tháng tư âm lịch), khi Ngài đang ngồi lắng sâu trong thiền định, dưới gốc cây bồ đề, không do một quyền lực siêu nhiên nào trợ giúp và hướng dẫn, mà hoàn toàn nhờ vào những nỗ lực của tự thân, ý thức về tuệ giác chân thực đã chiếm hữu Ngài. Bồ Tát nhận ra các phương pháp sai lầm mà tất cả các tín ngưỡng khác chủ trương, Ngài cũng tuệ tri được cội nguồn từ đây khổ đau của thế gian sanh khởi và con đường dẫn đến sự diệt tận khổ đau này. Ngài thấy ra nguyên nhân của khổ (khổ tập) nằm trong sự chấp giữ ích kỷ vào cuộc sống, và rằng con đường thoát khỏi khổ nằm trong việc thực hành Bát Chánh Đạo. Với sự thấu triệt những sự thật vĩ đại này cũng như sự chứng ngộ chân lý trong cuộc đời, Bồ Tát đã tẩy trừ hết mọi tham dục và đạt đến giác ngộ giải thoát - như vậy Ngài đã trở thành một vị Phật.

Sau khi chứng đạt Phật quả, trạng thái viên mãn tối thượng, Ngài đã hiến trọn phần đời quý giá còn lại của mình để phục vụ nhân sanh, cả bằng thân giáo lẫn ngôn giáo, không vì bất cứ động cơ cá nhân nào. Để tuyên thuyết bài pháp đầu tiên của mình, Đức Phật đã khởi hành đi Ba La Nại (Benares) nơi đây đã từng nổi tiếng trong nhiều thế kỷ là trung tâm của cuộc sống và lý tưởng tôn giáo. Trên đường đi Ngài đã gặp một trong những người bạn quen của mình là Upaka, một tu sĩ theo đạo Loã Thể (Jain), bị choáng

váng trước vẻ uy nghi rạng rỡ và đầy hân hoan của Đức Phật, Upaka đã cất tiếng chào hỏi:

"Ồ! Ai là bậc đạo sư và dưới sự hướng dẫn tâm linh của vị nào mà bạn đã từ bỏ thế gian (xuất gia) này vậy?". Đức Phật trả lời:

"Ta không có thầy, ta là Bậc Toàn Giác, là Phật; Ta đã đạt đến an lạc, đã chứng ngộ Niết Bàn. Để thành lập Vương Quốc của Chân Lý, ta sẽ đến Benares, ở đó, ta sẽ thắp sáng ngọn đèn chân lý vì lợi ích cho những ai đang bị phủ kín trong bóng tối của sự chết và tội lỗi". Lúc đó Upaka hỏi lại:

"Thế ra bạn tự nhận mình là Jina, bậc chinh phục thế gian sao?".

Đức Phật trả lời:

"Jina là người đã chiến thắng tự ngã và những dục vọng của tự ngã và là những người đã tự mình chiến thắng, đã kiểm soát được những dục vọng của mình và tránh xa tội lỗi. Ta đã chiến thắng được tự ngã và vượt qua mọi tội lỗi. Vì thế, ta là Jina".

Tại Benares, Đức Phật gặp Kondanna (Kiều Trần Như) và bốn người bạn đồng tu của ông ta trong vườn Lộc Giả. Nơi đây, bây giờ gọi là Saranath. Khi năm anh em Kiều Trần Như nhìn thấy Đức Phật đang tiến về phía họ, họ đã chào Ngài bằng tên Cồ Đàm, tức tên tộc của Ngài. Nhân đó Đức Phật nói với họ: "Đừng gọi ta bằng tên riêng như vậy, vì đó là cách chào hỏi thô lỗ và khiếm nhã đối với một người đã thành Phật. Tâm ta giờ đây không còn xao động, cho dù người ta có đối xử với ta bằng lòng kính trọng hay bất kính cũng vậy, thế nhưng xưng hô với một người có cái nhìn bình đẳng và lòng từ bi đối với tất cả chúng sanh bằng tên tộc của họ thì không tao nhã chút nào; chư Phật ra đời là để đem lại sự giải thoát cho thế gian, vì vậy họ cần phải được đối xử với lòng kính trọng". Sau đó Ngài thuyết cho họ nghe bài pháp vĩ đại đầu tiên của mình, kinh Chuyển Pháp Luân (Dhammacakkapavattana sutta), trong đó Ngài giải thích Bốn Sự Thực Cao Thượng (Tứ Diệu Đế) và Bát Chánh Đạo. Cả năm người đều xuất gia Tỳ Khưu và tạo thành nhân tố đầu tiên của các bậc Thánh đệ tử gọi là Tăng đoàn (Sangha).

Trong suốt cuộc đời hoạt động tích cực của mình, Đức Phật đã thực hiện nhiều cuộc cảm hoá từ bậc thượng lưu đến người hạ tiện, từ người giàu sang đến kẻ nghèo hèn, từ người có học đến người thất học, từ các hàng giáo sĩ Bà La Môn đến giai cấp Thủ Đà La, du sĩ ngoại đạo và các gia chủ, kẻ cướp sát nhân và những cô gái giang hồ, từ hàng vua chúa đến dân giả, nam cũng như nữ thuộc

mọi giai cấp và điều kiện xã hội đều trở thành đệ tử hoặc xuất gia hoặc tại gia của Ngài. Sau một sứ mạng tối thượng của 45 năm hoằng hoá, đức Phật trong chuyến du hành thuyết giảng cuối cùng của mình, đã đến Kusinara, một tỉnh nhỏ nằm ở miền đông xứ Nepal, nơi đây Ngài nhập vô dư Niết Bàn ở tuổi 80; những lời cuối cùng Ngài ban bố cho hàng đệ tử của mình là:

"Các pháp hữu vi đều phải chịu hoại diệt; hãy chuyên cần chánh niệm".

Như vậy, Đức Phật là một con người, Ngài sanh ra như một con người, Ngài sống như một con người, và như một con người, cuộc đời của Ngài cũng phải chấm dứt. Tuy nhiên, từ một phàm nhân Ngài đã trở thành một con người phi thường (Acchariya manussa), như chính Ngài đã tuyên bố trong Anguttara Nikaya (Tăng Chi Kinh); Ngài không nhận mình là hoá thân của Vishnu (một vị thần sáng tạo theo tín ngưỡng Ấn giáo) như những người Hindus tin tưởng, Ngài cũng không tự gọi mình là đấng cứu thế, cứu chuộc cho kẻ khác bằng sự giải thoát cá nhân của mình. Đức Phật khích lệ hàng đệ tử hãy nương tựa nơi chính họ để giải thoát, vì thanh tịnh hay ô nhiễm đều do chính họ tạo. Trong Pháp Cú kinh Đức Phật dạy: "Các ngươi hãy nỗ lực tự mình phấn đấu, chư Phật chỉ là bậc Đạo Sư. Người chánh niệm bước vào đạo lộ (Bát Chánh Đạo), giải thoát khỏi mọi trói buộc của tội lỗi". Hoặc "Người khi đáng nỗ lực lại không tự mình nỗ lực, người khi đang còn thiếu niên, cường tráng đã dễ duôi lười biếng, ý chí nhu nhược, con người biếng nhác chay lười đó sẽ chẳng bao giờ thấy được con đường giác ngộ", hay "Tinh cần là đường bất tử, giãi đãi là đường chết. Người tinh cần không chết, kẻ giãi đãi (dù sống) cũng như đã chết".

Chư Phật khám phá ra con đường (giải thoát) và để nó lại cho chúng ta đi theo nếu muốn tự cứu mình; nương tựa vào tha lực để cứu chuộc là thái độ thụ động tiêu cực, nhưng nương tựa tự thân là hành động mang tính tích cực. Để khích lệ hàng đệ tử hãy nương tựa chính mình, Đức Phật đã dạy trong kinh Niết Bàn là "Hãy tự mình làm ngọn đèn, làm nơi nương tựa cho chính mình; giữ vững chánh pháp (Dhamma) làm ngọn đèn; giữ vững chánh pháp làm nơi nương tựa; chớ tìm nơi nương tựa nơi ai khác ngoại trừ chính mình. Bất cứ ai tự mình làm nơi nương tựa và là ngọn đèn cho chính mình, chính người đó trong số những người tầm cầu giác ngộ - chắc chắn sẽ đạt đến đỉnh cao chót vót (giải thoát)".

Hơn nữa, Đức Phật không nhận độc quyền đối với Phật quả, mà thực ra, quả vị Phật này cũng không phải là đặc quyền dành riêng cho một con người đã được đặc chọn nào cả. Đức Phật đã đạt đến trạng thái hoàn thiện viên mãn, và

trạng thái nầy bất cứ ai cũng có thể trông đợi, Đức Phật đã khai mở cho mọi người biết con đường thẳng duy nhất đó, để những ai mong cầu giải thoát cứ việc bước theo. Theo lời dạy của Đức Phật, ai cũng có thể đạt đến trạng thái tối thượng đó nếu nỗ lực cần thiết. Như vậy, thay vì làm nản lòng những người theo mình và giữ độc quyền trạng thái tối tôn đó cho riêng mình, Đức Phật đã khích lệ và thúc đẩy mọi người theo tấm gương cao quý của Ngài. (Tỳ kheo Pháp Thông dịch) -ooOoo- Gouge – rãnh, máng

Granary – kho thóc

Grappling - giữ bằng móc, néo (Grapple – túm lấy, níu lấy)

Grasp – tóm lấy, níu lấy, nắm giữ

Gravitate - hướng về, đổ về

Gregarious - sống thành đàn, thành bầy, cộng đồng

Great calamity - đại nạn

Great cause - đại nghiã

Greaves – xà cạp, phần giáp che ống chân

Greed – tham lam; Greed, Anger, Stupidity = Tham, Sân, Si

Gridhakuta – núi Linh Thứu

- Gridhakuta is a hill located at Rajgir, Bihar where Buddha carried out many dialogues with his disciples after he achieved enlightenment. It is the place where Buddha started his second helm of commandment and preached many inspiring teachings and sermons to his disciples. Gridhakuta hill is also known as Vulture's Peak. It was at Gridhakuta hill that Buddha gave his two significant sutras the Lotus Sutra and the Prajnaparamita.

He spent three months during the rainy season in retreat at the Gridhakuta hill, meditating and sermonising some of his most important discourses.

Núi Linh Thứu Ấn Độ - Đức Phật du hóa khắp Ấn Độ, Ngài thường ra vào thành Vương Xá, tọa lạc trong núi Linh Thứu. Núi Linh Thứu còn gọi là núi Kỳ Xà Quật, đỉnh núi dài phía đông tây, hẹp ở nam bắc. Vườn rừng trong núi thanh tịnh, là nơi huân tập phúc đức trí tuệ, cũng là trụ xứ của chư Phật Thánh tăng từ xưa nay. Đức Phật an trụ nơi đây cùng với một muôn hai nghìn chúng đại Tỳ kheo, tuyên thuyết diệu nghĩa Phật pháp.

Các kinh Đại thừa như "Đại Bát Nhã Ba-la-mật-đa", "Kinh Diệu Pháp Liên Hoa", "Kinh Vô Lượng Nghĩa", "Kinh Phật Thuyết Pháp Hoa Tam Muội" v.v... , đều do đức Phật tuyên thuyết trên núi. Cho nên Phật môn có câu "Linh Sơn hội thượng Phật Bồ tát", "Linh Sơn Thắng Hội", chính là tán dương pháp diên của chư Phật, chư Bồ tát thường còn, ý vị sâu xa.

Để gần gũi tu học giáo pháp của đức Phật, vua Tần Bà Sa La đã đặc biệt xây một con đường tầng cấp lên thẳng đến vườn rừng trên đỉnh núi. Cách đỉnh núi, có nhiều hang đá nhỏ, là nơi tu hành của các vị tỳ kheo. Họ dùng gạch để xây tịnh xá dựa theo vách núi, phía đông tịnh xá có tảng đá dài, là nơi Đức Phật đi kinh hành. Kế bên tịnh xá, có một khối đá rất lớn, khối đá đó lúc trước chính Đề Bà Đạt Đa đã xô xuống hại đức Phật. Dưới vực thẳm phía nam có một ngọn tháp nhỏ, là nơi đức Phật đã từng ở để giảng kinh Pháp Hoa.

---ooOOoo---

Grievous – đau buồn

Griffin – fabulous creature with eagle head = quái vật sư tử đầu chim

Grim – tàn nhẫn, nhẫn tâm

Grip - nắm giữ, bám chặt

Grist - mạch nha làm rượu bia

Gritter - sạn

Growl - tiếng gầm, tiếng lẩm bẩm

Grope – mò mẩm, dò dẩm

Grotesque - lố bịch, kỳ cục

Grudging – ghen tức, hằn học (Grudge - mối ác cảm, mối hận thù)

Gruesome - khủng khiếp, kinh khủng

Gruffly – thô lỗ, cộc cằn

Grumble – càu nhàu, cằn nhằn

Grumpily - gắt gỏng, cục cằn

Grunt - tiếng càu nhàu, lẩm bẩm

Guise – appearance, aspect = chiêu bài

Gulled - bị lừa (Gullible - dễ bị lừa)

Gunabhadra (394–468) - A monk of central India and a translator of Buddhist scriptures into Chinese. He was born to a Brahman family, but converted to Buddhism. He first studied the Hinayana teachings and later studied the Mahayana. In 435 he went to China by sea, where he devoted himself to teaching and translating Buddhist scriptures. He translated a total of 52 scriptures in 134 volumes, including the Miscellaneous Agama Sutra, the Shrimala Sutra, and the Buddha Infinite Life Sutra.

Ngài Cầu Na Bạt Đà La (Gunabhadra)

Cầu Na Bạt Đà La (dịch là Công Đức Hiền) người trung Thiên Trúc. Lúc về già do tu học Đại Thừa nên được hiển danh, khiến người người đều xưng gọi là Ma Ha Diễn. Ngài vốn thuộc dòng Bà La Môn. Đối với thiên văn, ngôn ngữ, toán thuật, y học, chú thuật, v.v... các loại học vấn đều uyên bác tinh tường. Lần nọ, xem duyệt tường tận quyển 'A Tỳ Đàm Tạp Tâm Luận', Ngài bèn khâm phục yếu chỉ đại đạo, nên bắt đầu nghiên cứu Phật pháp. Tuy nhiên, vì gia đình tin theo ngoại đạo, nên cấm chỉ việc học Phật pháp. Vì tranh luận với người nhà không được, nên Ngài đành phải bỏ nhà ra đi khắp nơi, để tham tầm minh sư học Phật pháp. Sau này, Ngài xuống tóc xuất gia, chuyên tâm quyết chí nghiên cứu tu học Phật pháp. Lúc thọ giới cụ túc vào năm hai mươi tuổi, Ngài đã thông suốt ba tạng kinh, luật, luận. Khi đối xử với người, Ngài luôn có tâm từ bi nhu hòa, kính cẩn. Đối với thầy bổn sư, Ngài thường tự khởi tâm chân thành hầu hạ. Chẳng bao lâu, Ngài từ biệt thầy bổn sư dạy pháp Tiểu Thừa, và tiếp tục học tập giáo pháp Đại Thừa.

Lần nọ, thầy bổn sư bảo Ngài vào rương chứa kinh để mang kinh điển ra. Ngài bèn đến lấy ra kinh 'Đại Phẩm Hoa Nghiêm', rồi đem đến cho vị thầy. Thầy bổn sư bảo:

- Con cùng pháp Đại Thừa thật có duyên thâm sâu!

Nói xong, bèn khuyến khích Ngài duyệt xem bộ kinh đó. Tụng thuộc xong, Ngài bèn tuyên giảng bộ kinh này, mà không ai có thể chất vấn được.

Thọ giới Bồ Tát xong, Ngài trở về nhà khuyên nhủ cha mẹ quy y Phật pháp:

- Cha mẹ cứ khăng khăng giữ theo ngoại đạo thì Thầy sẽ không trở về nữa, vì chẳng làm được lợi ích gì. Ngược lại, cha mẹ nếu quy y Tam Bảo thì Thầy sẽ thường thường trở về nhà.

Nghe lời này, cha mẹ của Ngài cảm động, mà chấp thuận bỏ tín ngưỡng ngoại đạo để quy y Tam Bảo.

Năm 435, Ngài đến Quảng Châu. Được sớ do thứ sử Xa Lãng dâng trình, Tống Văn Đế bèn cho sứ giả đến nghinh đón Ngài tới Kiến Khang (tức Nam Kinh). Ngài vừa đến kinh sư, Tống Văn Đế lập tức bảo các danh tăng đương thời như Huệ Quán, Huệ Nghiêm, v.v... tới lui vấn đáp, cùng truyền đạt lời vấn an của ông ta. Thấy tinh thần thanh thoát của Ngài, Huệ Quán và Huệ Nghiêm đều chân thành kính ngưỡng, đến dưới tòa học hỏi. Đến kinh sư, Ngài trú tại chùa Đề Hoàn, rồi bắt tay ngay vào việc hoằng dương Phật pháp, khiến Tống Văn Đế lại càng khâm phục. Đương thời, lãnh tụ văn học là Nhan Duyên Chi, một danh sĩ tài ba, cũng tự thân đến lễ bái Ngài. Tin này vừa lan truyền, thì các danh sĩ ở kinh sư đồng tới tham bái Ngài tấp nập. Đại tướng quân ở Bành Thành là Vương Lưu Nghĩa Khang, và thừa tướng Nam Tiếu Vương Lưu Nghĩa Tuyên đồng tôn Ngài làm bậc thầy. Chẳng bao lâu, tăng chúng thỉnh cầu Ngài phiên dịch kinh điển. Vì vậy, Ngài vân tập các danh tăng bác học dịch kinh Tạp A Hàm tại chùa Đề Hoàn, và kinh Pháp Cổ tại chùa Đông An, cùng kinh Thắng Man Lăng Già tại quận Đan Dương. Ngài vân tập hơn bảy trăm người phụ trợ trong công tác phiên dịch. Bảo Vân chuyên dịch; Huệ Quán chấp bút. Văn nghĩa kinh dịch đều thâm sâu nhưng rất lưu loát, hiểu rõ tông chỉ...

Từ nhỏ đến cuối đời Ngài đều trường chay. Tay thường cầm theo bình hương. Mỗi lần dùng trai xong, bèn lấy thức ăn dư thừa phân phát cho chim chóc. Chim chóc cũng thường đậu trên tay của Ngài, không có chút gì là sợ hãi.

Vào tháng giêng năm 468, cảm thấy thân thể bất an, nên Ngài bèn cáo từ Tống Minh Đế và chư đại quan công khanh. Ngài lâm chung, Ngài đứng ngắm nhìn thánh tượng thiên hoa. Gần đến giờ ngọ thì thị tịch, thọ bảy mươi lăm tuổi. (Thích Hằng Đạt)

Guru – a spiritual teacher or mentor = nhà sư Tây Tạng Guru is a person who can really show your true nature of your mind and who knows the perfect remedies for your psychological prob- lems. Someone who doesn't know his own mind can never know others' minds and therefore can not be a guru (Lama Yeshe).

Guru được định nghĩa như người cực kỳ giỏi về một chuyên ngành nhất định, người xuất chúng, người có địa vị tối cao. Nhưng không phải là tất cả, nếu giỏi nhiều lĩnh vực quá thì lúc này không còn gọi là guru nữa.

Guru in Buddhism

In the Theravada Buddhist tradition, the teacher is a valued and honoured mentor worthy of great respect and is a source of inspiration on the path to Enlightenment, however the teacher is not generally considered to be a guru but rather a spiritual

friend or Kalyana-mittata.

In the Tibetan tradition, the guru is seen as the Buddha, the very root of spiritual realization and the basis of the path. Without the teacher, it is asserted, there can be no experience or insight. In Tibetan texts, great emphasis is placed upon praising the virtues of the guru. Blessed by the guru, whom the disciple regards as a Bodhisattva, or the embodiment of Buddha, the disciple can continue on the way to experiencing the true nature of reality. The disciple shows great appreciation and devotion for the guru, whose blessing is the last of the four foundations of Vajrayana Buddhism.

The Dalai Lama, speaking of the importance of the guru, said: "Rely on the teachings to evaluate a guru: Do not have blind faith, but also no blind criticism. "He also observed that the term 'living Buddha' is a translation of the Chinese words huo fuo. In Tibetan, he said, the operative word is lama which means 'guru'. A guru is someone who is not necessarily a Buddha, but is heavy with knowledge.

Tantric teachings include the practice of guru yoga, visualizing the guru and making offerings praising the guru. The guru is known as the vajraguru (literally "diamond guru"). Initiations or ritual empowerments are necessary before the student is permitted to practise a particular tantra. The guru does not perform initiation as an individual, but as the person's own Buddha-nature reflected in the personality of the guru. The disciple is asked to make samaya or vows and commitments which preserve the spiritual link to the guru, and is told that to break this link is a serious downfall.

Guru

Guru là một từ tiếng Phạn có nghĩa là bậc thầy, người thầy, người hướng dẫn một kiến thức nào đó. Trong truyền thống toàn Ấn Độ, guru là một ai đó hơn một "thầy giáo, theo truyền thống là nhân vật tôn kính đối với học sinh, guru phục vụ như là một "nhân viên tư vấn, người đã giúp mang lại các giá trị mẫu mực, chia sẻ kiến thức kinh nghiệm và kiến thức chữ nghĩa, một mẫu mực trong cuộc sống, một nguồn cảm hứng và là người giúp thay đổi tâm linh của một học sinh". Thuật ngữ này cũng đề cập đến một người chủ yếu là hướng dẫn tinh thần cho một người khác, giúp người khác khám phá những tiềm năng tương tự mà guru đã nhận ra. Từ này được dùng rất nhiều trong văn hóa Ấn Độ. Từ này sau đó du nhập vào Anh ngữ, dùng để chỉ những người được người khác nhận làm thầy, người dẫn dắt. Guru cũng có thể để chỉ người có trình độ cao, am hiểu một vấn đề cụ thể. Các tài liệu tham khảo cũ nhất đến khái niệm về guru được thấy trong các kinh Vệ Đà sớm nhất của Ấn Độ giáo. Guru, và gurukul - một trường học thiết lập bởi các đạo sư, là một truyền thống được thiết lập tại Ấn Độ vào thiên niên kỷ 1 trước Công nguyên, và giúp soạn và truyền bá các kinh Vệ Đà khác nhau, các Upanishad, các văn bản của các trường phái triết học Hindu khác nhau, và các Shastra hậu Vệ Đà từ kiến thức tâm linh đến nghệ thuật khác nhau. Đến khoảng giữa thiên niên kỷ 1 Công nguyên, bằng chứng khảo cổ học và đá khắc đã cho thấy rằng đã có nhiều tổ chức lớn hơn đã từng tồn tại ở Ấn Độ, một số nằm gần các ngôi đền Hindu, nơi truyền thống guru-shishya đã giúp bảo tồn, tạo ra và truyền tải các lĩnh vực

kiến thức khác nhau. Các guru đã dẫn dắt phạm vi rộng lớn các nghiên cứu bao gồm cả kinh điển Ấn Độ giáo, kinh sách Phật giáo, ngữ pháp, triết học, võ thuật, âm nhạc và hội họa...

---ooOOoo---

Gustatory – relating or associated with eating

Gymnosophist – naked philosopher in India - The gymnosophists that the Greeks encountered in 3rd Century B.C. at town of Taxila in Ancient India, which was an ancient center of Vedic and Buddhist learning, were probably an old sect of Hindu Naga sadhus. The naked saints, whom Alexander met, have often been mistaken as Jain Digambara, who preach of non-violence. The Naga sadhus (Naked Saints), are often called Indian gymnosophists. They are mostly worshipers of Shiva and carry Trishula, swords and even other weapons. They were known for taking arms for defending faith. They have the right to lead the procession at Kumbh Melas.

Đạo sĩ giáo phái khỏa thân mà người Hy Lạp gặp vào thế kỷ thứ 3 TCN ở Taxila thời cổ đại Ấn Độ tại trung tâm học Vệ Đà và Phật học. Những vị nầy Đại Đế Alexander đã gặp, thường nhầm lẫn với những người Kỳ na giáo, ho giảng dạy về bất báo động. Những vị "Thánh khỏa thân" thường được gọi là "gymnosophist", trú ẩn nơi hang động trong dẫy Hy-mã-lập-sơn.

Họ thờ thần Shiva, mang Trishula (cây lao ba chĩa), kiếm và các khí giới khác để bảo vệ niềm tin của mình. Ngoài ra họ còn được quyền lãnh hội ngày lễ "tắm rửa" của đạo Hindu trên bờ sông Hằng ở Haridwar...

Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật

H

Hackle – lông cổ gà trống

Haggard - hốc hác, phờ phạc

Haggle - mặc cả, tranh cãi

Hagiography - tiểu sử các vị thánh

Halcyon – a bird identified with the kingfisher to nest at sea about the winter solstice and to calm the waves during incubation – chim vạn chài

Halo – aureola = vòng hào quang Also called nimbus. a geometric shape, usually in the form of a disk, circle, ring, or rayed structure, traditionally representing a radiant light around or above the head of a divine or sacred personage, an ancient or medieval monarch, etc.

Hallucination - ảo giác, ảo tưởng (Hallucinate - gợi ảo giác)

Haphazard - bừa bải, lung tung

Hapless – unlucky = rủi ro, không may

Happiness - The Buddha's Path to Happiness-By Barbara O'Brien

The Buddha taught that happiness is one of the Seven Factors of Enlightenment. But what is happiness? Dictionaries say happiness is a range of emotions, from contentment to joy. We might think of happiness as an ephemeral thing that floats in and out of our lives, or as our life's essential goal, or as just the opposite of "sadness."

One word for "happiness" from the early Pali texts is piti, which is a deep tranquility or rapture. In order to understand the Buddha's teachings on happiness, it's important to understand piti.

True Happiness Is a State of Mind

As the Buddha explained these things, physical and emotional feelings (vedana) correspond or attach to an object. For example, the sensation of hearing is created when a sense organ (ear) comes in contact with a sense object (sound). Similarly, ordinary happiness is a feeling that has an object— for example, a happy event, winning a prize or wearing pretty new shoes.

The problem with ordinary happiness is that it never lasts because the objects of happiness don't last. A happy event is soon followed by a sad one, and shoes wear out. Unfortunately, most of us go through life looking for things to "make us happy." But our happy "fix" is never permanent, so we keep looking.

The happiness that is a factor of enlightenment is not dependent on objects but is a state of mind cultivated through mental discipline. Because it is not dependent on an impermanent object, it does not come and go. A person who has cultivated piti still feels the effects of transitory emotions—happiness or sadness—but appreciates their impermanence and essential unreality. He or she is not perpetually grasping for wanted things while avoiding unwanted things.

Happiness First

Most of us are drawn to the dharma because we want to do away with whatever we think is making us unhappy. We might think that if we realize enlightenment, then we will be happy all the time.

But the Buddha said that's not exactly how it works. We don't realize enlightenment to find happiness. Instead, he taught his disciples to cultivate the mental state of happiness in order to realize enlightenment.

The Theravadin teacher Piyadassi Thera (1914-1998) said that piti is "a mental property (cetasika) and is a quality which suffuses both the body and mind." He continued,

"The man lacking in this quality cannot proceed along the path to enlightenment. There will arise in him a sullen indifference to the dhamma, an aversion to the practice of meditation, and morbid manifestations. It is, therefore, very necessary that a man striving to attain enlightenment and final

deliverance from the fetters of samsara, that repeated wandering, should endeavor to cultivate the all-important factor of happiness."

How to Cultivate Happiness

In the book The Art of Happiness, His Holiness the Dalai Lama said, "So, actually the practice of Dharma is a constant battle within, replacing previous negative conditioning or habituation with new positive conditioning."

This is the most basic means of cultivating piti. Sorry; no quick fixes or three simple steps to lasting bliss.

Mental discipline and cultivating wholesome mental states are central to Buddhist practice. This usually is centered in a daily meditation or chanting practice and eventually expands to take in the whole Eightfold Path.

It's common for people to think that meditation is the only essential part of Buddhism and the rest is just frill. But in truth, Buddhism is a complex of practices that work together and support each other. A daily meditation practice by itself can be very beneficial, but it's a bit like a windmill with several missing blades—it doesn't work nearly as well as one with all of its parts.

Don't Be an Object

We've said that deep happiness has no object. So, don't make yourself an object. As long as you are seeking happiness for yourself, you will fail to find anything but temporary happiness.

The Rev. Dr. Nobuo Haneda, a Jodo Shinshu priest and teacher, said that "If you can forget your individual happiness, that's the happiness defined in Buddhism. If the issue of your happiness ceases to be an issue, that's the happiness defined in Buddhism."

This brings us back to the wholehearted practice of Buddhism. Zen master Eihei Dogen said, "To study the Buddha Way is to study the self; to study the self is to forget the self; to forget the self is to be enlightened by the ten thousand things."

The Buddha taught that the stress and disappointment in life (dukkha) come from craving and grasping. But at the root of craving and grasping is ignorance. And this ignorance is of the true nature of things, including ourselves. As we practice and grow in wisdom, we become less and less self- focused and more concerned about the well-being of others (see "Buddhism and Compassion").

There are no shortcuts for this; we can't force ourselves be less selfish. Selflessness grows out of practice.

The result of being less self-centered is that we are also less anxious to find a happiness "fix" because that craving for a fix loses its grip. His Holiness the Dalai Lama said, "If you want others to be happy practice compassion; and if you want yourself to be happy practice compassion." That sounds simple, but it takes practice. Barbara O'Brien

CÓ HAI LOẠI HẠNH PHÚC Như Nhiên -Thích Tánh Tuệ Hạnh Phúc, là một đề tài rất xưa cũ nhưng bao giờ nó cũng mới như ngày hôm nay, vì nó chính là điều mà chúng ta và cả toàn nhân loại này không ngừng tìm kiếm, nghĩ về... Có bao giờ con người không sống vì hạnh phúc?

Hầu như mục tiêu của đại đa số con người của thời đại này là vươn đến sự thành công, giàu có, và dường như không ai bảo ai mọi người đều công nhận rằng hạnh phúc thường đi đôi với sự giàu sang.. Thế nhưng, có một câu nói

thật đơn giản song khiến chúng ta suy tư rất nhiều: "Người giàu chưa hẳn là người hạnh phúc, mà người hạnh phúc mới là người giàu"(Due de Levi's)

Theo ý nghĩa câu nói trên, chúng ta có thể phân chia hạnh phúc làm hai loại.

1. Hạnh phúc thế gian:

Là loại hạnh phúc tương đối của người bình thường, khi thoả mãn được những gì họ mong muốn. Thứ hạnh phúc này đến rồi đi nhanh chóng, bởi vì lòng mong muốn của đa số con người thường là "được voi đòi tiên". Ban đầu chỉ mong mỏi có cơm ăn, áo mặc, nhà ở.

Khi được thoả mãn, họ cảm thấy vui vẻ hạnh phúc. Nhưng khi có cơm ăn, áo mặc, nhà ở thì nhu cầu đòi hỏi cao hơn. Ăn thì phải ăn ngon. Mặc thì phải mặc đẹp. Bước ra đường phải có xe đưa rước. Chỗ ở phải sang trọng thì mới được coi là hạnh phúc. Khi đạt được những thứ này rồi, con người lại cảm thấy chưa hoàn toàn hạnh phúc. Lúc bấy giờ tâm lý nảy sinh ra những thứ cần thiết khác, chẳng hạn như cần phải đáp ứng nhu cầu tình cảm, sắc đẹp, tiền tài, danh vọng v.v... Những ham muốn này phải bỏ rất nhiều công sức nhưng không dễ gì đạt được. Không đạt được thì khổ. Nếu đạt được rồi cũng khổ vì phải lo giữ gìn. Và không may vuột khỏi tầm tay thì lại càng khổ hơn.

Đó là nói về tiền tài vật chất. Bây giờ nói về tình yêu gia đình, về bạn bè, về sức khoẻ. Thử hỏi những thứ này có bao giờ mãi mãi làm cho con người được hài lòng? Ban đầu thì bằng lòng với những gì đang có. Nhưng sau đó lòng ham muốn dẫn con người đi xa hơn. Ở đời có câu "Giàu đổi bạn sang đổi vợ" (hay ngược lại). Khi có chút dư giả tiền bạc rồi thì thay lòng đổi dạ không còn cảm thấy vui vẻ hạnh phúc với những người đã từng cùng mình chia ngọt xẻ bùi xây dựng một gia đình ấm êm. Nói như thế không có nghĩa là trên đời này thiếu người thuỷ chung.

Cho nên chúng ta thấy trên thực tế hạnh phúc chỉ ở lại, khi con người ta chấm dứt sự ham muốn tức lòng tham thái quá. Nhưng đã là con người, có ai mà không tham, ít khi nào người ta chịu dừng lại, chịu chấp nhận bấy nhiêu đó là đủ!

2. Hạnh phúc vượt thế gian:

Là thứ hạnh phúc chân thật bền lâu, là trạng thái hạnh phúc thầm lặng, thanh thản khác với cảm giác vui thú bồng bột khi đạt được điều mong muốn. Loại hạnh phúc này không đến từ những thành công vật chất, mà hạnh phúc này có được do công phu tu tập phát huy trí huệ tâm linh, phát huy lòng từ bi hỷ xả. Người có hạnh phúc này

thường trú trong Tâm Phật là Tâm Vô sanh, không sinh không diệt nên không hạnh phúc cũng không khổ đau. Trạng thái tâm này luôn tĩnh lặng, thanh thản, niềm hỷ lạc bao phủ khắp châu thân mà tâm không hề dính mắc hưởng thụ. Vì không hưởng thụ nên không có gì để mất. Hạnh phúc này là thứ "hạnh phúc tâm linh". Hạnh phúc mà không (hưởng) hạnh phúc mới thực sự là hạnh phúc tuyệt đối.

3. Chìa Khóa Mở Cửa Hạnh Phúc.

Ở đời mục đích để có hạnh phúc của mỗi người mỗi khác nhau. Cùng là thành viên trong một gia đình, trong một cộng đồng, xã hội, đỉnh điểm hạnh phúc của người này không giống người kia.

Thí dụ trong gia đình, người chồng người cha có thể xem địa vị, sự nghiệp, tiền bạc và quyền lực là hạnh phúc của họ. Người vợ người mẹ, hạnh phúc của họ có thể là tình yêu hôn nhân, tình yêu gia đình, tình thương con cái. Hạnh phúc của những đứa con trong gia đình có thể là được sống trong tình yêu thương của cha mẹ, có đầy đủ cơm ăn áo mặc, được cắp sách đến trường, được thầy cô yêu quý.

Người Phật tử cảm thấy hạnh phúc khi giữ tròn được giới hạnh của mình. Ở trường học, hạnh phúc của thầy giáo, cô giáo là thấy học trò mình học hành có kết quả tốt thì họ cảm thấy hạnh phúc. Hạnh phúc của kẻ trộm cắp là "chôm chỉa" của cải, tiền bạc của thiên hạ về cho mình nhiều chừng nào thì hạnh phúc nhiều chừng đó, họ không cần biết hành động của mình đã để lại sự buồn khổ cho nạn nhân bị mất trộm như thế nào, và hậu quả đến với họ sau này ra sao? Cho nên trạng thái hay mức độ hạnh phúc cũng như mục đích để đạt hạnh phúc của mỗi người đều không giống nhau là như vậy!

Trong nhà Phật thường đề cập đến chữ "khổ" đối nghịch với chữ "lạc". Khổ tạm hiểu là trạng thái không hài lòng, không vừa ý hay là sự bất mãn của tâm.

Khổ là một đế trong tứ đế. Tứ Đế là giáo lý Phật pháp cơ bản, là bài pháp đầu tiên Đức Phật giảng dạy cho năm đệ tử đầu tiên, và năm vị này đã đắc quả A- La-Hán. Đó là Khổ đế, Tập đế, Diệt đế và Đạo đế. Đế nghĩa là Chân lý. Gọi là Chân lý vì đây là sự thật tự nhiên, tất cả mọi người không ai là không khổ.

Vấn nạn khổ xảy ra trước thời Đức Phật và sau khi Đức Phật nhập diệt hơn 2,500 năm đến bây giờ con người ta vẫn còn khổ. Giàu cũng khổ. Nghèo cũng khổ. Đẹp cũng khổ. Xấu cũng khổ. Làm Tổng thống cũng khổ. Làm thường dân cũng khổ. Trong kinh ghi nhận con người có 8 cái khổ. Đó là Sinh, Lão, Bệnh, Tử, Cầu bất đắc, Ái biệt ly, Oán tăng hội, chấp Ngũ uẩn thì khổ (Sầu, Bi, Ưu, Khổ, Não).

Ai cũng khổ hết, vậy làm sao để hết khổ đây? Đức Phật dạy muốn diệt Khổ phải tìm ra nguyên nhân gây Khổ. Nguyên nhân gây Khổ trong kinh gọi là Tập đế. Tập đế ở đây chính là lậu hoặc, là tham ái, tham dục. Tham cái gì? Đó là tham tài, sắc, danh, thực, thuỳ. Trong kinh gọi chung là khát ái. Khát ái là khao khát không bao giờ biết đủ để dừng lại những ham muốn, đam mê.

Biết nguyên do gây Khổ rồi. Phương thức tiếp theo là Diệt Khổ, trong kinh gọi là Diệt Khổ đế hay Diệt đế. Muốn chứng ngộ Diệt đế, phải đoạn trừ Tập đế. Diệt đế là trạng thái

tâm hoàn toàn trong sạch, không còn lậu hoặc, không còn khổ, trong kinh gọi là Niết Bàn. Chúng ta tạm gọi là trạng thái Hạnh Phúc. Nhưng Hạnh Phúc này là Hạnh Phúc tuyệt đối, Hạnh Phúc cao thượng tràn ngập lòng từ bi hỷ xả, vượt lên trên cái Hạnh Phúc tương đối của tâm đời vẫn còn nhiều dục vọng, tham sân si.

Muốn chứng ngộ Diệt Đế hay Niết Bàn phải thực tập miên mật Đạo đế. Đạo đế là chìa khoá mở cánh cửa Hạnh phúc. Chính xác hơn là con đường tu tập gồm 8 yếu tố: Chánh Kiến, Chánh Tư Duy, Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, Chánh Mạng, Chánh Tinh Tấn, Chánh Niệm, Chánh Định. Gom chung lại là tu tập theo Giới-Định-Huệ để chứng ngộ Diệt đế.

- Cuối cùng, điều mà ai cũng quan tâm mong muốn nhất trong đời là có được hạnh phúc. Hạnh phúc là điều chúng ta muốn vươn tới để có cuộc sống tốt đẹp. Tuy nhiên sống ở đời chúng ta cũng đừng quá mơ mộng theo đuổi một thứ hạnh phúc toàn mỹ ngoài tầm tay với.

Hãy sống thật với chính con người của mình, biết nâng niu trân quý những gì mình đang có, hiểu biết, cảm thông, yêu thương và tha thứ... Những yếu tố này chính là những nét chấm phá đơn giản của người hoạ sĩ vào bức tranh đời tạo nét thi vị và ý nghĩa cho đời sống của chúng ta thêm vui thêm hạnh phúc.

Tóm lại, Hạnh phúc đâu phải chỉ đến với chúng ta bằng tiền bạc vật chất vui chơi, ăn ngon, mặc đẹp.

Có một phụ nữ chẳng may bị ung thư vào thời kỳ cuối, khi được hỏi, nếu thời gian quay lại thì chị mong muốn điều gì nhất? Chị này trả lời sẽ không ham mê làm việc để kiếm nhiều tiền nữa, mặc dù có tiền muốn tiêu xài gì cũng được, nhưng đâu phải có tiền là mua được tất cả, chẳng hạn như căn bệnh của chị, giờ đây các bác sĩ đã bó tay chịu thua. Hiện tại chị có nhiều tiền, nhiều của, nhưng những thứ này đã không cứu được mạng sống của chị. Hỏi chị có gì nhắn nhủ với con cái hay bạn bè? Chị nói rằng mọi người làm việc vừa phải thôi, để dành một phần thời gian hưởng hạnh phúc. Đó là buổi sáng thức dậy mở cửa ra sân hít thở bầu không khí trong lành, nghe tiếng chim hót, nhìn thấy hoa nở lung lay trước gió.

Hạnh phúc như chị này nói thật đơn giản, đâu cần phải lên non xuống biển mới tìm được. Nó ở ngay bên cạnh, chỉ cần chú tâm vào hơi thở, chỉ cần mở mắt nhìn, chỉ cần lắng tai nghe với tâm bình yên không phê phán khen chê thì chúng ta cảm thấy hạnh phúc tràn ngập trong tâm mình. Câu chuyện của vị phụ nữ này có thể xem như là một thông điệp gởi đến cho chúng ta. Nội dung nói về kinh nghiệm sống của một đời người mãi đi tìm hạnh phúc đến từ tiền bạc vật chất, nhưng tiền bạc vật chất đó rốt cuộc cũng không giữ được mạng sống của mình.

Trở lại câu hỏi làm sao duy trì năng lượng hạnh phúc như các nhà não học đã nêu. Thiền Phật Giáo có câu trả lời là khi tâm chúng ta bình yên, tín hiệu tác động vào não bộ tiết ra những chất sinh hoá học tốt như Dopamine, Acetylcholine, Endorphine, Serotonin, Melato-nin, Insuline... sẽ giúp cho thân thể khoẻ mạnh, tinh thần vui vẻ, phấn khích, yêu đời, yêu người, yêu cảnh, yêu việc... Những cảm giác này chính là kết quả tạo nên hạnh phúc như các nhà não học đã nghiên cứu và tường trình mà chúng ta

vừa đề cập ở trên.

4. Hạnh phúc tạm phân chia làm hai loại:

Hạnh phúc tương đối và hạnh phúc tuyệt đối.

Hạnh phúc tương đối là hạnh phúc thế gian đến rồi đi. Hạnh phúc đó là niềm vui vẻ, sự phấn khích, lòng sung sướng khi thoả mãn điều gì mình mong muốn đạt được. Nhưng đã nói hạnh phúc thế gian thì nó vô thường mong manh lắm. Muốn tạm thời giữ nó lại bên mình chúng ta phải biết " SỐNG THÔNG MINH ". Sống thông minh là sống có trí tuệ. Khi giác quan của chúng ta tiếp xúc với trần thế, tức là khi chúng ta đối diện với những ham muốn ngũ dục phải tự biết " THIỂU DỤC VÀ TRI TÚC " nghĩa là bớt ham muốn và biết đủ, để

không chạy theo tham dục mà khổ thân và tâm. Hãy luôn nhớ lời cổ nhân dặn dò "biển kia dễ lấp, túi tham khó đầy" để tự răn mình.

Để kết thúc sự chia sẻ này xin kể cho Đại chúng một mẫu chuyện :

Một lần ngồi đun ấm nước, vị Sư hỏi để tử :

- "Nếu muốn đun ấm nước nhưng phát hiện củi không đủ, con sẽ làm thế nào?”

Một đệ tử trả lời: - "Con sẽ đi tìm”.

Một đệ tử đáp: - "Con đi mượn tạm cho nhanh”.

Một đệ tử khác nói: - "Là con, con sẽ đi mua”.

Sư phụ mỉm cười hỏi: - "Thế sao các con không đổ bớt nước đi?”.

Suy Nghiệm:

Nếu ta đang mệt mỏi, nghĩa là tham vọng đã nhiều hơn khả năng, nước nhiều hơn củi. Để hạnh phúc, hoặc là phải đi kiếm củi nhiều hơn,hoặc là đổ bớt nước.

Kiếm củi chưa chắc sẽ có, nhưng nước thì chắc chắn có thể tự đổ bớt được.

Hạnh phúc chính là "Bớt tham" và "Biết đủ".

- Đừng tìm hạnh phúc Đông, Tây

Đường về Hạnh Phúc ở ngay Tâm mình..

Harangue - bài nói trước hội nghị, lời kêu gọi trước công chúng

Harbinger - người báo hiệu, vật báo hiệu

Harem – woman of a Muslim household (hậu cung)

Harem (pronounced [haˈrem], Turkish) - refers to the sphere of women in what is usually a polygynous household and their enclosed quarters which are forbidden to men. The term originated with the Near East. Harems are composed of wives and often sex slaves known as concubines…

“Harem” tiếng ả Rập chính là danh từ chỉ "Hậu cung" và nó đồng thời có nghĩa là "cấm". Chỉ có những chủ nhân của cung điện, người được gọi là Sultan, và các con trai của họ mới được phép đặt chân tới khu vực này. Còn đối với tất cả những người đàn ông và phụ nữ bình thường khác đó là một điều cấm kỵ. Sự cấm kỵ nghiêm ngặt tới mức một nhà chép sử người Thổ Nhĩ Kỳ có tên là Dursun Bay đã ghi lại rằng: "Nếu mặt trời là một người đàn ông thì thậm chí nó cũng bị cấm soi sáng vào hậu cung".

Harpsichord – đàn Clavico

Harsh – hung dữ

Hashish - thuốc lá chế bằng lá thuốc non và đọt gai dầu ở Thổ Nhĩ Kỳ, Ấn

Haughtily - một cách kiêu căng, ngạo mạn

Havoc – tàn phá

Heap - đống, xếp thành đống

Hearsay - truyền tụng

Hearse – xe tang

Heart chakra – In the aura, there is a chakra in the middle of the chest, called heart chakra, in the Western Mystical Tradition it’s called Hermetic Center. The Hermetic Center is the energetic nucleus of your human Earth affairs. All your activities make an energetic connection within this center. That means your job, your relationships, your finances all make a connection in the

Hermetic Center. That’s an enormous amount of activity going on in this part of your aura.

The Hermetic Center is the seat of the soul. When you incarnate, your soul makes its connection with physical life through Heart chakra, it can absorb all the experiences of life through first hand experience. Right now your soul is absorbing everything you’re going through: good, bad, indifferent…

Luân xa tim (tiếng Phạn: ANAHATA)

Luân xa tim cho người chúng ta khả năng đọc được tâm tư nguyện vọng của người khác, đồng thời cũng biết rõ ham muốn và khả năng thực hiện ham muốn đó của chính mình. Trong quá trình thanh lọc tính vị kỷ, kiêu căng, tham lam, do dự và phát triển tình thân ái, vị tha, Luân xa tim sẽ hoạt động tốt làm cho người tập luyện có được biệt tài chữa lành bệnh cho người khác, nhưng phải đạt trình độ “rung động siêu thức” mới làm được.

Luân xa tim nhận được từ vũ trụ tia sáng màu Xanh lá cây đem năng lượng và sự nhịp nhàng đến cho quả tim hoạt động.Tia sáng màu xanh lá cây này làm quay Luân xa tim, đem máu đi nuôi khắp cơ thể.

Trong khoa chiêm tinh, Luân xa tim tương ứng với sao Thuỷ, được kết hợp với không khí, thuộc về trực giác tâm linh. ---ooOOoo---

Hearth - khoảng đá lát trước lò sưởi

Heathen - người ngoan đạo

Heave - cố nhấc lên, cố kéo, ráng sức

Hectic - cuồng nhiệt, sôi nổi, say sưa

Hedonism - chủ nghiã khoái lạc - is a school of thought that argues that pleasure is the only intrinsic good. In very simple terms, a hedonist strives to maximize net pleasure (pleasure minus pain).

Chủ nghĩa Khoái lạc (Hedonism) là hệ thống triết lý đề cao việc mưu cầu lạc thú và tránh né khổ đau như là mục đích chủ yếu trong cuộc sống.

Con người chỉ có một nghĩa vụ đạo đức duy nhất là thoả mãn nỗi khát khao khoái lạc và loại bỏ, hay giảm thiểu trong khả năng có thể, mọi nỗi khổ đau của mình trong đời.

Có nhiều trường phái tư tưởng khoái lạc; một số cổ xuý cho các khoái cảm nhất thời, số khác bàn đến cả lạc thú tinh thần. Trong số đó, trường phái vị kỷ (The Egoistic school) đề cao sự thoả nguyện tối đa cho bản thân, bất kể đến việc gây ra hậu quả đau khổ cho người khác. Tuy nhiên, những người theo trường phái vị lợi lý tưởng (the Ideal Utilitarians) chỉ chấp nhận những lạc thú mà mọi cá nhân đều được phép hưởng thụ, cho đó là mục tiêu khả dĩ mang đến lợi ích tối đa cho nhân loại. ---oooOOOooo---

Heed – lưu ý, chú ý (Heedless = inattentive = lơ là)

Hegemony - quyền bá chủ, quyền lãnh đạo - Greek: hegemonia, "leadership" and "rule") is an indirect form of government, and of imperial dominance in which the hegemon (leader state) rules geopolitically subordinate states by the implied means of power, the threat of force, rather than by direct military force...

Heinous - cực kỳ tàn ác, ghê tởm

Helix - đường xoắn ốc

Hellebore – cây lê lư

Hemp – cây gai dầu (Hempen – làm bằng sợi gai dầu)

Henchman - người hầu cận

Herald - người đưa tin, sứ giả

Heredity – tính di truyền

Heresy - dị giáo

Heretical - dị giáo (Heretic = người theo dị giáo)

Hermaphrodite – loài lưỡng tính (sinh vật học)

Hermit – nhà tu khổ hạnh, nhà tu ẩn dật (Coconut's Hermit = Đạo Dừa)

Hermitage - viện tu khổ hạnh, nơi ẩn dật

Heroism - đức tính anh hùng

Heterodox – không chính thống (orthodox = chính thống)

Hierarchy - hệ thống thứ bậc, cấp bậc

Hieroglyph – inscriptions in the Egyptian pictorial script = chữ tượng hình

Higgledy-piggledy - hết sức lộn xộn, lung tung bừa bãi

Hilarious - vui nhộn

Hinayana – lesser vehicle – is directed toward freedom from the misery of life in the cycle of rebirths within which we all find ourselves (Phật Giáo Tiểu Thừa).

The approach that focuses on abandoning just the emotional obscurations – gaining freedom from them and thereby attaining liberation and the level of arhat for oneself alone – is known as the lessor vehicle. It corresponds to the vehicle of shravakas and the vehicle of pratyekabuddhas. This is one approach, which prioritizes seeking liberation for oneself alone, and it is the path that is called the Hinayana.

Tiểu Thừa - được phát triển mạnh nhất từ khi Phật nhập Niết-bàn đến Công nguyên. Đại biểu phái này cho rằng mình theo sát những lời dạy nguyên thủy của Đức Phật, do chính Đức Phật nói ra. Giới luật của Tiểu thừa hoàn toàn dựa vào Luật tạng. Trong A-tì-đạt-ma, Tiểu thừa dựa trên Kinh tạng để phân tích và hệ thống hoá giáo lý của Phật.

Tiểu thừa tập trung tuyệt đối vào con đường đi đến giải thoát Niết Bàn. Tiểu thừa phân tích rõ trạng thái của đời sống con người, bản chất sự vật, cơ cấu của chấp ngã và chỉ ra phương pháp giải thoát khỏi sự Khổ (skt. dukkha). Tất cả các trường phái Tiểu thừa đều có một quan điểm chung về sự vật đang hiện hữu: khổ có thật, phải giải thoát khỏi cái Khổ. Giải thoát khỏi luân hồi (skt. samsara), thoát khỏi sự tái sinh và đạt Niết-bàn (skt. nirvana) là mục đích cao nhất của Tiểu thừa. Muốn đạt được mục đích này, hành giả phải dựa vào sức

mình, độc cư thiền định (Tứ Thiền) và thiền tuệ (Tứ Niệm Xứ). Vì vậy Tiểu thừa quan niệm phải sống viễn ly, sống cuộc đời của một bậc tu hành chân chính thanh cao, phạm hạnh đầy đủ, làm gương cho các tu sĩ đời sau. Đối với Tiểu thừa, cuộc sống tại gia khó đưa đến sự giải thoát rốt ráo, nghĩa là đạt đến A la hán, điều này là noi gương theo phạm hạnh của Đức Phật (Đức Thế Tôn) cũng đã xuất gia...

Vấn đề Đại thừa và Tiểu thừa

Trước đây những người theo Đại Thừa thường cho rằng giáo lý Nguyên thủy là giáo lý Tiểu thừa không đưa đến quả vị tối hậu thành Phật, chỉ có giáo lý Đại thừa mới là giáo lý chân chính của Phật. Ngược lại, các nhà sư "Tiểu thừa" thì cho rằng giáo lý Tiểu thừa mới chính là giáo lý nguyên thủy của Phật, còn giáo lý Đại thừa đã mất đi tính nguyên

bản chân thực của lời dạy Đức Phật. Sự bất đồng quan điểm ấy đã làm băng giá mối quan hệ của hai truyền thống cả ngàn năm. Ngày nay với những phương tiện khảo cứu sử liệu, những quan điểm Tiểu thừa và Đại thừa không còn thích hợp. Qua nghiên cứu, cho thấy rằng:

Thời kỳ Phật giáo Nguyên Thủy cho đến thời kỳ Bộ phái (sau Đức Phật 400 năm) chưa có danh từ Đại thừa hay Tiểu thừa.

Danh từ Tiểu thừa nên hiểu là Thượng tọa bộ và Thuyết nhất thiết hữu bộ. Ngày nay chỉ còn 2 hệ Tiểu thừa này có mặt trên thế giới..

Từ ít lâu nay người ta có khuynh hướng tránh dùng từ ngữ "Tiểu thừa" vì từ này được dùng bởi những người không hiểu rõ căn bản Đạo Phật và mang tính miệt thị. Do đó, 2 danh từ Phật giáo Bắc Tông và Phật giáo Nam Tông được dùng để phổ biến thay thế.

Giáo lý được phân làm hai truyền thống theo địa lý, truyền thừa, và được gọi là Phật giáo Bắc tông và Phật giáo Nam Tông. Phật giáo Bắc Tông theo khuynh hướng phát triển lời Phật, còn Phật giáo Nam Tông theo khuynh hướng bảo thủ (giữ nguyên giá trị) lời dạy của Đức Phật và các vị Thánh Tăng thuyết trong 5 bộ Kinh Nikaya.

Truyền thống Bắc Tông và Nam Tông có những khác biệt, tuy nhiên, những khác biệt ấy không cơ bản. Trái lại, những điểm tương đồng lại rất cơ bản như sau:

Cả hai đều nhìn nhận Đức Phật Thích ca là bậc Đạo sư.

Cả hai đều chấp nhận và hành trì giáo lý Tứ diệu đế, Bát chính đạo, Duyên khởi...; đều chấp nhận pháp ấn Khổ, Không, Vô ngã; đều chấp nhận con đường tu tập: Giới-Định-Tuệ. ---oOo---

Hindrance - cản trở, trở lực

Hinterland - nội địa, vùng ở sâu phía sau bờ biển, bờ sông

Hitherto – up to now

Hive - tổ ong, đám đông

Hoarding – tích trữ, dành dụm (Hoarding and speculation = đầu cơ tích trữ)

Hobnob – chơi thân, đàn điếm với ai, chén chú chén anh với ai

Holistic - thuộc về chính thể luận

Hologram - kỹ thuật tạo ảnh 3 chiều

Holographic – hand written document

Homeopathy - liệu pháp, phép chữa vi lượng đồng cân

Homogeneous - đồng nhất, thuần nhất

Homonym - tiếng đồng âm, người trùng tên

Homo sapiens - Người thông tuệ - Their bodies were designed for human souls at a more advanced level of development. These first humans were certainly primitive and apelike, but from the start they were in a separate kingdom from the animals. Humanity had an intelligence and awareness all its own. It felt a kinship to family and worked together in small groups and even had a primitive type of language…

Your Spiritual Evolution

As Huston Smith puts it: While the West was still thinking, perhaps of a 6000 year old universe, India was already envisioning ages and eons and galaxies as numerous as the sands of the Ganges.

Many brilliant people through the ages supported the traditional Western interpretation of creation, from saint Augustine to the German mathematician Johannes Kepler, and even Isaac Newton. They used biblical genealogy in an attempt to estimate the actual moment of creation. In the mid-seventeenth century, the Irish bishop James Ussher wrote a highly influential work in which he tried to put the issue to rest, concluding: “The beginning of time…fell on the beginning of the night which preceded the 23rd day of October, in the year 4004 BC.” This date was generally accepted for the next two hundred years!

Questions regarding the accepted belief of creation began in the 1800s when scientists realized that the natural geological processes of the Earth were incredibly slow and took much longer than 6000 years allotted for the creation of the Earth. At the same time, there was a revolution in understanding the origin of life as fossil evidence pointed to life beginning much earlier than previously believed. Then when the English naturalist Charles Darwin put forth his ideas of organisms developing over long periods of time, the awareness of evolution was born.

Today we understand that our Earth and solar system is close to 4.5 Billion years old. The universe itself is many more billions of years old. Where we thought life was created about 6,000 years ago as well, we now know that there was life on Earth as far back as 3.5 billion years.

In the same way, we now understand that not only does the Earth evolve around the sun, but our solar system is one of many solar systems, all of which are part of an entire galaxy of solar systems, and that our galaxy is one of billions of galaxies in the universal plan. This stupendous vastness of life in terms of time and space has caused us to look at life here on Earth from a very different perspective than before. And this includes a more nature understanding of the nature of our spiritual self and God.

Some have become bewildered and even disillusioned by this greater scope of life. How do you count and how can the Higher be an intimate part of us in the vastness of the universe? First let us recognize that each soul is precious. Creation would not be complete without each of our souls. All of us play an

essential part in the grand scheme of life, no matter how grand that scheme is. Our awakened awareness to the vastness of life is the Higher's way of opening the door to a new chapter in understanding the beauty and grandeur of ourselves and the Higher...

Human beings in Buddhism

Myth of human origins

According to the Agganna Sutta, humans originated at the beginning of the current kalpa as deva-like beings reborn from the Abhasvara deva-realm. They were then beings shining in their own light, capable of moving through the air without mechanical aid, living for a very long time, and not requiring sustenance. Over time, they acquired a taste for physical nutriment, and as they consumed it, their bodies became heavier and more like human bodies; they lost their ability to shine, and began to acquire differences in their appearance. Their length of life decreased, they differentiated into two sexes and became sexually active. Following this, greed, theft and violence arose among them, and they consequently established social distinctions and government and elected a king to rule them, called Mahasammata, "the great appointed one". Some of the kings of India in the Buddha´s day claimed descent from him.

Nature of the human realm

In the visionary picture of the human realm presented in Buddhist cosmology, humans live on four continents which are, relatively speaking, small islands in a vast ocean that surrounds the axial world-mountain of Sumeru, and fills most of the Earth's surface. The ocean is in turn surrounded by a circular mountain wall called Cakravada (Sanskrit) or Cakkavala (Pali) which marks the horizontal limit of the earth. Because of the immenseness of the ocean, the continents cannot be reached from each other by ordinary sailing vessels, although in the past, when the cakravartin kings ruled, communication between the continents was possible by means of the treasure called the cakraratna (Pali cakkaratana), which a cakravartin and his retinue could use to fly through the air between the continents.

The four continents are: Jambudvipa (SKT) or Jambudipa (Pali) is located in the south. Purvavideha (SKT)or Pubbavideha (Pali) is located in the east.

Aparagodaniya (SKT) or Aparagoyana (Pali) is located in the west.
Uttarakuru is located in the north.
---oOo---
Phật giáo quan niệm như thế nào về nguồn gốc loài người?
Tại sao Phật tử không tin "Thượng đế"?

- Phật tử là người muốn được giác ngộ như Phật, người đi tìm chân lý mà không phải là một tín đồ của một "thần giáo". Nhờ kinh nghiệm giác ngộ của Phật, phật tử hiểu rằng vũ trụ là sự sống vô cùng vô tận và sự sống ấy là một. Do đó vũ trụ là một. Như thế không thể có một ai hay vật gì ở ngoài sự sống để sáng tạo và cai quản sự sống. Giả

thiết có một đấng Thượng đế ở "ngoài" vũ trụ thì Ngài không thể nào tạo ra cuộc sống ở "trong" vũ trụ được, bởi vì không có sự liên quan gì giữa Ngài với sự sống trong vũ trụ cả. Vũ trụ là một dòng hiện tượng, tổng hợp của những liên hệ chủ quan và khách quan (Duyên khởi), không chắc thật (vô ngã) và luôn luôn biến chuyển theo luật nhân quả (vô thường), không đầu không đuôi (vô thỉ vô chung) mà không cần một thần linh nào sáng tạo và sắp đặt.

Phật tử không tin Thượng đế bởi vì nếu chấp nhận sự sống và cuộc sống do Thượng đế sáng tạo và cai quản, thì vô tình chính họ để mất tự do và khả năng sáng tạo của mình và chứng tỏ rằng họ bất lực trong việc xây dựng và cải tạo cuộc sống cá nhân và xã hội. Vì thế Phật tử chân chính là người không mê tín và ỷ lại vào thần linh, không "giao phó" số phận của mình cho thần linh và cũng không cầu xin sự "khoan dung" của thần linh.

Như vậy làm sao giải thích được nguồn gốc của con người và vũ trụ?

- Phần đông các tôn giáo đều giống nhau ở điểm giải thích về nguồn gốc của sự vật: chúa Allah, chúa Jéhova, Brahman, hoặc nhiều đấng thần linh khác. Trong khi đó, đức Phật im lặng trước câu hỏi về nguyên nhân của vũ trụ và của những câu hỏi siêu hình vô ích. Phật giải thích rằng sự vật có ra và tồn tại trong nguyên lý Duyên khởi, nghĩa là sự vật tương quan tương duyên với nhau mà có ra chứ không do ai sinh cả. Nguyên nhân đầu tiên của một hữu tình đã không tìm thấy được thì nguyên nhân đầu tiên của vũ trụ lại càng không thể tìm thấy được. Bởi vì theo Phật, thời gian mà theo đó một hữu tình lưu chuyển thật là vô thỉ vô chung, không gian mà trong đó sự vật thành hoại thật là vô cùng vô tận. Hơn nữa, đạo Phật là đạo lý soi sáng cho con người thấy sự khổ đau, sự khuyết điểm, sự không vừa ý (dukkha) trong cuộc đời và chỉ bày cho con người những phương pháp tu dưỡng, cải tạo để thực hiện an lành (nirvana)

ngay "ở đây" và "bây giờ", nghĩa là trong cuộc sống nầy, Phật tử xem những sự bàn luận siêu hình là vô ích, có thể làm cho tâm trí con người ta rối loạn. Để nói rõ phần chủ động trong sự sống thì đạo Phật cho biết rằng chính con người đã và đang không ngừng tạo ra sự sống riêng và chung, không kể lúc ngủ say, ngay lúc vừa thức dậy thì giác quan chúng ta liên tục sáng tạo cuộc sống gồm: hình thể, màu sắc, âm thanh, mùi vị, xúc chạm... Chính loài người đã xây dựng và có thể thay đổi cuộc sống theo ý muốn.

Theo đạo Phật thì những con người có mặt đầu tiên ở trên trái đất này là ai và ra sao?

- Trong vũ trụ bao la, không chỉ có trái đất nầy mà còn có hằng hà sa số thế giới khác trong đó có nhiều thế giới có các loài hữu tình khác nhau về thân hình cũng như tâm thức sinh sống.

Theo kinh Khởi thế nhân bổn (Aggannasutta), Dn, III, 80-98 (xem bản dịch của HT Thích Minh Châu), khi trái đất nầy mới hình thành thì có một số hữu tình (êtres vivants) từ cõi Quang âm (€bhassara) đến sống. Họ xuất hiện trên trái đất nầy với thân hình tỏa ánh sáng, tâm thức đầy niềm vui, phi hành tự tại trong hư không. Họ sống như vậy trong một thời gian rất lâu. Về sau vì tham ăn vị đất, nấm, cây, trái mà thân hình mất đi ánh sáng, trở nên thô cứng không thể phi hành trong hư không, và

phân thành nam nữ... Và từ đó về sau do dục tính nên mới có những người sinh ra từ bào thai.

Theo truyền thuyết do chính Phật kể nầy thì loài người vốn đã là những hữu tình từ một thế giới khác đến và sống ở trái đất nầy, và do sự chuyển hóa lần lần của thân hình và tâm thức mà trở thành loài người hôm nay... Truyền thuyết nầy phù hợp với vũ trụ quan cũng như nhân sinh quan, nhất là với đạo lý Nghiệp (Karma) tạo tác luận của Phật giáo.

Không đề cập đến Thượng đế nhưng đạo Phật có nói đến bản thể vũ trụ không?

- Tuy không nói đến Thượng đế có tính người (nhân cách hóa) nhưng Phật có nói đến bản thể tuyệt đối (Tathata) không sinh, không diệt (xem Udana III.3) là mặt khác của hiện tượng (laksana) sinh diệt. Nhờ có bản thể này mà con người mới có thể giải thoát khổ đau và chứng đạt an lạc. Bản thể tuyệt đối nầy, được các luận sư sau Phật gọi bằng nhiều tên như: Pháp tánh, Chơn như, Thật tánh v.v... Nó nằm ngay nơi hiện tượng, nhưng chỉ có những người giác ngộ mới nhận ra được. Thấu triệt bản thể tuyệt đối nầy cũng gọi là Niết bàn

hay chân lý siêu thế tức là đạt được giác ngộ (Bodhi). Sống đúng theo điều giác ngộ tức là giải thoát (Nirvana). Bản thể nầy vốn là vô ngã tức là không. Do đó, mọi sự diễn tả bằng ngôn ngữ phát xuất từ ý niệm đều không phù hợp. Vì thế trong kinh điển, Phật nói rất ít về vấn đề nầy.

Xin cho biết chữ Trời trong Kinh điển đạo Phật và quan niệm Thượng đế khác nhau như thế nào?

- Thừa nhận vũ trụ luận đương thời ở Ấn độ, kinh điển đạo Phật có nói đến các cõi trời và nhiều loại hữu tình cao hơn loài người (trời). Thường thường thì một tiểu vũ trụ được chia làm ba cõi: cõi dục, cõi sắc và cõi vô sắc, trong đó có 5 loài hữu tình: trời, người, thú, quỷ và loài cực khổ. Như vậy trời chỉ là một loài hữu tình gồm nhiều loại khác nhau như sáu loại của cõi dục, mười sáu hoặc mười bảy loại thuộc cõi sắc và bốn loại thuộc cõi vô sắc.

Từ loài người, nếu tu tập mười điều thiện sau đây:

1 - không sát sanh 2 - không trộm cướp 3 - không tà hạnh (hành động nơi thân) 4 - không nói dối 5 - không nói thêu dệt 6 - không nói hai lưỡi 7 - không nói thô ác (lời nói nơi miệng) 8 - không tham lam 9 - không tàn bạo 10 - không hiểu biết sai (ý nghĩ nơi tâm)

thì được sanh vào một trong sáu loài trời thuộc cõi dục. Nếu tu tập thiền quán (chưa phải là phép thiền giải thoát) như bốn phép thiền (jhana): sơ thiền, đệ nhị thiền, đệ tam thiền và đệ tứ thiền thì được sinh vào các loài trời thuộc cõi sắc. Nếu tu tập theo phép định (sammapatti) như không-vô-biên-xứ-định, thức vô-biên-xứ-định, vô-sở-hữu-xứ-định và phi-phi-tưởng-xứ-định thì được sinh vào các loài trời thuộc cõi vô sắc.

Các loài trời tuy có thân hình đẹp đẽ, hạnh phúc và sống lâu hơn loài người, hoặc tiến hóa hơn về phương diện tâm linh nhưng vẫn còn trong vòng sống chết, thay đổi. Trong các cõi trời thấp, có các vị trời lãnh tụ song không phải là đấng sáng tạo.

Như vậy chữ trời, trong kinh điển đạo Phật, không hề có nghĩa Thượng đế như trong kinh điển của các thần giáo.

Vậy thì đạo Phật chủ trương "hữu thần" hay "vô thần"?

- Khó mà trả lời đạo Phật là hữu thần hay vô thần. Trên kia có nói đạo Phật là một "tôn giáo không thờ thượng đế" là để cho người mới biết đạo Phật nhận ra rằng đạo Phật không phải là một thần giáo như các thần giáo khác. Nhưng vì danh từ "hữu thần" hay "vô thần" ngày nay không được hiểu biết một cách nghiêm chỉnh, cho nên có thể nói rằng đạo Phật không chủ trương có một đấng "thần linh hữu thể" toàn năng, toàn trí, sáng tạo và cai quản con người và muôn vật. Tuy nhiên, Đức Phật luôn luôn khuyến khích Phật tử nên kính trọng các bậc hiền triết và sống theo những lời dạy đúng đắn lợi ích của các bậc ấy. Như thế có thể nói đạo Phật là "lẽ sống giác ngộ". Lẽ sống nầy có nội dung đạo lý rất phong phú và nhất là mục đích diệt khổ của nó khác với chủ thuyết "hữu thần", "vô thần" của nhiều tôn giáo và triết học xưa nay.

Đạo Phật cũng không thuộc vào chủ thuyết "duy tâm" hay "duy vật" bởi vì Phật không hề lập nên một chủ thuyết nào mà chỉ trình bày sự thật nơi con người và vũ trụ. Đạo lý Duyên khởi của Phật là "trung đạo" (majjhimapatipada) không rơi vào những chủ thuyết cực đoan chủ trương "có", "không", "tâm", "vật"... Hơn nữa, không nên xem đạo Phật chỉ là hệ thống tư tưởng, một lý thuyết, bởi vì đạo Phật vốn là một đạo lý độc đáo với những đạo lý như thật, thực tiễn của nó. Như thật, vì đạo Phật phù hợp với thực tại đa dạng hay toàn diện. Phật xem sự diễn tả phiến diện không những làm sai lạc sự thật mà còn gây ra sự hiểu lầm nguy hiểm. Câu chuyện những người mù rờ voi do Phật kể nhơn lúc các đạo sĩ, triết gia cãi nhau về chơn lý là bài học rất ý nghĩa (xem Udana IV,4). Thực tiễn, vì những điều do Phật truyền dạy đều nhắm mục đích giải thoát khổ đau chứ không phải để thỏa mãn sự tò mò của trí óc con người. Như Phật nói, Ngài chỉ truyền dạy có một điều: "Khổ và sự Diệt khổ". Đọc kinh luận nếu thấy những quan điểm được Phật hay các luận sư nhấn mạnh với mục đích đả phá những thành kiến hay huấn thị cho một đối tượng đặc biệt nào đó, chúng ta nên hiểu chúng với tinh thần phá chấp mà không nên bám chặt và tạo thành những chủ thuyết cực đoan như: duy tâm, duy nghiệp, duy thức v.v... bởi vì Phật có nói: "Pháp còn phải bỏ đi huống gì là phi pháp".

Vì thế, xếp đạo Phật vào hệ thống "hữu thần" "vô thần", "duy tâm", "duy vật" một cách máy móc là sự sai lầm. Thích Thiện Châu

TÌM HIỂU VỀ «ĐỜI NGƯỜI» QUA SUY LUẬN CỦA ĐẠO GIÁO, TRIẾT GIA VÀ KHOA HỌC - Tác giả Huynh Dung RUHIER

1.ĐẠO CHÚA - Kinh thánh (phần 1) chép rằng: «Đức Chúa Trời khi dựng nên Trời Đất đã dùng đất, và cát để nắn người nam: ADAM và người nữ: EVA. Hai người họ chính là thủy tổ của loài người.Trong bài giảng cho các môn đồ, Chuá Jesus nói: Loài người được

Chuá Trời tạo thành từ «đất và cát» và cho cuộc sống tự do trên thế gian. Cuộc đời dài hay ngắn, cảnh tình xấu hay tốt trong đời của mỗi con người là chính người đó tạo nên và cũng là «định mệnh» người đó phải chấp nhận. Tuy nhiên lúc «đến thế gian» hay lúc «lìa thế gian» con người «không mang đến», cũng «không mang đi» thứ gì, ngoài một thân thể trần trụi hoàn trả lại cho đất – tan nát như cát bụi! Qua lời Chúa, chúng ta thấy rõ: Mỗi con người dù có cuộc sống dài hay ngắn, dù là kẻ nghèo khổ không có thứ gì, hay là kẻ giàu sang có đầy đủ mọi thứ... thì ngày lìa thế gian vẫn phải bỏ lại tất cả! Đó chính là qui luật công bình của Thượng Đế đối với loài người. Bởi thế giáo lý đạo Chúa dạy rằng: Loài người phải biết tuân Đạo Trời, sống nhân hậu, sống hoà bình... thương yêu giúp đỡ lẫn nhau, không nên chém giết hãm hại nhau để tranh giành tài lực. Ví như: Người gieo hạt giống tốt, sẽ có được những trái ngon. Kẻ gieo hạt giống xấu, chỉ nhận được trái độc. Bởi vì con người khi chấm dứt cuộc đời, khi kết thúc định mệnh, sẽ là giây phút trình diện trước Thượng Đế để nhận sự phán xét sau cùng. Cửa Thiên Đàng sẽ mở ra đón nhận những người tốt. Còn những kẻ làm muôn điều xấu xa tội lỗi khoảng đời sống dưới thế gian sẽ bị đưa vào địa ngục với sự quản trị của quỷ Satan!

2.ĐẠO PHẬT - Đức Thích Ca cho rằng: con người sinh ra sống kiếp này là «hồi sinh» từ kiếp trước và khi chấm dứt kiếp này thì sẽ «đầu thai» để sống tiếp kiếp sau, gọi là «kiếp luân hồi». Ngài luận rằng: Nếu kiếp đang sống, một người có cuộc đời tốt đẹp (hạnh phúc, giàu sang, phú quí v.v...) là nhờ kiếp trước người đó đã làm nhiều điều tốt. Còn người có cuộc đời nghèo khổ, bi thảm, đau khổ triền miên... là vì người đó phải chịu hình phạt về những tội lỗi xấu xa đã gây ra từ kiếp trước. (Hơn nữa người có tội nghiệt quá nặng thì kiếp lai sinh không những không được sống kiếp người, mà còn phải sống kiếp thú vật!). Vậy cho nên con người muốn có cuộc đời tốt đẹp ở kiếp sống sau (kiếp tương lai) thì khoảng đời hiện tại phải làm điều lành, không gây tội ác. (Bởi vì dù cho kiếp đang sống là kẻ tàn bạo gian ác không bị hình phạt của luật pháp, thì kiếp sống sau cuộc đời người đó vẫn phải trả những tội nghiệt mà họ gây ra – Phật gọi là «Luật Nhân Quả». Tóm lại triết lý nhà Phật: «Sự ra đời», «sự lìa đời», «sự tái sinh»... tức là sự sống, cái chết... vòng vòng tới lui không dứt – y như giữa trời và đất xoay chuyển không ngừng. Đó gọi là «Kiếp

Luân Hồi», mà loài người phải trải qua trong quá trình «sinh lão bệnh tử» và trong mỗi kiếp sống tốt hay xấu tùy vào «Luật Nhân Quả». Vậy nên Phật dạy: Những ai muốn thoát khỏi «Kiếp Luân Hồi», muốn thoát khỏi cái vòng lẩn quẩn lao đao khốn khổ chốn trần ai... thì khoảng thời gian sống trên thế gian phải biết tu thân, tích đức... thì khi lìa thế gian sẽ được vào cõi «Bồng Lai» của Phật, chấm dứt «kiếp luân hồi».

3.Luận lý của 2 TRIẾT GIA ngày xưa

Triết gia 1 luận rằng: Đời người chỉ là một giấc mộng, mà chết chính là lúc tỉnh mộng để sống một cuộc đời khác. Dẫn chứng lý luận trên: Con người lúc ngủ mộng thấy mình sống trong cảnh đời khác lạ, gặp người nọ người kia khác lạ... chừng tỉnh thức mới biết đó là mộng. Kết luận: cái chết không gọi là chết, mà chỉ là tỉnh giấc mộng để sống cuộc sống khác.

Triết gia 2 luận rằng: Giấc ngủ của con người ví như cái chết ngắn rồi tỉnh dậy – Và cái chết thì ví như giấc ngủ dài không tỉnh dậy. Dẫn chứng lý luận trên: Lý do tại sao con người chỉ ngủ 1/3 thời gian. Bởi vì con người cần 2/3 thời gian sống nhiều hơn, để đối diện với mọi tình huống tốt xấu trong đời... cũng để đón nhận những cảm xúc: vui, buồn, yêu, ghét, đau khổ, hạnh phúc v.v...

Tác giả HD nghĩ rằng: Phải chăng Tạo Hoá để trẻ con ngủ nhiều, ngủ liên miên... vì cuộc đời nó còn dài, còn lâu lắm, nó không cần hối hả lao vào cuộc sống trong xã hội để phải tranh đấu nhọc nhằn? Người lớn tuổi ngủ ít vì thời gian sống không còn lâu lắm, nên phải tận dụng khoảng đời thức tỉnh để sống nhiều hơn?

4.Chứng minh của KHOA HỌC Qua những lý luận về đời người của 2 đạo giáo và 2 triết gia

Chúng ta thử tìm hiểu khoa học xác định thế nào? Các nhà khoa học tìm ra trái đất đã có 4,5 tỉ tuổi. Mới đầu bắt nguồn từ sự kết hợp của 2 tinh thể trong nước.Vậy nên sinh vật đầu tiên là loài cá sống ở biển. Từ từ có giống bò lên đất sống trên địa cầu. Giai đoạn đầu chúng có hình thù cổ quái. Thế rồi trải qua thời gian dài, hình thể chúng biến hoá từng giai đoạn khác nhau...Và thời kỳ đáng kể là thời kỳ xuất hiện giống Khủng Long (Dinosaure 240 triệu tuổi) làm bá chủ trên đất một thời gian dài. Sau đó xảy ra trận luân chuyển của Trời Đất, vũ trụ biến hóa... giống này bị tuyệt chủng. Cuối cùng trên trái đất chỉ tồn tại một số thú (mà hiện nay chúng ta tìm thấy khắp 5 châu) trong đó có

giống «khỉ», là động vật có nhiều điểm tương đồng với loài người (có từ 2,8 triệu năm tuổi).

Vì vậy có một số khoa học gia cho rằng: «Khỉ» là tổ tiên của loài người! (Đương nhiên luận lý này bị sự chống đối của đạo giáo, nên chỉ được coi là một giả thuyết). Cho đến nay mặc dù khoa học và y học phát triển tột đỉnh, cũng không xác định được luận lý về sự sống, sự chết của con người như 2 giáo lý Chúa và Phật nêu ra, mà cũng không giải thích được vì sao có mộng trong giấc ngủ của con người. Các vị ấy chỉ phân tích được rằng: Giấc ngủ của con người có 4 giai đoạn: 1= mơ màng chưa ngủ; 2 = bắt đầu giấc ngủ nhẹ nhàng, dễ tỉnh thức; 3 + 4 = Chìm vào giấc ngủ sâu và bắt đầu nằm mộng... (và mộng chỉ có thể kéo dài 20 phút, nếu quá 20 phút thì sẽ không tỉnh lại được). Dù không giải thích được tất cả...y học hiện hữu có thể lấy tinh trùng của người nam và trứng người nữ cho kết hợp và nuôi lớn bào thai trong bụng người đàn bà cho thuê tử cung, hay trong nôi dưỡng khí của phòng thí nghiệm. Hơn nữa họ còn có thể tạo ra cùng lúc vô số clones người (hình hài giống nhau), không khác gì một hãng xưởng chế tạo «búp bê người»! Và các nhà nghiên cứu y học cho rằng: Tim là cái máy bơm có nhiệm vụ làm tuần hoàn máu luân lưu trong cơ thể. Não là trung tâm điều khiển sự sống con người. (Tác giả bài viết thắc mắc):-Vậy phần hồn con người đến từ đâu? Phải chăng từ tim? Hay từ não? Hay từ cả hai? Và khi con người chết linh hồn sẽ bay đi, hay tiêu mất theo thân xác? Tóm lại: Mặc dù các bác học nghiên cứu gia chưa xác định được rõ ràng về đời người, nhưng chúng ta phải ca ngợi các viện bào chế thuốc trên thế giới đã không

ngừng tìm ra nhiều thuốc chống lại bệnh tật, kéo dài tuổi thọ cho con người. Đáng kể nhất là ngành y hiện đại, các y sĩ chuyên khoa giải phẩu còn có thể kéo dài cuộc sống cho người bệnh, bằng cách cấy ghép nội tạng của người lành mạnh khác. Quả là một phát triển thần kỳ! (Tuy nhiên, chính vì sự kiện này mà một số quốc gia trên thế giới có những kẻ hành nghề mua bán nội tạng, làm những hành vi gian ác giết người...) Phần kết của tác giả: «Con người» (các nhà nghiên cứu khoa học) có thể tạo «con người» (bébé của phòng thí nghiệm), nhưng vẫn chưa biết phần hồn đi vào cơ thể như thế nào? Mà họ cũng không thể giaỉ thích vì sao có sự khác biệt của đời sống và cái chết của mỗi người, ngay cả giấc mộng vì sao mà có? Tất cả vẫn còn trong bí ẩn...! Hẵn là «bí mật» của Thượng Đế mà loài người không thể nào khám phá! (Huynh Dung RUHIER – Nhà văn & Nhà Thơ) ---oOo--- Khoa Học nói gì về trái đất và con người?

- 15 tỉ năm trước đây, có tiếng nổ lớn 'Big Bang'

- 4.7 tỉ năm trước: trái đất mới đầu là một quả cầu lửa, nguội dần, vỏ đặc lại.

Hơi gặp lạnh đông lại, rơi xuống thành mưa. Chỉ có một đại châu và một đại dương duy nhất, tình trạng này kéo dài 4.5 tỉ năm: có mưa, có sông ngòi, có soi mòn và lắng động.

- 3 tỉ năm trước: có sinh vật đơn bào, một tế bào (unicellulaire) - 1 tỉ năm trước: có sinh vật đa bào, đa bào có đuôi. - 500 triệu năm trước: có loài bò sát khổng lồ, rêu biển, cây, loài lưỡng thể (amphibie), các loài bò sát biết bay. - 200 triệu năm trước: loài có vú. - Khoảng 70-25 triệu năm trước: con proconsul - 15 triệu năm trước, con proconsul cho ra hai nhánh: dyopithecus (xuống đến khỉ) và ramapithecus (xuống đến người). Sau đây nói tiếp về ramapithecus:

- Khoảng 2 - 1 triệu năm trước Homo habilis (Homo = ngợm) - 700 ngàn năm trước: Homo erectus (đứng thẳng) - 100 ngàn năm trước : Homo sapiens (khôn) - 60 ngàn năm trước: Homo sapiens sapiens (khôn khôn) - 10 ngàn năm trước: Người - 10 - 60 ngàn năm trước: canh nông - 5000 năm trước: chữ viết - 2000 năm trước: đồ đồng - 1000 năm trước: đồ sắt... ---oOo--- THE PROBLEMS OF LIFE Venerable Narada Mahathera

Who? Whence? Whither? Why? What? are some important problems that affect all humanity.

Who is man? is our first question.

Let us proceed with what is self-evident and perceptible to all.

Man possesses a body which is seen either by our senses or by means of apparatus. This material body consists of forces and qualities which are in a state of constant flux.

Scientists find it difficult to define what matter is. Certain philosophers define "matter as that in which proceed the changes called motion, and motion as those changes which proceed in matter." (Ouspensky -- Tertium Organum p. 8)

The Pali term for matter is Rupa. It is explained as that which changes or disintegrates. That which manifests itself is also another explanation.

According to Buddhism there are four fundamental material elements. They are Pathavi, Apo, Tejo, and Vayo

Pathavi means the element of extension, the substratum of matter. Without it objects cannot occupy space. The qualities of hardness and softness which are purely relative are two conditions of this element. This element of extension is present in earth, water, fire and air. For instance, the water above is supported by water below. It is this element of extension in conjunction with the element of motion (Vayo) that produces the upward pressure. Heat or cold is the Tejo element, while fluidity is the Apo element.

Apo is the element of cohesion. Unlike Pathavi it is intangible. It is this element which enables the scattered atoms of matter to cohere and thus gives us the idea of body.

Tejo is the element of heat. Cold is also a form of Tejo. Both heat and cold are included in Tejo because they possess the power of maturing bodies, or, in other words, the vitalizing energy. Preservation and decay are due to this element.

Vayo is the element of motion. The movements are caused by this element. Motion is regarded as the force or the generator of heat. Both motion and heat in the material realm correspond respectively to consciousness and Kamma in the mental.

These four powerful forces are inseparable and interrelated, but one element may preponderate over another, as, for instance, the element of extension preponderates in earth; cohesion, in water; heat, in fire; and motion, in air.

Thus, matter consists of forces and qualities which constantly change not remaining the same even for two consecutive moments. According to Buddhism matter endures only for 17 thought-moments. (During the time

occupied by a flash of lightning billions and billions of thought-moments may arise).

At the moment of birth, according to biology, man inherits from his parents an infinitesimally minute cell 30 millionth part of an inch across. "In the course of nine months this speck grows to a living bulk 15,000 million times greater than it was at outset. (Sir Charles Sherrington - Life's Unfolding, p. 32). This tiny chemico-physical cell is the physical foundation of man.

According to Buddhism sex is also determined at the moment of conception.

Combined with matter there is another important factor in this complex machinery of man. It is the mind. As such it pleases some learned writers to say that man is not Mind plus Body, but is a Mind-Body. Scientists declare that life emerges from matter and mind from life. But they do not give us a satisfactory explanation with regard to the development of the mind

Unlike the material body immaterial mind is invisible, but it could be sensed directly. An old couplet runs:-

"What is mind? No matter.

What is matter? Never mind."

We are aware of our thoughts and feelings and so forth by direct sensation, and we infer their existence in others by analogy.

There are several Pali terms for mind. Mana, Citta, Vinnana are the most noteworthy of them. Compare the Pali root man, to think, with the English word man and the Pali word Manussa which means he who has a developed consciousness.

In Buddhism no distinction is made between mind and consciousness. Both are used as synonymous terms. Mind may be defined as simply the awareness of an object since there is no agent or a soul that directs all activities. It consists of fleeting mental states which constantly arise and perish with lightning rapidity. "With birth for its source and death for its mouth it persistently flows on like a river receiving from the tributary streams of sense constant accretions to its flood." Each momentary consciousness of this ever-changing life- stream, on passing away, transmits its whole energy, all the indelibly recorded

impressions, to its successor. Every fresh consciousness therefore consists of the potentialities of its predecessors and something more. As all impressions are indelibly recorded in this ever-changing palimpsest-like mind, and as all potentialities are transmitted from life to life, irrespective of temporary physical disintegrations, reminiscence of past births or past incidents becomes a possibility. If memory depends solely on brain cells, it becomes an impossibility.

Like electricity mind is both a constructive and destructive powerful force. It is like a double-edged weapon that can equally be used either for good or evil. One single thought that arises in this invisible mind can even save or destroy the world. One such thought can either populate or depopulate a whole country. It is mind that creates one's heaven. It is mind that creates one's hell. Ouspensky writes:--"Concerning the latent energy contained in the phenomena of consciousness, i.e. in thoughts, feelings, desires, we discover that its potentiality is even more immeasurable, more boundless. From personal experience, from observation, from history, we know that ideas, feelings, desires, manifesting themselves, can liberate enormous quantities of energy, and create infinite series of phenomena. An idea can act for centuries and milleniums and only grow and deepen, evoking ever new series of phenomena, liberating ever fresh energy. We know that thoughts continue to live and act when even the very name of the man who created them has been converted into a myth, like the names of the founders of ancient religions, the creators of the immortal poetical works of antiquity, heroes, leaders, and prophets. Their words are repeated by innumerable lips, their ideas are studied and commented upon.

"Undoubtedly each thought of a poet contains enormous potential force, like the power confined in a piece of coal or in a living cell, but infinitely more subtle, imponderable and potent." (Ouspensky -- Tertium Organum p. 125)

Observe, for instance, the potential force that lies in the following significant words of the Buddha:

-- Mano-pubbangama dhamma - mano - settha - manomaya. Mind foreruns deeds; mind is chief, and mind-made are they. (Dhammapada)

Mind or consciousness, according to Buddhism, arises at the very moment of conception, together with matter. Consciousness is therefore present in the foetus. This initial consciousness, technically known as rebirth-consciousness

or relinking-consciousness (Patisandhi vinnana), is conditioned by past kamma of the person concerned. The subtle mental, intellectual, and moral differences that exist amongst mankind are due to this Kamma conditioned consciousness, the second factor of man.

To complete the trio that constitutes man there is a third factor, the phenomenon of life that vitalizes both mind and matter. Due to the presence of life reproduction becomes possible. Life manifests itself both in physical and mental phenomena. In Pali the two forms of life are termed Nama jivitindriya and Rupa jivitindriya -- psychic and physical life.

Matter, mind, and life are therefore the three distinct factors that constitute man. With their combination a powerful force known as man with inconceivable possibilities comes into being. He becomes his own creator and destroyer. In him are found a rubbish-heap of evil and a storehouse of virtue. In him are found the worm, the brute, the man, the superman, the deva, the Brahma. Both criminal tendencies and saintly characteristics are dormant in him. He may either be a blessing or a curse to himself and others. In fact man is a world by himself.

Whence? is our second question.

How did man originate'?

Either there must be a beginning for man or there cannot be a beginning. Those who belong to the first school postulate a first cause, whether as a cosmic force or as an Almighty Being. Those who belong to the second school deny a first cause for, in common experience, the cause ever becomes the effect and the effect becomes the cause. In a circle of cause and effect a first cause is inconceivable. According to the former life has had a beginning; while according to the latter it is beginningless. In the opinion of some the conception of a first cause is as ridiculous as a round triangle.

According to the scientific standpoint, man is the direct product of the sperm and ovum cells provided by his parents. Scientists while asserting "Omne vivum ex vivo"--all life from life, maintain, that mind and life evolved from the lifeless. Now, from the scientific standpoint, man is absolutely parent-born. As such life precedes life. With regard to the origin of the first protoplasm of life, or "colloid" (whichever we please to call it), scientists plead ignorance.

According to Buddhism man is born from the matrix of action (kammayoni). Parents merely provide man with a material layer. As such being precedes being. At the moment of conception, it is Kamma that conditions the initial consciousness that vitalizes the foetus. It is this invisible Kammic energy generated from the past birth that produces mental phenomena and the phenomenon of life in an already extant physical phenomenon, to complete the trio that constitutes man.

Dealing with the conception of beings the Buddha states:--

"Where three are found in combination, there a germ of life is planted. If mother and father come together, but it is not the mother's period, and the 'being-to-be born' (gandhabba) is not present, then no germ of life is planted. If mother and father come together, and it is the mother's period, but the 'being-to-be-born' is not present, then again no germ of life is planted. If mother and father come together, and it is the mother's period, and the 'being- to-bc-born' is also present, then, by the combination of these three, a germ of life is there planted."

Here Gandhabba (= gantabba) refers to a suitable being ready to be born in that particular womb. This term is used only in this particular connection, and must not be mistaken for a permanent soul.

For a being to be born here a being must die somewhere. The birth of a being corresponds to the death of a being in a past life; just as, in conventional terms, the rising of the sun in one place means the setting of the sun in another place.

The Buddha states:--"a first beginning of beings who, obstructed by ignorance and fettered by craving, wander and fare on, is not to be perceived."

This life-stream flows ad infinitum as long as it is fed with the muddy waters of ignorance and craving. When these two are completely cut off, then only does the life-stream cease to flow; rebirth ends as in the case of Buddhas and Arahants. An ultimate beginning of this life-stream cannot be determined, as a stage cannot be perceived when this life force was not fraught with ignorance and craving.

The Buddha has here referred merely to the beginning of the life-stream of living beings. It is left to scientists to speculate on the origin and the evolution of the universe.

Whither? is our third question.

Where goes man?

According to ancient materialism which, in Pali and Samskrit, is known as Lokayata, man is annihilated after death, leaving behind him any force generated by him. "Man is composed of four elements. When man dies the earthy element returns and relapses into the earth; the watery element returns into the water; the fiery element returns into the fire; the airy element returns into the air, the senses pass into space.

Wise and fools alike, when the body dissolves. are cut off, perish, do not exist any longer. There is no other world. Death is the end of all. This present world alone is real.

The so-called eternal heaven and hell are the inventions of imposters (Sri Radhakrishna -- Indian Philosophy. Vol. 1. p. 278).

Materialists believe only in what is cognizable by the senses. As such matter alone is real. The ultimate principles are the four elements -- earth, water, fire and air. The self conscious life mysteriously springs forth from them, just as the genie makes its appearance when Aladdin rubs his lamp. The brain secretes thought just as liver secretes bile.

In the view of materialists the belief in the other world, as Sri Radhakrishna states, "is a sign of mendaciousness, feminism, weakness, cowardice and dishonesty."

According to Christianity there is no past for man. The present is only a preparation for two eternities of heaven and hell. Whether they are viewed as places or states man has for his future endless felicity in heaven or endless suffering in hell. Man is therefore not annihilated after death, but his essence goes to eternity.

"Whoever," as Schopenhaeur says, "regards himself as having become out of nothing must also think that he will again become nothing; or that an eternity has passed before he was, and then a second eternity had begun, through which he will never cease to be, is a monstrous thought."

The adherents of Hinduism who believe in a past and present do not state that man is annihilated after death. Nor do they say that man is eternalized after death. They believe in an endless series of past and future births. In their opinion the life-stream of man flows ad infinitum as long as it is propelled by the force of Kamma, one's actions. In due course the essence of man may be reabsorbed into Ultimate Reality (Paramatma) from which his soul emanated.

Buddhism believes in the present. With the present as the basis it argues the past and future. Just as an electric light is the outward manifestation of invisible electric energy even so man is merely the outward manifestation of an invisible energy known as Kamma. The bulb may break, and the light may be extinguished, but the current remains and the light may be reproduced in another bulb. In the same way the Kammic force remains undisturbed by the disintegration of the physical body, and the passing away of the present consciousness leads to the arising of a fresh one in another birth. Here the electric current is like the Kammic force, and the bulb may be compared to the egg-cell provided by the parents.

Past Kamma conditions the present birth; and present Kamma, in combination with past Kamma, conditions the future. The present is the offspring of the past, and becomes in turn the parent of the future.

Death is therefore not the complete annihilation of man, for though that particular life span ended, the force which hitherto actuated it is not destroyed.

After death the life-flux of man continues ad infinitum as long as it is fed with the waters of ignorance and craving. In conventional terms man need not necessarily be born as a man because humans are not the only living beings. Moreover, earth, an almost insignificant speck in the universe, is not the only place in which he will seek rebirth. He may be born in other habitable planes as well ("There are about 1,000,000 planetary systems in the Milky Way in which life may exist." See Fred Hoyle, The Nature of the Universe pp. 87- 89.).

If man wishes to put an end to this repeated series of births, he can do so as the Buddha and Arahants have done by realizing Nibbana, the complete cessation of all forms of craving.

Where does man go? He can go wherever he wills or likes if he is fit for it. If, with no particular wish, he leaves his path to be prepared by the course of

events, he will go to the place or state he fully deserves in accordance with his Kamma.

Why is our last question?

Why is man? Is there a purpose in life? This is rather a controversial question.

What is the materialistic standpoint? Scientists answer:-

"Has life purpose? What, or where, or when?

Out of space came Universe, came Sun,

Came Earth, came Life, came Man, and more must come.

But as to Purpose: whose or whence? Why, None."

As materialists confine themselves purely to sense-data and the present material welfare ignoring all spiritual values, they hold a view diametrically opposite to that of moralists. In their opinion there is no purposer -- hence there cannot be a purpose. Non-theists, to which category belong Buddhists as well, do not believe in a creative purposer.

"Who colours wonderfully the peacocks, or who makes the cuckoos coo so well?" This is one of the chief arguments of the materialists to attribute everything to the natural order of things.

"Eat, drink, and be merry, for death comes to all, closing our lives," appears to be the ethical ideal of their system. In their opinion, as Sri Radhakrishna writes:-- Virtue is a delusion and enjoyment is the only reality. Death is the end of life. Religion is a foolish aberration, a mental disease. There was a distrust of everything good, high, pure, and compassionate. The theory stands for sensualism and selfishness and the gross affirmation of the loud will. There is no need to control passion and instinct, since they are nature's legacy to men." (Indian Philosophy Vol. I, p. 201).

Sarvadarsana Sangraha says:--

"While life is yours, live joyously,

None can escape Death's searching eye;

When once this frame of ours they burn,

How shall it e'er again return?" (Indian Philosophy Vol. I, p. 2)

"While life remains let a man live happily, let him feed on ghee even though he runs in debt."

Now let us turn towards science to get a solution to the question "why."

It should be noted that "science is a study of things, a study of what is and that religion is a study of ideals, a study of what should be."

Sir J. Arthur Thompson maintains that science is incomplete because it cannot answer the question why.

Dealing with cosmic Purpose, Bertrand Russell states three kinds of views -- theistic, pantheistic, and emergent. "The first", he writes, "holds that God created the world and decreed the laws of nature because he foresaw that in time some good would be evolved. In this view purpose exists consciously in the mind of the Creator, who remains external to His creation.

"In the 'pantheistic' form, God is not external to the universe, but is merely the universe considered as a whole. There cannot therefore be an act of creation, but there is a kind of creative force in the universe, which causes it to develop according to a plan which this creative force may be said to have had in mind throughout the process.

"In the 'emergent' form the purpose is more blind. At an earlier stage, nothing in the universe foresees a later stage, but a kind of blind impulsion leads to those changes which bring more developed forms into existence, so that, in some rather obscure sense, the end is implicit in the beginning." (Bertrand Russell, Religion and Science. p. 191.)

We offer no comments. These are merely the views of different religionists and great thinkers.

Whether there is a cosmic purpose or not a question arises as to the usefulness of the tapeworm, snakes, mosquitoes and so forth, and for the existence of

rabies. How does one account for the problem of evil? Are earthquakes, floods, pestilences, and wars designed?

Expressing his own view about Cosmic Purpose, Russell boldly declares:-- "Why in any case, this glorification of man? How about lions and tigers? They destroy fewer animals or human lives than we do, and they are much more beautiful than we are. How about ants? They manage the Corporate State much better than any Fascist. Would not a world of nightingales and larks and deer be better than our human world of cruelty and injustice and war?

The believers in cosmic purpose make much of our supposed intelligence, but their writings make one doubt it. If I were granted omnipotence, and millions of years to experiment in, I should not think Man much to boast of as the final result of all my efforts." (Bertrand Russel, Religion and Science, p.221) What is the purpose of life according to different religions?

According to Hinduism the purpose of life is "to be one with Brahma" or "to be re-absorbed in the Divine Essence from which his soul emanated."

According to Judaism, Christianity and Islam, it is "to glorify God and to enjoy Him for ever."

Will an average person of any religion be prepared to give up his earthly life, to which he tenaciously clings, for immortality in their ultimate havens of peace?

Very doubtful, indeed!

Now, how does Buddhism answer the question "why?"

Buddhism denies the existence of a Creator. As such from a Buddhist standpoint there cannot be a fore-ordained purpose. Nor does Buddhism advocate fatalism, determinism, or pre-destination which controls man's future independent of his free actions. In such a case freewill becomes an absolute farce and life becomes purely mechanistic.

To a large extent man's actions are more or less mechanistic, being influenced by his own doings, upbringing, environment and so forth. But to a certain extent man can exercise his freewill. A person, for instance, falling from a cliff will be attracted to the ground just as an inanimate stone would. In this

case he cannot use his freewill although he has a mind unlike the stone. If he were to climb a cliff, he could certainly use his freewill and act as he likes. A stone, on the contrary, is not free to do so of its own accord. Man has the power to choose between right and wrong, good and bad. Man can either be hostile or friendly to himself and others. It all depends on his mind and its development.

Although there is no specific purpose in man's existence, yet man is free to have some purpose in life.

What, therefore, is the purpose of life?

Ouspensky writes:--"Some say that the meaning of life is in service, in the surrender of self, in self-sacrifice, in the sacrifice of everything, even life itself. Others declare that the meaning of life is in the delight of it, relieved against 'the expectation of the final horror of death.' Some say that the meaning of life is in perfection, and the creation of a better future beyond the grave, or in future life for ourselves. Others say that the meaning of life is in the approach to non-existence; still others, that the meaning of life is in the perfection of the race, in the organization of life on earth; while there are those who deny the possibility of even attempting to know its meaning."

Criticising all these views the learned writer says:--"The fault of all these explanations consists in the fact that they all attempt to discover the meaning of life outside of itself, either in the nature of humanity, or in some problematical existence beyond the grave, or again in the evolution of the Ego throughout many successive incarnations -- always in something outside of the present life of man. But if instead of thus speculating about it, men would simply look within themselves, then they would see that in reality the meaning of life is not after all so obscure. It consists in knowledge." (Tertium Organum, p. 192.)

In the opinion of a Buddhist, the purpose of life is Supreme Enlightenment (Sambodhi), i.e. understanding of oneself as one really is. This may be achieved through sublime conduct, mental culture, and penetrative insight; or in other words, through service and perfection.

In service are included boundless loving-kindness, compassion, and absolute selflessness which prompt man to be of service to others. Perfection embraces absolute purity and absolute wisdom.

Những vấn đề của kiếp nhân sinh

Hòa thượng Narada - Phạm Kim Khánh dịch

Con người là ai? Từ đâu đến? Đi về đâu? Tại sao? Mục tiêu của đời sống là gì?

Đó là vài thắc mắc quan trọng thường làm bận tâm toàn thể nhân loại.

Con người là ai? Đó là câu hỏi đầu tiên của chúng ta.

Chúng ta hãy tuần tự nghiên cứu. Trước tiên hãy khảo sát những gì tự nó biểu hiện hiển nhiên mà mọi người đều có thể nhận ra. Con người có một cơ thể vật chất mà giác quan của chúng ta có thể cảm nhận, trực tiếp hay xuyên qua những dụng cụ. Cơ thể vật chất nầy bao gồm những năng lực và những tính chất luôn luôn biến chuyển.

Nhà khoa học nhận thấy khó mà định nghĩa vật chất là gì? Vài triết gia giải rằng, "vật chất là cái gì trong đó có những biến đổi liên tục diễn tiến gọi là di động, và di động là những biến chuyển xảy diễn bên trong vật chất ấy." (Ouspensky, Tertium Organium, trang 8.)

Danh từ Pali gọi vật chất là Rupa, Sắc. Sắc được giải thích là cái gì biến đổi hay hư hoại. Sắc hay vật chất cũng được giải thích là cái gì tự nó biểu hiện thành hình.

Theo Phật Giáo, vật chất được cấu thành do bốn nguyên tố căn bản là Pathavi (Đất), Apo (Nước), Tejo (Lửa) và Vayo (Gió).

Pathavi (Đất), là nguyên tố có đặc tính duỗi ra, nền tảng của vật chất. Nếu không có nguyên tố Đất, vật thể không thể chiếm không gian. Tính chất cứng hay mềm chỉ là hai điều kiện tương đối của nguyên tố Đất. Nguyên tố Đất luôn luôn hiện hữu trong đất, nước, lửa và không khí. Thí dụ như lớp nước ở dưới nâng đỡ lớp nước trên. Chính nguyên tố Đất, có đặc tính duỗi ra, hợp với nguyên tố Gió, có đặc tính di động, đã tạo áp lực hướng lên trên và do đó nâng đỡ lớp nước ở phần trên. Nước nóng hay lạnh là do

nguyên tố Lửa, Tejo. Thể lỏng của nước do nguyên tố Nước (Apo).

Apo (Nước) là nguyên tố có đặc tính kết hợp lại và làm dính liền. Không giống như với nguyên tố Đất, ta không thể cảm nhận nguyên tố Nước (Apo) bằng

xúc giác, tức không thể nhận ra, hay biết nó được, bằng cách sờ đụng. Đây là nguyên tố có đặc tính kết hợp lại, làm dính liền nhau những phần tử rời rạc của vật chất và cho ta ý niệm vật thể.

Tejo (Lửa) là nguyên tố có đặc tính nóng. Lạnh cũng là một hình thức của Lửa (Tejo). Cả hai, nóng và lạnh, đều là đặc tính của Lửa, bởi vì cả hai đều có khả năng làm đổi thay, làm cho già, cho chín hay nói cách khác, tạo sinh lực cho vật thể. Một vật được duy trì gìn giữ lâu bền, hay bị hư hoại là do nguyên tố Lửa.

Vayo (Gió) là nguyên tố có đặc tính di động. Có sự chuyển động là do nơi nguyên tố nầy. Trạng thái di động được xem là năng lực hay nguyên động lực làm phát sanh hơi nóng. Di động và sức nóng trong lãnh vực vật chất cũng tương ứng với nhau giống như tâm và nghiệp trong phạm vi tinh thần.

Bốn năng lực hùng mạnh nầy tương quan với nhau mật thiết và không thể tách rời lìa khỏi nhau. Nhưng trong một vật thể, thành phần nầy có thể trội hơn thành phần khác. Như trong đất chẳng hạn, nguyên tố Đất trội hơn ba nguyên tố kia. Trong nước thì nguyên tố Nước trội hơn v.v...

Như vậy, Sắc (Rupa) bao gồm những năng lực và những tính chất trong trạng thái luôn luôn biến chuyển, không bao giờ tồn tại giống hệt trong hai khoảnh khắc kế tiếp. Theo Phật Giáo, Sắc (Rupa) chỉ tồn tại trong thời gian 17 chặp tư tưởng. (Chặp tư tưởng -- cũng được gọi là sát-na tâm. Trong thời gian của một cái nhoáng trời chớp, hằng tỷ tỷ chặp tư tưởng có thể phát sanh)

Theo các nhà sinh vật học, vào lúc bà mẹ thọ thai, con người chỉ thừa hưởng nơi cha mẹ một tế bào cực kỳ vi tế là một phần ba chục triệu (1/30,000.000) bề kính, của một phân Anh (inch). "Trong vòng chín tháng, đớm nhỏ cực vi nầy trở thành một khối sinh vật 15,000 triệu lần lớn hơn lúc ban sơ" (Sir Charles Sherrington -- Life's Unfolding, trang 32). Tế bào vật-lý-hóa nầy là nền tảng vật chất của con người. Theo Phật Giáo, nam tính hay nữ tính của một người được quyết định vào lúc mẹ thọ thai.

Phối hợp với phần vật chất (Sắc), trong guồng máy phức tạp của con người còn có một yếu tố quan trọng. Đó là cái tâm. Cũng như có vài tác giả uyên thâm thích nói, rằng con người không phải là "Tâm cộng với Thân", hay "Danh và Sắc", mà là "Danh-Sắc", một sự phối hợp chặt chẽ giữa hai thành phần--vật chất và tâm linh. Các nhà khoa học nói rằng đời sống khởi sanh từ

vật chất, và tâm (phát sanh) từ đời sống. Nhưng các vị nầy không cung ứng cho ta một giải thích thỏa đáng về lịch trình phát triển của tâm.

Không giống như cơ thể vật chất, ta không thể thấy cái tâm vô hình tướng, tuy nhiên có thể trực tiếp thọ cảm. Có hai câu nói của người thời xưa như sau:

Tâm là gì? -- Không có vật chất.

Vật chất là gì? -- Không bao giờ có tâm." [1]

Chúng ta hay biết, nhận ra những tư tưởng, những cảm giác v.v... bằng cách trực tiếp tri giác, và chúng ta suy luận rằng người khác cũng tri giác cùng một thế ấy. Tiếng Pali có nhiều danh từ để chỉ cái tâm, trong đó ba danh từ mana, citta và vinnana là thông dụng nhất. Chúng ta hãy so sánh căn "man", có nghĩa suy tư, với chữ "man" trong tiếng Anh, có nghĩa con người, và Phạn ngữ "manussa", có nghĩa người đã có tâm thức được phát triển.

Trong Phật Giáo không có sự phân biệt giữa "tâm" (citta) và "thức" (vinnana). Hai danh từ nầy được xử dụng đồng nghĩa với nhau. Tâm chỉ giản dị được định nghĩa là "sự hay biết đối tượng", bởi vì không có một thực thể tác động, hay một linh hồn chỉ đạo tất cả những sinh hoạt tâm linh. Chỉ có những trạng thái tâm luôn luôn sanh rồi diệt nhanh như chớp. Sông từ nguồn chảy ra biển cả. Trong dòng trôi chảy, sông tiếp nhận những luồng nước mới từ các rạch ngòi đổ vào. "Với sự sanh là nguồn và tử là cửa biển, tâm đều đặn trôi chảy như một dòng sông, không ngừng tiếp nhận những luồng nước khác nhau do các rạch ngòi giác quan cung ứng."

Mỗi chặp tư tưởng (sát na tâm) của dòng đời luôn luôn biến đổi nầy khi diệt, chuyển trao tất cả năng lực, tất cả những cảm xúc đã thâu nhận và không thể xóa bỏ, cho chặp tư tưởng kế đến. Như vậy, mỗi chặp tư tưởng mới bao gồm những tiềm năng của chặp trước và thêm vào những gì khác. Vì tất cả những cảm xúc đã được ghi nhận vững chắc trong cái tâm luôn luôn biến đổi, và bởi vì tất cả những tiềm năng đều được chuyển trao từ kiếp sống nầy sang kiếp khác nên có người còn có thể nhớ lại tiền kiếp, hoặc một vài diễn biến của tiền kiếp, mặc dầu cơ thể đã trải qua giai đoạn tạm thời hoại diệt. Nếu trí nhớ chỉ tùy thuộc vỏn vẹn nơi bộ óc, thì khi cân não hoại diệt cùng với cơ thể vật chất ắt không ai còn hồi nhớ gì.

Như điện lực, tâm có khả năng rất hùng mạnh, để xây dựng cũng như để tiêu diệt, và giống như một khí giới bén cả hai bề mà ta có thể xử dụng để làm điều phải hay điều quấy. Chỉ một tư tưởng phát sanh trong cái tâm vô hình nầy cũng có thể cứu vãn hay tiêu diệt thế gian. Một ý nghĩ có thể giúp an cư lạc nghiệp hay tàn phá toàn thể một quốc gia. Chính tâm tạo thiên đàng cho ta, cũng chính tâm tạo địa ngục cho ta. Ouspenky viết:

"Về năng lực ngủ ngầm trong các hiện tượng tâm linh, chẳng hạn như trong những tư tưởng, những cảm giác, những ham muốn, chúng ta khám phá rằng tiềm năng của nó càng vô lượng vô biên hơn. Do kinh nghiệm bản thân, do công trình khảo sát, do những văn kiện lịch sử, chúng ta biết rằng những ý nghĩ, những cảm giác, những ham muốn tự nó biểu hiện, có thể phóng thích vô số năng lực và tạo nên chuỗi dài vô tận những hiện tượng. Một tư tưởng có thể tác động trong nhiều thế kỷ, nhiều ngàn năm, chỉ tăng trưởng và ăn sâu thêm, không ngừng khơi dậy những hiện tượng mới, luôn luôn giải phóng những năng lực mới. Chúng ta biết rằng tư tưởng tiếp tục sống và tác động chí đến khi chính danh tánh của người tạo ra nó đã biến thành nhân vật của thần thoại

truyền kỳ, như tên tuổi của các vị đã sáng lập những tôn giáo cổ xưa, những thi gia thời cổ đã làm ra những vần thơ bất hủ, các đấng anh hùng, những bậc lãnh đạo và những nhà tiên tri. Lời nói của các vị nầy vẫn còn được vô số những cặp môi lặp đi nhắc lại và vẫn còn được chúng ta học hỏi và luận bình.

"Mỗi tư tưởng của một nhà thơ chắc chắn chứa đựng tiềm năng vô cùng trọng đại -- như năng lực tiềm ẩn trong một cục than đá hay một tế bào sống -- nhưng cũng vô cùng vi tế, không thể cân lường, nhưng thật sự hùng mạnh."- (Ouspensky, "Tertium Organum", trang 125).

Chúng ta thử khảo sát tiềm năng chứa đựng trong những lời dạy có ý nghĩa sau đây của Đức Phật:

Mano-pubbangama dhamma - mano-settha manomaya.

Tâm dẫn đầu hành động; tâm là chủ, và tất cả (hành động) đều do tâm tạo. (Pháp Cú)

Theo Phật Giáo, tâm hay thức phát hiện ngay vào lúc được thọ thai, cùng một lúc với phần vật chất. Như vậy, thức vẫn có hiện hữu trong thai bào. Cái thức sơ khởi ấy mà kinh sách gọi là thức-tái-sanh, hay thức-nối-liền (patisandhi vinnana) khởi sanh do nghiệp quá khứ của đương sự tạo duyên. Sự khác biệt

tế nhị về tinh thần, trí thức và đạo đức giữa những người khác nhau của nhân loại là do cái thức được nghiệp quá khứ tạo duyên của mỗi người. Thức-tái- sanh là yếu tố thứ nhì của con người. Yếu tố thứ nhất là phần vật chất, do cha mẹ cung cấp.

Để cho đủ ba thành phần tạo nên con người, còn có yếu tố thứ ba, hiện tượng sống, tạo sinh lực cho cả hai, tâm và vật chất, hay Danh và Sắc. Do có sinh lực thai mới trụ và có sự tái sanh. Sinh lực biểu hiện trong cả hai hiện tượng, vật chất và tâm linh. Danh từ Pali để chỉ hai hình thức sinh lực ấy là Namajivitindriya, Danh Sinh Lực và Rupajivitindriya, Sắc Sinh Lực, tức sức sống của phần tâm linh và sức sống của cơ thể vật chất.

Như vậy, vật chất, tâm, và sinh lực, là ba yếu tố khác biệt tạo nên con người. Với sự phối hợp của ba yếu tố nầy một năng lực gọi là con người được thành hình với những khả năng không thể quan niệm được. Con người tự tạo nên mình, cũng chính con người tự tiêu diệt lấy mình. Bên trong con người có một đống rác tật xấu và một kho tàng đức hạnh. Ta có thể tìm thấy trong con người bản chất sâu bọ, cầm thú, người, siêu nhân, trời, Phạm Thiên. Những khuynh hướng tội lỗi và những tâm tánh thánh thiện đều có ngủ ngầm trong đó. Con người có thể là một phước lành hay một tội khổ cho mình và cho kẻ khác. Trong thực tế, con người tự mình là cả một thế giới.

Từ Đâu Đến? là câu hỏi thứ nhì.

Khởi thủy, con người phát sanh như thế nào?

Hoặc có một khởi điểm từ đó con người bắt đầu hiện hữu, hoặc không có khởi điểm. Những vị thuộc trường phái đầu chủ trương có một nguyên nhân đầu tiên, một năng lực của vũ trụ, hay một Thần Linh Vạn Năng. Trường phái thứ nhì phủ nhận một

nguyên nhân đầu tiên bởi vì, theo kinh nghiệm chung, nhân trở thành quả và quả trở thành nhân, trong một tiến trình mãi mãi liên tục. Trong vòng quanh nhân quả ta không thể quan niệm một khởi điểm. Theo luồng tư tưởng đầu thì có một khởi điểm. Luồng tư tưởng thứ nhì chủ trương không có. Theo nhận xét của vài người, quan niệm có một nguyên nhân đầu tiên cũng vô lý như quan niệm có hình tam giác mà tròn.

Theo quan điểm của khoa học, con người là sản phẩm trực tiếp của tinh trùng và minh châu do cha và mẹ cung ứng. Trong khi quả quyết, "Omne vivum ex vivo" --tất cả sự sống đều phát sanh từ sự sống -- nhà khoa học cũng chủ trương rằng tâm và sự sống phát nguyên từ trạng thái không có sự sống.

Bây giờ, theo quan điểm của nhà khoa học, con người được sanh ra hoàn toàn do cha mẹ. Như vậy đời sống đến trước đời sống. [2] Đối với nguyên do của nguyên sanh chất đầu tiên của đời sống (nguyên sanh chất đầu tiên -- gọi là protoplasm hay colloid.), nhà khoa học nói không biết.

Theo Phật Giáo, con người được sanh ra từ bào thai hành động (kammayoni, bào thai nghiệp). Cha mẹ chỉ cung ứng phần vật chất. Như vậy, chúng sanh đến trước chúng sanh. Vào lúc được thọ thai, chính nghiệp tạo duyên để thức đầu tiên làm nguồn sống cho thai bào. Chính nghiệp lực vô hình phát sanh từ kiếp sống quá khứ tạo những hiện tượng "tâm linh" và hiện tượng "sinh lực" trong hiện tượng "vật chất" sẵn có, hội đủ ba yếu tố (tam nguyên) cấu thành con người.

Đề cập đến vấn đề thọ thai của chúng sanh, Đức Phật tuyên ngôn;

"Nơi nào có đủ ba yếu tố phối hợp là mầm sống bắt đầu. Nếu cha và mẹ gặp nhau mà không nhằm thời kỳ thọ thai của mẹ và không có một chủng tử (gandhabba), thì không có mầm sống. Nếu cha mẹ gặp nhau vào thời kỳ thọ thai của mẹ mà không có một chủng tử hiện hữu, thì cũng không có mầm sống. Nếu cha và mẹ gặp nhau vào thời kỳ thọ thai của mẹ và có một chủng tử hiện hữu, chừng ấy, do sự phối hợp của ba yếu tố, mầm sống bắt đầu."

Nơi đây danh từ "gandhabba", được phiên dịch là chủng tử, là một chúng sanh sẵn sàng được sanh vào bào thai, chỉ dùng trong trường hợp riêng biệt nầy. Ta không nên lầm lẫn với một linh hồn trường cửu.

Cho đặng có một chúng sanh được thọ thai ở nơi nầy phải có một chúng sanh chết ở một nơi nào khác. Cái sanh của một chúng sanh trong hiện tại tương ứng với cái chết của một chúng sanh trong kiếp vừa qua; cũng giống như thông thường ta nói rằng mặt trời mọc ở một nơi có nghĩa là mặt trời lặn ở một nơi khác.

Đức Phật dạy rằng:

"Một khởi điểm đầu tiên của chúng sanh -- vốn bị che lấp mù mịt trong vô minh, bị trói buộc chặt chẽ trong ái dục, và triền miên thênh thang bất định - - quả thật không thể quan niệm."

Dòng đời trôi chảy vô cùng tận ngày nào còn tiếp nhận bùn nhơ nước đục của vô minh và ái dục. Chỉ khi nào chận đứng được hai luồng rạch ngòi ô nhiễm nầy đời sống mới ngừng trôi chảy, hiện tượng tái sanh mới không còn xảy diễn, như trường hợp chư Phật và chư vị A La Hán. Trong khi còn mang nặng vô minh và ái dục ta không thể nhận thức khởi điểm cùng tột của dòng đời. Đức Phật chỉ đề cập đến như "khởi thủy của dòng đời" của chúng sanh. Hãy để cho các nhà khoa học suy cứu về vấn đề nầy.

Đi về đâu? là câu hỏi thứ ba.

Từ đây rồi con người sẽ đi về đâu?

Theo chủ thuyết vật chất của thời xưa -- mà danh từ Pali và Samskrit đều gọi là Lokayata -- con người hoàn toàn tuyệt diệt sau khi chết, bỏ lại sau lưng bất luận năng lực nào phát nguyên trong đời sống.

"Con người do bốn nguyên tố cấu thành. Khi chết rồi thì nguyên tố Đất trở về và tan biến trong lòng đất; nguyên tố Nước trở về với nước; nguyên tố Lửa trở về với lửa và nguyên tố Gió trở về hòa tan trong không khí; giác quan tan biến trong không gian. Người trí cũng như kẻ ngu, một khi thể xác tan rã thì tất cả đều chấm dứt, hoại diệt, không còn tồn tại nữa. Không có thế gian nào khác. Cái chết là mức tận cùng của tất cả. Chỉ có thế gian hiện tại là thật có. Cái được gọi là thiên đàng và địa ngục trường cửu là những phát minh của hạng người gian manh mong vụ lợi." (Sri Radhakrishna -- Indian Philosophy, tập I, trang 278.)

Người sống theo chủ thuyết duy vật chỉ tin những gì mà giác quan có thể cảm nhận. Do đó, chỉ có vật chất là thực tại. Khởi nguyên cùng tột là Tứ Đại: Đất, Nước, Lửa, Gió, và từ đó đời sống tâm linh nhảy vọt ra một cách bí ẩn, giống như ông thần xuất hiện khi Aladin chà tay trên ngọn đèn. Não tiết ra tư tưởng cũng như gan tiết ra mật.

Như Sri Radhakrisna tuyên bố: Dưới cái nhìn của con người duy vật, tin có một thế giới khác "là dấu hiệu của sự giả dối ươn hèn của người có tính đàn bà, yếu ớt, hèn nhát và bất lương."

Theo Cơ Đốc Giáo, con người không có dĩ vãng. Hiện tại chỉ là thời gian chuẩn bị để tiến đến hoặc thiên đàng vĩnh cửu, hoặc địa ngục trường tồn. Dầu xem đó là hai nơi chốn hay hai trạng thái trong tương lai, con người sẽ hưởng lạc thú vô cùng tận trên thiên đàng, hoặc vĩnh viễn phải chịu đau khổ dưới địa

ngục. Vậy sau khi chết con người không tuyệt diệt mà phần tinh túy sẽ vĩnh cửu trường tồn.

Schopenhaeur nói:

"Bất cứ ai tự xem mình được sanh ra từ hư không cũng phải nghĩ rằng mình sẽ trở lại thành hư không; hoặc nữa, cho rằng trước khi có mình đã có một quá khứ vô tận, rồi một thời gian vô tận thứ nhì lại bắt đầu, và xuyên qua thời gian ấy, ta không bao giờ ngừng sống. Thật là một ý nghĩ quái dị."

Tín đồ Ấn Độ Giáo tin có quá khứ và hiện tại, và không chủ trương rằng sau khi chết con người sẽ hoàn toàn tiêu diệt. Họ cũng không cho rằng con người sẽ vĩnh cửu trường tồn. Họ tin có một chuỗi dài những kiếp sống quá khứ và vị lai. Theo họ, luồng sống của con người chảy trôi vô cùng tận ngày nào mà nghiệp lực, tức năng lực của hành động, còn đủ sức đưa đẩy. Vào đúng lúc, tinh hoa của con người có thể nhập trở vào Thực Tại Cùng Tột (Paramatma - Chân đế), cái Đại Hồn mà từ đó linh hồn đã phát xuất.

Phật Giáo tin có hiện tại rồi căn cứ trên hiện tại, suy diễn rằng có quá khứ và vị lai. Cũng như ánh sáng đèn điện là sự biểu hiện ra bên ngoài của luồng điện lực vô hình, cùng thế ấy, con người chỉ là sự biểu hiện ra ngoài của năng lực vô hình gọi là Nghiệp - Kamma. Bóng đèn điện có thể bể và ánh sáng có thể tắt, nhưng luồng điện vẫn còn và ánh sáng có thể trở lại khi gắn vào đó một cái bóng khác. Cũng dường thế ấy, luồng Nghiệp lực vẫn trôi chảy như thường, không bị sự tan vỡ của cơ thể vật chất làm xáo trộn. Tâm thức của người lâm chung trong hiện tại chấm dứt và, khi chấm dứt, tạo duyên cho một tâm thức mới phát sanh trong kiếp sống kế. Nơi đây luồng điện giống như luồng Nghiệp và cái bóng đèn mới có thể ví như tế bào trứng của cha mẹ.

Nghiệp quá khứ tạo điều kiện cho sự sanh trong hiện tại, và Nghiệp hiện tại, phối hợp với Nghiệp quá khứ, tạo điều kiện cho kiếp sống tương lai. Hiện tại là con đẻ của quá khứ, rồi đến lượt mình, trở thành cha mẹ của vị lai.

Như vậy, chết không phải là hoàn toàn tuyệt diệt, bởi vì mặc dầu kiếp sống nầy chấm dứt, cái năng lực tạo sự sống cho nó không bị tiêu diệt. Sau khi chết, dòng sinh lực của con người tiếp tục trôi chảy vô cùng tận, ngày nào mà những luồng nước vô minh và ái dục còn được cung cấp để dưỡng nuôi nó.

Theo ngôn ngữ chế định thông thường chúng ta nói rằng con người không nhất thiết phải tái sanh lại làm người, bởi vì con người không phải là chúng

sanh duy nhất. Hơn nữa, quả địa cầu, hầu như chỉ là một điểm nhỏ không đáng kể trong vũ trụ bao la, không phải là nơi chốn duy nhất mà chúng sanh có thể tái sanh vào. Sau khi chết con người có thể tái sanh vào một cảnh giới khác. ("Có khoảng một triệu hệ thống hành tinh trong Dãy Ngân Hà trong đó có sự sống"- Xem Fred Hoyle, The Nature of the Universe, trang 87-89.)

Nếu con người muốn chấm dứt chuỗi dài những kiếp sống triền miên, con người có thể làm như Đức Phật và chư vị A La Hán đã làm để chứng ngộ Niết Bàn, chấm dứt trọn vẹn mọi hình thức ái dục.

Con Người Đi Về Đâu?

Con người có thể đi bất cứ nơi nào mình muốn, bất luận nơi nào mình quyết chí đi, nếu hội đủ điều kiện thích nghi. Nếu không đặc biệt có chú nguyện nào, con người sẽ lăn trôi theo con đường mà những diễn biến của cuộc đời đưa đẩy mình vào, và sẽ tái sanh vào trạng thái tương xứng với cái Nghiệp của mình đã tạo.

Tại Sao? Tại sao có con người? Có chăng một mục tiêu trong đời sống là thắc mắc cuối cùng của chúng ta.

Tại sao có con người? Cuộc sống nầy có mục tiêu gì?

Đây quả thật là một vấn đề đã được bàn thảo sôi nổi. Quan điểm của người sống thiên về vật chất là thế nào? Nhà khoa học giải đáp:

"Đời sống có mục tiêu không? Là gì, ở đâu, hay lúc nào?

Từ không gian Vũ Trụ đến, Mặt Trời đến,

Quả Địa Cầu đến, Đời Sống đến, Con Người đến, và còn nhiều nữa phải đến.

Nhưng còn mục tiêu: Của ai và từ đâu?

Tại sao? Không có gì cả."

Vì người sống theo chủ thuyết duy vật chỉ đơn thuần tự giới hạn mình trong những dữ kiện do giác quan cảm nhận và chỉ biết đời sống vật chất trong hiện tại, mà lờ đi những giá trị tinh thần cho nên lối nhìn của họ nghịch hẳn quan điểm của nhà đạo đức. Theo họ không có ai tạo mục tiêu cho đời sống và -- vì

lẽ ấy, đời sống không có mục tiêu. Những người không tin có Thần Linh cũng nằm trong hạng người Phật tử, không tin có một nhân vật tạo mục tiêu cho mình.

"Ai tô điểm màu sắc một cách tuyệt diệu cho con công, hay ai làm cho chim cu có tiếng gáy lảnh lót?"

Đó là một trong những lý luận chánh của thuyết duy vật, cho rằng tất cả đều nằm trong trật tự thiên nhiên của sự vật.

"Hãy ăn, uống, và tận hưởng mọi lạc thú, bởi vì cái chết sẽ đến với tất cả, chấm dứt cuộc sống của chúng ta" hình như là đạo đức lý tưởng của hệ thống nầy. Theo quan niệm của họ, như Sri Radhakrisna viết: "Đạo đức là ảo tưởng và hưởng thụ khoái lạc là thực tại duy nhất. Chết là mức tận cùng của đời sống. Tôn giáo là một thác loạn điên cuồng, một chứng bệnh thần kinh. Có sự ngờ vực tất cả những gì tốt đẹp, cao cả, trong sạch, và bi mẫn. Lý thuyết nầy chủ trương thỏa mãn dục vọng và lợi kỷ và hiển nhiên xác nhận ý chí tục tằn thô bỉ. Không cần phải kiểm soát khát vọng và bản năng, bởi vì đó là di sản của thiên nhiên mà con người thừa hưởng." (Indian Philosophy, Tập I, trang 201)

Sarvadarsana Sangraha nói:

"Trong khi đời sống còn là của bạn, hãy thỏa thích sống,

Không ai có thể thoát khỏi cặp mắt tìm tòi của Tử Thần;

Một khi chúng nó đã thiêu đốt thân xác nầy của ta,

Làm sao còn trở lại ?

Trong khi còn sống đây con người hãy sống an vui, Hãy ăn, uống sung sướng, dầu có phải vay nợ." (Indian Philosophy, trang 2)

Bây giờ chúng ta hãy trở về với khoa học để tìm một giải đáp cho câu hỏi "Tại Sao?"

Nên ghi nhận rằng "khoa học tìm hiểu sự vật, nghiên cứu học hỏi để biết sự vật 'là thế nào,' trong khi tôn giáo tìm hiểu những lý tưởng, nghiên cứu học hỏi xem sự vật nên 'phải như thế nào'."

Sir Arthur Thompson khẳng định rằng khoa học còn khiếm khuyết vì không thể giải đáp câu hỏi tại sao.

Đề cập đến Mục Tiêu của vũ trụ Bertrand Russell nhắc đến ba loại quan điểm: Quan điểm tin có Thượng Đế; quan điểm Phiếm Thần cho rằng trời là tất cả vũ trụ hay vạn vật, và tất cả vũ trụ là trời; và quan điểm thứ ba cho rằng sự vật nhô lên, xuất hiện một cách không thể đoán trước.

Ông viết:

"Quan điểm thứ nhất chủ trương rằng Thượng Đế tạo nên thế gian và ban hành những định luật thiên nhiên, bởi vì Ngài tiên đoán rằng vào đúng lúc, sẽ có gì tiến hóa tốt đẹp. Theo quan điểm nầy mục tiêu đã sẵn có một cách rõ ràng trong tâm vị Thần Linh Tạo Hóa, vốn ở ngoài tạo vật của mình.

"Trong hình thức 'phiếm thần', Thượng Đế không ở ngoài vũ trụ mà chính là vũ trụ, xem như một toàn thể. Do đó không thể có tác động sáng tạo mà chỉ có một loại năng lực sáng tạo trong vũ trụ. Năng lực nầy làm cho vũ trụ phát triển theo một kế hoạch. Ta có thể nói rằng xuyên qua suốt tiến trình, kế hoạch nầy luôn luôn đi đôi với năng lực sáng tạo.

"Trong hình thức 'nổi lên', mục tiêu càng mù mịt hơn. Vào một giai đoạn sơ khởi, không có gì trong vũ trụ thấy trước giai đoạn sau, mà có một năng lực mù quáng thúc đẩy đến những biến đổi, và biến đổi tạo nên những hình thức phát triển trong đời sống. Do đó, trong một ý nghĩa mù mờ, đoạn cuối đã được hàm xúc ở đoạn đầu." (Bertrand Russell, Religion and Science, trang 191)

Chúng ta không phê bình. Đây chỉ là quan điểm của những học giả chuyên khảo cứu về các tôn giáo và những tư tưởng gia trứ danh.

Dầu có chăng một mục tiêu trong vũ trụ, dầu sự hiện hữu của vũ trụ có nhằm mục tiêu nào không, vẫn có vấn đề được nêu lên về tính cách hữu dụng của các loài sán lãi, rắn rít, muỗi mòng v.v... và sự hiện hữu của bệnh chó dại. Phải giải thích thế nào về vấn đề thiên tai? Những cuộc động đất, những trận bão lụt, những bệnh truyền nhiễm nguy hại, và chiến tranh có được trù hoạch trước không?

Diễn đạt quan điểm riêng của mình về Mục Tiêu Của Vũ Trụ, Russell mạnh mẽ tuyên bố:

"Dầu thế nào, tại sao tán dương, tại sao ca ngợi con người? Còn sư tử, cọp hùm thì sao? Chúng nó sát hại sanh linh -- thú và người -- ít hơn là chúng ta mà lại còn đẹp đẽ hơn

chúng ta. Còn loài kiến? Chúng nó quản trị một Đoàn Thể Quốc Gia còn tài tình hơn nhiều bất cứ người phát xít nào. Thế gian loài chim hoạ mi, chim sơn ca, loài nai, có phải chăng là tốt đẹp an bình hơn là thế gian tàn bạo, bất công và hiếu chiến của loài người? Những người tin tưởng nơi mục tiêu của vũ trụ căn cứ niềm tin ấy trên cái được giả tưởng là sự sáng suốt của chúng ta, nhưng những gì họ viết ra làm cho ta ngờ vực điều ấy.

"Nếu tôi được là một đấng toàn năng và có cả triệu năm để kinh nghiệm, ắt tôi không nghĩ rằng Con Người có gì nhiều để kiêu hãnh với thành quả cuối cùng của tất cả mọi nỗ lực của tôi."

Đối với các tôn giáo khác nhau thì mục tiêu của đời sống là gì?

Theo Ấn Độ Giáo, mục tiêu của đời sống là "đồng nhất thể với đấng Brahma," hoặc "huờn nguyên, nhập trở vào Tinh Chất Thần Linh, cái Đại Hồn" mà từ đó linh hồn của con người được tách rời ra.

Theo Do Thái Giáo, Cơ Đốc Giáo và Hồi Giáo, mục tiêu của đời sống là "tôn vinh và làm vẻ vang Thượng Đế mãi mãi đời đời."

Một người thường trong bất luận tôn giáo nào có sẵn sàng từ bỏ kiếp sống ở trần gian mà họ khư khư bám chặt, để vĩnh viễn sống trong một thiên đàng cực kỳ an lạc không?

Còn rất nghi ngờ, quả thật vậy!

Bây giờ, Phật Giáo giải đáp thế nào câu hỏi, "Tại Sao?"

Phật Giáo phủ nhận một Thần Linh Tạo Hóa. Như vậy, theo quan điểm của Phật Giáo không thể có một mục tiêu của đời sống đã được định sẵn cho họ.

Phật Giáo không chủ trương có vận mạng, định mạng, hay tiền định bất di dịch đã được sắp xếp an bài, kiểm soát tương lai của con người ngoài ý muốn của họ, và không tùy thuộc hành động của họ. Nếu tin vậy, tự do ý chí đã trở nên tuyệt đối là một chuyện khôi hài và đời sống trở thành thuần túy máy móc.

Phần lớn hành động của con người ít nhiều có tính cách tự động, hầu như máy móc, vì đã chịu ảnh hưởng của thói quen, của môi trường sinh sống, của giới thân cận v.v... Nhưng trong một giới hạn nào, con người cũng có thể xử dụng tự do ý chí. Khi người kia từ trên cao té xuống vực sâu thì chỉ rơi như một hòn đá vô tri vô giác. Dầu có tâm chớ không phải như đá mà người kia vẫn không thể xử dụng tự do ý chí của mình. Nhưng lúc trèo lên cao, chắc chắn là anh có đủ tự do ý chí -- quyết định có trèo lên hay không, hay trèo lên cách nào -- và hành động theo ý mình. Hòn đá ngược lại, không thể làm như vậy. Con người có đủ quyền năng chọn lựa giữa điều phải và lẽ quấy, việc tốt hay việc xấu. Con người có thể là bạn lành hay là kẻ thù nghịch của chính mình và của người khác. Tất cả đều do tâm và tiến trình phát triển của tâm. Mặc dầu không có sẵn mục tiêu đặc biệt nào cho kiếp nhân sinh, con người vẫn được tự do tạo cho mình một lý tưởng của cuộc sống.

Vậy, mục tiêu của đời sống là gì?

Ouspensky viết:

"Vài người nói rằng ý nghĩa của cuộc sống là phục vụ, là đè nén và hàng phục cái tự ngã của mình, tự hy sinh, hy sinh tất cả, chí đến mạng sống. Người khác tuyên bố rằng ý nghĩa của cuộc đời là thỏa thích hưởng thụ, quên đi thảm trạng rùng rợn cuối cùng xảy diễn trong hiện tượng chết. Vài người thấy ý nghĩa của đời sống trong công trình tự cải thiện, làm cho mình trở nên hoàn hảo và tạo dựng cho mình một tương lai tốt đẹp hơn, ở bên kia nấm mồ. Người khác nữa chủ trương rằng ý nghĩa của cuộc sống là cố gắng đến gần trạng thái "không-sinh-tồn"; người khác nữa tìm ý nghĩa của đời sống trong nỗ lực kiện toàn loài người, tổ chức cuộc sống trên quả địa cầu; trong lúc ấy có người khẳng định rằng, dầu chỉ là sự cố gắng tìm hiểu ý nghĩa của đời sống cũng không thể được." Bác bỏ tất cả những quan kiến trên nhà học giả uyên thâm viết: "Điểm sai lầm của tất cả những giải thích trên là cố gắng khám phá ý nghĩa của đời sống ở bên ngoài chính mình. Họ tìm trong bản chất của nhân loại, hoặc trong vài cuộc sống mơ hồ bên kia nấm mồ, hoặc nữa trong sự tiến triển của Tự Ngã xuyên qua chuỗi dài những cuộc đầu thai -- luôn luôn một cái gì ở ngoài đời sống hiện tại của con người. "Thay vì khảo sát viển vong, nếu con người chỉ nhìn vào bên trong chính mình họ sẽ nhận thức rằng trong thực tế, ý nghĩa của đời sống không còn gì là mù mờ. Nó chỉ là hiểu biết." - (Tertium Organum, trang 192)

Theo quan điểm của Phật Giáo, mục tiêu cứu cánh của kiếp nhân sinh là thành tựu trạng thái Toàn Giác (Sambodhi), tức thấu triệt thực tướng của chính mình, tự hiểu biết chính mình đúng như thật sự mình là vậy. Sự Giác Ngộ Cao Siêu nầy có thể thành đạt bằng cách nghiêm trì giới luật, trau giồi tâm và khai triển trí tuệ, hoặc nói cách khác, bằng cách phục vụ và trở nên hoàn toàn. Phục vụ bao gồm tâm Từ, tâm Bi vô lượng vô biên và tuyệt đối vị tha, những đức hạnh cao đẹp thúc giục con người giúp đỡ người khác. Hoàn toàn là tuyệt đối trong sạch và trí tuệ toàn hảo.

[1] "What is mind? -- No matter. What is matter? -- Never mind." Nhằm giúp quý vị không đọc tiếng Anh có thể thưởng thức lối chơi chữ hứng thú nầy, người dịch xin phụ chú rằng hai chữ "no matter" vừa có nghĩa là "không có vật chất" vừa là một lối nói rằng, "không sao đâu". Hai chữ "never mind" là "không bao giờ có tâm" mà cũng có nghĩa, "không có gì đâu", "không cần bận tâm đến". [2] Đời sống đến trước đời sống -- Câu nầy có nghĩa là muốn có đời sống hiện tại phải có đời sống trong quá khứ. Có con tức là có cha mẹ, hoặc nữa, muốn có con phải có cha mẹ. (Lời của dịch giả) -ooOoo-
Hone - đá mài dao cạo

Horus – the falcon headed lord of the skies and symbol of the link between matter and spirit (Ai Cập)

Hostile – thù địch, không thân thiện

Hovel – mái che, túp lều

Hub - trục bánh xe

Hubris - xấc xược, ngạo mạn

Huddle –đám đông lộn xộn

Hue – màu sắc

Humdrum – nhàm chán, buồn tẻ

Humerus – (giải phẫu) xương cánh tay

Humility – khiêm tốn, nhún nhường

Humorous axiom – states that behind every great fortune is a great theft!

Hun-tun – the cosmic gourd, a favorite symbol of Taoism, is a lumpy and (Chinese) irregularly shape container of seeds that symbolizes the creative potential of undifferentiated Tao (trái bầu, theo đạo Lão có thể thâu tóm vũ trụ vào trong…)

Hunch - cục bướu

Hurly-burly - cảnh ồn ào huyên náo, cảnh lộn xộn náo động

Hush - sự im lặng

Husk - vỏ khô (trái cây), trấu, vỏ bắp

Hypnagogic arrest strategy – a procedure that use the hypnagogic stage of sleep to induce (gây ra) out-of-body travel. - trạng thái mơ ngủ Hypnagogic state – the state between wakefulness and sleepy = mơ ngủ

Hypnotherapist – treatment by hypnotism = chữa trị bằng phép thôi mien

Hypocrite - kẻ giả nhân, giả nghiã (Hypocrisy - đạo đức giả)

Hypodermic - dưới da, mũi tiêm dưới da

Hypothesis – assumption = giả thuyết (Hypothetical = thuộc về giả thuyết)

Hysterical - quá khích động, cuồng loạn, thác loạn

I

I-Ching – book or classic of change. The theory of the complementary forces (Chinese) of Yin and Yang (Taoism)

I-Ching is a philosophy dating back to the origins of Chinese civilization that evolved along with Chinese writing and culture. This philosophy of right living is based on the premise that everything in the universe arises out of two forces - Yang and Yin - the Chinese words for creative and receptive energy or masculine and feminine forces. The concept of this philosophy is that if you follow the way of nature you will find the right way and right time for action in one’s own life…

Kinh Dịch: Yi Jing (các kiểu Latinh hóa khác: I Jing, Yi Ching, Yi King) là bộ sách kinh điển của Trung Hoa. Nó là một hệ thống tư tưởng triết học của người Á Đông cổ đại. Tư tưởng triết học cơ bản dựa trên cơ sở của sự cân bằng thông qua đối kháng và thay đổi (chuyển dịch). Ban đầu, Kinh Dịch được coi là một hệ thống để bói toán, nhưng sau đó

được phát triển dần lên bởi các nhà triết học Trung Hoa. Cho tới nay, Kinh Dịch đã được bổ sung các nội dung nhằm diễn giải ý nghĩa cũng như truyền đạt các tư tưởng triết học cổ Á đông và được coi là một tinh hoa của cổ học Trung Hoa, nó được vận dụng vào rất nhiều lĩnh vực của cuộc sống như thiên văn, địa lý, quân sự, nhân mệnh...v.v... Triết lý này dựa trên tiền đề rằng mọi thứ trong vũ trụ phát sinh hai năng lượng Dương và Âm - nghĩa là năng lượng sáng tạo và tiếp nhận hay thể hiện nam tính và nữ tính. Khái niệm về triết lý này là nếu bạn làm theo thiên nhiên bạn sẽ tìm đúng cách và đúng lúc để hành động trong cuộc sống của chính bản thân...

Icon – idol = ngẫu tượng

Iconoclast - người bài trừ thánh tượng

Iconography - mô tả bằng tranh, bằng hình tượng

Ideal – amounts to an aspiration to practice infinite compassion with infinite wisdom (lý tưởng)

Idealism – duy tâm

Idiocy – ngu ngốc

Idiosyncrasy - đặc tính, phẩm chất cuả một người

Idolatrous – có tính cách sùng bái, chiêm ngưỡng

Idolatry – the worship of idol = sùng bái, chiêm ngưỡng thần tượng

Idyllic – thơ điền viên, khúc nhạc đồng quê

Ignoble – đê tiện, hèn mọn

Ignominious – dishonorable, deserving of shame = đê tiện, đáng khinh

Ignorance – vô minh, kẻ ngu muội

Illimitable – vô hạn, mênh mông, vô biên

Illusory – false feeling = không thực tế, hão huyền

Imbed - gắn vào

Imbibe - uống, hít, hấp thụ

Imbue – permeate or influence as if by dyeing = thấm màu nhuộm

Immaculate – perfectly clean = vô nhiễm

Immanent - triết học nội tại

Immersion - nhận chìm

Immolate - giết xúc vật để cúng tế, hy sinh

Immortals – living in mountains and grottoes, flying among the stars, and wandering the earth in perfect serenity, nourished by eating the wind and drinking the

dew...(Taoism)

The "Immortals" (from the Greek, sometimes "Ten Thousand Immortals" or "Persian Immortals") was the name given by Herodotus to an elite force of

soldiers who fought for the Achaemenid Empire. This force performed the dual roles of both Imperial Guard and standing army during the Persian Empire's expansion period and during the Greco-Persian Wars. Its Persian name may have been Anusiya ('companions' perhaps confused with Anausa 'immortals' from an- 'non' + ausa 'death'). The force consisted mainly of Persians but also included Medes and Elamites.

Cuộc chiến huyền thoại của các vị thần thời Hy Lạp cổ đại. Nhân vật chủ chốt là chàng dũng sĩ trẻ tuổi Theseus lãnh đạo một nhóm các chiến binh chống lại những người Titan khổng lồ và những vị thần hùng mạnh nhằm giải thoát cho loài người...

Immunity - sự miễn nhiễm, miễn dịch

Immured - bị cầm tù, bị giam hảm

Immutable – không thay đổi, không biến thái

Impart - truyền đạt, phổ biến, kể cho nghe

Impeccable – toàn vẹn, không khuyết điểm

Impede - trở ngại, cản trở (Impediment - sự trở ngại, chướng ngại vật)

Impel - đẩy về phía trước

Imperceptibly – không thể nhận thấy, không thể cảm thấy

The Buddhist Concept of Impermanence

Early Buddhism dealt with the problem of impermanence in a very rationale manner. This concept is known as anicca in Buddhism, according to which, impermanence is an undeniable and inescapable fact of human existence from which nothing that belongs to this earth is ever free.

Buddhism declares that there are five processes on which no human being has control and which none can ever change. These five processes are namely, the process of growing old, of not falling sick, of dying, of decay of things that are perishable and of the passing away of that which is liable to pass.

Buddhism however suggests that escape from these is possible and it's through Nirvana.

Hinduism also believes in the impermanent nature of life. But it deals with this problem differently. According to Hinduism, impermanence can be overcome by locating and uniting with the center of permanence that exists within oneself. This center is the Soul or the self that is immortal, permanent and ever stable.

According to Hinduism, Atman is the fundamental truth that exists in every being, while at the microcosmic level it is Brahman who is the fundamental and supreme truth of all existence. He who realizes Atman verily becomes Brahman and attains immortality.

The Buddha differed radically with this most fundamental concept of Hinduism and in line with his preaching the early Buddhists did not believe in the existence of a permanent and fixed reality which could be referred to as either God or soul. According to them what was apparent and verifiable about our existence was the continuous change it undergoes.

Thus early Buddhism declares that in this world there is nothing that is fixed and permanent. Every thing is subject to change and alteration. "Decay is inherent in all component things," declared the Buddha and his followers accepted that existence was a flux, and a continuous becoming.

According to the teachings of the Buddha, life is comparable to a river. It is a progressive moment, a successive series of different moments, joining together to give the impression of one continuous flow. It moves from cause to cause, effect to effect, one point to another, one state of existence to another, giving an outward impression that it is one continuous and unified movement, where as in reality it is not. The river of yesterday is not the same as the river of today. The river of this moment is not going to be the same as the river of the next moment. So does life. It changes continuously, becomes something or the other from moment to moment.

Take for example the life of an individual. It is a fallacy to believe that a person would remain the same person during his entire life time. He changes every moment. He actually lives and dies but for a moment, or lives and dies moment by moment, as each moment leads to the next. A person is what he is in the context of the time in which he exists. It is an illusion to believe that the

person you have seen just now is the same as the person you are just now seeing or the person whom you are seeing now will be the same as the person you will see after a few moments.

Even from a scientific point of view this is true. We know cell divisions take place in each living being continuously. Old cells in our bodies die and yield place continuously to the new ones that are forming. Like the waves in a sea, every moment, many thoughts arise and die in each individual .

Psychologically and physically he is never the same all the time. Technically speaking, no individual is ever composed of the same amount of energy. Mental stuff and cellular material all the time. He is subject to change and the change is a continuous movement.

Impermanence and change are thus the undeniable truths of our existence. What is real is the existing moment, the present that is a product of the past, or a result of the

previous causes and actions. Because of ignorance, an ordinary mind conceives them all to be part of one continuous reality. But in truth they are not.

The various stages in the life of a man, the childhood, the adulthood, the old age are not the same at any given time. The child is not the same when he grows up and becomes a young man, nor when the latter turns into an old man. The seed is not the tree, though it produces the tree, and the fruit is also not the tree, though it is produced by the tree.

The concept of impermanence and continuous becoming is central to early Buddhist teachings. It is by becoming aware of it, by observing it and by understanding it, one can find a suitable remedy for the sorrow of human life and achieve liberation from the process of anicca or impermanence.

Impermanence – Vô thường - Sự thật về Vô thường có nghĩa là thực tại không bao giờ tĩnh mà luôn luôn động; và điều đó đã được các nhà khoa học nhận thức là bản tính tự nhiên của thế giới, không ngoại lệ. Trong giáo pháp về thực tại động ấy, Đức Phật cung cấp cho chúng ta một chiếc chìa khóa chủ để mở bất kỳ cánh cửa nào mà chúng ta muốn.

Vô thường, phụ thuộc vào sự biến đổi, là tính chất của các pháp hữu vi. “Hãy tinh tấn”. Đó chính là lời nhắc nhở cuối cùng của Đức Phật Cồ-đàm đối với hàng đệ tử của Ngài.

Impermanence – or anicca in Pali, is one of the three basic characteristics of samsara – the world as we know it. It’s intimately entwined with the other two characteristics: dukkha, the truth of suffering, and anatta, or non-self – the truth that phenomena have no intrinsic, enduring substance. Impermanence tells us that people and objects are inconstant and transitory, that thoughts and feelings are as ephemeral as foam atop a wave. Though impermanence is a reality – a natural law – we strongly resist it, for change leads to the pain and disappointment of loss. The most difficult change we face is the ultimate inescapable loss – death.

Knowing the truth and accepting it are very different things. A classic example is the story of Kisa Gotami, who could not accept that her young son had died. Clutching his lifeless body, she went from neighbor to neighbor, begging for medicine to cure him. One man took pity on her and said, “I don’t have the medicine you need, but I know someone who does.” When she came to me demanding the remedy, I sent her off to collect a mustard seed from every house in which no one had died. Empty-handed after a long search, she realized that death is universal, and was finally able to accept her loss. At the same time, she learned that there’s a path to the deathless – to nirvana – for those who let go of their attachment to life.

Letting go of attachment to life doesn’t mean not caring. It means understanding that the pain of everyday experience comes from denying the truth of impermanence. When we fail to accept it, we get caught up in the vicissitudes of life, the “eight worldly conditions” – gain and loss, fame and disrepute, praise and blame, pleasure and pain – and are at the mercy of our likes and dislikes. Accepting that life is transitory lets you

ease your grip on it. When you're not desperately clinging to something, you're free to care for it in a relaxed and loving way.

Change isn't always negative. It's the very essence of life – it's vital to growth. Without change, existence would indeed be futile: there could be no righting of wrongs, no learning, no possibility of spiritual awakening, just as what we like inevitably changes or leaves, so too what we don't like passes. Just observe your mind at work, and you'll see this. Thoughts and feelings change constantly.

As you become aware that nothing lasts forever, you can deepen your appreciation for things as they are now, and not pin your hopes on what may or may not happen in the future…

Subtle and Obvious Impermanence

One of our most deeply entrenched beliefs is that things remain the same over time. Take a range of mountains, for example. They have been there for millions of years. We think that the mountains we are looking at today are the same as those we saw yesterday or the day before. This kind of attitude, of holding things to be the same from some earlier point in time to some later point, seems instinctive. Of course, when we talk about the most obvious way that things appear, it is in fact quite correct. The mountains we see today have been there for centuries. What, however, if we investigate their true reality, beyond all their appearance of continuity? These cliffs, for example, at a subatomic level are constantly changing and in a process of flux. There is never an instance when they are not changing. However many millions of years they have been there, a time will come when their material mass will disintegrate. Yesterday's mountains are still there, maintaining all their appearance of continuity, but if we think about them more precisely, their subatomic particles have changed a great deal since yesterday. In fact, if things were not continuously changing, none of the changes we see in the world around us could happen. Nor could anything disintegrate when its end had come. Consequently, in a way things seem to be, they appear as though they were exactly the same as they were in the past, but look at them from an ultimate point of view, and they are changing constantly every instant.

What this demonstrates is that the way we perceive reality is not the way it actually is; in other words, the manner in which things appear does not accord with how they really are. Let take another example. We could choose an experience we are going through in our minds or just something like the flower. But whether it is a mental experience or some solid object in the outer world, sooner or later it will disintegrate and cease to be. This is a fact, not something that we have to prove with our powers of reasoning. The flower will wither, dry out, and die. We can see it happening. This continuous process of disintegration and impermanence is the more obvious kind of impermanence – something that we can see directly with our own eyes. It is due to changes that take place moment by moment, which eventually result in the destruction of the object in question. If something did not change moment by moment,

it would never cease to be.

A Look At Time

In a similar fashion, we accumulate experiences from our past, and in our present actions we develop new attitudes and ways of doing things informed by those past experiences. So what took place in the past becomes useful in our current behavior. But right now the past is just a thought flitting through our minds. If we search for the past, it has already cease to be. There's nothing to be found, nothing at all that we can put our finger on.

The same holds true for what will happen in the future. Our present actions, which are based on our experiences from the past, will have an effect upon our future. They will either benefit or harm us. Even so, what will happen in the future is at present just a thought taking shape within our minds, a thought concerning what is yet to come about. If we try to put our finger on some future "thing," we find there is only the present.

Therefore, how many things we categorize as "past" or "future" are simply ideas we have now about what has already happened or what might happen. We use the terms past and future so that we can think and talk about them, and in that sense they can affect us, for better or for worse, but in fact, it is very difficult to find anything from the past or future that we can actually point to. What we talk about in the present as having occurred in the past is just an object of memory. What we talk about as the future is just a prediction about what might happen that arises in our mind. Apart from what we can say about the past and the future, they do not exist.

Finally, what we call the present does seem to be something we can pinpoint, but if we think about what we call the present moment and analyze it into its earlier and later phases, what we will find is that, aside from the past and the future, there is in fact no present at all. We can break thing down from years to months, days, hours, minutes, and seconds; everything up the present second will constitute the past and everything beyond it the future. So there is no present, is there? It is hard to find or establish.

This holds true with so many of our other notions and ways of apprehending the world. The categories we invent are not inherent properties of the entities themselves but labels arrived at through consensus and then applied through the power of language. They are conventional ideas derived from our thoughts about what happened in the past or what might happen in the future. In fact, this is how we arrive at all our conventional notions. How many of them would survive if they had to be inherent properties of things or exist independently of anything else?

This is why Lord Buddha said in the sutras that all phenomena exist by virtue of their names and their conventional designations. They amount to nothing more, he said, than names or symbols. (The Dalai Lama in "Mind In Comfort And Ease" – The Vision of Enlightenment in the Great Perfection) ---oOo---

BIẾT SỐNG TRONG VÔ THƯỜNG - CHẾT LÀ LẼ ĐƯƠNG NHIÊN

Trời hửng nắng, ta trở dậy, mệt nhoài, như mới hôm qua ta còn khoẻ, nói chuyện tới khuya, giờ đây mình đã ngã bệnh chỉ sau một đêm. Bởi thế, nói đến vô thường ai cũng thấy buồn chán và ngán ngẩm làm sao; chỉ trong chớp mắt, trong khoảnh khắc, mọi việc đều đã thay đổi một cách nhanh chóng, mới thấy đó rồi mất đó, cuộc sống quá mong manh, tạm bợ. Vì vậy, vô thường có thể là một bài hát buồn đối với nhiều người. Có một câu chuyện nói về sự vô thường như sau:

Thấy một chú tiểu đang tưới cây, một người khách hỏi, “đã biết cuộc đời là vô thường, sao chú còn chăm sóc thứ ấy làm gì cho tốn công, vô ích?”

Chú tiểu đáp, “dạ xin thưa, nếu mọi vật đều là vô thường, thì đâu cần chúng con chăm sóc để làm gì?”

Bởi vô thường nên mọi hiện tượng, sự vật trên cõi đời này đều thay đổi, biến thiên theo thời gian. Mới hồi sáng thấy tinh thần sảng khoái, dễ chịu, trẻ trung yêu đời, muốn làm gì cũng được; ấy thế mà buổi chiều, mình lại xìu như bánh bao chiều, mệt mỏi, chán chường, thất vọng, lo âu, sợ hãi. Chính vì vậy mà Phật dạy, “cuộc đời là mộng huyễn”; còn chúng ta thì cho rằng, cuộc đời này vốn là thường còn mãi mãi.

Vậy xin hỏi hết tất cả mọi người, thế gian này có phải là mộng huyễn hay không? - Đời là một giấc mộng dài, là một đám sương mù, là một làn điện chớp, có đó rồi không đó, tích tắc rồi tan biến, nên Hoà thượng Trúc Lâm mới nói bài Mộng như sau:

Gá thân mộng, dạo cảnh mộng,
Mộng tan rồi, cười vỡ mộng.
Ghi lời mộng, nhắn khách mộng,
Biết được mộng, tỉnh cơn mộng.
Đời người cũng vậy, và tất cả muôn loài vật cũng lại như thế. Vô thường là một lẽ thật chung cho tất cả thế gian, không phải của riêng ai, mọi người đều có quyền thấy biết, nhìn nhận như vậy, không phải của người này, mà cũng không phải của người kia. Bởi vô thường nên mọi sự vật có thể đổi thay, vì đổi thay nên ta mới khổ.

Sống trên cõi đời, ai cũng muốn nắm giữ đủ thứ hết, giữ không được thì sinh ra tiếc nuối, buồn khổ. Cũng từ vô thường, nên thân này mới có sinh-già-bệnh- chết, rồi yêu thương xa lìa khổ, oán ghét gặp nhau khổ, mong cầu không được khổ, và sự thịnh suy của thân này cũng khổ. Do đó, Phật dạy, “cái gì có tướng là hư hoại”. Ta gọi chung cho mọi sự thay đổi, hư hoại đó là vô thường. Đức Phật dạy trong Kinh Kim Cang:

Tất cả pháp hữu vi,
Như mộng huyễn bào ảnh,
Như sương, cũng như chớp,
Phải nên quán như thế.
Như Lai Thế Tôn nhờ tu chứng dưới cội Bồ Đề nên Ngài thấy rõ ràng, từ con người cho đến muôn loài vật, như mặt trăng, mặt trời, trái đất, núi rừng, ao hồ, sông suối, hoa lá,

cỏ cây…, đều phải theo một định luật chung muôn đời của vũ trụ, là phải thay đổi, không có cái gì đứng yên hay trường tồn mãi mãi trên thế gian này.

Ấy thế mà, vẫn có một số người quan niệm rằng, thế gian này thường còn mãi, nên mặc tình đắm say, lao vào vui chơi, hưởng thụ quá đáng, để rồi đánh mất đi nhân cách và phẩm chất làm người, nên ngày càng rơi vào hố sâu tội lỗi; hạng người này đáng thương hơn là đáng ghét. Chính vì vậy, hôm nay, chúng tôi xin chân thành chia sẻ pháp thoại "biết sống trong vô thường".

Vậy vô thường có nghĩa là gì?

Thưa tất cả quý Phật tử, "vô" có nghĩa là không, "thường" nghĩa là thường có. Vô thường có nghĩa là không thường còn, không bền chắc lâu dài, dù nhỏ bé như hạt bụi, hoặc lớn như mặt trời, mặt trăng, cũng đều phải chịu sự chi phối thay đổi, tan rã, chuyển biến theo thời gian, hoặc chậm hay mau mà thôi. Vô thường tạm chia thành ba loại: Thân vô thường, tâm vô thường, hoàn cảnh vô thường.

Trước tiên, chúng ta cùng nhau tìm hiểu về thân vô thường xem nó như thế nào và chuyển biến ra sao.

Thân này từ đâu có? Theo lời Phật dạy, thân này muốn có được phải hội đủ ba điều kiện: phải có cha mẹ quan hệ với nhau, cùng kết hợp tinh cha với huyết mẹ và nghiệp thức của một chúng sinh, chung hợp lại thành bào thai, bào thai lớn lên nhờ sự nuôi dưỡng bằng máu huyết và hơi ấm của người mẹ, đến khi mở mắt chào đời, hít thở khí trời, bú sữa mẹ hay sữa hộp, rồi dần dần biết uống ăn và lớn khôn. Thân thể này sống được là nhờ bốn đại giữ gìn, cộng với uống ăn và hít thở khí trời mà sống còn.

Thân này sống được nhờ bốn đại bên trong kết hợp với bốn đại bên ngoài được đưa vào hằng ngày, như chất cứng gọi là đất, chất lỏng là nước, nhiệt độ trong người gọi là lửa, và sự hoạt động của thân là nhờ gió. Vì thế, sự hình thành của thân này là một chuỗi dài vay mượn liên tục. Nếu chúng ta thở ra mà không hít vào coi như chết. Vậy mà có người cho rằng, thân này thường còn mãi mãi; nhưng thực tế có phải vậy không? Chúng ta thử nhìn lại xem, trên đời này có ai trẻ mãi không già, khoẻ mạnh hoài không đau bệnh, sống hoài mà không chết. Chắc chắn là không! Tại sao vậy? Vì ai cũng phải chịu quy luật của sự vận hành già-bệnh-chết chi phối. Chính đức Phật Thích Ca Mâu Ni còn phải xả bỏ báo thân này khi Ngài 80 tuổi, huống hồ là chúng ta.

Quy luật vô thường già-bệnh-chết không hẹn cùng ai, giống như đoá hoa phù dung sớm nở, tối tàn. Phật dạy, muôn loài vật ở thế gian này đều vô thường để mỗi người chúng ta biết mà không quá chấp chặt, dính mắc vào xác thân này để làm khổ đau cho mình và người.

Đã chịu sự chi phối của vô thường thì thân này đâu có thật, do chúng ta lầm chấp thân này là ta, là tôi, là của tôi, từ đó sinh ra tham lam, ích kỷ, tìm cách vơ vét về cho riêng mình mà làm tổn hại người khác.

Đã làm người, ai có mặt trên cuộc đời này, không ít thì nhiều luôn bị bất hạnh, khổ đau bám víu vào thân phận con người. Cái mà tất cả mọi người đang lo sợ nhất chính là cái

chết; vì thế, một số người cố tìm cách luyện thuật trường sanh bất tử để sống đời, nhưng có mấy ai được thoát chết bao giờ đâu? (Thích Đạt Ma Phổ Giác)

Vô thường – trong giáo lý của đức Phật, chúng ta thấy nói đến "tứ vô thường", một giáo lý quan trọng bậc nhất. Đó là "vô thường, khổ, vô ngã và không", tóm tắt thật gọn lý thuyết của Phật giáo.

Vô thường là do "vô thường biến dị" nói gọn. Vô thường nghĩa là thay đổi, biến chuyển, khi thế này, lúc thế khác, không giữ nguyên hình tướng hay tình trạng. Nói vô thường thì bao giờ cũng hàm ý thời gian ở trong.

Không phải chỉ có đức Phật mới nói đến vô thường. Đức Khổng Tử nói: "Trôi chảy mãi thế thôi, ngày đêm không ngừng", vũ trụ dưới mắt Ngài giống như một dòng nước không ngừng trôi chảy. Trong Tứ thư Ngũ kinh của Khổng Giáo, có kinh Dịch, với nghĩa Dịch là biến dich, đổi thay.

Triết gia Hy Lạp Héraclite đã nói rằng "chẳng ai đi qua một con sông tới hai lần", ý nói đã qua sông rồi, khi quay lại thì con sông không còn như cũ nữa! Thi sĩ thì thương tiếc cho đóa hoa xinh tươi "sớm nở tối tàn".

Nguyễn Du "đau đớn lòng" khi nhận thấy cuộc đời trải qua một "cuộc bể dâu", nay là nương dâu, mai đã thành bãi biển!

Đạo Phật nói vô thường, nhưng điều đặc sắc trong đạo Phật là chỉ cho chúng ta con đường thoát ra khỏi vô thường, có vô thường là có khổ đau.

Lý Vô Thường – Trên thế gian này, cái gì cũng biến đổi, có thứ đổi nhanh, có thứ đởi chậm, nhưng chắc chắn có đổi. Trong thân ta, từng giây từng phút, tế bào này chết đi, tế bào khác sinh ra; tâm trạng này nối tiếp tâm trạng kia, ý nghĩ này tiếp theo ý nghĩ khác…Không riêng gì đức Phật nhận ra lý vô thường, văn nhân, thi sĩ, triết gia cũng nói tới tính cách vô thường của kiếp nhân sinh và của vạn vật:

Ôi nhân sinh là thế ấy
Như bóng đen, như mây nỗi
Như gió thổi, như chiêm bao
Ba mươi năm hưởng thụ biết chừng nào
Vừa tỉnh giấc nồi kê chưa chín
Nguyễn Công Trứ
Trăm năm trong cuộc bể dâu, Người cùng cây cỏ khác nhau chút nào!

Đang tươi bỗng héo biết bao nhiêu lần. . . Nguyễn-Trãi, Côn Sơn Ca

Ba chục năm trời danh tiếng hão, Quay đầu muôn sự giấc Nam Kha! Nguyễn-Trãi

Trải qua một cuộc bể dâu, Những điều trông thấy mà đau đớn lòng. Nguyễn-Du

Hiểu được lý vô thường, ta sẽ không còn bám víu vào của cải, danh vọng, trái lại ta mong cầu một thứ gì bền vững hơn, thanh-tịnh hơn. Vì thế vua Trần Thái Tông đã khuyên rằng:

Linh đan, chớ cậy “trường sinh thuật”
Thuốc quý, khôn mong “bất tử xuân”.
Cõi quỷ hãy xin rời bỏ sớm
Hồi tâm hướng đạo dưỡng thiên chân.
Bốn núi (trong Khóa Hư Lục của vua Trần Thái Tông)
CẢNH VÔ THƯỜNG

Trần cảnh đổi thay mãi mỗi ngày
Mỗi giờ mỗi phút cõi trần ai
Sát-na sinh diệt nơi hình tướng!
Biển khổ luân hồi nếu bám hoài.
Sống vì vật chất lắm ưu phiền
Tất cả bại thành cũng tại duyên.
Chấp nhận cuộc đời là như thế!
An vui hiện tại được bình yên.
Hạnh phúc có chăng chỉ tạm thời!
Không gì bền vững cả đời người.
Hợp tan định luật nơi trần thế
Bám víu đắm chìm biển khổ thôi!
Buông bỏ - không tham, bớt khổ sầu
Không màng danh lợi chẳng bền lâu.
Giữ tâm thanh tịnh đời như vậy!
Trần thế vô thường cảnh biển dâu.
Hạnh phúc nơi tâm sống mỗi ngày
Chạy theo vật chất khổ thân thay!
An bần lạc đạo đời thanh thản
Tài sản tạo nhiều, chết trắng tay.
An lạc nơi đây mãn nguyện lòng
Tâm thường tĩnh lặng chẳng cầu mong.
Sống vui hiện tại không hoài tưởng
Không chấp chuyện gì - đời sắc không!
(Minh Lương - Trương Minh Sung)
---oOo---

Vô thường là gì? 4 lời Phật dạy về vô thường cần cả đời để thấu tỏ

Vô thường là gì?

Vô thường (tiếng Pali: Anicca hay Anitya trong tiếng Phạn) là một trong những học thuyết nền tảng của đạo Phật đã luôn tồn tại sẵn, chỉ được nêu ra dựa trên thực tế mà Đức Phật rút kinh nghiệm và nhận thấy được trong cuộc sống này.

Dù cho có Phật ra đời hay không thì thế gian cũng là vô thường, vẫn luôn biến dịch không ngừng.

Học thuyết khẳng định rằng tất cả sự sống đều có điều kiện, không có ngoại lệ, chỉ là thoáng qua, bay hơi và không bền vững. Phật gọi những giai đoạn thay đổi này là: sanh, trụ, dị, diệt.

Vô thường là một đặc tính của Tánh không, mọi thứ tồn tại dựa trên sự phụ thuộc, tương tác lẫn nhau, phát sinh và biến đổi từ dạng này sang dạng khác, không có cái nào tồn tại độc lập, không có cái nào tồn tại, tất cả đều trống rỗng.

Thân vô thường: Sinh, lão, bệnh, tử, bệnh tật, tai nạn bất thường luôn xảy ra.

Thời gian vô thường: Đời người thật ngắn ngủi để rồi thoáng chốc hiểu ra một điều được sống thanh thản hưởng trọn niềm yêu thương là điều quý giá.

Tiền vô thường: Chúng ta ra đời với bàn tay trắng và ra đi cũng vậy, dù cuộc sống có giàu sang phú quý cỡ nào khi chết rồi cũng chẳng thể mang theo.

Không ai biết được ngày mai hay cái Chết, cái nào đến trước. Ngày mai có thể không đến, nhưng cái chết chắc chắn sẽ đến.

Lời Phật dạy về vô thường

Có 4 điều lớn nhất chúng ta có thể chiêm nghiệm về những gì sẽ không tồn tại vĩnh cửu:

1. Hữu thường giả tất vô thường

(Tạm dịch: Điều gì cũng luôn thay đổi)

Bản chất của cuộc sống này là thay đổi, không có bất cứ điều gì mãi tiếp tục bảo trì trạng thái ban đầu được. Nó thời thời khắc khắc đều ở trong sự biến đổi, bản chất sẽ từ từ cải biến và cuối cùng là biến mất hẳn.

Trong Khế Kinh có câu chuyện: Một kẻ ác chết đi bị quỷ sứ dẫn đến trình vua Diêm Vương. Vua hỏi: "Ở trần gian, sao không làm việc thiện mà cứ làm việc ác rồi giờ bị đoạ xuống đây chịu hành hình?".

- Thưa Diêm chúa, ở trần gian nhà nước muốn làm việc gì còn phải thông báo trước, tại sao ở Âm phủ, Ngài bắt người chết đột ngột thế này, thử hỏi làm sao tôi làm việc thiện cho kịp được?

- Ngươi ở trần gian có thường thấy người già, người bệnh, người chết hay không?

- Dạ thưa có.

- Đó là những thông điệp mà ta đã báo trước cho người trần gian biết rồi đấy, ngươi có thấy trên đời này có ai không phải già - bệnh - chết không?

- Dạ thưa không.

- Vậy tại sao ngươi không lo tu tập, lo làm việc thiện, để bây giờ bị giải xuống đây thắc mắc?

Một vong hồn trẻ tuổi nghe được câu chuyện bèn hỏi: "Ngài thật là không công bằng, đối với ông già kia, Ngài đã gửi nhiều thông điệp còn tôi Ngài chưa hề gửi mà bắt tôi xuống đây, chết thật oan uổng quá.

Diêm chúa nghe vong hồn trẻ khiếu nại, liền cười:

- Tại nhà ngươi không chịu quan sát chứ ta làm việc rất công bằng, không bao giờ có chuyện thương người này, mà ghét bỏ người kia. Ta lúc nào cũng có gửi tin báo trước cho mọi người hay biết, ngươi không chịu để ý đó thôi.

- Ngài gửi thông báo lúc nào, sao tôi không thấy?

Diêm chúa mới cười nói:

- Nhà ngươi có thấy đứa bé ở nhà đối diện với ngươi hay không? Nó mới 5 tuổi mà bị chết vì tai nạn giao thông đó! Còn ngươi lớn tuổi hơn nó lẽ nào lại không chết?

2. Phú quý giả tất bất cửu

(Tạm dịch: Giàu sang cũng chẳng thể tồn tại mãi)

Điều này có nghĩa là bạn giàu có đến thế nào đi nữa thì cuối cùng cũng sẽ suy thoái. Tục ngữ có câu: “Giàu không quá ba đời”, trừ khi họ đời đời làm việc thiện, tích đức thì mới có thể bảo trì được vinh hoa phú quý cho đời con cháu. Nếu con cái không đủ phúc cũng chẳng thể hưởng được tiền bạc này.

Chỉ có quyên tặng, bố thí đi thì tiền bạc mới có sức sống và tiếp tục tồn tại.

Gom góp được thật nhiều của cải không có nghĩa là làm cho tâm thức được an bình một cách tương xứng. Hãy nhìn vào những kẻ có đầy đủ tiện nghi vật chất, họ có thể tự cung phụng cho mình suốt đời, thế nhưng họ vẫn sống trong tình trạng âu lo, buồn khổ, bất toại nguyện và khép kín.

Họ không hiểu rằng hiến dâng sẽ mang lại một niềm hân hoan to lớn nhất. Họ cũng không thể hiểu được là không cần phải có thật nhiều của cải mới đủ sức hiến dâng một nụ cười hầu giúp cho kẻ khác được sung sướng.

Các tiện nghi vật chất của họ thật dồi dào, thế nhưng chúng không hề mang lại cho họ được một mảy may hạnh phúc nào, bởi vì chỉ có một cách duy nhất

trong số tất cả các phương tiện mà chúng ta có thể có được nhằm giúp cải thiện cuộc sống nội tâm của mình: đấy là sự tu sửa tâm linh.

3. Hội hợp giả tất biệt ly

(Tạm dịch: Tụ hợp thì tất sẽ có biệt ly)

Những mối quan hệ yêu đương hay bạn bè, người thân như Lục thân (cha, mẹ, vợ, chồng, anh, em) có lúc ở bên nhau đấy nhưng không sớm thì muộn cũng phải rời xa

nhau.

Cuộc sống này không hàm chứa một thực thể nào cả. Chúng chỉ là hậu quả của vô số nguyên nhân và điều kiện đã tạo tác ra chúng. Chúng không sinh ra để mà tồn tại, chẳng qua cũng vì chúng luôn biến đổi trong từng giây phút một. Vì thế quý vị không nên nắm bắt bất cứ một thứ gì cả.

4. Cường kiện giả tất quy tử

(Tạm dịch: Khỏe mạnh đến mấy thì cũng không thoát được cái chết)

Theo Lời phật dạy, cơ thể của chúng ta cũng như những thứ khác cuối cùng rồi cũng sẽ tan biến, nhưng tiếc thay chúng ta lại thường hay quên đi điều ấy, chẳng qua là vì chúng ta bám víu vào thân xác mình một cách quá đáng. Đối với một số người mỗi khi nghĩ đến sự thật ấy thì họ cảm thấy khổ đau vô ngần.

Cho nên, cho dù là ai đi nữa đều phải sử dụng chính xác từng giây phút khi còn sống thì sống cũng an bình mà chết cũng an bình giống như Khổng Tử đã nói: “Triêu văn đạo, tịch tử khả hĩ!” (Tạm dịch: Buổi sáng được nghe đạo, buổi chiều chết cũng được)

Cuối cùng, Phật Thích Ca Mâu Ni nói 4 câu kệ (Kệ là chỉ bài thơ của Phật): “Thường giả giai tẫn, cao giả diệc đọa, hợp hội hữu ly, sinh giả tất tử". (Tạm dịch: Điều gì cũng có tận cùng, cao rồi cũng rơi xuống thấp, hợp rồi sẽ có ly, sống ắt sẽ có chết).

Bài học rút ra khi hiểu ý nghĩa của vô thường

Thông qua những lời Phật dạy về vô thường giúp chúng ta nhận ra rằng sự sống có giới hạn thì phải chăng con người ta khi sống nên có một chút ý nghĩa.

Cuộc đời này sao lại sống phí hoài bởi những phiền não? Bạn ước mong gì? Bạn thực sự muốn gì? Hãy thực hiện ngay đi thôi!

Hiểu về vô thường để chúng ta phải suy niệm rằng mọi sự sẽ không tồn tại như nó là mà sẽ biến đổi trong từng giây phút. Không chỉ bản thân ta mà ngay cả các hiện tượng lớn của thế giới cũng vô thường.

Qua đó, chúng ta cố gắng học hỏi và tu tập, đem tình yêu thương san sẻ với muôn loài bằng trái tim hiểu biết. Chúng ta đừng quá say mê, tham đắm vào xác thân này mà làm khổ luỵ cho nhau.

Sau khi chết không phải là hết hay mất hẳn, mà chết chỉ là hình thức thay hình, đổi dạng mà thôi, rồi tuỳ theo nghiệp báo tốt, xấu của mỗi người đã gieo tạo trong hiện tại, mà cho ra kết quả trong tương lai.

Thế gian này không có gì là mất hẳn dù là hạt bụi, hạt cát, chúng chỉ thay hình đổi dạng. Hiểu được lý vô thường để mọi người chúng ta sống có ý nghĩa hơn, làm được nhiều điều thiện lành, tốt đẹp, luôn sống có ích cho mình và người trong hiện tại và mai sau.

Hiểu rõ thế gian là vô thường để chúng ta bớt vướng mắc, không trôi theo mê lầm và tích cực sống vươn lên chứ không tiêu cực buông xuôi theo nó. Phải luôn chộp lấy thời

cơ hoàng kim để tiến lên.

Vậy, tất cả thế gian là vô thường không có gì bền chắc, không có gì để nắm bắt, chấp chặt, thấy được như vậy thì cuộc sống chúng ta cởi mở và gần với nhau hơn. Biết cuộc đời vô thường thì bớt làm khổ nhau.

Nếu muốn được sống với một tâm thức an bình trong những giây phút cuối cùng trước khi lìa đời thì người tu tập phải chuẩn bị suốt cả đời mình, và ngay trong những giây phút cuối cùng ấy phải tập trung tâm thức hướng vào một cảm tính nhân từ thật sâu xa, hoặc hướng vào mối dây tình cảm giữa người thầy và môn đệ, hoặc là vào Tánh Không và Vô Thường, hầu giúp mình tái sinh trong một hoàn cảnh tốt đẹp hơn. Minh Minh (Tổng hợp) ---ooOOoo---

Đức Đạt Lai Lạt Ma nói về cuộc sống vô thường

Cuộc sống vô thường vì thế Đức Đạt Lai Lạt Ma: đừng quá bám víu, đừng quá mong cầu, đừng quá lệ thuộc vào bất cứ hoàn cảnh vui, buồn, hạnh phúc, hờn giận... xuất hiện trong tâm trí chúng ta vì ngày mai tất cả đã đổi thay. Những lời hay ý đẹp của Đức Đạt Lai Lạt Ma được lưu truyền cho đến muôn đời sau:

1. Phật Giáo dạy rằng những giây phút trước khi lìa đời thật hệ trọng, bởi vì đấy là dịp may cuối cùng giúp mình chuẩn bị cho sự hiện hữu của mình trong giai đoạn trung ấm (bardo) - tức là thế giới chuyển tiếp giữa cái chết và sự tái sinh - khởi sự hiện ra sau hơi thở cuối cùng.

Nếu muốn được sống với một tâm thức an bình trong những giây phút cuối cùng ấy, thì người tu tập phải chuẩn bị suốt cả đời mình, và ngay trong những giây phút cuối cùng ấy phải tập trung tâm thức hướng vào một cảm tính nhân từ thật sâu xa, hoặc hướng vào mối dây tình cảm giữa người thầy và môn đệ, hoặc là vào Tánh Không và Vô Thường, hầu giúp mình tái sinh trong một hoàn cảnh tốt đẹp hơn.

Những giây phút trước khi lâm chung thật hết sức quan trọng vì đấy là lúc mà chúng ta có thể chủ động được thể dạng mà mình sẽ tái sinh.

Khi đã hiểu được cái chết có thể xảy ra bất cứ lúc nào thì chúng ta nên hiểu rằng mình phải sống một cách thật trọn vẹn trong từng giây phút một, và chết trong an bình. Đức Đạt Lai Lạt Ma

2. Đừng đánh mất thì giờ vì ganh tị hay cãi vã. Hãy suy tư về cuộc sống vô thường để ý thức được giá trị của sự sống. Nếu muốn tạo ra sự an bình trong tâm thức và con tim mình thì phải thay đổi các thói quen tâm thần. Nếu không muốn hóa điên vào lúc bắt buộc phải rời bỏ thế giới này, thì quý vị phải tu tập ngay từ bây giờ để hiểu rằng không nên bám víu vào mọi sự vật và đừng mơ tưởng rằng đấy là những thứ mà rồi đây mình có thể mang theo khi chết.

3. Không thể nào nắm bắt được hiện tại. Không có gì tồn tại mãi trong thế giới này, không có bất cứ gì tự chúng có thể hiện hữu được. Vậy thì cố gắng nắm bắt và chiếm giữ các đối tượng giác cảm mà quý vị cảm nhận được trong hiện tại để mà làm gì?

Tự nơi chúng, chúng không hàm chứa một thực thể nào cả. Chúng chỉ là hậu quả của vô số nguyên nhân và điều kiện đã tạo tác ra chúng. Chúng không sinh ra để mà tồn tại, chẳng qua cũng vì chúng luôn biến đổi trong từng giây phút một. Vì thế quý vị không nên nắm bắt bất cứ một thứ gì cả.

4. Sự thèm muốn không kiềm chế được sẽ biến tâm thức con người trở thành nô lệ và nó sẽ không bao giờ để cho tâm thức được yên vì nó luôn thúc đẩy tạo ra vô số các cảnh huống trong sự sinh hoạt hằng ngày, nhằm giúp nó đuổi theo các đối tượng của sự thèm muốn mà nó chưa đạt được.

Kiềm chế và khắc phục được sự thèm muốn sẽ giải thoát con người ra khỏi mọi cảnh huống xảy ra, dù đấy là hạnh phúc hay khổ đau, và sẽ mang lại sự an bình cho con tim và tâm thức mình.

5. Bám víu vào các đối tượng của giác cảm sẽ làm cho tâm thức thèm thuồng và bệnh hoạn. Gom góp được thật nhiều của cải không có nghĩa là làm cho tâm thức được an bình một cách tương xứng. Hãy nhìn vào những kẻ có đầy đủ tiện nghi vật chất, họ có thể tự cung phụng cho mình suốt đời, thế nhưng họ vẫn sống trong tình trạng âu lo, buồn khổ, bất toại nguyện và khép kín.

Họ không hiểu rằng hiến dâng sẽ mang lại một niềm hân hoan to lớn nhất. Họ cũng không thể hiểu được là không cần phải có thật nhiều của cải mới đủ sức hiến dâng một nụ cười hầu giúp cho kẻ khác được sung sướng.

Các tiện nghi vật chất của họ thật dồi dào, thế nhưng chúng không hề mang lại cho họ được một mảy may hạnh phúc nào, bởi vì chỉ có một cách duy nhất trong số tất cả các phương tiện mà chúng ta có thể có được nhằm giúp cải thiện cuộc sống nội tâm của mình: đấy là sự tu sửa tâm linh.

6. Cuộc sống vô thường và cũng chính nhờ đó mà chúng ta mới có thể biến cải được tâm thức và các xúc cảm bấn loạn làm xao động tâm thức mình. Chẳng hạn như sự phát lộ của các xúc cảm hận thù và giận dữ đều phải lệ thuộc vào các cảnh huống xảy ra.

Tự nơi chúng, chúng không hề hàm chứa một sự hiện thực nào, cũng không hiện hữu một cách thường xuyên trong tâm thức mình, và cũng chính nhờ thế mà chúng ta mới có thể khắc phục, biến cải và loại trừ được chúng.

Nếu muốn thực hiện được việc ấy thì nhất thiết phải đặt chúng vào các bối cảnh mà chúng phát sinh và phân tích xem chúng bộc phát trong các tình huống như thế nào, hầu giúp mình tìm hiểu chúng. Thực hiện được một thể dạng phúc hạnh lâu bền có nghĩa là loại trừ ra khỏi tâm thức những xúc cảm tiêu cực.

7. Mọi vật thể cấu hợp chỉ rồi để tan biến mà thôi, chúng đều vô thường, tạm thời và có tính cách giai đoạn. Thân xác chúng ta cũng thế, nhưng tiếc thay chúng ta lại thường hay quên đi điều ấy, chẳng qua là vì chúng ta bám víu vào thân xác mình một cách quá đáng. Đối với một số người mỗi khi nghĩ đến sự thật ấy thì họ cảm thấy khổ đau vô ngần.

Nhận biết được thế nào là bản thể đích thật của mọi sự vật sẽ giúp chúng ta chấp nhận dễ dàng hơn là chẳng có gì tự chúng hiện hữu cả, và bản chất của khổ đau cũng thế, cũng phù du, nhất thời và không hiện hữu một cách tự tại.

Sự hiểu biết ấy giúp chúng ta cảm thấy nhẹ nhõm hơn nhiều mỗi khi gặp phải những cảnh huống khó khăn và bực dọc trong cuộc sống, hoặc phải đối phó với một số thử thách nào đó.

8. Mỗi con người đều có một bản chất riêng và các xu hướng khác nhau, vì thế thật khó để bảo rằng một thứ gì đó lại có thể mang tính cách lợi ích chung cho tất cả mọi người. Tuy nhiên tôi nghĩ rằng cũng có thể khuyên tất cả mọi người hãy trau dồi tinh thần giác ngộ, đấy là tình thương người và lòng quyết tâm tự cải thiện chính mình hầu có thể giúp đỡ kẻ khác, và giúp mình biết suy tư về cuộc sống vô thường dưới tất cả các khía cạnh khác nhau.

9. Một vài khát vọng hay ước mong nào đó cũng có thể chấp nhận được trên bước đường tu tập tâm linh. Chẳng hạn như đối với một người tu tập Đạo Pháp thì đấy là niềm ước mong khắc phục được tâm thức mình, và đối

với những người tin có Trời thì niềm ước mong của họ là làm sao cho Trời được vui lòng. Những ước mong ấy đều chính đáng.

Trái lại, những thứ ham muốn hướng vào các đối tượng bên ngoài chỉ tạo ra sự bám víu và các xúc cảm tiêu cực trong tâm thức mình mà thôi, các thứ ham muốn này quả thật không chính đáng một chút nào cả. Thật hết sức quan trọng là phải giới hạn các thứ thèm muốn và trói buộc ấy. Quả chỉ là một ảo giác khi tin rằng thế giới bên ngoài một ngày nào đó sẽ có thể làm thoả mãn được các khát vọng của mình.

10. Vô thường dưới các góc cạnh "thô thiển" và dễ nhận thấy sẽ hiện ra qua các thể dạng vật chất của sự hiện hữu; vô thường "tinh tế" hơn hiện ra trong từng giây phút một đối với con người của mình, đối với bối cảnh chung quanh và cả bên trong tâm thức mình. Thiền định về vô thường sẽ giúp hiểu được bản chất đích thật của khổ đau là gì. Sự hiểu biết về bản chất ấy sẽ giúp mình tránh khỏi những điều kiện và nguyên nhân làm phát sinh ra các hậu quả tiêu cực trong các kiếp sống của mình, và cũng sẽ giúp mang lại sự an bình trong tâm thức mình.

11. Không thể nào tìm thấy được hạnh phúc nếu chúng ta không nhìn vào hiện thực mà chỉ biết đuổi theo ảo giác. Hiện thực không tốt đẹp cũng chẳng xấu xa gì cả. Vạn vật là như thế, không thể nào đúng với ý mình mong muốn là phải như thế. Quán thấy và chấp nhận điều ấy chính là một trong những chiếc chìa khoá mang lại hạnh phúc.

12. Chớ bỏ mặc tấm thân này, nhưng cũng đừng quan tâm đến nó một cách quá đáng, mà phải kính trọng nó, chăm sóc nó như một thứ dụng cụ quý giá và cần thiết hầu giúp cho tâm thức mình đạt được Giác Ngộ. Nguyệt Minh ---oooOOOooo--- Impervious – không thấm nước, không thấu qua

Impetus – thúc đẩy, xô tới

Impinge – đụng chạm, va chạm, tác động, ảnh hưởng

Implacable – không thể làm xiêu lòng

Implicate - ẩn ý, điều ngụ ý

Implication – lôi kéo, liên quan, dính líu

Implicit – to refer to = imply = ám chỉ, ngấm ngầm, ẩn tàng

Implore – năn nỉ, van lơn

Importunate - quấy rầy, nhũng nhiễu, thúc bách

Imposing – solemn = oai nghiêm, long trọng, hùng vĩ

Imposter - kẻ lừa đảo, kẻ mạo danh

Impotence – bất lực, liệt dương

Impregnable – không thể đánh chiếm được

Imprimatur - giấy phép in sách do sự đồng ý cuả giáo hội La Mã

Impromptu – bài nói ứng khẩu, bài thơ ứng khẩu

Impulsion - xung năng

Impulsive - đẩy tới, đẩy mạnh

Imputation - đổ tội, quy tội cho ai (Impute = đổ tội cho ai…)

Inane – ngu ngốc

Incantation - niệm thần chú, bùa phép, ngải

Incarcerated – put in prison = bị bỏ tù, bị tống giam

Incense stick – Incense, more than simply a fragant offering, is a symbol of the Three Primary Vitalities (“original” breath, essence and spirit) and is believed to draw deities to the altar…

Inception - sự khởi đầu

Inchoate - vừa bắt đầu, còn phôi thai

Incipient - chớm nở, mới bắt đầu, phôi thai

Incisiveness - sắc bén, sắc xảo

Incognito - người thay họ đổi tên, người dấu tên

Incongruity - sự bất tương đẳng

Incongruous – không thích hợp, phi lý

Incredulity – tính hoài nghi, ngờ vực

Incur - chịu, gánh, mắc

Incursion – xâm nhập, đột nhập

Indefatigable - không biết mệt mỏi

Indelibly – cannot remove, wash away = không thể tẩy xóa được

Indigenous - bản địa, bản xứ

Indignantly - một cách phẩn nộ

Indiosyncratic – do đặc tính

Indolence - lười biếng, biếng nhác

Indoctrination - truyền bá, truyền thụ

Indra (Sanskrit) – Trời Đế Thích - Indra is the king of the gods and ruler of the heavens.

Indra - also known as Sakra in the Vedas, is the leader of the Devas or demi gods and the lord of Svargaloka or heaven in the Hindu religion. He is the god of rain and thunderstorms. He wields a lightning thunderbolt known as vajra and rides on a white elephant known as Airavata. Indra is the supreme deity and is the twin brother of Agni and is also mentioned as an Aditya, son of Aditi. His home is situated on Mount Meru in the heaven.

Đế Thích Thiên hay Trời Đế Thích, tên Phạn là Sakra-devanam-indra, dịch âm là Thích Ca Đề Hoàn Nhân Đà La. Lược xưng là Thích Đề Hoàn Nhân, Thích Ca Đề Bà. Lại xưng là Đế Thích (Sakra), Thiên Đế Thích và còn có tên gọi riêng là Nhân Đà La (Indra), Kiều Thi Ca (Kausika), Sa Bà Bà, Thiên Nhãn (Sahasra-netra)...

Nguyên Indra là vị Thần của Ấn Độ Giáo, là Thần Lôi Vũ có địa vị tối cao trong các chư Thần, ngồi trên con voi ba đầu sáu ngà, vung múa Chày Kim Cang ngăn trị loài Ma ác và đấu tranh với hàng A Tu La (Asura)

Sau này khi du nhập vào Phật Giáo thì trở thành vị Hộ Pháp (Dharma-pala) và được xưng là Đế Thích Thiên, là một trong 12 vị Trời, Chủ của cõi Tam Thập Tam Thiên (Trayastrimsa). Cõi này còn có tên là Đao Lợi Thiên, Đế Thích Thiên, Dạ Xoa Bí Mật Kim Cương Thủ... ---ooOOoo--- Indubitable – too evident to be doubted

Induce – xui, xui khiến

Indulge - nuông chìu, chìu theo (Indulgence = sự nuông chìu)

Inebriation – sự say rượu

Ineluctable – không thể tránh khỏi

Inept – không có khả năng thích hợp

Inexorable – prevail upon = không lay chuyển được, không động tâm

Infantile - thuộc trẻ con

Infatuation – làm mê dại, làm mê đắm

Inference – suy luận ra, điều luận ra, kết luận (Infer = suy ra, luận ra)

Infinitesimally – li ti, tí xíu

Inflict - nện, giáng một đòn

Infringe - xâm phạm cuộc sống riêng tư của ai

Infuriating – làm điên tiết

Infuse – rót, đổ, pha trà; sự phấn khởi

Ingenuity - tài khéo léo

Ingrain - nhuộm

Inherent – cố hữu, vốn thuộc về

Inhibiting – ngăn chặn, kiềm chế

Inimical – thù địch, không thân thiện

Innate – Endowment = thiên bẩm, bẩm sinh - Innate can also be used figuratively for something that comes from the mind rather than from external sources… Đặc điểm chính yếu của tài năng thiên bẩm, theo Kant, là tính độc đáo, theo đó, thiên tài là một "người sử dụng tính độc đáo và từ chính mình tạo ra những gì mà thông thường phải được học dưới sự hướng dẫn của những người khác". Bản thân tính độc đáo có hai phương diện: thứ nhất, nó "không phải là sự tác tạo có tính bắt chước"; thứ hai, nó "phát hiện ra những gì không thể dạy và học được"…

Innocuous – không độc, không có hại, vô thưởng vô phạt

Inquirer - người điều tra

Inquiry – tìm hiểu

Inquisition - thẩm tra chính thức cuả tòa án

Insalubrious - độc, có hại cho sức khoẻ

Insanity - mất trí, điên

Insatiable – incapable of being satisfied = không thể thỏa mãn được

Inscribe - viết, khắc chữ

Inscrutable – bí hiểm, khó hiểu, không dò được

Insight (Sanskrit – prajna) – wisdom = nội tâm, nội quán Sự nhìn thấu được bên trong sự vật, sự hiểu thấu được bên trong sự vật; sự hiểu biết sâu sắc, sự sáng suốt. Insight is the understanding of a specific cause and effect in a specific context. The term insight can have several related meanings: -a piece of information -the act or result of understanding the inner nature of things or of seeing intuitively in Greek called noesis. -an introspection -the power of acute observation and deduction, penetration, discernment, perception called intellection or noesis. -an understanding of cause and

effect based on identification of relationships and behaviors within a model, context, or scenario.

Insinuating – nói bóng gió, nói ám chỉ

Insolent – impertinent, impudent = xấc láo, láo xược

Instigate – xúi giục, chủ mưu

Instill - điều truyền dẫn, nhỏ giọt

Insubstantiality – emptiness = tính không có thực, không có thực chất

The Buddhist term emptiness (Skt. Sunyata) refers specifically to the fact that everything is dependently originated, including the causes and conditions themselves, and even the principle of causality itself. It is not nihilism, nor is it meditating on nothingness…

Đi tìm vào "Tính Không" thật là không đơn giản, vì "Không" nghĩa là gì? Không có nghĩa là không, là hư không hay là hư vô? Nhiều người đã cho Đạo Phật là đạo cứu cánh về Hư Vô đồng nghĩa với Hư Vô trong Lão giáo. Nhiều người lấy câu: "Ngũ uẩn giai không" và "Sắc bất dị không, không bất dị sắc; sắc tức thị không, không tức thị sắc" trong bài Kinh "Ma-ha Bát-Nhã Ba-la- Mật Đa Tâm Kinh" để triển khai rồi có cái nhìn không đúng vào Đạo Phật. Lại thêm trong bài Kinh ấy có thêm: "Thị chư pháp không tướng, bất sanh, bất diệt, bất cấu, bất tịnh, bất tăng, bất giảm" khiến cho người nghiên cứu, tìm hiểu có thêm sự rối rắm về chữ "không"!

Tại sao trong Đạo Phật lại có "Tính Không"?

Trong bài: "Sơ lược ý nghĩa chữ "Không" trong Đạo Phật", Thượng Tọa Thích Nhật Từ đã giải thích ý nghĩa chữ không trên sáu bình diện:

1-Không và Thiền định. (đến nơi trống rỗng để thiền định; và "an trú nơi trống rỗng hay tánh không"). 2-Tánh Không tức Vô Ngã. (Vì tánh Không là tính không thực thể của ngã và các sự vật). 3-Tánh Không tức Duyên khởi, Vô Thường, Vô Ngã. (Đặc tính của sự vật là không thực thể hay duyên khởi hay vô ngã) 4-Tánh Không và Trung Đạo. (Thiền quán về tính không và duyên khởi của các sự vật hiện tượng là một trong các cách trừ diệt các chấp thủ, tham ái và dẫn đến sự an tịnh các hành một cách có hiệu quả). 5-Phương pháp quán "không, giả và trung". (Tất cả các sự vật hiện tượng đều do duyên mà hình thành; do đó gọi là không (tức không thực thể) hay cũng còn gọi là giả danh hay trung đạo). 6-Ý nghĩa chữ "Sắc" trong "Sắc tức thị Không". (Sắc uẩn chỉ là tổ hợp vật chất tùy thuộc, duyên khởi vào các hoạt động tinh thần khác (thọ, tưởng, hành, thức) nên nó không có thực thể (không): Sắc tức thị không. ---oOo--- Insular – cách điện, cách ly

Insult - lời lăng mạ, sỉ nhục

Intact – không bị đụng chạm đến, không sứt mẻ

Intercede – can thiệp, đứng ra hòa giải (Intercessor - người can thiệp giúp)

Interference – sự can thiệp, chen vào, sự gây trở ngại

Interlocutor - người nói chuyện, người đối thoại

Interlude - thời gian nghỉ giải lao giữa vở kịch

Intermingle - trộn lẫn, hoà lẫn

Interpole - cực trung gian, liên cực

Interspersing - đặt rải rác

Interstellar - giữa các vì sao

Intolerance – không dung thứ

Intractable - cứng đầu, khó bảo

Intransigent – không khoan nhượng về chính trị

Intrepid – brave

Intricacy – tính phức tạp (Intricate - rắc rối, phức tạp)

Intrigue – mưu đồ, vận động ngầm

Intrinsic - bản chất, sơ nguyên; Intrinsic essence = chân ngã Belonging to essential nature

Anything intrinsic comes from within; essence: the characteristic or intrinsic feature of a thing, which determines its identity - fundamental nature

Introspection – xem xét nội tâm, nội quán

Introvert – those oriented towards inner state of mind - người thu mình vào (Extrovert – those more outgoing and social oriented)

Intuition: 1.Trực giác, sự hiểu biết qua trực giác; khả năng trực giác. 2.Điều (hiểu qua) trực giác. Intuition – language of the soul: “The souls communicate directly to us through the sixth sense of intuition”. Intuition - is the ability to acquire knowledge without inference or the use of reason. The word intuition comes from Latin verb intueri which is usually translated as to look inside or to contemplate. Intuition is thus often conceived as a kind of inner perception, sometimes regarded as real lucidity or understanding. Cases of intuition are of a great diversity; however, processes by which they happen typically remain mostly unknown to the thinker, as opposed to the view of rational thinking.

Trực giác hay còn gọi là giác quan thứ sáu cho phép ta thấy được những gì mà năm giác quan khác không thể thấy được cụ thể như linh cảm, cảm nhận,

tưởng tượng...hay tất cả những gì thuộc về thế giới vô hình mà năm giác quan còn lại chỉ thấy được ở thế giới hữu hình, tức là những gì đang tồn tại.

Inveigh – công kích, phản kháng

Inveterate – thâm căn cố đế, ăn sâu lâu năm

Invigilator - người coi thi

Invigorating – làm cường tráng, làm cho hăng hái

Inviolable - bất khả xâm phạm

Invocation - lời cầu khẩn

Ire - nổi giận, giận dữ

Iridescent – lustrous rainbow like = phát ra ngũ sắc, ánh sáng nhiều màu

Irrepressible – không thể kềm chế được

Ithyphallic – có dạng dương vật mang ra diễu trong cuộc lễ thần rượu;tục tĩu ---oooOOOooo---

Thăm Viếng Đức Karmapa Lama (mặc áo đỏ) - Hành Hương Ấn Độ 2011

J

Jainism – Jainism traditionally known as Jain Dharma, is an ancient Indian religion. Followers of Jainism are called "Jains", a word derived from the Sanskrit word jina (victor) and connoting the path of victory in crossing over life's stream of rebirths through an ethical and spiritual...

What is the story of the Jain faith?

What is the historical context of the Jain religion? Jainism arose in 7th century BC Eastern India, home to Hinduism and Buddhism. It was a time and place of religious renewal, in which several groups reacted against the formalized rituals and hierarchical organization of traditional Hinduism, desiring something new and fresh. Jains beliefs holds that 24 historical figures have lived and taught Jain truths in this age. Of these figures, called Tirthankaras, only the last two can be historically verified with any confidence. The 23rd Tirthankara, Parshvanatha, is thought to have lived in the 7th century and founded a Jain community based on renunciation of the world.

Mahavira, the 24th and last Tirthankara to appear in this age, is usually regarded as the founder of the religion, the first signficant marker on Jainism's historical timeline. He is traditionally thought to have lived from 599 to 527 BC, but some scholars believe he was a contemporary of the Buddha in the early 5th century BC.

The Jain religion: past and present

Early History

Like the Buddha, Mahavira was born into the warrior class. At the age of 30, he renounced the world to seek spiritual truth in ascetic solitude. He found enlightenment after 13 years of renunciation, and soon made 11 converts. All were former Brahmans and became disciples of Mahavira. Mahavira is said to have fasted to

death (a practice called salekhana) at Pavapure (near modern Patna).

Jain tradition teaches that the monastic community founded by Mahavira boasted 14,000 monks and 36,000 nuns by the time of his death. An early schism occurred that lasts to the present day over certain aspects of monastic

discipline. The Schvetambara sect believed that monks and nuns should wear white robes, whereas the Digambaras believed that monks should wear no clothes.

The latter group is also differentiated by its belief that a female cannot attain liberation. The schism was further cemented when the Schvetambaras met in a council to fix the Jain canon of scriptures in c. 456 AD. The Digambaras were excluded from the council, and they later rejected the decisions of the council.

In the period of the fourth through sixth centuries AD, the Jain community migrated westward, eventually settling in western and central India. Jainism was more influential in its new area than it was in the area of its birth. The Digambaras settled in the south, where they enjoyed much political favor. King Amoghavarsha (early 9th century AD) is even reported to have abdicated his throne to become a Jain monk.

Jainism has between four and five million followers, with most Jains residing in India. Outside India, some of the largest Jain communities are present in Canada, Europe, Kenya, the United Kingdom, Hong Kong, Suriname, Fiji and the United States.

Main principles

Non-violence (ahimsa)

The principle of ahiṃsa ("non-violence" or "non-injury") is a fundamental tenet of Jainism. It believes that one must abandon all violent activity, and without such a commitment to non-violence all religious behavior is worthless. In Jain theology, it does not matter how correct or defensible the violence may be, one must not kill any being, and "non-violence is one's highest religious duty".

Jain texts such as Acaranga Sutra and Tattvarthasutra state that one must renounce all killing of living beings, whether tiny or large, movable or immovable. Its theology teaches that one must neither kill another living being, nor cause another to kill, nor consent to any killing directly or indirectly. Furthermore, Jainism emphasizes non-violence against all beings not only in action but also in speech and in thought. It states that instead of hate or violence against anyone, "all living creatures must help each other".

Violence negatively affects and destroys one's soul, particularly when the violence is done with intent, hate or carelessness, or when one indirectly causes or consents to the killing of a human or non-human living being.

The idea of reverence for non-violence (ahimsa) is founded in Hindu and Buddhist canonical texts, and it may have origins in more ancient Brahmanical Vedic thoughts. However, no other Indian religion has developed the non-violence doctrine and its

implications on everyday life as Jainism has.

The theological basis of non-violence as the highest religious duty has been interpreted by some Jain scholars not to "be driven by merit from giving or compassion to other creatures, nor a duty to rescue all creatures", but resulting from "continual self-discipline", a cleansing of the soul that leads to one's own spiritual development which ultimately affects one's salvation and release from rebirths. Causing injury to any being in any form creates bad karma which affects one's rebirth, future well being and suffering.

Jainism views attachments to material or emotional possessions as what leads to passions, which in turn leads to violence. According to the aparigraha principle, a Jain monk or nun is expected to be homeless and family-less with no emotional longings or attachments. The ascetic is a wandering mendicant in the Digambara tradition, or a resident mendicant in the Svetambara tradition.

In addition, Jain texts mention that "attachment to possessions" (parigraha) is of two kinds: attachment to internal possessions (abhyantara parigraha), and attachment to external possessions (bahya parigraha). For internal possessions, Jainism identifies four key passions of the mind (kashaya): anger, pride (ego), deceitfulness, and greed. In addition to the four passions of the mind, the remaining ten internal passions are: wrong belief, the three sex- passions (male sex-passion, female sex-passion, neuter sex-passion), and the six defects (laughter, like, dislike, sorrow, fear, disgust).

Jain ethics and five vows

Jainism teaches five ethical duties, which it calls five vows. These are called anuvratas ("small vows") for Jain laypersons, and mahavratas ("great vows") for Jain mendicants. For both, its moral precepts preface that the Jain has access to a guru ("teacher", "counsellor"), deva ("Jina", "god"), doctrine, and

that the individual is free from five offences: doubts about the faith, indecisiveness about the truths of Jainism, sincere desire for Jain teachings, recognition of fellow Jains, and admiration for their spiritual pursuits. Such a person undertakes the following Five vows of Jainism:

1. Ahimsa, "intentional non-violence" or "noninjury": The first major vow taken by Jains is to cause no harm to other human beings, as well as all living beings. This is the highest ethical duty in Jainism, and it applies not only to one's actions, but demands that one be non-violent in one's speech and thoughts.

2. Satya, "truth": This vow is to always speak the truth. Neither lie, nor speak what is not true, and do not encourage others or approve anyone who speaks an untruth.

3. Asteya, "not stealing": A Jain layperson should not take anything that is not willingly given. Additionally, a Jain mendicant should ask for permission to take it if something is being given.

4. Brahmacharya, "celibacy": Abstinence from sex and sensual pleasures is prescribed for Jain monks and nuns. For laypersons, the vow means chastity, faithfulness to one's partner.

5. Aparigraha, "non-possessiveness": This includes non-attachment to material and psychological possessions, avoiding craving and greed. Jain monks and nuns completely renounce property and social relations, own nothing and are attached to no one.

Practices

Asceticism

Of all the major Indian religions, Jainism has had the strongest austerity- driven ascetic tradition, and it is an essential part of a mendicant's spiritual pursuits. Ascetic life may include nakedness symbolizing non-possession of even clothes, fasting, body mortification, penance, and other austerities, in order to burn away past karma and stop producing new karma, both of which are believed in Jainism to be essential for reaching siddha and moksha ("liberation from rebirths", and "salvation")

Meditation

Jainism considers meditation (dhyana) a necessary practice, but its goals are very different from those in Buddhism and Hinduism. In Jainism, meditation is concerned more with stopping karmic attachments and activity, not as a means to transformational insights or self-realization in other Indian religions. Meditation in early Jain literature is a form of austerity and ascetic practice in Jainism, while in late medieval era the practice adopted ideas from other Indian traditions. According to Paul Dundas, this lack of meditative practices in early Jain texts may be because substantial portions of ancient Jain texts were lost.

The Digambara Jain scholar Kundakunda, in his Pravacanasara states that a Jain mendicant should meditate on "I, the pure self". Anyone who considers his body or possessions as "I am this, this is mine" is on the wrong road, while one who meditates, thinking the antithesis and "I am not others, they are not mine, I am one knowledge" is on the right road to meditating on the "soul, the pure self".

Beliefs and philosophy

Dravya ("Substance")

The dravya in Jainism are fundamental entities, called astikaya (literally, "collection that exists"). They are believed to be eternal, and the ontological building blocks that constitute and explain all existence, whether perceived or not.

According to the Svetambara tradition of Jainism, there are five eternal substances in existence: Soul (jiva), Matter (pudgala), Space (akasha), motion (Dharma) and rest (Adharma). To this list of five, the Digambara Jain tradition adds "Time" (kala) as the sixth eternal substance. In both traditions, the substance of space is conceptualized as

"world space" (lokakasha) and "non- world space" (alokiakasha). Further, both soul and matter are considered as active ontological substances, while the rest are inactive. Another categorization found in Jain philosophy is jiva and ajiva, the latter being all dravya that is not jiva.

Jiva ("Soul"), Ajiva ("Non-Soul")

Jiva means "soul" in Jainism, and is also called jivatman. It is a core concept and the fundamental focus of the Jain theology. The soul is believed to be eternal, and a substance that undergoes constant modifications, in every life, after every rebirth of a living being. Jiva consists of pure consciousness in the Jain thought, has innate "free will" that causes it to act but is believed to be intangible and formless. It is the soul that experiences existence and gains knowledge, not mind nor body both believed to a heap of matter. Jain philosophy further believes that the soul is the mechanism of rebirth, and karma accumulation. It is the same size in all living beings, such as a human being, a tiny insect and a large elephant. Jiva is everywhere, filling and infused in every minuscule part of the entire loka (realm of existence), according to Jainism. The soul has the potential to reach omniscience and eternal bliss, and end the cycles of rebirth and associated suffering, which is the goal of Jain spirituality.

Soul and Karma

According to Jainism, the existence of "a bound and ever changing soul" is a self-evident truth, an axiom which does not need to be proven. There are numerous souls, but every one of them has three qualities (Guṇa): consciousness (caitanya, most important quality of soul), bliss (sukha) and vibrational energy (virya). The vibration draws karmic particles to the soul and creates bondages, but is also what adds merit or demerit to the soul.

Karma, like in other Indian religions, connotes in Jainism the universal cause and effect law. However, it is envisioned as a material substance (subtle matter) that can bind to the soul, travel with the soul substance in bound form between rebirths, and affect the suffering and happiness experienced by the jiva in the lokas. Karma is also believed to obscure and obstruct the innate nature and striving of the soul, as well as its spiritual potential in the next rebirth.

The relationship between the soul and karma, states Padmanabh Jaini, can be explained with the analogy of gold. Like gold is always found mixed with impurities in its original state, Jainism holds that the soul is not pure at its origin but is always impure and defiled like natural gold. One can exert effort and purify gold, similarly, Jainism states that the defiled soul can be purified by proper refining methodology. Karma either defiles the soul further, or refines it to a cleaner state, and this affects future rebirths. Karma is thus an

efficient cause (nimitta) in Jain philosophy, but not the material cause (upadana). The soul is believed to be the material cause.

Jain texts state that souls exist as "clothed with material bodies", where it entirely fills up the body. There are five types of bodies in the Jaina thought: earthly (e.g. most humans, animals and plants), metamorphic (e.g. gods, hell beings, fine matter, some animals and a few humans who can morph because of their perfections), transference type (e.g. good and pure substances realized by ascetics), fiery (e.g. heat that transforms or digests food), and karmic (the substrate where the karmic particles reside and which make the soul ever changing).

Samsara

The conceptual framework of the Samsara doctrine differs between the Jainism traditions and other Indian religions. For instance, in Jaina traditions, soul (jiva) is accepted as a truth, as is assumed in the Hindu traditions. It is not assumed in the Buddhist traditions. However, Samsara or the cycle of rebirths, has a definite beginning and end in Jainism. The Jaina theosophy, unlike Hindu and Buddhist theosophies, asserts that each soul passes through 8,400,000 birth-situations, as they circle through Samsara. As the soul cycles, states Padmanabh Jaini, Jainism traditions believe that it goes through five types of bodies: earth bodies, water bodies, fire bodies, air bodies and vegetable lives. With all human and non-human activities, such as rainfall, agriculture, eating and even breathing, minuscule living beings are taking birth or dying, their souls are believed to be constantly changing bodies. Perturbing, harming or killing any life form, including any human being, is considered a sin in Jainism, with negative karmic effects.

Souls begin their journey in a primordial state, and exist in a state of consciousness continuum that is constantly evolving through Samsara. Some evolve to a higher state; some regress asserts the Jaina theory, a movement that is driven by the karma. Further, Jaina traditions believe that there exist Abhavya ("incapable"), or a class of souls that can never attain moksha ("liberation"). The Abhavya state of soul is entered after an intentional and shockingly evil act. Jainism considers souls as pluralistic each in a karma- samsara cycle, and does not subscribe to Advaita-style ("not two") nondualism of Hinduism, or Advaya-style nondualism of Buddhism. A liberated soul in Jainism is one who has gone beyond Samsara, is at the apex, is omniscient, remains there eternally, and is known as a Siddha.

Cosmology

Jain texts propound that the universe consists of many eternal lokas ("realms of existence"). As in Buddhism and Hinduism, Jain cosmology believes both time and the universe are eternal without beginning and end, and that the universe is transient (impermanent in attributes) at the same time. The universe, body, matter and time are considered in Jain philosophy as separate from the soul (jiva or jivatman). Their interaction explains life, living, death and rebirth.

According to the Jain texts, the universe is divided into three parts, the upper, middle, and lower worlds, called respectively urdhva loka, madhya loka, and adho loka. As

with the realms of existences, Kala ("time") is without beginning and eternal; the cosmic wheel of time, called kalachakra, rotates ceaselessly. According to Jain texts, in this part of the universe, there are six periods of time within two aeons (ara), and in the first aeon the universe generates, and in the next it degenerates. Thus, the worldly cycle of time is divided into two parts or half-cycles, utsarpini ("ascending") and avasarpini ("descending"). Utsarpini is a period of progressive prosperity, where happiness increases, while avasarpini is a period of increasing sorrow and immorality.

According to Jain cosmology, it is currently the fifth ara of avasarpini (half time cycle of degeneration). The present age is one of sorrow and misery, of religious decline, where the height and shape of living beings shrink. Jain thought holds that after the sixth ara, the universe will be reawakened in the new cycle and the start of utsarpini aras.

According to Jain texts, sixty-three illustrious beings, called salakapurusas, are born on this earth in every Dukhama-sukhama ara. The Jain universal history is a compilation of the deeds of these illustrious persons. They comprise twenty-four Tirthankaras, twelve chakravartins, nine balabhadra, nine narayana, and nine pratinarayana.

A chakravarti is an emperor of the world and lord of the material realm. Though he possesses worldly power, he often finds his ambitions dwarfed by the vastness of the cosmos. Jain puranas give a list of twelve chakravartins ("universal monarchs"). They are golden in complexion. One of the chakravartins mentioned in Jain scriptures is Bharata Chakravartin. Jain texts

like Harivamsa Purana and Hindu Texts like Vishnu Purana state that Indian subcontinent came to be known as Bharata varsha in his memory.

---oOo---

TRIẾT HỌC KỲ NA GIÁO

Nguyễn Ước

Kỳ Na giáo là lối đọc thành tiếng theo phiên âm Hán Việt danh xưng của đạo Giaina. Trong một số sách tiếng Việt đang lưu hành, thường để nguyên tên đạo Giaina hoặc đạo Jaina. Tiếng Anh là Jainism; tiếng Pháp là Jainisme hay Djainisme. Trong Kinh Trung Bộ của Phật giáo, Kỳ Na giáo được gọi Nagantha: là Ly hệ phái.

1. Bối cảnh

Kỳ Na giáo là một triết học và là một tôn giáo, lấy nguyên tắc bất tổn sinh (ahimsa) làm tâm điểm tuyệt đối trên cả hai phương diện lý thuyết và thực hành.

Có từ trước thời Veda

Giống các triết thuyết Đông phương khác, đối với Kỳ Na giáo, suy tưởng không nhằm mục đích bất vụ lợi mà là để phát triển các phương thế giúp cho con người khắc phục khổ não vốn cố hữu trong cuộc nhân sinh thông thường. Kỳ Na giáo tìm cách thành tựu công cuộc cứu độ ấy bằng việc chinh phục các giới hạn trần tục, và Jina - từ ngữ xuất phát của Kỳ Na giáo - có nghĩa là ‘người chinh phục’, hiểu theo khía cạnh tâm linh là

‘người chiến thắng’, thế nên Kỳ Na giáo còn được hiểu là ‘tôn giáo của những người chiến thắng’.

Từ cuối thế kỷ thứ sáu trước CN, người Kỳ Na giáo tuyên bố rằng truyền thống của họ đã có một lịch sử rất lâu đời, kéo dài liên tục qua 24 thế hệ tổ sư. Chư vị ấy được gọi là các tirthankara, những người lội qua chỗ cạn, hay hiểu theo nghĩa bóng là người mở đường. Sở dĩ có danh xưng ấy vì họ đã giúp cho các đệ tử, những người đi theo họ, băng ngang sông suối thế gian để đạt toàn tri (giác ngộ) - tới bờ bến an toàn và cứu rỗi.

Trong số những vị mở đường ấy có Rsabha, Agitanatha và Aritanemi; cả ba đều ở thời cổ đại và được đề cập tới trong kinh Yagur-Veda (Vệ đà - Tế tự minh luận) của Ấn giáo. Vị tổ thứ 24, Mahavira, là một nhân vật lịch sử, sống cùng thời đại với Đức Phật vào cuối thế kỷ 6 tới đầu thế kỷ 5 trước CN.

Vị tổ thứ 23

Trong ‘Nghi Quỹ Kinh’ còn gọi là ‘Kiếp Ba Kinh’ của Kỳ Na giáo, có ghi chép về vị tổ sư thứ 23, sống vào khoảng thế kỷ 9 trước CN, trước Mahavira khoảng 250 năm. Danh xưng của ông là Parsva và cũng quả thật là một nhân vật lịch sử.

Thân phụ của Parsva là quốc vương xứ Benares. Thuở trẻ, Parsva từng là dũng sĩ, tham gia nhiều chiến trận. Sau ba chục năm sống tại gia, ông trở thành tu sĩ khổ hạnh lang thang suốt bảy chục năm. Ông hệ thống hoá lý thuyết trước đó của Kỳ Na giáo và đề ra bốn điều cấm. Đó là không sát sinh; không lừa đảo; không trộm cướp; và không có của riêng. Vị tổ đời thứ 23 này dùng màu xanh lam làm sắc hiệu, với biểu tượng là bảy con rắn quấn quanh đầu và ông ngồi trên mình rắn.

Sách thánh của Kỳ Na giáo mô tả Parsva là ‘Vị Đệ nhất’, ‘Đấng Giác ngộ’, ‘Đấng Toàn tri’, đồng thời quả quyết rằng trong các cuộc hành cước của ông từ Bihar tới Tây Bengal, có rất đông đảo tín đồ đi theo. Đặc biệt, nơi Parsva nhập Niết Bàn và tịch tại núi Sammeta, trở thành thánh địa hành hương của giáo chúng xưa nay.

2. Đại Anh hùng Mahavira

Là một tu sĩ khổ hạnh khỏa thân, Vardhamana Mahavira, vị tổ sư Kỳ Na giáo thứ 24, sống và giảng dạy tại một khu vực của Ấn, ngày nay là Bihar và Uttar Pradesh. Ông chào đời có lẽ trước Đức Phật khoảng vài chục năm. Các tín đồ Kỳ Na giáo đưa ra thời điểm của Mahavira là từ năm 599 tới 527 trước CN, dù thực tế, có thể ông sống trong khoảng thời gian sau đó, từ năm 540 tới năm 468 trước CN; so với thời điểm của Đức Phật là khoảng năm 566 tới 486 trước CN.

Xét theo khía cạnh triết học, lý thuyết của Kỳ Na giáo bao gồm ít nhất bốn lãnh vực căn bản: vũ trụ luận, tri thức luận, luận lý học và đạo đức học. Tuy các lời giảng của Mahavira được chính ông và các tín đồ quả quyết có giá trị vĩnh cửu, ta cũng nên đặt chúng vào bối cảnh đương thời vốn đối nghịch với chúng để có thể đánh giá chúng một cách xứng đáng.

Bốn cơ sở của Ấn giáo

Như đã trình bày ở chương 1, dù Ấn giáo chính thống có những giá trị vĩ đại, tự thân nó vẫn đặt trên hai cơ sở:

Thẩm quyền của các kinh Veda (sách thánh);

Giá trị của các lễ tế được cử hành đúng nghi thức và do bởi đẳng cấp tư tế Bà la môn.

Đức tin của Ấn giáo chính thống cũng đặt trên hai cơ sở:

Thực tại hằng cửu của Thượng đế (Brahman), có thể hiểu khái quát như là Đại ngã, trong các dạng thức muôn hình muôn vẻ của thực tại tối hậu ấy;

Linh hồn của con người (Atman), có thể hiểu khái quát là Tiểu ngã, cái tối hậu sẽ hòa nhập vào Đại ngã.

Lokoyata và các Shramana

Tuy nhiên, trong thế kỷ thứ 6 trước CN, xuất hiện một số lượng đáng kể các lối tiếp cận có tính triết học và tôn giáo, thách đố niềm tin vào bốn cơ sở vừa kể của Ấn giáo, cách riêng tại miền bắc nước Ấn. Thí dụ triết học Lokoyata, còn được gọi theo danh xưng của triết gia chủ xướng có tên truyền thuyết là Carvaka. Triết thuyết này cho rằng toàn bộ tri thức đặt cơ sở tối hậu trên các giác quan, do đó, chỉ những gì con người có thể tri giác theo cách ấy mới được xem là thật.

Vì thế, Carvaka quả quyết rằng không thể nào có linh hồn và cũng chẳng có cái gì còn sống sau khi ta chết. Từ lập trường ấy, truyền thống Lokoyata rút ra kết luận thuận lý rằng cuộc theo đuổi duy nhất có giá trị là mưu tìm hạnh phúc trần thế ngay trong cuộc đời này, và như thế, Carvaka đưa ra một lập trường mang tính chủ nghĩa khoái lạc đơn thuần và chủ nghĩa duy vật phi luân lý.

Thế nhưng có một số người khác lại đi tới một cực đoan hoàn toàn trái ngược với Lokoyata. Vẫn nhấn mạnh bản tính hằng cửu của linh hồn, nhưng họ thách đố thẩm quyền của các lễ tế Bà la môn, và họ dấn mình vào lối tu tập khổ hạnh như một phương thế nhằm sở đắc giải thoát (moksa). Họ được gọi là Shramana: các đạo sư lang thang và những tu sĩ khổ hạnh tự do. Hoàn toàn không thuộc một triết hệ Ấn giáo chính thống nào, họ sống lưu động rày đây mai đó, thu thập tín đồ từ Ấn giáo cải đạo hoặc của các môn phái phi chính

thống khác và họ hoạt động bên ngoài kiểu thức chính thống của các nghi lễ Ấn giáo cùng hệ thống đẳng cấp của xã hội Ấn. Vào thế kỷ thứ 6, từ bên trong các nhóm Shramana ấy phát sinh hai triết thuyết và trở thành hai tôn giáo: Kỳ Na giáo và Phật giáo.

Thân thế của Đại Anh hùng

Người tập đại thành cho Kỳ Na giáo là Vardhamana, vị tổ sư thứ 24 mà trong kinh Phật bằng chữ Hán gọi là Nataputta, người đứng đầu 'Nigantha': Ly hệ phái, nghĩa là phái chủ trương tu tập cách ly mọi quan hệ. Xuất thân từ một dòng họ nổi tiếng, thuộc đẳng cấp chiến sĩ, ở vùng hạ lưu sông Hằng, ông lập gia đình và có một con gái. Tới năm 30 tuổi, Vardhamana rời gia đình, từ bỏ vợ con, dấn thân vào cuộc sống khổ hạnh và khỏa

thân. Con đường tầm đạo của ông kéo dài 12 năm trời mới thành đạo. Trong thời gian ấy, có thời ông hiệp đoàn với Gosaka, người về sau sáng lập Ajivikas, một hệ phái Ấn giáo phi chính thống khác.

Tới năm 42 tuổi, Vardhamana, thành tựu toàn tri - thuật ngữ Kỳ Na giáo dùng để gọi sự thức ngộ, giác ngộ, vì thế được gọi là một Jina: người chinh phục. Các tín đồ của tôn giáo này được gọi là Jaina - thường viết tắt là Jain - nghĩa là những kẻ đi theo người chinh phục. Danh hiệu Mahavira có nghĩa là Đại Anh hùng, một biệt danh dùng để tôn vinh cá biệt vị tổ sư này.

Kết thúc 30 năm rao giảng, xây dựng và phát triển Kỳ Na giáo, Mahavira từ trần sau một cuộc tuyệt thực cho tới chết tại Para, nơi gần Patna ngày nay. Và nơi ấy từ đó trở thành linh địa hành hương của mọi tín đồ Kỳ Na giáo.

Cho tới thời điểm nhập diệt, Đức Mahavira có rất đông đảo đệ tử gồm hai dạng: thứ nhất nam nữ tu sĩ (nữ đông hơn nam); và thứ hai các tín đồ tại gia (cư sĩ), luôn luôn giúp đỡ mọi mặt, đặc biệt về vật chất, cho giới tu sĩ. Trong Trung Bộ kinh, phẩm 56 Upaly Sutra có kể lại cuộc tranh luận giữa Đức Phật và Nigantha Dighatapassi (Trường Khổ Hạnh Giả), một cao đồ của Mahavira, và sau đó, việc Đức Phật thu thập Gia chủ Upaly, một cao đồ cư sĩ của Mahavira, người được gọi là Nigantha Nataputta. Kinh còn ghi lại cuộc tường thuật của hai cao đồ ấy cho Mahavira.

Lời giảng của Đức Mahavira

Gặp trường hợp có những hệ phái khác nhau của một tôn giáo, các học giả khó có thể thẩm định trong những lời tuyên bố không hoàn toàn giống nhau

và đang ganh đua nhau ấy cái nào là tiếng nói xác thực của người sáng lập. Nhưng đối với Kỳ Na giáo không có vấn đề đó, vì cả hai hệ phái chính — Svetambara và Digambara - chỉ bất đồng về vài điểm thực hành, đặc biệt ở chỗ tu sĩ nên khỏa thân hay mặc quần áo, chứ không có những thông giải triết học khác nhau về đạo giáo của mình. Do đó, chúng ta có thể khá tự tin khi cho rằng các khái niệm hiện lưu hành trong Kỳ Na giáo thật sự phản ảnh trung thực lời giảng dạy nguyên thủy của Mahavira 25 thế kỷ trước.

Ba điểm căn bản trong các lời giảng của Đức Đại Anh hùng là:

Bác bỏ các nghi lễ Bà la môn như là phương thế để thành tựu giải thoát, ông tái thông giải khái niệm về nghiệp báo mà truyền thống Ấn giáo chính thống ưu tiên áp dụng nó như là hậu quả tuôn trào từ việc cử hành chính xác các nghi lễ;

Phủ định sự hiện hữu của cảnh giới thiêng liêng vĩnh cửu, ông tin rằng linh hồn của con người bị mắc kẹt trong thế giới vật chất, cần được giải thoát nhằm thành tựu sự toàn mãn;

Biến giới luật bất tổn sinh (ahimsa) thành tâm điểm tuyệt đối của triết học và đạo đức học thực hành của mình.

Tuy thế, những lời giảng của vị tổ sư ấy không được ghi thành văn cho tới thế kỷ thứ hai sau CN. Mãi tới thế kỷ thứ 5, cũng vẫn chưa có bản san định tổng thể các sách thánh chính của Kỳ Na giáo. Để am hiểu triết học của mình, mọi hệ phái Kỳ Na giáo đều chấp nhận thẩm quyền và đặt cơ sở xiển dương trên cuốn kinh Tattvartha Sutra (Kinh về những phạm trù nhận thức) do tu sĩ triết gia Umasvarti ghi lại vào khoảng đầu thế kỷ thứ hai sau CN.

3. Các khái niệm căn bản

Nathmal Tatia trong lời giới thiệu bản dịch của mình cuốn Tattvartha Sutra đã đưa ra một tóm lược cô đọng và tuyệt vời về triết học của Kỳ Na giáo như sau:

“Các chủ đề trung tâm của Tattvartha Sutra là bất bạo động, phi tuyệt đối chủ nghĩa và bất sở hữu. Bất bạo động củng cố quyền tự quản sự sống của mọi hữu thể. Phi tuyệt đối chủ nghĩa củng cố quyền tư tưởng của mọi cá nhân. Bất sở hữu củng cố sự phụ thuộc lẫn nhau của toàn bộ cuộc hiện sinh. Nếu bạn cảm thấy rằng mỗi linh hồn là một tự quản, bạn sẽ không bao giờ giẫm

đạp quyền sống của nó. Nếu bạn cảm thấy mỗi người là một con người biết suy nghĩ, bạn không bao giờ giẫm đạp tư tưởng của nó. Nếu bạn cảm thấy mình chẳng sở hữu vật nào cả và cũng chẳng sở hữu người nào cả, lúc ấy bạn không bao giờ giẫm đạp hành tinh này”.

Cũng giống các triết thuyết Đông phương khác, cứu cánh của Kỳ Na giáo không phải là suy tưởng mà là giải thoát, cái vốn được người Kỳ Na giáo xem là mục đích của đời người. Do đó, nó phối hợp sự phân tích kinh nghiệm trong tương ứng với những huấn thị mang tính đạo đức học.

Có lẽ chúng ta cần hiểu rõ giá trị ba đặc điểm căn bản của triết học Kỳ Na giáo trước khi có thể đi lần tới việc xem xét ý tưởng về bản ngã và đạo đức học của nó. Đó là:

Phi tuyệt đối chủ nghĩa về mặt triết học; Thuyết nguyên tử và thuyết vạn vật hữu hồn (animism), vốn hình thành căn bản vũ trụ luận Kỳ Na giáo;

Sự thông giải mang tính vô thần chủ nghĩa quá trình vũ trụ.

Phi tuyệt đối và luận lý học

Tận căn bản các lời giảng của mình, Kỳ Na giáo hàm chứa một sự thách thức triệt để. Đối với chân lý tuyệt đối, Kỳ Na giáo không đưa ra lời quả quyết nào, nhưng nó làm nổi bật sự việc rằng mọi chân lý đều tùy thuộc vào viễn cảnh hoặc qui luật phối cảnh, nghĩa là tuỳ thuộc điểm nhìn, cách nhìn và kỳ vọng của chúng ta vào triển vọng của chúng.

Căn bản luận lý học của người Kỳ Na giáo đạt trên Hoặc nhiên luận (Syatvada), còn gọi là Phi quyết đoán luận. Cũng có người gọi là Thất chi luận pháp vì nó đặt trên bảy hình thức ‘có thể’ khi phán đoán một sự vật, tùy vào viễn cảnh của người phát biểu. Tương truyền phương pháp luận này xuất hiện từ rất sớm, sau khi Mahavira qua đời 150 năm, do đệ tử của ông là Badaropa đề xuất. Về sau nó được hoàn thiện và phát triển

thêm. Đó là:

Phán đoán khẳng định. Thí dụ có thể vải là màu trắng - chỉ ở dưới tình huống xác định;

Phán đoán phủ định. Có thể vải không phải là màu trắng;

Phán đoán khẳng định kết hợp với phán đoán phủ định. Có thể vải là màu trắng lại không phải là màu trắng;

Không thể nói ra được - không thể diễn tả được. Có thể vải là màu gì không thể nói được;

Kết hợp giữa phán đoán 1 và phán đoán 4 ở trên. Có thể vải là màu trắng, lại không thể nói được;

Kết hợp giữa phán đoán 2 và phán đoán 4. Có thể vải không phải là màu trắng, lại không thể nói được;

Kết hợp giữa phán đoán 3 và phán đoán 4. Có thể vải là màu trắng, lại không phải là màu trắng, cũng không thể nói được.

Có thể khái quát hóa bảy hình thức phán đoán trên thành:
Có;
Không;
Vừa có vừa không;
Không thể nói (không có không không)
Có, không thể nói;
Không, không thể nói;
Vừa có, vừa không, không thể nói.
Thí dụ về bản ngã và linh hồn
Về bản ngã, Kỳ Na giáo lập luận tóm tắt rằng:
Bản ngã có thể thường tại;
Bản ngã có thể không thường tại;
Bản ngã, nhìn từ những viễn cảnh khác nhau, có thể vừa thường tại vừa không thường tại;
Vấn đề ấy có thể không nói được.
Nhưng cũng có thể kết hợp cả bốn khả năng ấy. Thí dụ, linh hồn có thể thường tại, nhưng vấn đề ấy cũng có thể không nói được — do bởi nó có thể là như thế nhưng chúng ta không thể biết rằng nó là như thế. Trong trường hợp ấy ta có thể kết hợp bảy hình thức phán đoán đã kể ở đoạn trên.

Thí dụ về chân lý và tri thức:

Cũng thế, chúng ta có thể biết các sự vật theo cách vừa trực tiếp vừa gián tiếp, nhưng trong các giới hạn áp đặt của thế giới vô thường, không cái gì có thể

biết rõ hoàn toàn hoặc chắc chắn tuyệt đối. Còn nữa, người Kỳ Na giáo lập luận rằng chân lý hoặc sự lệch lạc của tri thức không được quyết định bởi khả năng nắm bắt sự

việc của con người mà là bởi các giá trị tinh thần và đạo đức đang hình thành quan điểm cá biệt của mỗi người.

Giả dụ nhìn một cái cây trước mặt, tôi có khả năng phát biểu:
Có thể có bóng mát hữu ích hoặc là làm nơi ngồi nghỉ chân;
Có thể được việc lắm nếu tôi leo lên cây ấy;
Có thể cây đó cho tôi loại gỗ hữu dụng;
Có thể nó là cây đa;
Có thể nó lớn thấy rõ, kể từ khi tôi thấy nó lần trước;
Có thể mình phải đốn cây ấy.
Trong các cách nhìn có tính viễn cảnh đó, cái nào cũng có giá trị, hoặc liên quan tới quá khứ, hiện tại hay tương lai, hoặc chỉ nhìn vào tự thân cái cây (và chúng bị phạm trù hóa theo chủng loại), hoặc chỉ nhìn một cách giản dị về mặt hàng thương mại, giải trí hay tiện ích. Mỗi cái có một thành tố của chân lý nhưng bị giới hạn bởi cái nhìn về triển vọng cá biệt của nó.

Chấp nhận sự khác biệt

Vì tri thức tuyệt đối - cho dẫu chúng ta có sở hữu được nó đi nữa - không thể nào truyền đạt một cách chính xác trong các khái niệm giới hạn của nó, nên toàn bộ triết học chỉ có tính tương đối. Do đó, toàn bộ việc giảng dạy chỉ là tạm bợ và các dị biệt được giả định là kết quả của các dị biệt trong cách nhìn bị chi phối bởi qui luật phối cảnh.

Thực tế ấy không ngăn Kỳ Na giáo đưa ra các lời phát biểu có tính xác định; đúng hơn, mỗi lời phát biểu đều có kèm theo một sự dè dặt nhất định trong từng phần lời giảng của nó. Vì dè dặt trong việc thừa nhận quan điểm mà xuất từ đó đưa ra lập trường của mình nên Kỳ Na giáo luôn luôn chấp nhận rằng người khác có thể nhìn cùng một sự vật ấy theo cách khác.

Trong kho tàng cổ tích của Ấn Độ, có một chuyện nổi tiếng, gốc tích từ Kỳ Na giáo. Đó là chuyện năm người mù sờ voi và sau đó, cố gắng tả lại con voi đúng theo cách họ cảm thấy. Tùy vào bộ phận của voi mà mình sờ vào: chân, đuôi, tai, thân mình hay ngà voi, mỗi người đem ra một hình ảnh so sánh khác nhau. Người bảo voi như cột đền, người bảo voi như chiếc quạt lớn, người bảo voi như chiếc chổi chà, v.v... Các mô tả ấy đều có giá trị nhưng không mô tả nào có khả năng xác định được toàn bộ con voi.

Thuyết nguyên tử và thuyết vạn vật hữu hồn

Trong lời giảng của Kỳ Na giáo truyền thống, nguyên tử là yếu tố nhỏ bé nhất của vật chất. Có bốn loại nguyên tử: khí, lửa, nước và đất. Các nguyên tử ấy hiệp nhau hình thành các hợp chất (skandhas), cùng hình thành các đối vật trong thế giới được chúng ta trải nghiệm.

Nhưng có những yếu tố phi vật chất khác cũng hình thành thành phần của thế giới: niềm hân hoan, nỗi hối tiếc và bản thân sự sống. Cái thứ ba này mang dạng thức linh hồn, hoặc jiva, là quan trọng nhất trong triết học Kỳ Na giáo.

Đức Mahavira dạy rằng mọi sự đều có linh hồn bên trong nó. Không chỉ con người, loài vật và cỏ cây, mà ngay cả đá, đất và gió; không chỉ các thực thể thường trực mà ngay cả các biến cố xảy ra trong thoáng chốc, hết thảy mọi sự mọi vật ấy đều có linh hồn, được sinh ra bên trong mỗi cái, và chừng nào sự vật ấy còn hiện hành thì linh hồn ấy vẫn còn sống. Do đó, triết học Kỳ Na giáo thừa nhận có một quá trình tương tác liên tục giữa thực tại tinh thần và vật chất. Bất cứ khả năng nào mà một linh hồn có, thí dụ cảm giác về sự vật, nó có vì thế giới của vật chất, do bởi các giác quan đều thuộc về thể xác vật chất. Mặt khác, các cơ quan cảm giác ấy không là gì cả nếu chúng không cung cấp thông tin cho một linh hồn đang sống động. Dù linh hồn và vật chất có thật và riêng biệt không kém gì nhau, cả hai không thể tách biệt trong liên quan tới sự sống thông thường.

Nhưng có thể nói bên dưới thuyết nguyên tử này có một cấp bậc thực tại khác. Người Kỳ Na giáo cho rằng có những bản thể vĩnh cửu, mỗi bản thể có những phẩm tính cố định. Phẩm tính cao nhất của các bản thể này là linh hồn (jiva). Tự thân linh hồn là hoàn hảo và vĩnh hằng, nhưng vì chịu ảnh hưởng của thế giới hiện tượng, linh hồn có thể gánh vác thể xác và được tái sinh thêm nhiều lần trong thế giới này dưới dạng thức các hữu thể trên trời hoặc con người trần thế hoặc các sinh vật khác, kể cả những hình thức đơn giản nhất.

Như thế, ta có một vũ trụ trong đó mọi sự đều là hợp chất, được tạo thành bởi các yếu tố vật lý và phi vật lý. Thế giới hiện tượng này, dù được cấu trúc bởi các yếu tố không gian, thời gian chuyển dịch hay an nghỉ cùng vật chất thẩm thấu đều khắp bởi tinh thần và dù lúc này bị liên kết với các thể xác hợp chất và các biến cố, vẫn là một thế giới hằng cửu.

So với triết Tây phương

Trong triết học Tây phương, thuyết nguyên tử là một bộ phận của tư tưởng Hi Lạp thời tiền Socrates. Ta thử nhìn lại quan điểm đặc thù của Heraclitus, vị triết gia nổi tiếng với câu nói rằng bạn không thể bước hai lần xuống cùng một dòng sông ấy.

Xét về mối quan hệ giữa vật chất và tinh thần, thuyết nhị nguyên của Kỳ Na giáo không thật sự giống với thuyết nhị nguyên của Descartes. Triết gia Pháp ấy lập thành sự phân biệt triệt để giữa cái tôi (bản ngã) tư duy và thể xác được dàn trải về mặt vật chất; còn trong tư tưởng Kỳ Na giáo, linh hồn thật sự là một bản thể, thành phần của mọi sự vật hợp chất.

Truyền thống tư tưởng Tây phương gần gũi nhất mà ta có thể thăm dò để so với Kỳ Na giáo, là Ngộ giáo (Gnoticism). Người Ngộ giáo duy trì quan điểm cho rằng linh hồn bất tử, bị mắc kẹt bên trong thể xác vật chất; và mục đích của họ - không khác với mục đích của người Kỳ Na giáo - là giải thoát khỏi những giới hạn vật chất và thành tựu sự thức ngộ bản tính hằng cửu của ta.

Thuyết vô thần và vũ trụ luôn luôn biến đổi

Kỳ Na giáo mang tính vô thần chủ nghĩa. Hoàn toàn khác với Ấn giáo, Kỳ Na giáo không có những cái tuyệt đối, không có sự hiệp nhất sau cùng của Tiểu ngã Atman vào Đại ngã Brahman hằng cửu. Thay vào đó, Kỳ Na giáo cho rằng giải thoát sau cùng là sự thừa nhận rằng tinh thần của ta quả thật là một thực tại tối hậu - thời điểm xảy ra sự thừa nhận này được gọi là trạng thái kavala.

Thế giới không có khởi đầu nhưng được xem là đang chuyển động qua các thời kỳ tiến hóa và thoái hóa. Thế giới ấy không đòi phải có sự giải thích ngoại tại, và quá trình biến đổi ấy xảy ra do bởi thao tác của định luật nghiệp báo (karma) và do bởi mọi sự, một cách cố hữu, đều không bền vững và bị hỗn hợp. Chính nghiệp báo lèo lái vũ trụ, chứ chẳng phải một thần linh nào cả.

Ngang đây, ta có thể đưa vào một nhận xét có tính quyết định. Bất cứ hệ thống triết học nào cho rằng thế giới này không có một bắt đầu và một kết thúc đều có khuynh hướng vô thần chủ nghĩa. Vì bất cứ niềm tin nào vào Thượng đế đều đòi hỏi thế giới phải tìm thấy ở nơi ngài một lý do, sự phù trợ hoặc một nguồn gốc của sự sống và của cuộc đời. Nếu con người không có nhu cầu ấy, Thượng đế trở thành thừa thãi.

Bảo lưu mâu thuẫn

Có vẻ Kỳ Na giáo cùng bảo lưu hai quan điểm mâu thuẫn nhau về sự vật. Một đằng nó cho rằng chúng thường tại, đằng khác nó lại cho rằng chúng ở trong trạng thái thay đổi triền miên và liên tục.

Kỳ Na giáo làm điều ấy bằng cách nói rằng có cái gì đó ‘thật’ tiếp tục tồn tại dù nó đi qua một số lượng vô tận các ‘dạng thức’. Ở bất cứ thời điểm nào dạng thức ấy cũng đang biến đổi và như thế, dường như nó đi vào cuộc sinh tồn rồi nó lại đi ra khỏi cuộc sinh tồn. Nói cách khác, nó vẫn còn là ‘thật’ - và do đó, nó tiếp tục hiện hữu - qua suốt quá trình tái sinh nhiều lần ấy.

Đây cũng là một thí dụ khác về việc Kỳ Na giáo thừa nhận chân lý tùy thuộc vào viễn cảnh ta nhìn sự vật. Các sự vật vừa có vừa không có sự hiện hữu thường tại, nó hoàn toàn tùy thuộc vào cách bạn nhìn chúng.

So với Phật giáo

Thật thú vị khi so sánh quan điểm này của Kỳ Na giáo với của Phật giáo. Phật giáo cho rằng mọi sự đều là đối tượng của biến đổi và do đó, không có linh hồn thường tại, mà chỉ là một chuỗi các đặc điểm đang biến đổi, đang làm thành cái bị gọi là bản ngã.

Kỳ Na giáo cũng triệt để như thế trong liên quan tới việc phân tích quá trình biến đổi, nhưng rồi họ có thể nói rằng, nhìn từ một viễn cảnh khác, có ‘bản ngã’ bền vững, tiếp tục tồn tại bất chấp mọi biến đổi.

4. Bản ngã

Như đã trình bày ở trên, giống với các hệ thống triết học và tôn giáo khác của Ấn Độ, Kỳ Na giáo không đặt ưu tiên cho nỗ lực suy tưởng để am hiểu thế giới. Nó dành chỗ trang trọng đó cho những phương thế phát triển tâm linh nhằm thành tựu giải thoát.

Mục đích của Kỳ Na giáo là giúp con người thoát khỏi những giới hạn của thế giới vật chất ở đó linh hồn của con người, theo quan điểm của Kỳ Na giáo, đang bị mắc kẹt. Do đó, những gì Kỳ Na giáo nói về bản ngã đều mang tầm quan trọng chủ chốt, vì chính dưới ánh sáng của ý tưởng Kỳ Na giáo về bản ngã và thân phận của bản ngã mà mọi vấn đề khác được thông giải.

Tuy thế, điều cần ghi nhận thêm lần nữa là những gì được trình bày ở phần vừa rồi về thế giới quan phi tuyệt đối không đơn giản chỉ là cách nhìn vạn vật,

chúng còn có ý nghĩa rằng linh hồn con người vừa có vừa không có sự hiện hữu thường tại, tùy vào điểm nhìn và cách thức bạn xem xét nó.

Linh hồn và thể xác vật chất

Cá nhân nào cũng gồm có linh hồn được sinh ra trong hình dạng thể xác vật chất. Và công cuộc cúu rỗi cốt ở hành động giải thoát linh hồn khỏi những kềm tỏa vật chất của nó. Con người cần phải kiểm soát thể xác để linh hồn tinh tiến. Lối tiếp cận này giống với lối của triết hệ Samkhya (số luận hay liệt kê) trong Ấn giáo chính thống.

Chúng ta sống trong một thế giới, như chúng ta trải nghiệm, là luôn luôn biến đổi. Con đường mỗi người đi qua cõi vô thường samsara ấy đã được quyết định. Và ta chỉ có thể với tới giải thoát sau một thời gian dài dằng dặc, trong đó linh hồn chuyển dịch hết vào lại ra, qua một số lượng rất lớn các kiếp sống khác nhau. Người Kỳ Na giáo cảm thấy không cần thiết phải chứng minh sự hiện hữu của linh hồn vì họ tin rằng qua mọi hành động nhận thức, ta nhận ra được linh hồn. Như thế, suy nghĩ, cảm xúc và mọi nhận biết của hữu thể đang sống đều là những gì có liên quan tới linh hồn.

Khái niệm hóa quan điểm của Kỳ Na giáo về linh hồn là một việc làm không dễ dàng chút nào. Một đẳng linh hồn có mặt trong mọi sự mọi vật, đẳng khác, linh hồn ấy ở trong cảm giác, trong vật chất. Nó hầu như là một bản thể vật chất đang hoạt động, có sẵn ở khắp nơi và có khả năng đem một thể xác thích đáng vào cuộc sống. Tuy thế, rõ ràng có sự khác biệt giữa linh hồn cá nhân và ‘vật linh’ - vật chất có tính linh hồn - mà nó được làm thành hình dạng. Do đó, có vô lượng đơn vị có tính linh hồn trong một linh hồn, giống như thể có vô lượng đơn vị không gian trong không gian.

Kinh Tattvartha Sutra, chương 5: 8-9 có ghi:

“Có hằng hà sa số những pradesa [những đơn vị không được chiếm bởi một nguyên tử vật chất] của dharma [pháp: nguyên lý vận động], adharma [vô pháp: nguyên lý đứng yên], và mỗi một linh hồn. Số lượng của các pradesa trong dharma, adharma, linh hồn và lokakasa, tức là vũ trụ [nghĩa là tất cả trừ khoảng chân không] là giống nhau, nói cách khác, tổng cộng của nó là hằng hà sa số.

Những điểm của khoảng không là vô tận.”

Chúng ta cũng có thể trình bày các ý tưởng trên theo cách khác. Giống như các nguyên tử vật chất kết tụ nhau để hình thành các đối tượng vật lý, linh hồn cũng thế. Nó bao gồm vô lượng đơn vị có tính linh hồn hiệp cùng nhau để làm thành bản ngã của một cá

nhân.

Hành động và các hệ quả

Kỳ Na giáo duy trì theo nghĩa đen, một cách triệt để, ý tưởng tổng quát của Ấn giáo về quan điểm nghiệp báo. Trong vòng đầu thai và tái đầu thai vào thế giới vô thường, thân phận của ta trong kiếp sống này tùy thuộc vào nghiệp của ta trong các tiền kiếp.

Khác với Phật giáo vốn xem nghiệp phát sinh từ các hành động tự ý tự nguyện, nghĩa là các hành động (ý, khẩu hoặc thân) có ý nghĩa về phương diện đạo đức của ta, Kỳ Na giáo nhìn nghiệp theo ý nghĩa lớn rộng hơn, xem nó thuộc về tất cả những gì đang điều kiện hóa con người. Bạn vẫn bị nghiệp tác động dù khi thể hiện hành động ấy bạn không thể nào tự mình chọn lựa có ý thức.

Cách độc nhất để bạn thoát ra khỏi vòng tái sinh là thành tựu trạng thái hoàn hảo về an tĩnh và tri thức (kavala). Và điều ấy đòi hỏi con người bạn phải càng ngày càng tinh tiến, bỏ qua một bên hết thảy các ham muốn mọi sự mọi vật đang hạn chế bạn và đang làm cho bạn bị mắc kẹt trong cõi trần gian. Làm được điều ấy tức là bạn nhập vào trạng thái lý tưởng, ở đó bạn chẳng còn mảy may ham muốn nào. Còn nữa, người Kỳ Na giáo tin rằng linh hồn phải toàn tri, nghĩa là nó cần biết hết mọi điều nó có khả năng biết. Nhưng trong thế giới này, linh hồn đánh mất sự toàn tri ấy và do bởi nghiệp báo nên nó bị giới hạn, không thể nào biết hết những điều nó có thể biết.

Tính máy móc của nghiệp báo

Như thế, điều Kỳ Na giáo làm là sử dụng chủ nghĩa máy móc về nghiệp báo - vốn được triển khai trong Ấn giáo - và biến chủ nghĩa ấy thành một kết luận thuận lý của mình. Nếu nghiệp báo mang tính máy móc chủ nghĩa đối với việc cải thiện bản ngã trong một thế giới đang biến đổi, thì đó là một thực tế, chẳng cần tới bất cứ cái gì ở bên ngoài thế giới này.

Bất cứ sự can thiệp nào xuất phát từ một cảnh giới khác, dù đến từ một hay nhiều thần linh, cũng chỉ làm cho vấn đề ấy ra hoang mang. Vì một sự can thiệp ngoại tại như thế mang hàm ý quả quyết rằng sẽ gạt sang một bên nghiệp báo của bạn để cải thiện điều kiện tâm linh của bạn. Nếu nghiệp báo là sự kiện

tâm linh mang tính trung tâm của kiếp sống, thế thì thao tác của nó không thể là đối tượng của bất cứ sự can thiệp thiêng liêng nào.

Giải thoát (moksa)

Tuy Kỳ Na giáo dạy rằng linh hồn (jiva) của bạn là bất tử và có khả năng toàn tri, nhưng trong thế giới này, linh hồn ấy dường như không được như thế vì nó bị giới hạn bởi hình dạng vật chất, nghĩa là thân xác, và nghiệp báo của nó. Dĩ nhiên trong khi chuyển dịch qua nhiều kiếp sống, công việc của linh hồn là hướng tới sự thành tựu trạng thái thanh khiết tuyệt đối và tri thức tuyệt đối, hai đặc điểm của bản tính chân chính của linh hồn.

Giải thoát xảy tới khi bản ngã được thoát ra khỏi các tác động của những hành động trong quá khứ, gồm các tiền kiếp. Do đó, ta phải vượt lên trên toàn bộ hành động. Hành động thiện mà thôi thì không đủ vì chúng chỉ tạo phúc lợi cho linh hồn khi đang ở cõi vô thường này chứ chúng không cho phép linh hồn vượt lên trên thế giới đang biến đổi ấy.

Mục đích của người Kỳ Na giáo là trở thành một siddha - người hoàn hảo. Siddha là người đạt tới sự tuyệt đối về tri thức, nhãn quan, quyền năng và hạnh phúc. Trong trạng thái hoàn hảo ấy, ta nhận ra rằng bản ngã (atman) là thực tại tối hậu. Tới thời điểm này, linh hồn tách biệt với thể xác. Kinh Tattvartha Sutra, chương 10: 4-5 có viết:

“Khi linh hồn được giải thoát, ở đó chỉ còn lại niềm tin chân chính hoàn hảo, tri thức chân chính hoàn hảo, đức hạnh chân chính hoàn hảo và trạng thái mọi sự hoàn hảo một cách toàn bộ.

Khi hết thảy các nghiệp báo ràng buộc đều bị loại bỏ, linh hồn vút bay lên tới bến bờ không gian vũ trụ.”

Nhị nguyên tính

Cuối cùng, một điểm không thể không nhận thấy là rõ ràng Kỳ Na giáo có tính nhị nguyên chủ nghĩa tận nền tảng. Mặc dù trong diễn tiến bình thường của các biến cố, linh hồn không thể không tương tác với vật chất, nhưng thời điểm giải thoát cũng chính là lúc vật chất bị bỏ lại đằng sau.

5. Tái thông giải các khái niệm của Ấn giáo

Atman và Jiva

Đối với Ấn giáo chính thống, atman (tiểu ngã) của cá thể tối hậu được hòa nhập với Brahman (Đại ngã), thực tại sau cùng và tinh thần tiềm ẩn trong vạn vật, dù nhận thức trực tiếp sự hòa nhập ấy là cùng đích của cuộc hành trình tâm linh chứ không là cái gì đó có thể phô bày rõ ràng cho hết thảy mọi người. Linh hồn thì có tính tinh thần, tương phản với thể xác có tính vật chất.

Người Kỳ Na giáo cũng lập thành sự phân biệt giữa tính tinh thần và tính vật chất ấy, nhưng đối với họ, linh hồn (jiva) là một bản thể có tính vật chất và huyền ảo, làm cho thể xác có sinh khí - bằng việc jiva được mô tả có kích cỡ và có hình dáng của cái thể xác mà nó lấy làm dạng thức. Chính trong tự thân linh hồn có thực tại tối hậu - hoặc được những kẻ đạt giải thoát xem là tối hậu - nhưng như thế không có nghĩa rằng jiva lúc ấy được hòa nhập với thực tại ngoại tại nào khác, nghĩa là trong tự thân jiva không có chỗ cho Brahman.

Ở đây, điểm khác biệt cốt yếu giữa Kỳ Na giáo và Ấn giáo là đối với người Kỳ Na giáo, linh hồn bao gồm số lượng vô tận ‘các đơn vị có tính linh hồn’, do đó, tính chất độc đáo của nó được giải thích trong liên quan tới sự hợp thành. Còn đối với người Ấn giáo thì vì trong thực tại tối hậu, atman hiệp làm một với Brahman nên dường như họ không có nỗi khao khát được phân tích linh hồn thành những thành phần nguyên tử của nó.

Nghiệp báo

Trong Ấn giáo cổ truyền, nghiệp báo (karma) có liên quan tới một mức độ rộng lớn việc cử hành chính xác các nghi lễ. Chính nghi lễ làm cuộc sống của con người ngay hàng thẳng lối với sự sống của vũ trụ như một toàn bộ, và qua đó, tẩy sạch hậu quả của các hành động trong quá khứ, nơi chúng khởi phát những hậu quả không được chào đón trong hiện tại.

Phật giáo tái thông giải vấn đề liên quan tới nghiệp báo này, xem karma là hành động mang ý nghĩa luân lý tự nguyện, vì thế, nó có tính đạo đức hơn tính nghi lễ. Tuy nhiên, đối với Kỳ Na giáo, karma bao gồm hết thảy mọi ràng buộc mỗi người vào thế giới của nó, dù hành động ấy đạo đức hay vô đạo, tốt hay xấu, tự nguyện hay bị cưỡng bách.

Như thế, dường như trong triết học Kỳ Na giáo, karma gần như là một cấu trúc vật lý trong đó thao tác mọi sự. Nó không có tính tuyển chọn như karma trong Ấn giáo và Phật giáo.

6. Những đồng dị với triết hệ Samkhya

Triết học của Kỳ Na giáo và của triết hệ Samkhya (số luận) đều xem thế giới này là hằng cửu. Cũng thế, cả hai đều lập thành sự phân biệt triệt để giữa vật chất và ý thức với vật chất hiện hữu một cách trung tính về phương diện đạo đức. Cả Kỳ Na giáo lẫn Samkhya đều dùng thuật ngữ jiva để chỉ bản ngã cá thể của con người (linh hồn) vì cả hai hệ thống cùng chấp nhận một vũ trụ vật chất vĩnh cửu, nên đều mang tính vô thần chủ nghĩa.

Tuy thế, ba điểm tương đồng vừa kể không cho thấy một kết luận đơn giản rằng hệ thống này vay mượn ý tưởng của hệ thống kia. Chúng ta biết rằng triết hệ Samkhya mới xuất hiện trong giai đoạn khoảng năm 100 trước CN, nhưng các cội rễ của nó có thể và có lẽ đã cắm rất sâu, xa xưa về trước. Hiền giả Kapila mà về mặt truyền thống được xem là người thành lập, có thể đã sống trước đó, thuở thế kỷ thứ bảy trước CN. Chúng ta hẳn cảm thấy yên tâm khi nói rằng có thể tìm thấy một nguồn suối chung trong Ấn giáo Samkhya lẫn trong Kỳ Na giáo.

Song le, điểm khác biệt quan trọng giữa hai truyền thống là Samkhya vẫn trụ lại trong Ấn giáo chính thống trong khi Kỳ Na giáo bị xem là phi chính thống. Samkhya đạt tiêu chí đó có lẽ do bởi lời của Kapila tuyên bố rằng ông vẫn chấp nhận kinh điển Ấn giáo là một trong ba nguồn tri thức của mình. Thực tế, Kapila hiếm khi viện dẫn nguồn sách thánh ấy, nhưng nhờ lời ôm đồm đó mà Samkhya được phép ở lại bên trong chính thống Ấn giáo, còn Kỳ Na giáo thì bị đứng ở ngoài vòng rào.

7. Những đồng dị với triết học Phật giáo

Trong các đoạn trước, chúng ta có ghi nhận một số điểm giống nhau giữa hai truyền thống này. Điều ấy không đáng ngạc nhiên vì Đức Phật lẫn Đức Đại Anh hùng đều là người sống cùng thời đại, rao giảng trên cùng một vùng đất và có cuộc sống tâm linh rất giống nhau. Trong Kinh Phật cũng đề cập nhiều tới Nigantha Nataputta, một danh xưng của Mahavira, những đối luận thân hữu và sự cải giáo của đệ tử bên này sang

bên kia.

Các điểm giống nhau

Cả Đức Phật lẫn Đức Mahavira đều là nhà tu khổ hạnh và đều nhìn thế giới như trong trạng thái liên tục biến đổi;

Cả hai đều nhấn cực kỳ mạnh lên lời thệ nguyện bất tổn sinh (ahimsa), đặt giới cấm ấy vào vị trí đặc điểm chủ chốt trong cuộc sống tâm linh và đạo đức; Cả hai đều cho phép thực hành tinh tiến tâm linh trong đời sống tại gia lẫn tu viện;

Cả hai đều bác bỏ thẩm quyền của các kinh Veda và các nghi lễ Bà la môn; Cả hai đều bác bỏ điều kiện tất yếu của Ấn giáo cho rằng hành động của mỗi con người phải được quyết định dựa trên đẳng cấp thế tập của nó;

Cả hai đều cổ vũ cho cuộc sống khổ hạnh; có điều người Kỳ Na giáo cho rằng việc trở thành nam nữ tu sĩ sống theo truyền thống khổ hạnh là điều kiện thiết yếu để đạt tới cứu độ, còn Đức Phật tuy xem cuộc sống tu viện là đáng ao ước nhưng ngài không cho đó là điều kiện thiết yếu; trong kinh Phật có thuật nhiều chuyện đạt quả giác ngộ của các cư sĩ tại gia.

Các điểm khác nhau

Tuy thế, giữa hai truyền thống ấy vẫn có điểm khác biệt tận nền tảng; cách riêng với Phật giáo, điểm ấy quan trọng một cách tuyệt đối. Đó là vấn đề bản ngã.

Đối với Phật giáo, không có bản ngã cố định, không có jiva (linh hồn) bị trú ngụ trong một môi trường vật lý xa lạ với nó và đang chờ thời điểm giải thoát. Đúng hơn, theo Phật giáo, bản ngã chỉ là một khái niệm mang tính qui ước. Nói theo ngôn ngữ tối hậu, bản ngã là ảo giác. Trong Phật giáo không có nhị nguyên chủ nghĩa; mọi sự, cả vật chất lẫn tinh thần, đều tương tác hình thành các điều kiện cho phép phát sinh các sự vật khác.

Cũng cần ghi nhận thêm là thái độ đối với một số điều như vũ trụ có hằng cửu hay không, hoặc sau khi chết, người giác ngộ có sống hay không, v.v... Người Kỳ Na giáo, kể cả người Ấn giáo Samkhya, đều rất sung sướng khi có dịp trình bày quan điểm của họ về các vấn đề ấy, còn người Phật giáo thì không. Từ điểm nhìn và cách nhìn của Phật giáo, các vấn đề ấy chỉ có tính thuần túy suy tưởng, nếu không muốn nói là vọng tưởng, do đó, chúng chỉ làm xao lãng sự tập trung vào vấn đề nhận thức khổ não và diệt khổ.

Kết luận về đồng dị

Tóm lại, cả Kỳ Na giáo lẫn Phật giáo đều khích lệ thực hành sự tự kiềm chế, chú tâm hoàn hảo và triển khai quán tưởng - chiêm nghiệm có tính phân tích rốt ráo - để tinh tiến trên con đường đạt tới cứu cánh giác ngộ/toàn tri.

Điểm khác biệt căn bản là, đối với Kỳ Na giáo, cả quan điểm cho rằng bản ngã không thường tại lẫn quan điểm cho rằng bản ngã thường tại đều có giá trị ngang nhau, và cả hai quan điểm đó không lúc nào không đúng. Ngược lại, Phật giáo đánh giá bản ngã thường tại chỉ là ảo giác, và trong điều kiện tốt nhất, nó là một cách mô tả có tính qui

ước chứ không có tính tối hậu và thực tại.

Không hẳn là tiêu cực

Cả Phật giáo lẫn Kỳ Na giáo đều thường bị phản ánh một cách tiêu cực khi cho rằng cả hai nền triết học và tôn giáo ấy đều cống hiến con đường cứu độ bằng hành động trốn chạy khỏi vũ trụ vật chất. Đó là một nhận định không thể tránh khỏi, tới một mức nào đó, vì cả hai truyền thống ấy đều đặt nặng tầm quan trọng của đời sống tu viện.

Ngược lại, qua trạng thái tương liên nối kết của vạn vật và thao tác của luật nghiệp báo, cả Phật giáo lẫn Kỳ Na giáo đều thăm dò sự tương tác giữa bản ngã và môi trường vật chất của nó - một sự tương tác mà cả hai đều dạy rằng nên biểu thị đặc điểm của nó bằng thái độ bất bạo động và từ bi. Và như thế, cả hai đều cống hiến quan điểm tích cực về nghĩa vụ mà con người có thể tự nguyện đóng góp vào thế giới của nó.

Hai dị biệt khác

Có hai chủ đề khác cũng gây thành cuộc phân rẽ hàng ngàn năm nay giữa phái Digambara và phái Svetambara.

1. Chủ đề thứ nhất liên quan tới sinh hoạt trần thế

Phái đầu, 'thiên y', cho rằng hữu thể đạt tới toàn tri sẽ không tiếp tục thể hiện bất cứ hoạt động hoặc chức năng trần thế nào. Vì nếu còn sinh hoạt trần thế, người ấy sẽ không thể nào còn toàn tri và còn tiếp tục phải ăn, nghĩa là phải tổn sinh và bị ràng buộc.

Phái sau, 'bạch y', cho rằng con người ta có thể trở thành toàn tri mà vẫn tiếp tục đảm trách các chức năng bình thường trong phần đời còn lại của mình.

2. Chủ đề thứ hai liên quan tới phụ nữ

Phái 'thiên y' cho rằng số kiếp phụ nữ không thể nào trực tiếp đạt tới giải thoát. Vì thế, nữ nhân sẽ phải tái sinh thành nam nhân, ở một thời điểm nào đó về sau trên con đường tâm linh, và đó là một điều kiện thiết yếu. Phái 'bạch y' chấp nhận sự bình đẳng tâm linh giữa nam giới và nữ giới.

Ngày nay, ngay trong hàng ngũ các tín đồ Kỳ Na giáo đang sống tại Ấn Độ - vì cũng có nhiều người di dân sang sống ở các xứ khác - rất ít người có khả năng tuân giữ toàn bộ kỷ luật của một tu sĩ phái thiên y Digambara. Riêng trong truyền thống bạch y Svetambara, số nữ tu sĩ đông gấp ba lần nam...

Jambudvipa – human world, the world in which we are living. Jambudvipa is the region where the humans live and is the only place where a being may become enlightened by being born as a human being. It is in Jambudvipa that one may receive the gift of Dharma and come to understand the Four Noble Truths...

Nam Thiệm Bộ Châu (Jambudvipa - có nghĩa là Đất). Còn gọi là Nam Diêm Phù Đề. Diêm Phù Đề tức là tên của một loài cây ở Thiệm Bộ. Đề là nghĩa của châu. Nơi đất nầy có cây Thiệm Bộ, cho nên đem nó để đặt tên châu. Ở trong Diêm Hải, Nam Thiệm Bộ

Châu nằm ở phía Nam núi Tu Di.

Jargon - tiếng nói khó hiểu

Jaundice - bệnh vàng da

Jaunt – make short journey for pleasure = đi chơi

Jeta Grove - Vườn cây của ông Kỳ-Đà, được ông Cấp-Cô-Độc trải vàng mua...

Jetavana was one of the most famous of the Buddhist monasteries in India. It was the second monastery donated to Gautama Buddha, after the Veluvana in Rajagaha. Jetavana is located just outside the old city of Savatthi.

Jetavana was the place where the Buddha gave the majority of his teachings and discourses, having passed at Jetavana 19 (out of 45) rainy seasons (Pali, vassas, a traditional time of monastic retreat), more than in any other

monastery. It is said that after the Migaramatupasada (a second monastery erected at Pubbarama, close to Savatthi) came into being, the Buddha would dwell alternately in Jetavana and Migaramatupasada, often spending the day in one and the night in the other...

Jetavana - Donation of Jetavana

When the Buddha accepted Anathapindika's invitation to visit Savatthi the latter, seeking a suitable place for the Buddha's residence, discovered this park belonging to Jetakumara (south of Savatthi). When he asked to be allowed to buy it, Jeta's reply was: "Not even if you could cover the whole place with money." Anathapindika said that he would buy it at that price, and when Jeta answered that he had had no intention of making a bargain, the matter was taken before the Lords of Justice, who decided that if the price mentioned were paid, Anathapindika had the right of purchase.

Anathapindika had gold brought down in carts and covered Jetavana with pieces laid side by side. The money brought in the first journey was found insufficient to cover one small spot near the gateway. So Anathapindika sent his servants back for more, but Jeta, inspired by Anathapindika's earnestness, asked to be allowed to give this spot. Anathapindika agreed and Jeta erected there a gateway, with a room over it. Anathapindika built in the grounds dwelling rooms, retiring rooms, store rooms and service halls, halls with fireplaces, closets, cloisters, halls for exercise, wells, bathrooms, ponds, open and roofed sheds, etc...

It is said that Anathapindika paid eighteen crores for the purchase of the site, all of which Jeta spent in the construction of the gateway gifted by him. Jeta gave, besides, many valuable trees for timber. Anathapindika himself spent fifty-four crores in connection with the purchase of the park and the buildings erected in it.

The ceremony of dedication was one of great splendour. Not only Anathapindika himself, but his whole family took part: his son with five hundred other youths, his wife with five hundred other noble women, and his daughters Maha Subhadda and

Cula Subhadda with five hundred other maidens. Anathapindika was attended by five hundred bankers. The festivities in connection with the dedication lasted for nine months.

The vihara is almost always referred to as Jetavane Anathapindikassa arama (Pali, meaning: in Jeta Grove, Anathapindika's Monastery). The Commentaries say that this was deliberate (at the Buddha's own suggestion), in order that the names of both earlier and later owners might be recorded and that people might be reminded of two men, both very generous in the cause of the Religion, so that others might follow their example. The vihara is sometimes referred to as Jetarama.

Tịnh Xá Kỳ Viên - Jetavana.

Tịnh Xá Kỳ Viên (Jetavana)

Đặc biệt nhất chính là câu chuyện mua đất xây tinh xá cúng dường đức Phật của một phú gia tên là Cấp Cô Độc (Anathapindika), khởi nguồn cho một đạo Phật thâm nhập vào trong xứ sở vốn nhiều giáo phái ngoại đạo đang ảnh hưởng lớn mạnh tại nơi này. Sau cuộc hội ngộ với đức Phật tại thành Vương Xá (Rajagaha) nước Ma Kiệt Đà (Magadha) và được đức Phật thuyết pháp giáo hoá, ông Cấp Cô Độc vui mừng khôn tả xiết xin được làm đệ tử của Ngài. Để tỏ lòng cung kính đức Phật, ông Cấp Cô Độc liền trở về thành Xá Vệ nước Kiều Tát La và muốn xây dựng ngôi tịnh xá để thỉnh Phật thuyết pháp. Mặc dù đã tìm kiếm khắp nơi trong thành Xá Vệ nhưng chưa có một khu đất nào vừa với nguyện vọng của ông. Cuối cùng, ông nhớ đến vườn cây của thái tử Kỳ Đà (Jeta), con vua Ba Tư Nặc, là nơi lý tưởng nhất, thích hợp nhất để thực hiện nguyện ước của mình. Nhưng điều quan trọng là làm thế nào để mua được mảnh đất này, vì ông thừa biết rằng, thái tử Kỳ Đà không cần bất cứ gì để đổi lấy khu ngự uyển đẹp đẽ là nơi thư giãn hàng ngày của ông. Bởi quá

nôn nóng cho công việc của mình, lại thêm một lòng kính trọng đức Phật đã thúc đẩy trưởng giả Cấp Cô Độc đến tìm gặp thái tử Kỳ Đà để thương lượng. Thái tử Kỳ Đà rất ngạc nhiên và quái lạ cho sự việc buôn bán này. Nhưng vì nể uy đức của ông Cấp Cô Độc, người thường bố thí cho dân nghèo và ủng hộ đắc lực cho ngân khố quốc gia, nên thái tử trả lời đùa cho qua câu chuyện: " Trong khu vườn này, nếu ông trải vàng đến đâu thì tôi bán cho ông đến đó". Chỉ cần một lời hứa suông của thái tử Kỳ Đà, ông Cấp Cô Độc cho người về kho lấy đủ số vàng để trải khắp khu vườn này, chẳng những thế mà nơi mỗi gốc cây đều có một nhúm vàng tương đương với chu vi của nó. Thái tử Kỳ Đà vô cùng kinh ngạc, khi thấy ông trưởng giả thực hiện theo lời đề nghị của mình mà không một chút do dự, điều này đã kích thích lòng tò mò của thái tử. Qua lời giải bày của ông trưởng giả Cấp Cô Độc, thái tử Kỳ Đà vô cùng thán phục đức Phật, một con người giác ngộ, một bậc vĩ nhân xuất hiện trên cõi Diêm Phù Đề, chỉ vì lợi ích cho chư thiên và loài người. Do đó, thái tử Kỳ Đà muốn góp phần trong việc xây dựng tịnh xá cúng dường đức Phật, bằng cách dâng toàn bộ số cây trong vườn cho đức Phật. Vì là vườn của ông Cấp Cô Độc nhưng cây là của thái tử Kỳ Đà, nên trong kinh điển thường ghi là Kỳ Thọ Cấp Cô Độc Viên, để nói lên việc cúng dường hy hữu này. ---ooOOoo---

Jettison - vứt bỏ hàng hóa xuống biển cho nhẹ tàu

JHANA – Definition: What does Jhana mean?

Jhana is a Pali term that means "meditation." It is often considered synonymous with the Sanskrit term, dhyana, which is commonly used in yogic teachings, whereas jhana is more often used in Buddhism.

Jhana refers to a meditative state in which the yogi is profoundly still and in perfect concentration. Their mind is fully immersed in and absorbed by whatever object they have chosen to focus on. This is considered to be key in developing the Buddhist quality of "right concentration."

The definition (with similes)

[First jhana]

"There is the case where a monk — quite withdrawn from sensuality, withdrawn from unskillful qualities — enters and remains in the first jhana: rapture and pleasure born from withdrawal, accompanied by directed thought and evaluation. He permeates and pervades, suffuses and fills this very body

with the rapture and pleasure born from withdrawal. There is nothing of his entire body unpervaded by rapture and pleasure born from withdrawal. "Just as if a skilled bathman or bathman's apprentice would pour bath powder into a brass basin and knead it together, sprinkling it again and again with water, so that his ball of bath powder — saturated, moisture-laden, permeated within and without — would nevertheless not drip; even so, the monk permeates, suffuses and fills this very body with the rapture and pleasure born of withdrawal. There is nothing of his entire body unpervaded by rapture and pleasure born from withdrawal...

[Second jhana]

"Furthermore, with the stilling of directed thoughts & evaluations, he enters and remains in the second jhana: rapture and pleasure born of composure, unification of awareness free from directed thought and evaluation — internal assurance. He permeates and pervades, suffuses and fills this very body with the rapture and pleasure born of composure. There is nothing of his entire body unpervaded by rapture and pleasure born of composure.

"Just like a lake with spring-water welling up from within, having no inflow from east, west, north, or south, and with the skies periodically supplying abundant showers, so that the cool fount of water welling up from within the lake would permeate and pervade, suffuse and fill it with cool waters, there being no part of the lake unpervaded by the cool waters; even so, the monk permeates and pervades, suffuses and fills this very body with the rapture and pleasure born of composure. There is nothing of his entire body unpervaded by rapture and pleasure born of composure...

[Third jhana]

"And furthermore, with the fading of rapture, he remains equanimous, mindful, & alert, and senses pleasure with the body. He enters & remains in the third jhana, of which the Noble Ones declare, 'Equanimous & mindful, he has a pleasant abiding.' He permeates and pervades, suffuses and fills this very body with the pleasure divested of rapture, so that there is nothing of his entire body unpervaded with pleasure divested of rapture.

"Just as in a blue-, white-, or red-lotus pond, there may be some of the blue, white, or red lotuses which, born and growing in the water, stay immersed in the water and flourish without standing up out of the water, so that they are

permeated and pervaded, suffused and filled with cool water from their roots to their tips, and nothing of those blue, white, or red lotuses would be unpervaded with cool water; even so, the monk permeates and pervades, suffuses and fills this very body with the pleasure divested of rapture. There is nothing of his entire body unpervaded with pleasure divested of rapture...

[Fourth jhana]

"And furthermore, with the abandoning of pleasure and stress — as with the earlier disappearance of elation and distress — he enters and remains in the fourth jhana: purity of equanimity and mindfulness, neither-pleasure-nor- pain. He sits, permeating the body with a pure, bright awareness, so that there is nothing of his entire body unpervaded by pure, bright awareness.

"Just as if a man were sitting wrapped from head to foot with a white cloth so that there would be no part of his body to which the white cloth did not extend; even so, the monk sits, permeating his body with a pure, bright awareness. There is nothing of his entire body unpervaded by pure, bright awareness."

Mastery of jhana is a mark of wisdom

"I declare a person endowed with four qualities to be one of great discernment, a great man. Which four?

"There is the case, brahman, where he practices for the welfare & happiness of many people and has established many people in the noble method, i.e., the rightness of what is admirable, the rightness of what is skillful.

"He thinks any thought he wants to think, and doesn't think any thought he doesn't want to think. He wills any resolve he wants to will, and doesn't will any resolve he doesn't want to will. He has attained mastery of the mind with regard to the pathways of thought.

"He attains — whenever he wants, without strain, without difficulty — the four jhanas that are heightened mental states, pleasant abidings in the here-&- now.

"With the ending of mental fermentations — he remains in the fermentation- free awareness-release & discernment-release, having directly known & realized them for

himself right in the here-&-now.

"...I declare a person endowed with these four qualities to be one of great discernment, a great man."

Jhana and insight, hand-in-hand

There’s no jhana for one with no discernment, no discernment for one with no jhana. But one with both jhana & discernment: he's on the verge of Unbinding.

JHANA TO INSIGHT - Venerable Sayadaw Ashin U Thittila

From training by way of meditation on in-and-out breathing the four jhanas are produced. When jhanas are developed, the mind of the aspirant is considerably purified although he is not wholly free from passions, for by concentration the evil tendencies are only temporarily inhibited, they may rise to the surface at quite unexpected moments. Discipline, or morality, regulates word and deed; concentration controls the mind, and insight enables him to annihilate completely the passions not inhibited by the other two. Therefore the attainments of the jhanas, in which one has tasted the high happiness of a Brahma God, though super-normal, is still only mundane. For the attainment of the supramundane by the insight method, the aspirant turns his keen, very pure jhana mind to penetrate the nature of things as they really are, by means of meditation on the three fundamental characteristics of mind and matter, namely, transience, suffering and non-self (anicca, dukkha and anatta). The method to do this is:

1. Examination

The aspirant examines his own object of meditation, i.e., the in-and-out breathings which are dependent on the body, and the factors of jhana. On examination he finds as follows:

The body is merely the manifestation of the four elements and their derived qualities, i.e., (1) THE ELEMENT OF EXTENSION. Without it objects cannot occupy space. The qualities of hardness and softness are two phases of this element. (2) THE ELEMENT OF COHESION, which coheres the scattered atoms of matter and gives the idea of body. (3) THE ELEMENT OF

HEAT (AND COLD). Preservation and decay are due to this element, the vitalizing energy. (4) THE ELEMENT OF MOTION. Movements are caused by this element. Motion is regarded as a vibratory force.

These four are the fundamental units of matter, and are invariably combined with the four derivatives, namely, colour, odour, taste and nutritive essence. The four elements and the four derivatives are inseparable and interrelated; thus, according to Buddhism, matter consists of forces and qualities which are in a state of constant flux.

The factors of jhana are the dominant mental concomitants of a mind which has attained to that state. Mind, which is the most important part of man, is a complex

compound of fleeting mental states, namely, feeling, perception, mental concomitants and consciousness. All states arising in consciousness are non-material. These states constantly change, not remaining for two consecutive moments the same. We worldlings, veiled by the net of illusion, mistake this apparent continuity as being something eternal, an unchanging soul, an atta (atman) the supposed doer and receptacle of all actions.

If one were to say that by soul or self is meant the process of this psycho- physical phenomenon that is constantly becoming and passing away, then there would be no objection to the term. The Buddha himself uses the term atta, but only to indicate the collection of the khandhas, or aggregates. Buddhism does not totally deny the existence of a personality in an empirical sense, but it does show that it does not exist in an ultimate sense. The Buddhist philosophical term for an individual is santati, i.e., a flux or continuity. It includes both the mental and physical elements. The kammic force of each individual binds these elements together. This uninterrupted flux or continuity of bonded psycho physical phenomena, which is conditioned by kamma, and not limited only to the present life but has its source in the past and its continuation in the future, is the Buddhist substitute for the permanent ego of other religions.

2. Seek out the Cause of Personality

All things, personality included, spring from and are conditioned by a cause or causes. The existence of a 'self' is due to:

Ignorance in the past. From ignorance desire is born. Craving for phenomenal existence.

Attachment to life, persons and things. Kamma (action); the physical, verbal and mental action in the past. Food absorbed in this life. Personality is the result of these five causes. Just as the past activities have conditioned the present, so the present will condition the future. Seeing thus the causes and their effects, he transcends all doubts with regard to past, present and future.

3. Meditation

The aspirant then understands that all conditioned things are transient, subject to suffering and devoid of any immortal soul. To develop this understanding (insight) he keeps on meditating upon one of the three characteristics, having chosen the most suitable. Impermanence is a suitable subject for everyone. Suffering is too depressing for certain natures to meditate on. If it is impermanence he keeps on saying mentally: All things are impermanent. Everything around us is impermanent. Everything within us (thoughts, feelings, etc.) is impermanent. He continues until there is no attraction or aversion for any conditioned state or object. any worldly object. Reaching this point of mental culture he intently keeps on developing insight in that particular direction until that glorious day comes to him when, to his indescribable joy, he realizes Nibbana, his ultimate goal, for the very first time.

Thereafter, gone forever are false views, doubts and beliefs in rites and ceremonies. He is no more a worldling but an ariya. He is absolved from states of woe and misery, for he is destined to enlightenment. As said in Dhammapada 13, Loka Vagga, v. 179, 'Greater than emperorship, than god- state, is the fruit of this first step of sainthood!' For just now something, never in this life even imagined as possible, has been actually experienced.

It may be mentioned that jhanas and supernormal powers would undoubtedly be a valuable asset to the possessor, but they are not essential for the attainment of arahantship. There are those, sukkha-vipassaka, who without the aid of jhanas attain to arahantship straight away by merely cultivating insight.

4. Meditation on the Body

Mindfulness as to the body is one of the basic meditations practised even by young boys and girls in Buddhist countries, because body is all they know.

This meditation Proceeds by reasoning from the known to the unknown. It is to train one to observe attentively the inner workings of the body and the mind as well as the external phenomena of the universe.

By means of this meditation we may verify one of the three characteristics, at least impermanence, which characterizes all forms of existence. As soon as this has been understood one begins to be detached from the illusions of the senses or conditioned things. The unstable, the impermanent, that which is eternally becoming, perpetually changing is regarded as unable to ensure any lasting peace and happiness.

Meditation on the body should teach us to understand that our personalities, composed of the five khandhas. are always changing, and that the so-called ego, which is only the sum total of these associated components, cannot be permanent. Such a conclusion is discouraging to the ego-centric, the selfish man, but will not trouble anyone who has understood the law of cause and effect which he has practised, since he knows that deliverance from the limitations of personality is to be found upon attaining the transcendental state of Nibbana.

5. Meditation on the Body by way of the Postures

Surely children and the rest, when going, are conscious of their going. They know it, but such knowledge does not shed the notion of a being, nor uproot the perception of self, and it is not the subject of meditation or the culture of the arousing of mindfulness. But the knowledge of a practising yogi sheds the notion of a being, and causes the uprooting of the perception of self; it is both subject of meditation and the culture of the arousing of mindfulness.

6. Examination

Who goes? It is not a being or person that goes. Whose is the going? It is neither the going of a being nor of a person. Owing to what is the going? By reason of mind-activity

and the spread of the element of motion (vibration). Therefore he understands as follows:

The thought. 'I shall go', arises. That produces motion (vibration). Motion produces (bodily) intimation. Going is the carrying forward of the entire body through mind-activity and the spreading of the element of motion. The same

is the method in standing, and so forth. The thought, 'I am standing' . . . 'Lying down. (the stretching horizontally of the whole body through)'. . .

He knows this and thinks in this way. 'People say a person goes, a person stands; but in an ultimate sense there is no person (being) whatsoever going or standing'. Just as people say, 'A cart goes, a cart stands', but in an ultimate sense nothing whatsoever called a cart goes or stands; when a horse has been yoked and a driver is driving, it is just conventional to say. 'A cart goes, a cart stands'. In the same way the body is like the cart, because it is lacking motive force in itself. Like the horse is the mind-born motion; like the driver is the mind. So, when the thought, 'I go' or 'I stand' has arisen, the element of motion causing the production of physical intimation arises. Through mind-activity and the spread of the element of motion, going and the rest proceed. Then it is bare convention to say. 'A being goes, a being stands, I go, I stand'.

Just as for a butcher the cow percept does not disappear as long as he does not divide the cow, part by part, but only after having cleft it; following which meat-percept arises. And sitting at the junction of four cross-roads selling the pieces laid out in front of him he does not think, 'I am selling cow', but 'I am selling meat', so also for the yogi - the person or being percept does not disappear until he reflects upon the four bodily postures by way of element, and consciousness is fixed by way of element.

Like the butcher is the yogi. Like cow percept is person or being percept. Like the junction of four roads crossing on a highway are the four bodily postures. Like sitting with the divided pieces laid out in front is reflection by way of element.

TỪ THIỀN (JHANA) ĐẾN TUỆ GIÁC

Nhờ tu tập theo pháp hành quán niệm hơi thở mà hành giả đạt đến tứ thiền. Khi các thiền này phát triển, tâm hành giả trở nên thanh tịnh đáng kể, mặc dầu hành giả chưa hoàn toàn thoát khỏi các dục, vì nhờ sự tập trung các khuynh hướng bất thiện chỉ được ngăn chặn một cách tạm thời, chúng có thể khởi sanh lên bề mặt vào những khoảnh khắc hoàn toàn bất ngờ. Giới luật, hay đạo đức, điều hoà lời nói và hành động. Tập trung hay Định kiểm soát tâm, chỉ có tuệ giác mới có thể giúp cho hành giả tiêu diệt được hoàn toàn những tham dục mà hai pháp Giới và Định không loại trừ nổi. Vì vậy, việc đạt đến các thiền, trong đó hành giả đã nếm được hạnh phúc cao vời của một vị Phạm Thiên (Brahma God), hạnh phúc này tuy rằng siêu vượt bình thường nhưng nó vẫn

chỉ là hạnh phúc thế gian. Để đạt đến hạnh phúc siêu thế (Niết Bàn) bằng pháp hành thiền tuệ, hành giả chuyển cái tâm Định rất nhạy bén và thanh tịnh của mình thể nhập

vào bản chất của vạn pháp như chúng thực sự là, và hành thiền trên ba đặc tánh căn bản của thân và tâm, đó là Vô Thường, Khổ, và Vô Ngã (Anicca, Dukkha, Anatta). Pháp hành diễn tiến như sau:

I. Thẩm xét:

Hành giả khảo sát đề mục hành thiền của mình, nghĩa là xem xét hơi thở vô ra tuỳ thuộc vào thân, và các thiền chi (factors of jhana). Do thẩm xét mà hành giả thấy như sau:

Thân này chỉ là sự biểu hiện của Tứ Đại (4 yếu tố) và những tính chất bắt nguồn từ Tứ Đại, đó là:

1) Yếu tố giãn nở (Địa Đại): không có yếu tố này các vật thể không thể chiếm một khoảng không gian, các tính chất cứng, mềm là hai phương diện của yếu tố này.

2) Yếu tố kết dính (Thủy Đại): yếu tố này kết dính các nguyên tử rời rạc của vật chất và cho ta cái khái niệm về thân.

3) Yếu tố nhiệt (Hoả Đại): sự duy trì và thiêu huỷ là do yếu tố này, nó chính là nguồn sinh lực.

4) Yếu tố chuyển động (Phong Đại): đây là yếu tố tạo ra sự chuyển động, sự chuyển động được xem như là một xung lực.

Bốn yếu tố hay Tứ Đại này là những đơn vị căn bản của vật thể, và được kết hợp không đổi với bốn sở tạo sắc (Derivaties), đó là: màu sắc, mùi, vị, và dưỡng chất. Tứ Đại và bốn Sở Sắc tương quan lẫn nhau và bất khả phân. Như vậy, theo Phật giáo vật chất bao gồm các lực và các tính chất, chúng ở trong trạng thái trôi chảy liên tục. Các thiền chi là những tâm sở nổi bật của tâm đã đạt đến trạng thái thiền đó. Tâm, được xem là phần quan trọng nhất của con người, là một sự kết hợp phức tạp của các trạng thái tâm sanh diệt nhanh chóng, đó là: Thọ, Tưởng, Hành và Thức. Tất cả các trạng thái sanh khởi trong tâm là phi vật chất., những trạng thái này biến đổi liên tục không tồn tại giống nhau trong hai khoảnh khắc (sát-na) liên tiếp. Chúng ta, những kẻ vô văn phàm phu bị màn vô minh che đậy, nhầm lẫn tính liên tục hiển nhiên này như là một

điều gì đó vĩnh cửu, một linh hồn bất diệt, một cái ngã (atman), là người làm và nhận giả định của mọi hành động.

Nếu chúng ta được bảo rằng, nói đến linh hồn hay tự ngã có nghĩa là muốn nói đến cái tiến trình của hiện tượng tâm sinh vật lý luôn trở thành và hoại diệt này, lúc ấy hẳn sẽ không có sự phản đối với thuật ngữ. Chính Đức Phật đã sử dụng từ Atta (bản ngã), nhưng điều này chỉ để chỉ ra sự tập hợp của các Uẩn (Khandhas). Phật giáo không hoàn toàn phủ nhận sự hiện hữu của một cá thể theo ý nghĩa thuộc về kinh nghiệm, nhưng Phật giáo trình bày cho chúng ta thấy rằng cái cá thể ấy không thực sự hiện hữu trong ý nghĩa cùng tột (chân đế). Thuật ngữ mang tính triết học của đạo Phật để chỉ một cá nhân là Santati, nghĩa là dòng tiến sinh hay tính liên tục.

Santati bao gồm các yếu tố của thân và tâm. Nghiệp lực của mỗi cá nhân đã cột các yếu tố này lại với nhau. Dòng tiến sinh hay tính liên tục không bị gián đoạn của hiện tượng tâm - vật lý liên kết này, do nghiệp tạo điều kiện, không chỉ giới hạn trong kiếp sống hiện tại mà nó có nguồn gốc từ quá khứ và sự liên tục của nó trong tương lai, là sự thay thế của đạo Phật để gọi cái ngã hay linh hồn thường hằng trong các tôn giáo khác.

II. Khám phá ra nguyên nhân của cá thể con người

Các Pháp, kể cả cá nhân con người đều phát sinh từ và được tạo điều kiện bởi một hay nhiều nhân. Sự hiện hữu của một cái "Ta" là do:

1) Vô minh trong quá khứ; từ vô minh sanh ra tham ái.
2) Khát khao hiện hữu.
3) Chấp thủ vào cuộc sống, vào con người và các pháp.
4) Nghiệp (Kamma); những hành động bằng thân, khẩu, ý trong quá khứ.
5) Thức ăn hấp thụ trong kiếp hiện tại.
Cá thể con người là kết quả của năm nhân này. Cũng như nghiệp quá khứ đã tạo điều kiện cho hiện tại, do vậy hiện tại sẽ tạo điều kiện cho tương lai.

Thấy được nhân và quả như vậy, hành giả vượt qua mọi hoài nghi liên quan đến quá khứ, hiện tại và tương lai.

III. Hành thiền

Hành giả, sau khi đã hiểu rằng các pháp hữu vi đều vô thường, phải chịu khổ đau và rỗng không, không có một linh hồn bất tử nào cả. Để phát triển sự hiểu biết (tuệ giác) này, hành giả tiếp tục duy trì việc hành thiền trên một trong ba đặc tánh (Vô Thường, Khổ, Vô Ngã), đặc tánh nào hành giả thấy là phù hợp nhất. Đối với mọi người, đặc tánh vô thường là chủ đề thích hợp nhất; đặc tánh khổ dễ gây chán nản cho một vài bản tánh khi hành thiền trên đó. Nếu đã chọn đặc tánh vô thường, hành giả duy trì tâm niệm: các pháp là vô thường, mọi thứ chung quanh chúng ta đều vô thường, mọi thứ trong ta (cảm thọ, tâm v.v...) là vô thường. Cứ tiếp tục cho đến khi không còn thấy thích thú hay chán ghét đối với các trạng thái hay đối tượng hữu vi, với các pháp thế gian cũng vậy.

Đạt đến điểm tu tập tâm như vậy hành giả tiếp tục một cách kiên quyết phát triển tuệ giác theo hướng đặc biệt đó, cho đến một ngày vinh quang kia sẽ đến với hành giả khi; trước niềm hỷ lạc vô tả, hành giả chứng ngộ Niết Bàn, mục tiêu tối hậu, lần đầu tiên.

Từ đó, mãi mãi những tà kiến, hoài nghi và niềm tin nơi các lễ nghi, tín điều (Giới Cấm Thủ) rời xa hành giả. Giờ đây hành giả không còn là phàm phu nữa mà đã là bậc Thánh. Hành giả thoát khỏi những trạng thái thống khổ và bất hạnh (bốn khổ cảnh: Địa Ngục, Ngạ Quỷ, Súc Sanh và Atula), vì chắc chắn hành giả sẽ đi tới nơi giác ngộ. Như trong Dhammapada (Pháp Cú) đã nói: "Vĩ đại hơn được làm hoàng đế, hơn cả cảnh giới chư thiên, là quả thánh Tu Đà Hoàn! (Thánh quả thứ nhất trong bốn Thánh quả)". Bởi vì, giờ đây một điều gì đó, chưa từng có trong cuộc đời, dù có mơ cũng không thể, đã được hành giả thực sự chứng nghiệm.

Cũng cần nên đề cập ở đây là các thiền chi và những năng lực thần thông hẳn nhiên là một tài sản quý giá đối với người sở hữu, tuy nhiên những điều đó không phải là cần yếu cho việc đạt đến A-la-hán quả, cũng có những vị gọi là Sukkha-vipassaka (A-la-hán can quán) [*], các vị này không cần sự trợ giúp của các thiền mà đắc thẳng A-la-hán do đơn thuần trau dồi tuệ quán. [*] Có bốn bậc A-la-hán (Arahanta): 1- A-la-hán quán (sukkhavipasako). 2- A-la-hán tam minh (Tevijjo). 3- A-la-hán lục thông (Chalabhinna). 4- A-la- hán đắc đạt thông (Patisambhidappatto).

IV. Thiền niệm thân:

Chánh niệm trên thân là một trong những pháp hành cơ bản được các Phật tử trong những nước quốc giáo, kể cả các thanh niên nam nữ thực hành, bởi vì

thân là cái mọi người đều biết. Pháp hành này được tiến hành bằng cách suy luận từ cái đã biết đến những cái chưa biết. Điều này nhằm mục đích luyện tập cho hành giả quan sát một cách chú tâm những vận hành bên trong của thân và tâm, cũng như những hiện tượng bên ngoài của vũ trụ.

Thông qua pháp hành này chúng ta có thể xác chứng một trong tam tướng, ít ra cũng là đặc tánh vô thường, là tính chất biểu thị của mọi hình thức hiện hữu. Ngay khi đặc tánh này được tuệ tri, hành giả cũng bắt đầu được xả ly khỏi những ảo tưởng về các căn hoặc các pháp hữu vi. Tính chất không bền vững hay vô thường là trạng thái thay đổi liên tục và luôn luôn trở thành được xem như không thể bảo đảm cho bất kỳ một sự an lạc hay hạnh phúc lâu dài được.

Thiền niệm thân sẽ dạy cho chúng ta hiểu được rằng cái cá thể của chúng ta, cấu tạo bởi năm uẩn, luôn luôn thay đổi, và cái gọi là ta hay bản ngã chỉ là tổng thể của các thành phần cấu hợp này, không thể nào thường hằng được. Một kết luận như vậy có thể làm nản lòng những kẻ ích kỷ, người tự cho mình là trung tâm, nhưng nó sẽ không gây bối rối cho những ai đã hiểu luật nhân quả, điều mà họ đã thực hành, vì hành giả hiểu rằng sự giải thoát khỏi những giới hạn của cá thể được thiết lập trên việc đạt đến trạng thái siêu việt của Niết Bàn.

V. Niệm thân qua các oai nghi:

Chắc chắn một điều là các em nhỏ và những người không hành thiền, khi đi họ cũng ý thức được việc đi của họ. Họ biết điều đó nhưng tri kiến như vậy không làm rơi rụng được cái ý niệm về một chúng sanh, không nhổ bật rễ được cái tưởng về tự ngã, và nó cũng không phải là chủ đề của pháp hành hoặc sự tu tập làm phát sanh chánh niệm. Nhưng đối với một hành giả (Yogi) đang thực hành thiền quán, tri kiến như vậy sẽ làm rơi rụng cái ý niệm về một chúng sanh, và tạo nhân cho việc nhổ bật rễ cái tưởng về tự ngã; nó cũng vừa là chủ đề hành thiền và vừa là sự tu tập làm sanh khởi chánh niệm.

VI. Khảo sát:

- Ai đi?
- Đó không phải là một chúng sanh hay người đi.
- Vậy cái đi đó là của ai?

- Cái đi đó không phải của một chúng sanh hay một người nào cả.
- Do đâu có sự đi đó?
- Do tâm hành (hoạt động của tâm) và sự giãn ra của yếu tố chuyển động (Phong Đại).

Từ đó hành giả hiểu như sau:

Ý nghĩ "tôi sẽ đi" khởi sanh. Ý nghĩ đó tạo ra sự chuyển động (rung động); sự chuyển động này tạo ra (cho thân) sự gợi ý hay báo cho thân biết. Đi là sự đưa ra phía trước của toàn thân qua tâm hành và sự giãn ra của yếu tố chuyển động. Đối với các oai nghi khác pháp tiến hành cũng tương tự như vậy. Ý nghĩ "Tôi sẽ đứng, nằm xuống,..." (sự trải ngang của toàn thân)....

Hành giả biết rõ điều này và tư duy như sau: "người ta bảo một người đi, một người đứng; nhưng trong ý nghĩa cùng tột thì không có người (chúng sanh) nào đang đi và đang đứng cả". Cũng như người ta bảo: "Một chiếc xe đang chạy, một chiếc xe đứng", nhưng trong ý nghĩa cùng tột thì không có gì được gọi là xe đi hay xe đứng cả; khi một con ngựa được bắt ách vào và một người lái xe điều khiển, cũng chỉ theo quy ước mà nói: "Chiếc xe đi, chiếc xe đứng". Cũng như vậy, thân này như chiếc xe, bởi vì tự thân nó thiếu động lực; sự chuyển động do tâm sanh tựa như con ngựa, tâm giống như người đánh xe. Vì vậy khi ý nghĩ "tôi đi" hay "tôi đứng" khởi sanh, yếu tố chuyển động khiến tạo ra sự nhắc bảo ở thân khởi sanh. Qua ý hành (tâm hành) và sự giãn ra của yếu tố chuyển động (Phong Đại), việc đi và đứng được tiến hành. Lúc đó theo quy ước mà nói: "Một người đi, một người đứng; tôi đi, tôi đứng".

Cũng như đối với một người hàng thịt, cái tưởng về bò sẽ không biến mất bao lâu anh ta chưa phanh thây con bò ra thành từng phần; tuy nhiên, sau khi đã xẻ con bò ra; liền sau đó cái tưởng thịt sẽ phát sanh. Và ngồi tại ngã tư đường bán những miếng thịt được bày ra trước mặt, anh ta không còn nghĩ "ta đang bán bò", mà sẽ nghĩ "ta đang bán thịt". Đối với vị hành giả tu thiền cũng vậy - cái tưởng về người hay chúng sanh sẽ biến mất chừng nào người ấy quán chiếu trên tứ oai nghi bằng phương pháp phân tích các yếu tố (Tứ Đại), và nhờ phân tích Tứ Đại này tâm được chuyên nhất.

Ở đây, hành giả cũng như người hàng thịt; Tưởng chúng sanh hay người cũng như Tưởng bò của người hàng thịt. Bốn oai nghi (đi, đứng, nằm, ngồi) cũng giống như ngã tư đường. Sự quán chiếu bằng pháp phân tích Tứ Đại cũng như (người hàng thịt) đang ngồi với những miếng thịt đã được xẻ ra và đặt ở trước mặt. (Tỳ kheo Pháp Thông dịch) -ooOoo- Jibe - tiếng lóng về nhạc jazz

Jiggle - động tác đưa đẩy nhẹ, lắc lắc nhẹ ---oOo---

Jivaka - Physician to the Buddha

Jivaka's Early Life

Near Pataliputra (modern-day Patna, capital of Bihar in India) on his way to auspicious Vashali, King Bimbisara of Magadha asked, "Why do we not have a chief gold dancer like the beautiful and excellent dancer Aambapali?" Soon thereafter, Salavati was presented to the king. Salavati, famous for her mesmerizing dancing and magical

voice, quickly ascended to the position of favorite courtesan. As would happen, she became pregnant, and birthed a baby boy. Salavati, thinking only of her profession, called her servants and told them to put the baby boy in a basket and leave him in the rubbish heap behind the wall of the city

At that time, while walking to his gardens, the Raj Kumar Abhysingh (also known as Abhaya, commonly Abhayarajakumara, prince of Magadha, saw a flock of crows screaming loudly in the distance, and instructed his servants to find out what was disturbing the crows. There, on the rubbish heap behind the wall of the city, they found the baby boy, alive. Moved by compassion, Raj Kumar told his servants to collect the baby and bring him to the palace to be raised by his lady servants. Prince Abhysingh gave the baby boy the name Jivaka, as he was rescued alive (jiva) out of the rubbish heap. As the young boy grew and tried to understand his position within the court of Prince Abhysingh, Jivaka asked the prince about his parents. The prince told Jivaka that he didn't know who the boy's mother was, but that he, himself, was Jivaka's adopted father. He explained to Jivaka the necessity of studying, saying "Without any art, knowledge or education it will be difficult to survive in the palace." And with that, Jivaka was instructed to begin his education.

Jivaka's Education and the Story of the Merchant's Wife

With this instruction, Jivaka traveled to the Takshashila district of Rawal Pindi Punjab, to see the great scholar of Ayurved, the Vaidya Jagzint Pundit. Jivaka implored that the Vaidya to accept him as a student of the art and science of Ayurved. Without taking a single penny from Jivaka, the Vaidya Acharya accepted Jivaka as his student.

Jivaka was a very intelligent and hardworking student. He would memorize his texts quickly, and worked diligently for his guru. As he advanced in his studies, he selflessly assisted other students in their studies.

Seven years passed when Jivaka asked his guru, "When will my schooling be complete?" To this, the guru instructed Jivaka to carry a shovel, and comb the entire district of Takshashila for that which could not be used as a medicine. Diligently Jivaka searched for any substance or herb devoid of medicinal properties. Dejected, Jivaka accomplished his task without finding anything that could not be used as a medicine. Certain of his failure, he returned to his guru, where he was congratulated on successfully completing his education. Jivaka was then provided with the means and money to return to his home in Magadha.

Setting out on foot, Jivaka walked to Saket, the city now known as Ayodhya, birthplace of Ram. In Saket, Jivaka ran out of money, and realized that the path ahead would be difficult without the means to travel. Steadfast, he decided to find out the value of his knowledge, and offered throughout the city his services as a Vaidya of Ayurved. Upon inquiring if there was anyone in the town needing treatment, he met a wealthy merchant whose wife had been unwell for seven years. He approached the home of the merchant, and told merchant's security guard to announce to the lady of the house,

"A vaidya is here who would like to see her."

Hesitantly, the merchant's wife asked her security guard, "What kind of vaidya is he?" He reported to her that he appeared to be very young. She'd been treated by great Ayurvedic scholars, to no avail, and didn't trust this young stranger. To convince her of his trustworthiness, Jivaka told her that he would ask for no payment, but with confidence, instructed her, "When you are cured you can give me what you see fit to give me."

With this, she agreed to see him.

Upon examination of nadi, mala, mutra, jihva, netra, and rupa, (a subset of the ashtavidha pariksha, or the eightfold method of patient examination, nadi is pulse examination, mala examines the frequency, color, and consistency of bowel movements, mutra examines the color, frequency and sensations of the urine, jihva examines the condition of the tongue, and rupa is examination of the patient's body, or form, including demeanor, Jivaka determined that the lady needed treatment for her terrible headaches, and asked her servant to

bring a quart of ghee. He mixed in medicinal herbs and used it as a nasya, a medicated sinus treatment (it is written by Rev Ch. Damodar Swami in the source article that the recipe of the medicine used by Jivaka is in an ashram in Gujarat, Babra, which would benefit other vaidyas greatly if published). He administered this nasya into her nose and it poured out of her mouth. As she spit it out, she saved it in a bowl. Jivaka considered her greedy for trying to keep the ghee after it was used for treatment.

She explained that she hailed from Madwar Village, and that she was taught to always remain in control, humbly using every resource as a steward, and that she intended to use the ghee to light the fires of the home for heat and cooking. Then she reassured Jivaka, "Don't worry, we will pay you."

He administered medicines, and thereby cured her 7 year complaint. Greatly relieved of her pain, she saw fit to pay him 4000 gold coins. Together her grandson and his wife paid Jivaka another 4000 gold coins each, and her husband, the merchant, offered 16,000 gold coins plus one male servant, one female servant, a horse and a palanquin.

With this, Jivaka returned home to Prince Abhysingh's palace at Magadha, where he handed over the entire sum to his adopted father for raising and educating him. The prince refused the sum, and instructed him to build his own home near the palace.

King Bimbisara's Cure

At this time, the king had been suffering from bleeding hemorrhoids, which would cause his clothes to become red with blood. When the queen began making fun of him for his condition he became humiliated, and spoke to his son, Prince Abhysingh about his condition. Prince Abhysingh recommended he allow Jivaka to treat him.

Jivaka gave the king medicine to put under his nails and administered medicated ointments, curing his condition. For his treatment, the king offered Jivaka gold ornaments. Jivaka refused payment and asked King Bimbisara to only remember his service to the king, saying, "I need nothing else."

To demonstrate his deep appreciation, King Bimbisara gifted Jivaka a garden full of mango trees, a palace, 100,000 gold coins, and a small village within the district.

By this time, the king had become a devotee and sponsor of the Lord Buddha, and proclaimed that Jivaka would become the royal physician, serving the ladies and children of the court. He also offered the royal physician's services to the bhagwan Buddha and his monks. In this way, Jivaka became physician to Lord Buddha.

The Wealthy Merchant's Cure

Now again, during this time, a very rich merchant of Magadha had been unwell for eight years. Not a single Ayurvedic physician had been successful in treating him. When he came to Jivaka, Jivaka asked the merchant, "If I cure you, what will you offer me?" His simple reply was, "Whatever you request." Upon examination, Jivaka proclaimed that the merchant was to sleep on his back for 7 months, followed by 7 months on the right and another 7 months on his left side. He performed surgery on the wealthy merchant wherein he removed 2 large worms from his brain. During recovery from surgery, Jivaka told the wealthy merchant that he would likely die within a few days, that via excision he removed worms from his brain, and that his condition was incurable. Jivaka applied medicated ointment to his head wound, and prescribed the aforementioned sleeping arrangement to his patient. After only 7 days, the rich merchant complained that he could not sleep 7 months on his back. So Jivaka asked him to begin sleeping on his right side, and prescribed this sleeping position for 7 months. Again after 7 days the merchant complained, saying that sleeping on his right side every night for seven months was impossible. Jivaka then asked him to sleep a final 7 months on left side, and again, after 7 days the wealthy merchant reported that this too would be impossible. Using this strategy, aware of the merchant's disposition, Jivaka successfully treated the merchant with a sleeping pattern requiring 7 days on each side, resulting in complete recovery from his surgery within 21 days.

For his treatment and miraculous recovery, the rich merchant told Jivaka, "I am now your servant." Jivaka requested payment of 100,000 gold coins, and another 100,000 gold coins to be given to the king. For his life, the wealthy merchant generously granted Jivaka's request, paying the total sum at once. Now at this time, Jivaka's reputation had spread far and wide.

King Prodhyod of Ujjeni

King Prodhyod (alternatively Pradyota or Pajjota, so named for having the same birthday as the Buddha, when the world became illumined as if by a lamp), of the city of Ujjeni in the kingdom of Avanti, suffered from pandu disease (pernicious anemia). Hearing of Jivaka's great renown, King Prodhyod sent his ambassador to King

Bimbisara to request the services of his royal physician. On amicable terms, King Bimbisara agreed, and sent Jivaka to the city of Ujjeni, to see King Prodyod. There Jivaka diagnosed the king and determined that the cure required medicine prepared in ghee. It was widely known that the king detested ghee, and so Jivaka asked the king if he'd take it. "Anything but ghee," was the king's reply.

Now, let me introduce the principle of tryhath - that there are three people whose demands one cannot refuse. These three are the king (or rajhath), a woman, and the child. However, in the king's condition, Jivaka knew that he required internal oiling with ghee. So, Jivaka thought to prepare a ghee with kashaya rasa (an astringent taste) so the king would be unable to recognize it as ghee. Having heard of the king's great temper, and his great dislike for ghee, he knew this remedy could cause the king's passions to flare, and that he may be driven to wrath. With deliberate foresight, Jivaka requested that the gate through the palace walls be kept open, explaining, "As a Vaidya, I require medicine from outside the palace walls, which the king may need at any time." He also requested the use of bhadravatika, the king's fastest she-elephant, to travel in search of medicines. These requests were granted without delay.

Thereafter, Jivaka administered the "astringent decoction" to the king. As the Raja was drinking it, Jivaka ran to the elephant yard, hastened to mount the bhadravatika, and fled the city.

As the king digested the medicine he discovered that Jivaka had given him ghee. "Bring Jivaka to me," he bellowed, but his body guards reported that he'd already left. With this, the king sent his personal servant Kak after Jivaka, offering a large reward for his return. Kak was reputed to be inhumanly swift, and could easily overtake the bhadravatika, and so, he caught up with Jivak in Kashi.

There Kak told Jivaka that the king requested his presence, and demanded that Jivaka return with him to Ujjeni. To buy himself some time, Jivaka offered some amalaki fruit and some water after his great sprint, which Kak gratefully accepted, thinking it would not harm him. Kak ate a large serving of amlaki and drank water, whereby his heart began to palpate slowly.

Alarmed, Kak asked Jivaka, "Will I live or die?" "You will be fine, and your king's health will return, but I will not return to the king," Jivaka replied. "I am leaving the king's she-elephant with you to return to Ujjeni."

As his heart rate slowed, Kak felt sleepy, and at last drifted off to sleep. Before parting ways, Jivaka reassured Kak that he would recover fully, and left as Kak slept. (Other texts attribute Kak's delay not to cardiac effect of the myrobalan amalaki, but to an herb or drug hidden in Jivaka's nail that he introduced into the myrobalan which caused Kak to purge violently.

As Jivaka foretold, King Prodhyod was cured. To show his gratitude, King Prodhyod sent a costly rare shawl to Jivaka. In turn, Jivaka gave the shawl to King Bimbisara to present to Lord Buddha. At this time, Lord Buddha's body was not fit. Lord Buddha

revealed to his disciple Ayushaman that he had toxins in his body, for which he wanted to take purgation. Ayushaman Ananda called Jivaka, and Jivaka prepared medicine for Lord Buddha, which would bring on 9 rounds of purgation, and then administered a second medicine, to affect another 9 rounds of purgation. As Jivaka considered, he recalled that a prophecy told that the body of the bhagwan would have 19 rounds of purgation. Therefore, after a bath, he delivered a final purgation to the Lord Buddha. Bhagwan knew what Jivaka was thinking, and requested Ananda to prepare a hot bath. After the bath the Lord Buddha completed the final round of purgation and was cured. In his happiness, and asked Jivaka, "What do you want?" to which Jivaka replied, "Please accept the shawl that I presented to King Bimbisara to give to you, and allow your disciples to discontinue the practice of wearing discarded clothes from the rubbish heap." Up to this time, the monks and disciples of the Lord Buddha wore the traditional clothing of the mendicant: discarded pieces of cloth, cut and stitched together, and dyed in a simple earth-colored dye, simple, serviceable kashaya-robes. When the Buddha granted Jivaka's requests, his monks and disciples were allowed to accept cloth offered by laymen and townspeople with which they, to do this day, fashion their robes.

King Kaushleshwar Prasenjit

Another friend to King Bimbisara was King Kaushleshwar Prasenjit. King Prasenjit's favorite physician was Jivaka, to whom he gave a comforter. Again, Jivaka gave it to bhagwan Buddha, and asked that the Buddha give permission to the disciples to also use warm comforters.

Devoted to the Buddha, it is said that he gifted the mango garden given him by King Bimbisara to the Buddha. Today, you can still visit this garden, known as the Jivakambavan near Rajgir, in the state of Bihar, India (also known as Amarvan garden).

About Ayurvedic Medicine

Ayurveda, literally translated as the “science of life,” is the ancient Indian art of physical, mental, and emotional healing. Based on harmonizing the natural elements within and around us, Ayurvedic medicine is a time-tested system of holistic health that is highly specific to each unique individual. Ayurvedic treatments include delicious foods, medicinal herbs, massage, yoga, meditation, and other simple lifestyle changes that work to restore your body to its innate, healthy balance.

Thần Y Jivaka Komarabhacca - Vị y sĩ và là thí chủ của đức Phật

Jivaka - Thần Y Jivaka Komarabhacca

Cách đây hơn hai mươi lăm thế kỷ, tại kinh đô Rajagaha này có một cô kỹ nữ tài sắc vẹn toàn. Không biết bao nhiêu là vương tôn, công tử quý tộc say đắm tìm đến cận kề hoa nguyệt cùng tán thưởng tài nghệ cầm ca của nàng. Giá một đêm phong lưu là một trăm đồng tiền vàng Kahapana, người ta cũng không tiếc. Nàng tên là Salavati.

Rồi chuyện gì xẩy ra thì nó tự nhiên xẩy ra. Thời gian kia, cô kỹ nữ có thai. Sợ là sẽ bị ế khách, nàng tìm cớ cáo bệnh, trốn mọi người để dưỡng thai nhi. Đủ tháng đủ ngày, một đứa bé trai ra đời. Để cho rảnh tay rảnh chân, cô kỹ nữ đã sai đặt đứa hài nhi trong cái giỏ tre rồi quăng bỏ tại một đống rác bên vệ đường.

Hôm ấy, hoàng thân Abhaya đi chầu vua từ sáng sớm, nhìn thấy một bầy quạ bu quanh chiếc giỏ thành một vòng tròn rất là lạ lùng, bèn cho quân hầu đến xem.

- Cái gì ở đó vậy?

- Là một đức trẻ, thưa hoàng thân!

- Thế nó còn sống không? Hoàng thân hỏi.

- Dạ, còn sống (Jivati)! Quân hầu trả lời.

Sau khi biết là một hài nhi còn đỏ hỏn bị ai bỏ rơi, hoàng thân Abhaya tự nghĩ:"Đứa trẻ này được bầy quạ bảo vệ xung quanh thì quả là không đơn giản chút nào! Kiếp trước chắc nó đã từng bảo vệ sự sống cho nhiều người nên kiếp này, dù bị bỏ rơi bên đường, vẫn được đàn quạ bảo vệ sự sống? Biết đâu, nó là hiện thân của một nhân cách phi phàm?"

Thế rồi hoàng thân cho đem về cung, sai vú nuôi chăm sóc tử tế, nhân thể, do quân hầu bảo là còn sống (Jivati) nên ngài đặt tên cho trẻ là Jivaka. Cũng do được hoàng thân Abhaya quan tâm nuôi dưỡng nên mọi người gọi là Jivaka Komarabhacca.

Lớn lên, Jivaka đặc biệt thông minh, khôn ngoan nhưng ưu tư quá sớm. Nó đọc được từ trong đôi mắt của mọi người nửa như thương cảm, nửa như kỳ thị; dường như nó không phải là dòng dõi vương giả, quý tộc! Nó nghi ngờ xuất thân của chính mình. Hôm kia, nó đánh bạo hỏi hoàng thân Abhaya:

- Ai cũng có mẹ, tại sao con lại không có mẹ? Mẹ con là ai, thưa cha?

- Ta cũng không biết! Hoàng thân Abhaya thành thật đáp - Nhưng ta rất thương con, ta xem con như con ruột vậy.

"Thế mình rõ là đứa con hoang! Jivaka buồn rầu, tự nghĩ - Vậy mình không thể sống mãi trong cung phủ giàu sang, quý phái này với sự thương hại của mọi người. Phải tự lập! Phải kiếm một nghề để tự mưu sinh!" Vài năm sau, mặc dầu đang theo học lớp học của hoàng gia, Jivaka không ngớt suy nghĩ để lựa chọn cho mình một nghề nghiệp mưu sinh thích hợp. Duyên đã đến, Jivaka quen biết với một ông thầy thuốc thường hay đến chữa bệnh cho vương phủ. Vị ấy còn khiêm tốn nói là mình học nghệ chưa tinh. Rồi mách cho Jivaka biết rằng, ở phương bắc, cách đây mấy trăm do-tuần, tại quốc độ Gandhara, thủ đô Takkasila có trường đại học y khoa nổi tiếng. Hãy chịu khó đến đấy học trong mười năm mới trở thành thầy thuốc giỏi được!

Chí đã quyết, Jivaka dành dụm tiền bạc, trốn nhà ra đi. Dãi nắng dầm sương, lang thang lếch thếch, Jivaka cũng tìm được nơi cần đến.

Vị giáo sư già sau khi nghe chuyện người học trò không có tiền đóng học phí, không có tiền ăn tiền ở, chẳng được ai giới thiệu, nhưng thấy y đôi mắt rực sáng, ý chí nghị lực ngời ngời bèn chấp nhận cho theo học với điều kiện là phải chăm lo việc củi nước, vệ sinh cỏ rác sân vườn!

Sụp lạy tri ân vị giáo sư già, Jivaka hứa hoàn tất mọi công việc được giao phó, đồng thời sẽ chăm chuyên học tập. Và quả đúng như vậy, Jivaka sớm trở thành một vì sao sáng, một người học trò kiệt xuất về trí tài cũng như về đức hạnh. Vị giáo sư nào cũng ngạc nhiên về sự tiếp thu nhanh nhạy kiến thức chuyên môn của người học trò ưu tú; đồng thời, họ còn sững sờ, bàng hoàng vì những suy luận, những trực cảm bẩm sinh chính xác từng bệnh lý như ở trong gan ruột của người ta vậy. Phải nói là Jīvaka học một mà biết hai, biết ba. Thế là sau bảy năm học xong, học giỏi chương trình nội, ngoại khoa; sở đắc ưu việt nhất của chàng là chẩn bệnh, giải phẫu và bào chế dược thảo. Điều ai cũng kinh sợ và khâm phục người học trò này là trí nhớ; cả hằng ngàn cây thuốc, vị thuốc, tên gọi, dược tính... chàng thuộc nằm lòng, rồi còn nhận diện cây cỏ, rễ củ ngoài thiên nhiên chưa bao giờ sai trật.

Ngày mãn khóa, Jivaka khiêm tốn hỏi thầy:

- Mới bảy năm, con ngại nghề thuốc chưa tinh...

Vị giáo sư già mỉm cười:

- Vậy con hãy cầm cái thuổng, từ đây đi ra phía ngoại ô Takkasila, vuông vức chừng một do-tuần, nếu con thấy loại cây cỏ rễ củ nào không phải là thuốc thì con hãy đem nó về đây cho ta xem. Nhớ mang theo lương thực nhiều ngày! Một tuần lễ sau, Jivaka thất thểu trở về:

- Bạch thầy, con đã rất công phu tìm kiếm, nhưng chẳng thấy một cây cỏ nào không được gọi là dược phẩm; cái gì cũng là thuốc cả, thưa thầy!

- Đúng vậy, này con yêu! Nghệ của con đã tinh rồi đấy!

Trìu mến nhìn người học trò trí tài nhưng khiêm nhu, hiền thiện, vị giáo sư già lần lưng lấy mấy đồng tiền vàng tặng làm lộ phí, với lời khuyến hóa sau cùng:

- Làm thầy thuốc giỏi phải có lương tâm nghề nghiệp; phải yêu bệnh, yêu người, yêu chúng sanh như bà mẹ hiền với đứa con một vậy, hãy ghi nhớ điều ấy!

Đường trở lại quê nhà xa xăm diệu vợi. Mới đi được gần hai phần đường thì lộ phí đã hết sạch sành sanh; nhưng Jivaka không lo, chàng sẽ tìm cách chữa bệnh cho ai đó để kiếm chút lương thực đi đường.

Tại thị trấn Saketa, có phu nhân của một vị triệu phú mang bệnh đau đầu đã bảy năm, không thầy thuốc nào chữa trị được; bao nhiêu vàng bạc châu báu lần lượt đội nón đi theo những ông thầy từ phương này sang phương khác. Jivaka đứng giữa phố đông, cất giọng lớn:

- Tôi là thầy thuốc đây! Có ai trong thị trấn này cần chữa trị những căn bệnh hiểm nghèo không?

Người ta mách chỗ ông triệu phú, Jivaka tìm đến. Thấy chàng trẻ quá, không ai tin. Sau rốt, Jivaka thuyết phục là hãy chữa bệnh cho lành trước đã, còn tiền bạc chút ít chi đó, tính sau.

Sau khi quan sát sắc diện, bệnh tình (cũng vọng, văn, vấn, thiết như Trung y vậy); Jivaka chỉ xin chừng năm bảy muỗng bơ lỏng hòa với một số dược thảo mang sẵn rồi tìm cách cho đổ vào đường mũi, thông qua miệng phu nhân; chàng tự tin, nói:

- Chứng đau đầu sẽ dịu ngay tức khắc thôi mà!

Phu nhân triệu phú thấy bơ tràn miệng, bèn nhổ bơ ấy vào vật đựng, căn dặn người tớ gái:

- Con hãy thu hồi bơ lỏng nầy bằng cách lọc qua một lớp bông gòn. Nó có thể dùng để thoa chân hoặc đốt đèn còn được đấy!

Jivaka nghe vậy, rầu rầu nghĩ bụng: "Ôi thôi, chẳng nước non gì! Cho chí chút bơ bỏ đi ấy mà bà này còn tìm cách sử dụng, thiệt là kiết cóp vắt chày ra nước; mình còn hy vọng gì một chút công lao còm cõi nhỉ?"

Bà triệu phú vừa được chữa trị xong, cảm giác cái đầu nhẹ hẫng, sự đau đớn bảy năm trường, thoáng chốc đã tiêu tan, cứ ngỡ như giấc mộng. Sung sướng quá, bà ngồi dậy, nụ cười rạng rỡ:

- Hết đau đầu rồi! Đúng là phước quả bảy đời mới gặp được vị thần y trẻ tuổi nầy. Quản gia đâu, hãy đền trả công ơn một cách hậu hĩnh, không dám nói là thù lao, cho vị ân nhân của chúng ta.

- Bao nhiêu thưa nữ chủ?

- Bốn ngàn đồng tiền vàng Kahapana!

Jivaka giật thót mình, tự nghĩ: "Hóa ra không phải là bà ta hà tiện, quả mình đã hiểu lầm. Các bậc triệu phú họ thường tiết kiệm, nhưng khi cần, họ rất hào phóng, rộng rãi nữa là khác".

Sau đó, cả nhà vui mừng đổ xô lại. Con trai, con dâu cảm kích, vét hết tiền tích cóp để dành, biếu thêm tám ngàn, mừng cho mẹ mình đã lành. Ông triệu phú hể hả thưởng bốn ngàn, tặng thêm một chiếc xe ngựa, một tớ trai, một tớ gái nữa để trả công lao trời biển.

Về đến vương phủ, việc đầu tiên, chàng tìm gặp hoàng thân Abhaya, xin ông tha thứ cho lỗi lầm là bỏ nhà ra đi không xin phép, lý do là muốn tự lập nghiệp mưu sinh. Rồi chàng kể lại sự chăm chuyên học tập trong bảy năm qua, những gian lao, khổ nhọc như thế nào...

- Và đây là thành quả của con, thưa cha! Jīvaka vập đầu nói - Con đã chữa trị được một căn bệnh hiểm nghèo chỉ với một chút bơ và một ít thuốc bột con đã tự pha chế. Phần thưởng của gia chủ: Mười sáu ngàn đồng tiền vàng

Kahapaṇa, chiếc xe ngựa, tớ trai, tớ gái, con xin dâng hết cho cha như là lòng thành sám hối vậy!

Hoàng thân Abhaya không những không chấp mà còn thành thật mừng vui cho chàng, ông nói:

- Con đã thật sự khôn lớn, trưởng thành, này Jivaka! Ta đã tha thứ cho con rồi! Con hãy sử dụng số vàng ấy để mua một khu vườn, làm một căn nhà, sau đó, dùng nghề nghiệp chơn chánh của mình để giúp đời, cứu người!

Lúc bấy giờ, đức vua Seniya Bimbisara mắc bệnh âm sàng, tức là một loại mụt nhọt cứ rò rỉ hoài mủ và máu (bhagandalabadha) rất khó chịu. Các lớp vải choàng vừa mới thay liền bị lấm lem máu mủ. Các vương phi được vua sủng ái được dịp chọc ghẹo vui: "Lúc này, chúa công đã đến kỳ kinh nguyệt, rồi cũng sẽ sinh con như chúng thiếp vậy!" Các quan ngự y dẫu đã dùng phương này và thuốc khác nhưng thảy đều vô năng! Đức vua rất hổ thẹn, tâm sự điều ấy với hoàng thân Abhaya. Sau đó, Jivaka được gọi vào cung; rồi chỉ với một ít thuốc bột giấu ở những đầu móng tay, chàng đã làm cho những mụt nhọt bất trị ấy đều khô mủ và máu, ít hôm là lành hẳn.

Xiết bao cảm kích, đức vua cho mở kho châu báu, gọi năm trăm cung nga thể nữ trang điểm đầy đủ lên đầu tóc, cổ và tay của mỗi người. Tổng cộng số nữ trang ấy chính là phần thưởng mà đức vua hiến tặng cho vị thần y.

Jivaka nhìn đống châu báu, tâm không động, chàng nói:

- Hạ thần không dám thọ nhận số châu báu vượt ngoài khả năng tài nghệ có được. Chỉ xin đại vương ban cho một chức tước xứng hợp với nghề nghiệp nuôi mạng của mình là tốt rồi!

Nghe nói vậy, đức vua càng sinh tâm quý trọng, bổ nhiệm cho chàng được làm quan, đứng đầu các quan ngự y, nhận bổng lộc của triều đình. Từ đây về sau, Jivaka chỉ có nhiệm vụ săn sóc sức khỏe cho đức vua, hoàng hậu, vương phi, thái tử, công chúa; và sau này còn có thêm đức Phật và Tăng chúng ở Trúc Lâm tịnh xá mà đức vua rất tôn phục và kính trọng. Tuy nhiên, cũng có khá nhiều trường hợp đặc biệt, Jivaka phải chữa bệnh cho một số đối tượng khác.

Viên thị trưởng kinh thành Rajagaha có người bạn thân là một gia chủ đại triệu phú, đau đầu đã mấy năm, tất cả mọi thuốc thang đều bất lực. Gần đây

nhất, sau khi thăm bệnh, một vị lương y nổi danh từ chối vàng bạc, không dám chữa trị, vì thấy rõ, trong năm ngày nữa, gia chủ sẽ chết. Vị lương y nổi danh khác, cũng từ chối, bảo rằng, bảy ngày nữa gia chủ sẽ chầu trời! Tin đồn vị tân quan ngự y trẻ tuổi chữa bệnh cho vua như thần đến tai viên thị trưởng. Thương bạn, vả, còn nước còn tát, viên thị trưởng vào khẩn cầu đức vua, nhắc đến công đức của vị gia chủ đại triệu phú đối với kinh thành bấy nay, nhất là đối với người nghèo, mong vua thương tình cho phép quan ngự y chữa trị cho.

Jivaka được lệnh vua, cụ bị y dụng cùng một số thuốc gói, bột, hoàn bỏ vào tay nải đến nhà người bệnh. Sau khi xem xét, hỏi han bệnh tình, lắng nghe diễn biến bệnh cùng cách chữa trị của các thầy thuốc trước đây, Jivaka nói:

- Không phải là vô phương cứu chữa đâu, bệnh có thể lành được, thưa gia chủ, nhưng với một số điều kiện hơi khó khăn...

Vị đại triệu phú đôi mắt sáng rỡ:

- Nếu lành được, điều kiện gì tôi cũng xin khứng chịu.

Vì muốn thử lòng, Jivaka hỏi với nụ cười nhẹ:

- Ví dụ thù lao?

Ông đại triệu phú khẳng khái nói:

- Tất cả tài sản, ruộng vườn, vợ con, tôi tớ... gì cũng được hết, nếu bệnh lành.

- Thôi, chuyện tiền bạc để đấy đã. Việc này mới quan trọng: Gia chủ có đủ sức chịu đựng không? Ví dụ như gia chủ có thể nằm một bên hông trong suốt bảy tháng chăng?

- Nếu lành bệnh được, tôi sẽ cố gắng!

- Chưa hết đâu. Còn hông bên kia nữa, cũng phải nằm yên bảy tháng như thế.

- Tôi cũng có thể.

- Còn nữa! Chàng tiếp lời - Gia chủ còn phải chịu khó nằm ngửa bảy tháng nữa, được không?

- Được!

Jivaka đưa lên một ngón tay:

- Giữ lời hứa đấy nhé!

- Xin vâng!

Giao kèo, cam kết như vậy xong, Jivaka mời tất cả mọi người ra ngoài, chỉ giữ lại người con trai của gia chủ, nhờ lấy dây cột chặt chân tay của người bệnh xuống giường. Sau khi cho bệnh nhân uống một loại thuốc chống giảm đau, Jivaka lấy y cụ gồm dao, kéo, kim chỉ, sát trùng chúng cũng bằng một loại thuốc nước. Nhờ người con trai giữ chặt đầu, Jivaka lấy con dao giải phẫu, rạch làn da đầu, đưa con dao tách một góc sọ não. Do máu chảy, chàng gảy một đầu móng tay, một loại phấn vàng bay ra, cầm máu tức khắc. Lách cây kìm, nâng võ não, nhìn sâu vào phía bên trong, chàng lấy một cây kìm khác, nhọn và dài, lần lượt gắp ra hai con sâu lăn tăn, một to một nhỏ. Rất thiện xảo, rất nhanh nhạy, Jivaka cho khép hai mảnh sọ lại, bôi vào đấy một loại thuốc mỡ; lật làn da đầu trở lại y cũ rồi lấy kim chỉ khâu lại vết thương, bôi thêm một lần thuốc mỡ nữa. Tay rửa máu me xong xuôi, chàng lấy cây kim nhỏ chỉ vào con trùng lớn, nói:

- Bậc danh y thứ nhất nói, gia chủ năm ngày nữa sẽ chết, vị ấy đã nói đúng, vì con trùng lớn này, năm ngày nữa là nó sẽ đục khoét vào tận trung khu não bộ. Rồi chàng chỉ vào

con trùng nhỏ hơn, nói tiếp - Bậc danh y thứ hai nói bảy ngày nữa gia chủ sẽ quy tiên, cũng đúng luôn; vì con trùng nhỏ này, bảy ngày nữa mới ăn tới tâm não...

Mọi người đã được phép vào thăm. Sau khi thấy, nghe mọi sự, ai cũng kinh dị.

Có người hỏi:

- Thầy có biết tại sao có hai con trùng lại nằm trong não?

Jivaka nói:

- Cách đây chừng bốn năm, có lần ông đại triệu phú cỡi ngựa, bị té, đầu va đập vào chân ngựa, có hai con trùng từ nơi lông ngựa đã bám vào chân tóc,

rồi chúng đi lần vào bên trong, xuyên vỏ não rồi ăn dần vào não. Đây là trường hợp hy hữu.

- Đúng thế! Con trai triệu phú xác nhận - Sau lần té ấy, non một tháng sau là cha tôi mắc chứng bệnh đau đầu.

Jivaka giải thích:

- Bệnh gia tăng chậm, nhưng càng theo thời gian, càng đau nhức dữ dội vì càng lúc càng đi sâu vào não!

- Đúng thế! Con trai triệu phú lại gật đầu - Đến năm thứ tư nầy thì dường như không còn chịu nổi!

Jivaka đều đều tiếp:

- Mỗi tháng chỉ có tám lần đau. Vì nửa tuần trăng, mỗi con trùng chỉ ăn hai lần no, sau đó chúng nằm ngủ. Khi chúng ngủ thì bệnh nhân yên hàn vô sự!

Mọi người kính phục quá, tán thán:

- Ôi! Đúng là có thần y xuất hiện trên đời rồi!

Bệnh nhân đang nằm ngủ yên, người quay về phía hông mặt. Jivaka bảo với mọi người trong gia đình:

- Phải làm sao giữ yên tư thế nằm như vậy trong bảy tháng mới lành bệnh được. Chỉ nên cho ăn cháo gạo lứt loãng và muối trộn mè đen cùng với số thuốc tôi đã bào chế sẵn.

Jivaka chào mọi người, ra về. Bảy ngày sau, chàng trở lại thăm bệnh nhân.

Vị gia chủ than phiền:

- Tôi chết mất, thầy thuốc ơi! Tôi chẳng thể nào nằm như thế này trong bảy tháng được!

- Vậy tại sao gia chủ lại hứa? Ngài nuốt lời sao?

- Thật không dám thế. Nhưng tôi đã không thể chịu đựng được nữa rồi!

Trầm ngâm một chút, Jivaka chợt gật đầu, có vẻ thông cảm:

- Thôi được! Vậy gia chủ có thể nằm nghiêng phía hông trái bảy tháng vậy.

Người con trai thay đổi thế nằm cho cha, Jivaka đưa thêm một số thuốc đã bào chế rồi ra về.

Bảy ngày sau, đến thăm, bệnh nhân lại áo não than phiền là cũng đã hết sức chịu đựng, Jivaka giả vờ cau mày một lát, sau đó, đồng ý cho nằm ngửa nhưng cũng phải bảy tháng.

Bảy ngày nữa, Jivaka lại ghé thăm, gia chủ đại triệu phú lại than phiền như cũ, chàng cáu gắt:

- Chẳng lẽ nào cả ba lần ngài đều thất hứa mà không hổ thẹn?

Vị đại triệu phú quay mặt ngoảnh đi, trông bộ dạng rất tội nghiệp. Chợt nhiên, Jivaka cười ha hả, nói lớn:

- Thôi, ngồi dậy đi, ngài hoàn toàn lành bệnh, khỏe mạnh rồi đấy! Nghe thế, nửa tin nửa ngờ, vị đại triệu phú từ từ ngồi dậy, nhè nhẹ đưa tay sờ đầu thì thấy mọi vết cắt trên não đã liền lạc như cũ, chẳng còn đau đớn gì nữa; ông cảm giác sung sướng, nhẹ bưng, thần hồn như bay tít lên tận thiên đường. Nhưng ông còn bàng hoàng, ngạc nhiên:

- Thầy bảo bảy tháng, bảy tháng, bảy tháng... nhưng rõ ràng là mới có hai mươi mốt ngày?!

- Phải, tôi phải nói như vậy. Tôi biết chỉ cần hai mươi mốt ngày là vết thương sẽ liền da, nhưng phải cam kết khó khăn nhiều tháng như thế, ngài đại triệu phú mới chịu nằm yên được đúng với thời gian yêu cầu chứ!

Xiết bao cảm kích, cả gia đình sụp xuống lạy tạ, tri ân. Jivaka lấy tay ngăn lại, chàng nói:

- Đừng làm tôi tổn thọ. Bây giờ, ngài đại triệu phú trả thù lao cho tôi như thế nào đây?

- Tất cả tài sản đều là của thầy; và tôi, vợ con tôi sẽ làm tôi làm tớ cho thầy!

Ân cần nắm tay vị đại triệu phú, chàng nói:

- Tôi biết ngài sẽ giữ chữ tín, nhưng không cần thiết phải như vậy. Nghe nói, ngài có công đức rất lớn đối với nhân dân nghèo khổ trong kinh thành này; với nhân quả ấy, lý ra tôi không dám đặt vấn đề thù lao. Tuy nhiên, tôi bây giờ là người của đức vua, đang phụng sự cho đức vua; vậy ngài hãy dâng biếu đức vua cái gì đó và tặng tôi cái gì đó như vật kỷ niệm là đủ rồi. Sống với nhau còn có cái tình, cái nghĩa nữa chứ!

Cả nhà cảm động đến nghẹn ngào, rưng lệ. Sau đó, để biểu tỏ tấm lòng với vị vua nhân đức cũng như với chàng trai tốt bụng, vị đại triệu phú bắt ép chàng phải nhận trăm ngàn đồng tiền vàng Kahapaṇa và đức vua cũng bằng chừng ấy ngân lượng.

Thế là danh tiếng của vị thần y tràn qua các vương quốc, tiểu quốc. Một vị triệu phú ở Baranasi có người con trai thường hay chơi trò nhào lộn nên bị xoắn ruột. Suốt một

thời gian dài không thể nuốt vào một chút cháo, một chút nước, lại còn bí cả đường đại tiểu tiện. Nhìn đứa con trai xanh xao, gầy ốm, chỉ còn trơ xương, chết dần chết mòn; và rồi thầy thuốc nào cũng bỏ chạy, vị triệu phú thở vắn, than dài. Hôm kia, danh tiếng của Jivaka tràn đến thành phố này; vị triệu phú hối hả thắng ngựa, tìm đến kinh đô Rajagaha, nước Magadha, vào tận vương cung, khẩn thiết vập đầu xin đức vua cứu cho con trai thân yêu của mình. Thấy cũng thương tình, đức vua Seniya Bimbisara cho gọi Jivaka đến.

- Thế nào, ngài trưởng ngự y? Bệnh như thế có cứu được không?

Jivaka cẩn trọng hỏi han bệnh tình, rồi đáp:

- Có lẽ dễ thôi, tâu đại vương! Nhưng phải quan sát, xem xét tận mắt mới quyết chắc, mấy ngày, vị công tử kia mới ăn uống bình thường trở lại.

Vị triệu phú thở dài, nhẹ nhõm.

Thế rồi, Jivaka lại theo xe về Baranasi. Quan sát người bệnh một hồi, Jivaka mời mọi người ra ngoài, kéo màn cửa che kín, chỉ giữ lại người vợ để nhờ phụ giúp một tay. Cũng tương tợ lần trước, Jivaka bảo người vợ cởi áo cho thanh niên, rồi lấy dây buộc chặt chân, tay, đùi, ngực... vào cột nhà, chỉ chừa cái bụng trắng hếu. Soạn y cụ, lấy thuốc bôi làn da bụng, cho bệnh nhân uống một

loại thuốc rồi xắn tay cầm con dao giải phẫu sắc lẻm, sáng lấp lánh. Người thanh niên và bà vợ tái mặt, run , sợ hãi...

Jivaka mỉm cười trấn an:

- Tôi cho uống thuốc giảm đau rồi, chỉ như kiến cắn, đừng sợ! Còn nhanh hơn mổ gà, mổ vịt nữa đấy!

Rồi với bàn tay thiện xảo, Jivaka nhẹ nhàng đưa lưỡi dao xuyên làn da bụng, rạch sâu một đường, vừa đủ cho bàn tay lọt vào. Tự nhiên như nhiên, vừa cười vừa nói, chàng thò tay vào bên trong lôi nắm ruột ra; rồi vừa đưa tay chỉ vừa giải thích cho người vợ trẻ:

- Hãy xem chùm ruột của tướng công bà! Đây này, nó xoắn lại như sợi dây thừng như thế này thì làm sao chảy trôi, thông thuận được nước hồ, nước cháo! Nó xoắn nhiều vòng như thế này thì làm sao mà đại tiểu tiện? Chưa chết là may lắm rồi đó!

Vừa nói, vừa chỉ trỏ, vừa đưa những ngón tay khéo léo như ảo thuật sắp xếp lại từng khúc ruột trên dưới cho đúng vị trí rồi đặt trở lại vào bên trong. Rồi, những ngón tay như có con mắt, không phí một sát-na nào, chàng lấy kim chỉ khâu vết thương, bôi một lớp thuốc mỡ bên ngoài, lau máu, lau tay sạch sẻ.

- Xong rồi đấy! Chàng nói - Nhờ bà chị làm phiền cởi dây trói, mặc áo lại cho công tử.

Khi mọi người được phép vào thăm thì Jivaka đã đặt cho thanh niên nằm yên trên giường, chàng nói:

Đức vua Pajjota nước Ujjeni nổi tiếng độc ác, bạo tàn nên được gọi là Candappajjota bị bệnh vàng da, nhưng các quan ngự y của vua bó tay bất lực. Phần thưởng nghìn vàng vẫn còn treo lơ lửng ở đấy, nhưng chẳng có danh y nào dám thò tay nắm lấy. Danh tiếng thần y Jivaka Komarabhacca hôm kia bay đến tai vua. Với lễ vật trọng hậu, một đoàn sứ giả thắng xa mã lên đường, bệ kiến đức vua Seniya Bimbisara, quỳ lạy khẩn thiết, xin cho quan ngự y cứu đức vua của họ.

Đức vua Seniya Bimbisara lẳng lặng không hứa khả điều gì, sau đó, hẹn ba ngày sẽ trả lời. Gọi Jivaka đến, vua hỏi:

- Học thuốc, khanh tâm đắc y thuật hay y đạo?

Nghe câu hỏi nặng tợ ngàn cân, Jivaka giật thót mình, tuy nhiên, chàng trấn tĩnh rất nhanh.

- Tâu đại vương! Thuật hay đạo cũng đều là y cả. Sở dĩ gọi thuật là vì phải dùng phương, dùng thuốc để đối trị, bổ tả hay công thủ tùy nguyên nhân bệnh lý, cơ địa, mùa tiết... Nói cách khác, thuật, nó biến hóa vô cùng, vô biên giới nhưng đều gặp nhau một điểm là sử dụng ngoại công để trị liệu.

- Thế còn đạo?

- Đạo là tự mình cứu mình, tự mình chữa trị cho mình, không dùng ngoại công, chỉ sử dụng nội công, nội thủ...

- Trẫm hiểu! Nhưng cao nhất, tối thượng nhất của nội công, nội thủ là gì?

- Dạ thưa, là không làm gì cả, chỉ chú trọng hít thở để điều khí, điều tâm...

Đức vua chợt cười ha hả:

- Cái ông thầy thuốc con nít này nói cứ y như đức Phật nói vậy.

Jivaka ngạc nhiên:

- Hạ thần đã nghe danh tràn tai về sự sâu nhiệm của tư tưởng cũng như giáo pháp của đức Phật ấy, tiếc là chưa có dịp diện kiến. Rồi hạ thần sẽ tìm gặp. Tại sao có sự trùng hợp ngẫu nhiên giữa y đạo và giáo lý thoát khổ, kỳ lạ đến vậy.

Trầm ngâm một lát, đức vua hỏi tiếp:

- Cứu người, có phân biệt người ấy là tốt, là xấu, là thiện, là ác không, hở Jivaka?

- Dạ thưa không! Chỉ có bệnh, nguyên nhân bệnh, phải chẩn trị cho hết bệnh với phương dược tùy nghi thế nào đó, tâu đại vương! Trong con mắt và trong cái tâm của người thầy thuốc, là không có người mà chỉ có bệnh!

- Nữa! Đức vua lại cười - Lại nói giống ông Phật con nữa rồi!

Cứ để cho Jivaka thắc mắc, đức vua không giải thích, ngài kể lại cho chàng nghe về việc thỉnh cầu chữa bệnh của đức vua Pajjota, nước Ujjeni, vốn là một kẻ độc ác, bạo tàn. Đến chữa bệnh cho ông ta thì sống chết khó lường.

Tuy nhiên, cái sự việc ấy, nhận hay không nhận, đức vua để cho Jivaka tự do quyết định.

Rất tri ân đức vua đã có sự tôn trọng phải lẽ, Jivaka muốn thử tài nghệ của mình, sau khi hứa với đức vua là sẽ rất cẩn trọng, sẽ rất thận trọng!

Nhìn thần sắc, tướng mạo của đức vua Pajjota, Jivaka, biết rõ bệnh và biết rõ cả tâm địa, chàng nói:

- Đơn giản thôi, tâu bệ hạ! Nhưng chữa lành rồi, bệ hạ sẽ tái phát trở lại!

Vua Pajjota trợn mắt:

- Tại sao?

Jivaka bạo gan, ướm thử:

- Bệnh của bệ hạ là do gan nóng, khô; gan nóng, khô lại là do bệ hạ uống nhiều rượu, hay nóng nảy, hay giận dữ... Hạ thần còn ngại rằng, không chỉ có vàng da mà khí nóng cứ mãi bốc lên làm cho đôi mắt càng ngày càng yếu, càng mờ đi; biến chứng có thể dẫn đến mù mắt!

Vua Pajjota thấy ông thầy thuốc nói đúng từ bên trong ra bên ngoài, việc mắt mờ cũng đã lờ mờ xuất hiện nên cứ hầm hừ, ầm è trong cổ họng; lát sau, ông mới nói:

- Cứ chữa lành bệnh cho ta đi, tái phát thì ta chịu, ngươi là thầy thuốc mà sao lắm lời đến thế, còn dạy khôn, dạy ngoan người ta nữa!

- Nhưng thưa bệ hạ, thần nói đúng chứ?

- Đúng!

Jivaka không dừng lại, chàng tiếp: - Vậy thì nhất định là hạ thần sẽ chữa lành! Thuốc quý hiếm cả hằng trăm loại, hạ thần đi kiếm được, nhưng khó nhất là nước dẫn...

- Nước dẫn gì?

- Dạ thưa! Chàng chọc tức - Nước uống để dẫn thuốc đi, ví dụ như nước tiểu bò, nước tiểu khỉ...

- Ta sẽ chém đầu ngươi!

- Vậy thì nước ao hồ, nước cống rãnh?

- Ngươi không muốn sống nữa à?

Chợt Jivaka cười ha hả:

- Sau khi lành bệnh, một năm sau bệ hạ mới tái phát. Càng giận dữ chừng nào thì thời gian tái phát càng nhanh. Hạ thần muốn chọc giận bệ hạ, xem thử bệ hạ giận dữ đến cái cỡ nào, hóa ra còn có thể chữa trị được!

Nói thế xong, Jivaka chậm rãi tiếp lời:

- Thôi! Hạ thần sẽ dùng nước bơ lỏng để làm thuốc dẫn vậy!

Đức vua chợt giận dữ, vùng đứng dậy, quắc mắc:

- Đấy là thứ mà ta rất cấm kỵ. Ta rất ghét. Ngươi mà sử dụng bơ lỏng, ta sẽ cho chặt ngươi làm ba khúc.

Jivaka nghe ớn lạnh cả xương sống. Lát sau đã tìm ra giải pháp, chàng nói:

- Vậy thì bệ hạ có dùng nước cam, vị cam, hương cam chăng?

- Ừ, cái thứ đó thì được!

Ngẫm nghĩ một hồi, đã có kế, chàng bèn đưa ra điều kiện:

- Trong thời gian chữa trị, hạ thần cần đi tìm kiếm gấp rất nhiều loại thuốc quý hiếm xung quanh núi rừng ngoại ô kinh thành; vậy đức vua hãy cho phép hạ thần được tự do ra vào các cổng thành bất cứ lúc nào; sử dụng bất cứ phương tiện nào được xem là thuận lợi nhất, nhanh nhất, cũng vì lợi ích tối thượng cho bệ hạ!

Đức vua gật đầu:

- Điều kiện ấy thì ta chấp thuận, ta sẽ thông báo tức khắc. Nếu cần, ta còn cho phép ngươi sử dụng cả con voi thần Bhaddavatika có thể đi năm mươi do-tuần trong một ngày.

Sau ba ngày công phu chế biến các loại dược thảo, trộn lẫn hương cam, vị cam trong một bát thuốc, Jivaka dâng lên đức vua:

- Ngài uống bát thuốc này xong thì sẽ đổ mồ hôi, ấy là triệu chứng giải độc đấy, sau đó nên nằm ngủ một lát. Bây giờ hạ thần xin cáo lui!

Ra khỏi cung điện, Jivaka thăm hỏi đường đến trại nuôi voi, vừa đi vừa nghĩ:

“Phương thuốc này duy nhất có hiệu quả, là lấy bơ lỏng làm nước dẫn; vì đức vua có ác cảm với bơ nên ta đã dùng vị cam, hương cam đánh bạt mùi vị bơ đi. Nhưng khi thuốc tiêu hóa vào bao tử, vào đường ruột, bơ bị đốt cháy sẽ sinh ra ợ hơi. Do ợ hơi, vua sẽ biết đấy là bơ chứ không phải cam. Độc ác, bạo tàn, độc đoán là bản tính cố hữu của ông ta; nghịch ý ông ta thì mình sẽ bị chém đầu, không chỉ là lời hăm dọa suông đâu. Vậy, bây giờ, tốt nhất, muốn bảo vệ cho cái tính mạng sâu kiến nhỏ nhoi của mình, ta sẽ chuồn nhanh qua bên kia biên giới!”

Viên quản tượng đã có lệnh của đức vua khi biết đây là viên ngự y lừng danh, nên sẵn sàng trao voi thần, còn tìm cách chỉ bày cặn kẽ cách khiển voi, trị voi nữa!

Ngủ đẫy một giấc, thức dậy, đức vua ợ hơi và cảm nhận mùi bơ nồng nặc, rất khó chịu; ông hét toáng lên:

- Quân bây đâu! Tên thầy thuốc xảo trá đâu rồi? Nó dám cho ta uống bơ lỏng! Hãy gọi y đến đây gấp cho ta trị cái tội hỗn láo!

- Tâu bệ hạ! Quan cận vệ hớt hãi - Ông thầy thuốc ấy đã phi vun vút ra khỏi cửa cung bằng con voi thần Bhaddavatika mất rồi!

Đức vua mắt trợn ngược, vỗ long sàng, quát lớn: - Phải chém, phải chặt thành bảy khúc cái tên thầy thuốc nghịch tặc ấy! Hãy gọi nam nô lệ Kaka thân yêu của ta đến đây!

Thanh niên Kaka nô lệ của vua vốn là dòng dõi phi nhân, có thể chạy nhanh như gió, mỗi ngày chạy được sáu mươi do tuần, hơn cả voi thần, nghe vua gọi liền đến trình diện.

- Ngươi hãy ra sức thần võ! Vua phán - Đuổi bắt tên thần y quỷ quyệt ấy về đây cho ta, sẽ được trọng thưởng ngàn vàng. Nhưng hãy ghi nhớ điều này, ngươi đừng nhận bất kỳ thứ gì mà hắn giả vờ thân thiện trao cho; ở nơi móng tay, móng chân của hắn, xem chừng, chỗ nào cũng phục kích sẵn thuốc độc cả đấy!

Kaka cúi đầu vâng dạ, lời vừa dứt thì cái bóng đã loang loáng ngoài xa, rồi sau đó, đôi chân thoăn thoát của hắn dường như lướt trên đầu cỏ. Giữa đường, gần thành phố Kosambi, thanh niên nô lệ Kaka gặp Jivaka Komarabhacca đang nghỉ chân ăn uống nơi chiếc quán bên vệ đường.

Kaka lễ phép nói:

- Thưa thầy, đức vua bảo, kẻ nô lệ nầy phải bắt dẫn thầy trở về! Jivaka đã nghe danh tên nô lệ nầy rồi, biết sự việc gay cấn rồi, nhưng chàng giả vờ phớt lờ như không có chuyện chi:

- Ta biết. Nhưng này chú em, hãy chờ cho ta ăn chút gì đã chứ! Chú em cũng ăn đi!

Kaka thật thà:

- Kẻ nô lệ nầy không được phép thọ nhận bất kỳ thứ gì từ nơi ông thầy thuốc cả!

Lúc ấy, Jivaka đã ăn xong, rồi rất nhanh, rất thiện xảo, chàng gảy nhẹ móng tay, thế là một ít bột thuốc nâu vàng đã bay sang trái cây Amalaka. Chàng cầm một trái ăn và uống nước.

- Chú em cũng nên ăn trái cây và uống nước rồi hẳn lên đường!

Thanh niên nô lệ Kaka chất phác suy nghĩ:“Thầy thuốc không trao gì, ta không nhận gì. Chỉ ăn trái cây trên bàn và uống nước. Việc này chẳng có gì là sai trái cả.” Bèn vô tư thò tay cầm một trái...

Vừa cắn một miếng, vừa nhai tí chút, nô lệ Kaka đã xây xẩm mặt mày, tay chân bủn rủn mất hết khí lực, y ngây dại đưa mắt nhìn Jivaka, nói thều thào:

- Kẻ nô lệ tội nghiệp nầy có còn được mạng sống không, thưa thầy?

Jivaka vỗ vỗ vai hắn, thân mật, mỉm cười:

- Chú em là người tốt, ta không hại mạng sống của chú em đâu! Thuốc này chỉ để chú em thong thả ngồi đây chơi chỉ mấy khắc thời gian thôi, đủ để cho ta qua khỏi bên kia biên giới. Sau khi cử động chân tay được rồi, chú em hãy ăn một bụng no, khỏi phải trả tiền cho chủ quán. Con voi Bhaddavatika ta cũng đã cho ăn no phành bụng, hãy mang nó về trả lại cho đức vua. Ta cũng nhờ chú em nói lại với ông vua rằng, tên thầy thuốc

xảo quyệt Jivaka luôn luôn đầy sẵn một bụng mưu ma, chước quỷ để đối phó với quỷ ma hung dữ; nhưng hắn chưa hại ai, hắn chữa bệnh như thần!

Thế rồi, khi an toàn về lại Rajagaha, Jivaka kể lại mọi chuyện cho đức vua Seniya Bimbisara nghe, ngài cười ha hả:

- Tuyệt lắm! Này Jivaka! Mưu kế ấy tuyệt lắm! Đáng ghét thay cái loại người độc ác! Vua chợt ngẫm ngợi rồi tò mò hỏi - Nhưng bát thuốc đánh tráo hương, đánh tráo vị ấy, cái tên vua xấu xa, đê tiện kia có lành bệnh chăng?

- Chắc chắn chứ, lành hẳn chứ, tâu bệ hạ hiền đức! Thần đã nói là chỉ thấy bệnh, không thấy người kia mà!

Mấy ngày sau, bệnh vàng da của đức vua đã đổi sắc, ngày một hồng hào, ăn ngon, ngủ khỏe, đức vua vô cùng tri ân ông thầy thuốc giảo hoạt, cứng đầu, nhiều mưu kế, nhiều thủ đoạn khó lường. Nói chung là giỏi, rất giỏi... đáng khâm phục, đáng ngưỡng mộ! Càng nghĩ đến mưu chước quỷ quyệt của Jivaka, đức vua càng khoái, ông tức tốc sai sứ giả đến gặp Jivaka, nhắn rằng:

- Hãy đến Ujjeni để được trọng thưởng!

- Thôi đi! Jivaka đáp - Ta nguyền rủa đức vua vô ơn của các ông! Nếu mà còn hung dữ, độc ác, bạo tàn... là ông ta đã tự giết mình đấy, ta không cứu chữa nữa đâu!

Thế đấy, đại lược con người Jivaka là như vậy đấy! Thật xứng đáng để bước vào giáo pháp của đức Tôn Sư.

Riêng Jivaka Komarabhacca thì nghe danh đức Phật đã lâu, qua cửa miệng của đức vua, triều thần cũng như các bậc thức giả, quần chúng... nên chàng rất kính trọng, rất ngưỡng mộ nhưng chưa có dịp hội diện ngài. Chàng rất tâm đắc ở chỗ, đức Phật đã thuyết một loại giáo pháp, nghe nói là do ngài độc sáng, chưa hề có trong tư tưởng của các giáo phái truyền thống, gần gần đúng như nghề nghiệp của chàng: Nêu ra thực trạng của bệnh khổ, nguyên nhân của bệnh khổ, sự chấm dứt bệnh khổ và phương thuốc chữa trị bệnh khổ ấy! Như vậy, chính đức Phật là một vị đại lương y, chữa trị bệnh tâm thâm căn cố đế của chúng sanh!

Mới đây, sau khi chữa lành bệnh âm sang cho đức vua, Jivaka được ngài chỉ định chăm sóc sức khỏe cho đức Phật và Tăng chúng. Vậy, Jivaka Komarabhacca cần yết kiến ngài để vấn nghi một vài điều còn thắc mắc trước khi nhận thêm nhiệm vụ mới.

Hôm đó, nhân duyên đã đến, Jivaka được gặp đức Phật ngay chính nơi vườn xoài của mình, đảnh lễ ngài xong, chàng hỏi:

- Bạch đức Thế Tôn! Nội dung giáo pháp thoát khổ của ngài, tôi chưa có thì giờ, chưa dám hỏi đến. Tôi chỉ hỏi cái ngoài rìa! Nó như sau. Tôi nghe khá nhiều tin đồn đãi, loan truyền, không được hay cho giáo pháp, rằng là nhiều súc vật đã bị giết vì ngài; và sa-môn Gotama tuy biết thế, vẫn dùng các loại thịt được giết vì mình và được làm cho mình! Chẳng hay điều ấy có đúng chăng?

- Này Jivaka Komarabhacca! Ai nói vậy là không như chơn, không như thực, họ đã xuyên tạc lời nói của Như Lai. Chính Như Lai đã nói như sau:

“Có ba loại thịt được thọ dụng, đấy là không thấy con vật bị giết, không nghe tiếng con vật kêu rống đau đớn khi bị giết, không nghi ngờ con vật bị giết ấy là vì mình, bởi mình, cho mình! Không thấy, không nghe, không nghi, là ba loại thịt thanh tịnh (tam tịnh nhục) được thọ dụng, này Jivaka Komarabhacca!”

- Vậy là chính xác, bạch đức Thế Tôn! Jivaka Komarabhacca có vẻ trầm ngâm giây lát rồi nói tiếp – Tôi là một lương y, thường phải sử dụng cây cỏ rễ củ để chữa bệnh. Thảo mộc, chúng cũng có sự sống, nhưng tôi từng tâm nguyện rằng, khi làm như vậy là tôi không hại mình, không hại người, không hại cả hai!

- Đúng vậy, này Jivaka Komarabhacca! Như Lai và đệ tử của Như Lai cũng bảo vệ nguồn nước, cây lá và cỏ xanh. Một vị tỳ-khưu sống đúng pháp và luật thì phải biết tôn trọng sự sống của muôn loài; do vậy, họ không được đào, cuốc, bẻ cây, chặt cành; dù mầm sống nhỏ nhoi của một hạt cỏ, một vi sinh cũng không được xâm hại. Ngoài ra, ông cũng còn thấy rõ sự quan trọng của sự khởi tâm lúc hành động; và tốt hay xấu, lỗi lầm hoặc không lỗi lầm, nó nằm nơi chỗ tư tác, chủ ý, cố ý (cetana) ấy?

- Thế Tôn đã rất hiểu ý của tôi! Jivaka nói - Tôi chỉ nghĩ đến việc cứu người! Đức Phật mỉm cười nhìn vị lương y trẻ tuổi ra chiều thân thiện:

- Là vị thầy chữa bệnh thân, ông chú trọng nơi chỗ khởi tâm trong khi hành động. Như Lai là vị thầy chữa bệnh tâm cho chúng sanh nên Như Lai phải khởi tâm cả ba thời: Trước khi, trong khi và sau khi đó nữa, này Jivaka Komarabhacca!

Chàng lương y có vẻ ngạc nhiên:

- Xin đức Thế Tôn cho tôi được nghe cao kiến?

- Này Jivaka Komarabhacca! Như Lai và đệ tử của Như Lai khi sống dựa vào một ngôi làng, một ngôi rừng, một thị trấn hay thành phố nào thì luôn biến mãn một phương, nhiều phương với tâm từ, tâm bi, tâm hỷ, tâm xả quảng đại, vô biên, không hận, không sân. Thế rồi, khi đêm đã qua, mặt trời lên, Như Lai và đệ tử của Như Lai với trạng thái tâm vô lượng ấy đi trì bình khất thực bình đẳng, tuần tự trước cửa mọi nhà, rỗng rang, tự tại, không hận, không sân, không hại mình, không hại người, không hại cả hai! Đấy được gọi là khởi tâm trước khi, ông có hiểu không, này Jivaka!

- Tôi hiểu, thật là tuyệt vời! Vậy còn trong khi thì thế nào, thưa đức Thế Tôn!

- Như Lai và đệ tử của Như Lai trong khi thọ thực, không hề nghĩ đến vật thực ngon bổ hoặc không ngon bổ, không cầu mong vật thực như thế này hoặc như thế khác, không tham đắm, không đam mê, không chấp trước; còn thấy rõ vị ngọt, sự nguy hại và ý thức rõ rệt sự xuất ly chúng nữa! Trong khi thọ thực với tâm như thế, vị tỳ-khưu không hại mình, không hại người, không hại cả hai, có phải vậy không, này Jivaka!

- Quả thật là minh nhiên, bạch đức Thế Tôn!

- Còn sau khi nữa, này Jivaka Komarabhacca! Như Lai và đệ tử của Như Lai thấy rằng, với tứ vô lượng tâm cũng chưa đủ, với không hận, không sân cũng chưa đủ! Sau khi thọ thực xong, vị ấy tìm một góc rừng vắng, một gốc cây, một ngôi nhà trống, an trú chánh niệm trước mặt, vị ấy đi vào, đi ra các định, các thiền; sau đó dùng tuệ tri, tuệ giác, tuệ minh; ông ta bứng nhổ vô lượng tham sân, phiền não tùy miên, làm cho chúng không còn sanh khởi trong tương lai! Và như vậy thì, vị ấy trước khi thọ thực không có lầm lỗi, trong khi thọ thực không có lầm lỗi; và, sau khi thọ thực cũng không có lầm lỗi! Đấy là hành trình làm ông thầy thuốc chữa bệnh tâm của Như Lai và đệ tử của Như Lai, nó không những không hại mình, không hại người, không hại cả hai mà còn lợi mình, lợi người, lợi cả hai nữa, này Jivaka Komarabhacca!

Jivaka Komarabhacca thốt lên:

- Thật là tuyệt vời, bạch Đức Thế Tôn! Rồi chàng nói tiếp - Sự thọ thực như vậy là chơn chánh, nghiêm minh, phạm hạnh, không có ở đâu từ xưa đến nay ngoại trừ giáo pháp của đức Thế Tôn! Sự xuyên tạc của một số người do ganh tỵ danh vọng, do đố kỵ lợi dưỡng sẽ không có chỗ đứng trong tâm kẻ trí khi họ nghe được buổi pháp thoại tốt đẹp, viên mãn cả ba thời này!

Đức Phật nói:

- Dường như họ còn nói rằng, Như Lai đồng ý với sự hủy diệt, hoan hỷ với sự hủy diệt, đồng phạm với sự hủy diệt, ông có nghe người ta nói như thế không?

- Thưa có, tôi có nghe! Jivaka Komarabhacca gật đầu – Tôi thì hủy diệt chúng vô tình hoặc được ghép vào tội danh hoan hỷ, đồng ý và đồng phạm!

Đức Thế Tôn thì hủy diệt chúng hữu tình, cũng bị ghép vào tội danh hoan hỷ, đồng ý và đồng phạm như thế!

- Thế ông có thấy mình có tội không, này Jivaka?

- Dạ thưa không, bạch đức Thế Tôn! Chỉ những ai khởi tâm cố ý hủy diệt, người ấy mới có tội!

- Cũng vậy, này Jivaka Komarabhacca! Có năm phi công đức, năm nguyên nhân tạo tội mà người cư sĩ tại gia, những người cúng dường vật thực đến cho Như Lai và đệ tử của Như Lai phải nên thấy rõ, biết rõ. Hãy dắt con thú này đi! Đấy là khởi tâm có tội, là phi công đức thứ nhất! Khi con thú bị dẫn đi đến

nơi lò mổ, nó bị kéo lôi, bị trầy cổ, nó sợ hãi, nhưng lòng người ta vẫn lạnh lùng, sắt đá, đấy là nguyên nhân, là phi công đức thứ hai! Hãy giết mổ con thú này! Đấy là khởi tâm có tội, là nguyên nhân, là phi công đức thứ ba! Khi con thú bị giết, nó quằn quại, nó kêu rống, nó cảm thọ đau đớn với lệ máu, nhưng người ta vẫn nhẫn tâm thọc huyết, xẻ thịt, đấy là nguyên nhân, là phi công đức thứ tư! Sau khi tích lũy bốn nguyên nhân có tội ấy, bốn phi công đức ấy, người tại gia cư sĩ cúng dường món ăn ấy đến cho Như Lai và đệ tử của Như Lai, chính là nguyên nhân, là phi công đức thứ năm!

Này Jivaka Komarabhacca! Như Lai không có hoan hỷ, không có tán đồng, không có chủ trương, không có khuyến khích những vật thực cúng dường nằm trong năm loại phi công đức ấy! Cúng dường như vậy là phi pháp, không đúng với chánh pháp!

Còn như thế này nữa, Jivaka! Trong thế gian tương đối, với bốn giai cấp có lợi dưỡng khác nhau, quan niệm khác nhau, có thói quen khác nhau về vật thực. Ví như giai cấp bà-la-môn chủ trương dùng ngũ cốc, rau trái, hoa quả; giai cấp sát-đế-lỵ chỉ thích dùng các loại thịt tươi sống, ngon bổ, rau trái quả thượng phẩm; giai cấp vệ-xá, có khá đông người giàu có, họ thọ dụng các loại thịt hoặc rau trái cũng không thua gì quý tộc đâu. Riêng giai cấp thủ-đà-la thì không có khả năng chọn lựa, cái gì rẻ, dễ kiếm thì dùng. Còn chiên-đà-la thì thức ăn vật uống của họ thì chỉ để mà tồn tại! Như Lai và đệ tử của Như Lai khi đi trì bình khất thực, phải giữ tâm bình đẳng trước mọi giai cấp, trước mọi nhà, không kể giàu nghèo, sang hèn. Và chính vật thực kiếm được trong chiếc bát, thường đủ đại biểu cho mọi giai cấp trong xã hội! Ông nghĩ thế nào, này Jivaka! Giáo pháp của Như Lai, vì muốn giữ tâm bình đẳng, thực hiện giáo pháp trung đạo, lấy giới luật làm thành trì, lấy tâm ô nhiễm hoặc không ô nhiễm làm thước đo, lấy mục đích giác ngộ, giải thoát làm cứu cánh thì có nên đặt vấn đề chọn lựa hay không chọn lựa? Hỏi tức là đã trả lời! Do vậy, Như Lai chỉ cho phép chư tỳ-khưu tùy nghi thọ dụng rau trái, hoa quả, ngũ cốc, tùy nghi thọ dụng ba loại thịt thanh tịnh: Không thấy con vật bị giết, không nghe tiếng con vật bị giết, không nghi con vật bị giết ấy là do mình! Như vậy, Như Lai không rơi vào cực đoan này, không rơi vào cực đoan kia, này Jivaka Komarabhacca!

Cảm phục xiết bao lời dạy sáng tỏ đầu đuôi, thấy rõ gốc ngọn vấn đề của đức Phật, lương y Jivaka Komarabhacca quỳ năm vóc sát đất xin được quy y, làm đệ tử, bắt đầu học tập bổn phận của người cư sĩ tại gia. Và việc đầu tiên là chàng hoan hỷ cúng dường vườn xoài của mình để đức Phật và Tăng chúng tùy nghi sử dụng!

Vài ba lần về sau, mặc dầu công việc ở hoàng cung khá bận rộn, lương y Jivaka Komarabhacca vẫn thu xếp được thời gian viếng thăm Trúc Lâm, nghe pháp và quan sát sinh hoạt của tăng chúng. Trong vài lần đàm đạo với đức Phật về sức khỏe chung của chư tăng, Jivaka nói rằng, đời sống hành thiền nhiều dễ phát sanh một số bệnh liên hệ do khí huyết thiếu lưu thông. Chàng mang đến một số dầu xoa bóp, thuốc nhuận tràng và hướng dẫn chư tăng cách bấm một số huyệt trên cơ thể để ai cũng có thể tự chữa cho mình khi nhức đầu, sổ mũi, mỏi vai, đau lưng... Ngoài ra, nước cốt trái cây và dùng nhiều rau quả tươi xanh sẽ rất tốt cho cơ thể. Chàng còn đề nghị đức Phật cho chư tăng tập thể dục, một số động tác Hattha-yoga, như Sariputta đã từng chủ trương, làm việc nhẹ về tay chân, tắm suối nước nóng (Ở xung quanh Trúc Lâm và rải rác ngoại ô Rajagaha có khá nhiều suối nước nóng). Về mùa lạnh, không nên tắm ở ngoài trời, phải tắm ở trong lều có sưởi ấm. Thấy ý tưởng một bệnh xá tại mỗi nơi tu viện, Jivaka Komarabhacca rất hoan nghênh, ông hứa cung cấp thuốc men và cho thêm một số lương y đến phụ trách! (Minh Đức Triều Tâm Ảnh - THƯ VIỆN HOA SEN) ---oOo--- Jolt – cú đấm choáng váng

Joss sticks –Joss is made from the trunk of cinnamon tree ground into powder, and mixed with sawdust and water; it is molded into shape, painted with symbolic color, and then burned as an offering - hương trầm

Journey to the West

Journey to the West is a Chinese novel published in the 16th century during the Ming dynasty and attributed to Wu Cheng'en. It is one of the Four Great Classical Novels of Chinese literature.

The novel is an extended account of the legendary pilgrimage of the Tang dynasty Buddhist monk Xuanzang who traveled to the "Western Regions", that is, Central Asia and India, to obtain Buddhist sacred texts (sutras) and returned after many trials and much suffering. It retains the broad outline of Xuanzang's own account, Great Tang Records on the Western Regions, but the Ming dynasty novel adds elements from folk tales and the author's invention, that is, that Gautama Buddha gave this task to the monk (referred to as Tang Sanzang in the novel) and provided him with three protectors who agree to help him as an atonement for their sins. These disciples are Sun

Wukong, Zhu Bajie and Sha Wujing, together with a dragon prince who acts as Tang Sanzang's steed, a white horse.

Journey to the West has strong roots in Chinese folk religion, Chinese mythology, Taoist and Buddhist philosophy, and the pantheon of Taoist immortals and Buddhist bodhisattvas are still reflective of some Chinese religious attitudes today. Enduringly popular, the tale is at once a comic adventure story, a humorous satire of Chinese bureaucracy, a spring of spiritual insight, and an extended allegory in which the group of pilgrims journeys towards enlightenment by the power and virtue of cooperation.

Truyện Tây Du - Trong tiểu thuyết, Trần Huyền Trang được Quan Âm Bồ Tát bảo đến Tây Trúc (Ấn Độ) thỉnh kinh Phật giáo mang về Trung Quốc. Theo ông là ba đệ tử - một khỉ đá tên Tôn Ngộ Không, một yêu quái nửa người nửa lợn tên Trư Ngộ Năng và một thủy quái tên Sa Ngộ Tĩnh - họ đều đồng ý giúp ông thỉnh kinh để chuộc tội. Con ngựa Huyền Trang cưỡi cũng là một hoàng tử của Long Vương (Bạch Long Mã).

Những chương đầu thuật lại những kỳ công của Tôn Ngộ Không, từ khi ra đời từ một hòn đá ở biển Hoa Đông, xưng vương ở Hoa Quả Sơn, tầm sư học đạo, đại náo thiên cung, sau đó bị Phật Tổ Như Lai bắt nhốt trong núi Ngũ Hành 500 năm. Truyện kể lại Huyền Trang trở thành một nhà sư ra sao và được hoàng đế nhà Đường gửi đi thỉnh kinh sau khi hoàng đế thoát chết.

Phần tiếp của câu chuyện kể về các hiểm nguy mà thầy trò Đường Tam Tạng phải đối đầu, trong đó nhiều yêu quái là đồ đệ của các vị Tiên, Phật. Một số yêu tinh muốn ăn thịt Huyền Trang, một số khác muốn cám dỗ họ bằng cách biến thành đàn bà đẹp. Tôn Ngộ Không phải sử dụng phép thuật và quan hệ của mình với thế giới yêu quái và Tiên, Phật để đánh bại các kẻ thù nhiều mánh khóe, như Ngưu Ma Vương hay Thiết Phiến

Công chúa...

Cuối cùng khi đã đến cửa Phật, thầy trò họ lại phải đổi Bát vàng của Hoàng đế Đường Thái Tông tặng để nhận được kinh thật. Đây cũng được tính là một khổ nạn cho bốn thầy trò. Khi qua sông Thông Thiên, Tam Tạng gặp lại Lão Rùa năm xưa chở ông qua sông. Khi đang chở Tam Tạng qua giữa sông, Lão Rùa hỏi Tam Tạng rằng ông có hỏi Phật Tổ giúp lão rằng bao giờ lão tu đắc chính quả không, vì Tam Tạng quên hỏi, nên bị Lão Rùa hất cả bốn thầy trò lẫn kinh văn xuống sông. Kinh văn bị ướt, sau khi phơi khô một số bị rách. Vì vậy, kinh đến Trung thổ không được toàn vẹn...

Nhiều nhà bình luận khác cho rằng hình ảnh kết hợp của thầy trò Tam Tạng lại ẩn giấu một khái niệm quan trọng về tâm. Mỗi nhân vật từ Đường Tam Tạng đến con ngựa đều biểu trưng cho một đặc tính thường thấy của tâm.

Bạch Long Mã: Ngựa tượng trưng cho xác thân. Ngựa thần là xác thân cương kiện. Con người đi tìm Chân lý, tìm Đạo, cần có xác thân vững vàng, khoẻ mạnh. Không có ngựa tốt thì Đường tăng không tới được Lôi âm. Người mà thể xác bệnh hoạn, tinh thần ươn hèn thì làm sao có thể quyết tâm chiến đấu để đạt tới Chân lý, đạt Đạo. Bạch Long Mã là một người quân tử, khôi ngô tuấn tú song vì quá mê tửu sắc nên khi bị người tình phản bội đã nông nỗi đập nát báu vật mà Ngọc Hoàng Thượng đế ban cho. Khi phù giá Đường Tăng ông là một con ngựa. Nên pháp danh của ông là Ngộ Ký.

Sa Tăng: là tính cần cù, nhẫn nại. Sa tăng phải nhọc nhằn gánh hành lý là lẽ ấy. Tề Thiên mấy bận giận Thầy, mấy phen đào nhiệm quay về Thủy liêm động quê xưa; Bát giới đã trăm lần ngàn lượt đòi chia của, rồi mạnh ai đường nấy. Chỉ riêng có Sa Tăng suốt cuộc hành trình vào yêu ra quỷ, một lòng một dạ quảy hành trang tiến tới. Không một lời thoái lui, không một lòng biến đổi. Sa Tăng là hình ảnh của tinh tiến, trì thủ, tâm bất thoái chuyển. Dù khó khăn đến đâu, đã quyết rồi, thì cứ đi tới. Khí giới của Sa tăng vì thế là bảo trượng có đầu dẹp và bén nhọn, để mà dễ dàng găm chặt vào, ghim chặt vào. Chí đã định rồi thì không biến đổi, lòng đã quyết rồi thì chẳng chuyển lay. Pháp danh của Sa tăng vì thế là Ngộ tịnh: tịnh để mà khắc chế cái động, cái chưa thanh tịnh; tịnh để mà kham nhẫn, chịu đựng.

Trư Bát Giới: là tính tham và dục, những tâm tính bản năng. Tham ăn, tham ngủ, tham của, tham sắc và tham nịnh nọt cho được lợi về mình. Khí giới của họ Trư vì thế phải bắt buộc là đinh ba, là cào cỏ, để mà vơ vào cho nhiều, cho vừa lòng tham dục. Bát giới là sự tập hợp những bản năng rất vật dục và tầm thường nơi con người. Vì thế, mà pháp danh của Bát giới là Ngộ năng.

Tôn Ngộ Không: tượng trưng cho trí, lý trí. Lý trí phải dẫn dắt, phải soi đường cho hành động. Thế nên, luôn luôn vai Tề thiên đều đi trước, để dẫn đầu mấy thầy trò. Lý trí ưa nổi loạn, ngang tàng phách lối, chẳng chịu thua kém ai. Cho nên Tề thiên coi mình to ngang với Trời (Tề Thiên: bằng Trời), và muốn lên trời xuống biển, quậy phá đều làm được tất, không chút đắn đo, chẳng hề ngần ngại. Đối với Trời vẫn tự xưng "Lão Tôn" là tính kiêu căng. Trước mặt Trời vẫn nghênh ngang không chịu quỳ, ăn nói bất kể tôn ti trật tự. Đó là tượng trưng cho đầu óc duy lý của những người muốn phủ nhận Thượng

đế. Lý trí vì những "thuộc tính" như thế nên cần thiết phải được uốn nắn luôn luôn cho

hợp với kỷ cương, khuôn phép. Tề Thiên bởi vậy mà phải đội kim cô. Khi về tới chùa Lôi Âm, thành phật rồi, không cần cởi, vòng kim cô tự lúc nào đã biến mất. Cái trí con người khi đã thuần dưỡng thì không cần kỷ luật nó vẫn vận động đúng. Giống như trẻ con mới đi học, tập viết phải có giấy kẻ hàng đôi, đến chừng lớn lên viết giỏi rồi, giấy chẳng vạch hàng kẻ ô vẫn dễ dàng viết ngay ngắn.

Đường Tăng: tượng trưng cho tình cảm con người: lòng từ bi, nhân hậu, bao dung, có quyết tâm tu hành vượt qua muôn vàn cám dỗ. Ngoài ra còn có tính phàm, u mê, nhu nhược, ba phải. Một trăm lần Tề thiên cản: "Yêu ma đấy, chớ có cứu". Và đủ một trăm lần Đường tăng cứ cứu, để rồi mắc nạn vương tai. Đó là vì sự nhận thức của cảm tính không biết nghe theo tiếng gọi sáng suốt của lý trí. Đường Tăng cứ lặp đi lặp lại những sai lầm của mình và không có sai lầm nào giống sai lầm nào. Con người cũng thế, cứ đi từ sai lầm này đến sai lầm khác mà thôi, nếu không nghe theo lý trí, lương tâm mà chỉ biết chiều theo vọng tâm, tình cảm nhất thời. Ngoài ra có những chi tiết mang ẩn ý sâu xa, nếu không am hiểu kỹ thì dễ gây hiểu nhầm. Ví dụ, chi tiết A nan và Ca diếp đòi Đường tăng phải dâng bát vàng mới truyền kinh thư. Đọc lơ mơ, lắm người bảo rằng A nan và Ca diếp đòi ăn hối lộ. Thực ra, làm gì có chuyện vòi vĩnh của đút lót ở cửa Phật. Trong mười đại đệ tử của Phật, Ca Diếp đứng hạng ba, A nan đứng thứ mười, đều đắc quả A-la-hán, dứt bỏ hết các lậu hoặc (nhất thiết lậu tận), không thể vướng lụy vì chút của cải vụn vặt của thế gian. Chiếc bình bát bằng vàng nguyên là của vua Đường tặng cho Đường Tăng. Vì thế, trong tình huống này, nó còn tượng trưng cho của cải và danh vọng ở thế gian. Để lãnh kinh báu của Phật, dâng nạp bình bát là ngụ ý: muốn thọ lãnh đạo giải thoát của Phật, con người phải xuất gia, lìa bỏ danh vọng và của cải thế tục. Hành động của Đường Tăng ở đây là ẩn dụ, có tính cách biểu tượng. Cũng nên chú ý đến lời nói của A nan và Ca diếp: "Hai vị tôn giả cười nói: Hà Hà! Tay trắng trao kinh truyền đời, người sau đến chết đói mất.". Theo truyền thống đạo học thì đạo pháp không thể truyền thụ dễ dàng (đạo pháp bất khinh truyền), cho nên kẻ học đạo, muốn thụ pháp, phải đánh đổi. Dâng bát vàng chính là mang ý nghĩa đánh đổi. Nếu dễ dàng truyền đạo pháp cho người không xứng đáng, không muốn đánh đổi, chẳng những kẻ ấy không thể hoằng dương được chính pháp mà còn khiến cho dòng đạo pháp suy tàn, bế tắc. Như thế, đời sau sẽ không còn hưởng được pháp thực nữa, nghĩa là tâm linh con người sẽ "đói". Ngoài ra còn một ý nghĩa khi phải để lại bát vàng (Bát Chính Đạo) lúc đã tới được cảnh giới Chân Như, gặp được Phật Tổ, Như Lai đó là: Con đường khất thực, ăn xin, truyền Pháp, hóa Duyên... hay còn gọi là Đạo Pháp phải bỏ lại vì

công quả đã viên mãn, vượt qua được các kiếp nạn. Tức là đã tu đắc Đạo, tu hành chứng quả vị Phật. Pháp chỉ là con thuyền chở hành giả qua biển khổ, vượt chướng ngại, ải nạn... khi đã tới được bến Giác thì con thuyền Pháp không còn cần thiết nữa. (Tác giả: Ngô Thừa Ân) ---ooOOoo--- Joust - cuộc cỡi ngựa đấu thương

Jovial – vui vẻ, vui tính

Jowl – xương hàm dưới

Judaism – Do Thái giáo

Judder - lắc, rung

Juggernaut – Gia-ga-nát tên vị thánh Ấn Độ

Jugglery – trò múa rối

Jumble - mớ lộn xộn, tạp nhạp

Juncture - nối liền, chỗ nối, giao điểm

Junket – rice pudding

Jurisdiction - quyền tài phán

Juxtaposition - đặt cạnh nhau, kề nhau Quý Thầy & Phật tử - Hành Hương Ân Độ 2011

K

Kabbalistic axiom – a stone becomes a plant; a plant becomes a beast; a beast becomes a man; a man becomes God…

Một cách tổng quát, có ba loại hồn:

-SINH HỒN: Khi Kim thạch tiến hóa lên Thảo mộc, bắt đầu có sự sống rõ rệt thì Đức Chí Tôn ban cho Thảo mộc một điểm Nguyên hồn, gọi là SINH HỒN để tạo sự sống cho Thảo mộc.

-GIÁC HỒN: Thảo mộc tiến hóa lên Thú cầm, bắt đầu có tri giác thì Đức Chí Tôn ban thêm cho một điểm Nguyên hồn gọi là GIÁC HỒN để tạo cho Thú cầm sự hiểu biết.

-NHƠN HỒN, LINH HỒN: Thú cầm có hiểu biết nhưng chưa có sự suy nghĩ và trí thông minh, nó phải tiến hóa lên phẩm Người thì Đức Chí Tôn mới ban thêm cho một điểm Nguyên hồn nữa gọi là Linh hồn, để con người có tánh linh hơn vạn vật, có trí thông minh sáng suốt để phân biệt các lẽ phải trái, nên hư và nhứt là nhờ điểm Linh hồn nầy mà con người có thể tu luyện để đắc thành Tiên, Phật.

Con người thật sự có ba thể:

- Thể thứ nhứt là xác thân do cha mẹ sanh ra. Thể thứ nhứt là xác thân, có ngũ-quan, biết cảm-giác xúc động, do nơi khí bẫm của cha mẹ mà biến tướng ra. Nó cũng như con vật.

- Thể thứ nhì gọi là Đệ-Nhị xác thân của Đức Phật-Mẫu ban cho. Đệ-Nhị xác thân, tức nhiên là Chơn-Thần của con người. Người ta gọi là cái vía hay là hào-quang đó. Nó do theo cái thể thứ nhứt mà biến hình.

(CHƠN THẦN=VÍA=HÀO QUANG=LỤC DỤC THẤT TÌNH)

-Còn thể thứ ba là Linh-hồn, do Đức Chí-Tôn ban cho, tức nhiên là một điểm linh-quang của Chí-Tôn chiết xuống, để cho con người biết hiểu, và khôn

ngoan hơn loài vật. Vậy thể thứ ba như người cầm cương con vật, còn gọi là Đệ tam xác thân.

Trong ba thể ấy phải hiệp lại mới thành con người, nhưng bản-chất nó khác nhau. ---oOo---

Kagyu – one of the four lineages of Tibetan Buddhism. His Holiness the 17th Karmapa Lama, recently exiled in India…

Kagyupa – phái Ca nhĩ cư - Khởi thủy vào thế kỷ thứ 12 Gampopa tổng hợp và sáng lập trường phái tên Dagpo-Kayu, thế hệ sau đó chia trường phái này thành bốn trường phái: Kamtshang hay Karma Kagyu, Tsalpa Kagyu, Baram Kagyu và Phagmo Drupa Kagyu. Phái Phagmo Drupa Kagyu lập phân thành 8 hệ phái nữa, trong số này ngày nay chỉ còn trường phái Drugpa Kagyu và Drikung Kagyu mà thôi. Giáo phái Kagyupa trong Phạn kinh, từ "Kagyu" có nghĩa là: giáo lý được truyền thụ bằng mật ngữ từ vị Kim Cang Sư.

Kalachakra – wheel of time = tantric system which includes instructions on medicine, astronomy, time, yoga and physiology, encompassing the entire universe and the path to enlightenment…

Pháp thời luân Kim Cang hay Thời luân đát-đặc-la (skt. Kalachakra; kala là "thời gian", chakra là "bánh xe"), là một pháp tu thuộc về bộ Tối Thượng Du Dà của Mật Tông Tây Tạng.

Kaleidoscope - cảnh nhiều màu sắc biến ảo

Kamasava - dục lậu

Thất tình lục dục là những bẩm thụ thiên nhiên, hằng đưa con người đến sa đọa điêu linh. Bồ-tát luôn luôn thu thúc, đè nén, không để cho các tật ấy chi phối nên trong thời gian xuất gia tìm đạo, những bẩm thụ cố hữu bên trong, tựa hồ như đã bị diệt tận gốc rễ; chẳng dè trong giai đoạn chủ yếu này, bao nhiêu thị dục và khuynh hướng về thế gian, bấy lâu đã ẩn khuất im bặt trong tiềm thức, thình lình lập lòe phản ứng, gây ra một bức tường chướng ngại kiên cố. Vì thế Bồ-tát phải quyết liệt chiến đấu với Dục-Lậu Phiền-Não này (Kamasava).

Kapilavatthu – the capital of Sakka where Gotama was born and raised. The (Ca-Tì-La-Vệ) territory was so remote that Aryan culture had never taken root there and they had no caste (giai cấp Ấn Độ) system…

Gautama Buddha, a prince who left his luxury in search of solutions that can cure diseases, sufferings and death. A prince who could have enjoyed his royal dynasty, but he chose the path full of thrown, pain and darkness. At the age of 34, he attained the supreme enlightenment at Bodh Gaya. When the prince Siddhartha Gautama left his kingdom Shakya for discovering solutions to make the life free from sufferings, he was just 29 years old.

At Kapilavastu, the Lord Gautama Buddha was grown up and led a family life with his wife and son Rahula till he left for Nirvana. The Ashoka Pillar situated at Kapilavatthu marks the latter references about the place. This place is located in the Himalayan ranges of Nepal. Kapilavatthu is the district and comes under Lumbini Zone, Nepal.

Kinh đô Ca-Tỳ-La-Vệ nằm trên bờ sông Robini, Đông Bắc Ấn-Độ, dưới chân Hy-Mã-Lập-Sơn cách thành Benares 150 cây số.

Kinh thành Ca-Tỳ-La-Vệ tuy không phải là một vương quốc lớn nhưng cũng vô cùng trù phú. Tương truyền rằng khi xưa Ca-Tỳ-La-Vệ là một khu rừng hoang, khi đó một vị thánh giả Kapil Gautama (tạm dịch: Ca Tỳ Cồ Đàm) đã khuyên thái tử Ikshwaku đến đó để lập nghiệp. Thái tử được mọi người biết qua tên Shakya đã nghiễm nhiên trở thành Shakya Gautama và đặt tên cho vương quốc của mình là Kapilavatthu (Ca-Tỳ-La-Vệ). Thái tử Sĩ Đạt Ta đã xuất thân chính từ dòng dõi này.

Karma – meaning ‘deed’ in Sankrit, karma refers to the law of cause and effect; of actions having consequences for oneself and others.

Karma – karmic law that keeps the universe in balance, governing every person, animal, group, city, nation, and planet…

Karma (Sanskrit) – to do, to make, defined as “deed or act” or volition (ý muốn), karma is always followed by its fruit vikapa or phalam (result of past deeds). The principle of action and its effect. Karma is the balancer of life – harmonizer.

-From the perspective of consciousness, death and rebirth are one continuum, like a river. Karma is like a wave that arises in one moment, disappears, then arises again downstream. Each wave takes a different form but all waves are made of the same water.

-Karma is drawn to the realm with which it resonates most, the place where it’s most likely to bear fruit. That’s why it’s so important to purify your mind in this lifetime and take meritorious action to counter karma you’ve already accumulated. The state of your mind at death affects your next rebirth.

-Pay close attention to the quality of your thoughts, speech, and actions – above all, your intentions. Think about whether your actions might cause harm. Karma is created first in the mind. Negative karma arises from greed, anger, and ignorance – and their cousins, such as envy and pride. Action rooted in qualities like generosity and compassion produces positive karma, making life happier and more peaceful for all concerned.

-A successful person may be reaping the rewards of past generosity or delight in other’s good fortune. Someone who’s poor in this lifetime may have been miserly in a previous lifetime.

-Too many factors give rise to karma to draw definitive conclusions. Rather than trying to determine if your current circumstances are a result of past karma working itself

out, why not focus on creating a better life going forward?

-Buddhas and some arahats –awakened beings – aren't reborn. After parinirvana - final nirvana – beings no longer incarnate. They disappear.

Nature Of Karma

Karma is the law of moral causation. The theory of Karma is a fundamental doctrine in Buddhism. This belief was prevalent in India before the advent of the Buddha. Nevertheless, it was the Buddha who explained and formulated this doctrine in the complete form in which we have it today.

What is the cause of the inequality that exists among mankind? Why should one person be brought up in the lap of luxury, endowed with fine mental, moral and physical qualities, and another in absolute poverty, steeped in misery?

Why should one person be a mental prodigy, and another an idiot?

Why should one person be born with saintly characteristics and another with criminal tendencies?

Why should some be linguistic, artistic, mathematically inclined, or musical from the very cradle?

Why should others be congenitally blind, deaf, or deformed?

Why should some be blessed, and others cursed from their births?

Either this inequality of mankind has a cause, or it is purely accidental. No sensible person would think of attributing this unevenness, this inequality, and this diversity to blind chance or pure accident.

In this world nothing happens to a person that he does not for some reason or other deserve. Usually, men of ordinary intellect cannot comprehend the actual reason or reasons. The definite invisible cause or causes of the visible effect is not necessarily confined to the present life, they may be traced to a proximate or remote past birth.

According to Buddhism, this inequality is due not only to heredity, environment, "nature and nurture", but also to Karma. In other words, it is the result of our own past actions and our own present doings. We ourselves are responsible for our own happiness and misery. We create our own Heaven. We create our own Hell. We are the architects of our own fate.

Perplexed by the seemingly inexplicable, apparent disparity that existed among humanity, a young truth-seeker approached the Buddha and questioned him regarding this intricate problem of inequality:

"What is the cause, what is the reason, O Lord," questioned he, "that we find amongst mankind the short-lived and long-lived, the healthy and the diseased, the ugly and beautiful, those lacking influence and the powerful, the poor and the rich, the low-born and the high-born, and the ignorant and the wise?"

The Buddha’s reply was:

"All living beings have actions (Karma) as their own, their inheritance, their congenital cause, their kinsman, their refuge. It is Karma that differentiates beings into low and high states."

He then explained the cause of such differences in accordance with the law of cause and effect.

Certainly we are born with hereditary characteristics. At the same time we possess certain innate abilities that science cannot adequately account for. To our parents we are indebted for the gross sperm and ovum that form the nucleus of this so-called being. They remain dormant within each parent until this potential germinal compound is vitalised by the karmic energy needed for the production of the foetus. Karma is therefore the indispensable conceptive cause of this being.

The accumulated karmic tendencies, inherited in the course of previous lives, at times play a far greater role than the hereditary parental cells and genes in the formation of both physical and mental characteristics.

The Buddha, for instance, inherited, like every other person, the reproductive cells and genes from his parents. But physically, morally and intellectually there was none comparable to him in his long line of Royal ancestors. In the Buddha’s own words, he belonged not to the Royal lineage, but to that of the Aryan Buddhas. He was certainly a superman, an extraordinary creation of his own Karma.

According to the Lakkhana Sutta of Digha Nikaya, the Buddha inherited exceptional features, such as the 32 major marks, as the result of his past meritorious deeds. The ethical reason for acquiring each physical feature is clearly explained in the Sutta.

It is obvious from this unique case that karmic tendencies could not only influence our physical organism, but also nullify the potentiality of the parental cells and genes – hence the significance of the Buddha’s enigmatic statement, - "We are the heirs of our own actions."

Dealing with this problem of variation, the Atthasalini, being a commentary on the Abhidharma, states: "Depending on this difference in Karma appears the differences in the birth of beings, high and low, base and exalted, happy and miserable. Depending on

the difference in Karma appears the difference in the individual features of beings as beautiful and ugly, high-born or low born, well-built or deformed. Depending on the difference in Karma appears the difference in worldly conditions of beings, such as gain and loss, and disgrace, blame and praise, happiness and misery."

Thus, from a Buddhist point of view, our present mental, moral intellectual and temperamental differences are, for the most part, due to our own actions and tendencies, both past and present.

Although Buddhism attributes this variation to Karma, as being the chief cause among a variety, it does not, however, assert that everything is due to Karma. The law of Karma, important as it is, is only one of the twenty-four conditions described in Buddhist Philosophy.

Refuting the erroneous view that "whatsoever fortune or misfortune experienced is all due to some previous action", the Buddha said:

"So, then, according to this view, owing to previous action men will become murderers, thieves, unchaste, liars, slanderers, covetous, malicious and perverts. Thus, for those who fall back on the former deeds as the essential reason, there is neither the desire to do, nor effort to do, nor necessity to do this deed, or abstain from this deed."

It was this important text, which states the belief that all physical circumstances and mental attitudes spring solely from past Karma that Buddha contradicted. If the present life is totally conditioned or wholly controlled by our past actions, then certainly Karma is tantamount to fatalism or determinism or predestination. If this were true, free will would be an absurdity. Life would be purely mechanistic, not much different from a machine. Being created by an Almighty God who controls our destinies and predetermines our future, or being produced by an irresistible Karma that completely determines our fate and controls our life’s course, independent of any free action on our part, is essentially the same. The only difference lies in the two words God and Karma. One could easily be substituted for the other, because the ultimate operation of both forces would be identical.

Such a fatalistic doctrine is not the Buddhist law of Karma.

According to Buddhism, there are five orders or processes (niyama) which operate in the physical and mental realms.

They are:

1.Utu Niyama - physical inorganic order, e.g. seasonal phenomena of winds and rains. The unerring order of seasons, characteristic seasonal changes and events, causes of winds and rains, nature of heat, etc., all belong to this group.

2.Bija Niyama - order of germs and seeds (physical organic order), e.g. rice produced from rice-seed, sugary taste from sugar-cane or honey, peculiar characteristics of certain fruits, etc. The scientific theory of cells and genes and the physical similarity of twins may be ascribed to this order.

3.Karma Niyama - order of act and result, e.g., desirable and undesirable acts produce corresponding good and bad results. As surely as water seeks its own level so does Karma, given opportunity, produce its inevitable result, not in the form of a reward or punishment but as an innate sequence. This sequence of deed and effect is as natural and necessary as the way of the sun and the moon.

4.Dhamma Niyama - order of the norm, e.g., the natural phenomena occurring at the advent of a Bodhisattva in his last birth. Gravitation and other similar laws of nature. The natural reason for being good and so forth, may be included in this group.

5.Citta Niyama - order or mind or psychic law, e.g., processes of consciousness, arising and perishing of consciousness, constituents of consciousness, power of mind, etc., including telepathy, telaesthesia, retro- cognition, premonition, clairvoyance, clairaudience, thought-reading and such other psychic phenomena which are inexplicable to modern science.

Every mental or physical phenomenon could be explained by these all- embracing five orders or processes which are laws in themselves. Karma as such is only one of these five orders. Like all other natural laws they demand no law giver.

Of these five, the physical inorganic order and the order of the norm are more or less mechanistic, though they can be controlled to some extent by human ingenuity and the power of mind. For example, fire normally burns, and

extreme cold freezes, but man has walked scatheless over fire and meditated naked on Himalayan snows; horticulturists have worked marvels with flowers and fruits; Yogis have performed levitation. Psychic law is equally mechanistic, but Buddhist training aims at control of mind, which is possible by right understanding and skilful volition. Karma law operates quite automatically and, when the Karma is powerful, man cannot interfere with its inexorable result though he may desire to do so; but here also right understanding and skilful volition can accomplish much and mould the future. Good Karma, persisted in, can thwart the reaping of bad Karma, or as some Western scholars prefer to say ‘action influence’, is certainly an intricate law whose working is fully comprehended only by a Buddha. The Buddhist aims at the final destruction of all Karma.

What is Karma?

The Pali term Karma literally means action or doing. Any kind of intentional action whether mental, verbal, or physical, is regarded as Karma. It covers all that is included in the phrase "thought, word and deed". Generally speaking, all good and bad action constitutes Karma. In its ultimate sense Karma means all moral and immoral volition. Involuntary, unintentional or unconscious actions, though technically deeds, do not constitute Karma, because volition, the most important factor in determining Karma, is absent. The Buddha says:

"I declare, O Bhikkhus, that volition is Karma. Having willed one acts by body, speech, and thought." (Anguttara Nikaya)

Every volitional action of individuals, save those of Buddhas and Arahants, is called Karma. The exception made in their case is because they are delivered from both good and evil; they have eradicated ignorance and craving, the roots of Karma.

"Destroyed are their germinal seeds (Khina bija); selfish desires no longer grow," states the Ratana Sutta of Sutta nipata.

This does not mean that the Buddha and Arahantas are passive. They are tirelessly active in working for the real well being and happiness of all. Their deeds ordinarily accepted as good or moral, lack creative power as regards themselves. Understanding things as they truly are, they have finally shattered their cosmic fetters – the chain of cause and effect.

Karma does not necessarily mean past actions. It embraces both past and present deeds. Hence in one sense, we are the result of what we were; we will be the result of what we are. In another sense, it should be added, we are not totally the result of what we were; we will not absolutely be the result of what we are. The present is no doubt the offspring of the past and is the present of the future, but the present is not always a true index of either the past or the future; so complex is the working of Karma.

It is this doctrine of Karma that the mother teaches her child when she says "Be good and you will be happy and we will love you; but if you are bad, you will be unhappy and we will not love you." In short, Karma is the law of cause and effect in the ethical realm.

What is the cause of Karma?

Ignorance (avijja), or not knowing things as they truly are, is the chief cause of Karma. Dependent on ignorance arise activities (avijja paccaya samkhara) states the Buddha in the Paticca Samuppada (*Dependent Origination). Associated with ignorance is the ally craving (tanha), the other root of Karma. Evil actions are conditioned by these two causes. All good deeds of a worldling (putthujana), though associated with the three wholesome roots of generosity (alobha), goodwill (adosa) and knowledge (amoha), are nevertheless regarded as Karma because the two roots of ignorance and craving are dormant in him. The moral types of Supramundane Path Consciousness (magga citta) are not regarded as Karma because they tend to eradicate the two root causes. (The Theory Of Karma by Ven. Mahasi Sayadaw)

* “Everything is interconnected. Everything affects everything else. Everything that is, is because other things are. This is the teaching of Dependent Origination”.

The Karma of Poverty - The Reincarnation of George

George was born in New York City in the early part of the twentieth century. He was an only child, and both his parents love him. Unfortunately, they were struggling financially and living in poverty. George’s father owned a small candy store by the harbor, but it was not doing well. They had barely enough to eat and to take care of basic needs. George was a good soul but felt his

plight keenly. He was very frustrated and even as a child was ambitious to do better for himself.

His parents saw that he had an aplitute for science. They saved what little money they could and put him through school, which he excelled at. As he grew, he met a benefactor who saw his talent and the difficult situation he was in and offered to put him through medical school. George worked very hard and once again excelled.

His parents were very proud of what George was doing, but, unfortunately, while he was in school his father passed away, and his mother struggled even harder to keep the candy store open on her own. He comtemplated leaving medical school to help her, but decided that the best course of action was to continue his studied; once he finished, he would be in a better position to help his mother. Yet once again tragedy struck. As he was finishing his studies, his mother contracted influenza and died. So it was that as he graduated and began his life as a doctor, his parents were not there to see his success. Yet he took solace in the fact that they knew he was going to be success. Even though there was nothing he could do, he regretted that he wasn't able to help them somehow.

George became a successful neurologist. He met a good woman and modest background who understood the kind of life he came from. They married and had two children together. He built a successful practice in New York City and became wealthy. He enjoyed the life he made for himself, but in the back of his mind he was still haunted by some of his childhood experiences as well as the thought of his parents, who were not able to enjoy the better times with him.

In this incarnation, George did a beautiful job of working through his money karma and succeeded in making a better life for himself. He ended up overcoming adversity and fulfilling his life's purpose. Yet the question to ask is: What was the karma that caused him to be born into deprivation in the first place?

While money was the single greatest challenge of his life, in other ways he had good karma. He had good karma with his parents, good career karma, and good romantic karma. Had he failed to work through his money karma, these other dynamics might never have had the chance to express themselves. This tell us several things: You need to face the challenges at hand. Whatever

dreams you have, no matter how close or far they may seem, by successfully facing what is right in front of you, you set up the conditions for other aspects of your life to fall into place. Another thing this shown us is that God always gives you the strengths you need to meet and master your karma.

To find the cause of George's money karma, we need to open the Book of Life to his preceding incarnation in Germany. This is now the early 1800s in Frankfurt. George (we'll maintain the same name for clarity) was once again male, but this time born into a family of wealth. There was a similar pattern in that his parents were again store owners, but this time the business was a thriving hardware store.

He was again an only child and had a very good relationship with his parents. He was a jovial, nice looking-man, and slightly spoiled by his parents. As he grew up, he was

expected to take over the business, but he was not interested in doing so. He traveled for sometime, and eventually decided he wanted to become a professor of mathematics. His parents agreed and he became successful as a professor, and he liked what he was doing. He had a love affair that went sour when the woman left him at the altar. He became so disappointed that, bitter on the subject of love, he thought he would never marry.

Despite some bumps on the road, life was moving in the right direction for him. It was at this point, however, that he took his own money and invested in bonds, which failed. For this, even with his professorship, he fell into severe financial difficulties. His parents passed on and left him their money, but once again he was reckless. It wasn't long before most of his inheritance was gone.

During these financial troubles, which he had brought on himself, he met another woman and married her. Marriage was a bright light in his life that could have help him through his challenging times. Unfortunately, he wasn't kind to her. Instead of working with her, he was verbally abusive and took out his frustrations on her. It was not long before she left him. Once again he did not show good business sense and took what little money he had from his professor's salary and lost it on another ill-conceived investment. He finished his incarnation broke, as a direct result of his own actions.

Here his lesson was in learning how to handle money. He was trying to find a quick way to make money and was too cavalier in dealing with financial matters regardless of consequences. As time went on, he continued to invest

with money he did not have, which was where the money karma was generated. On occasion, many of us take calculated financial risks for what we feel is important, and sometimes these risks don't work out; but in George's case, he took his financial risks too far. He did not properly evaluate the potential repercussions of taking such risks.

To his credit, George was not a bad person and his underlying motive was not malicious. His lesson of life was not greed or avarice. He was not stingy with his money. Had that been the case, his karma would have been far worse. His mistake was the mishandling of money and not recognizing its value. This set up the condition for his next life, where he would have to financially struggle to build the life of his dreams, to learn the true value of money. In a future life, he will also have to resolve the karmic situation he created with his wife as a result of his mishandling of finances. This shows that if we are not careful, karma in one area of life can extend into another area of our life…(Karma and Reincarnation by Barbara Y. Martin & Dimitri Moraitis)

Questions on the Theory of Karma

Question: Do the Karmas of parents determine or affect the Karmas of their children?

Answer: Physically, the Karma of children is generally determined by the Karma of their parents. Thus, healthy parents usually have healthy offspring, and unhealthy

parents have unhealthy children. On the effect or how the Karma of their children is determined: the child's Karma is a thing apart of itself – it forms the child's individuality, the sum-total of its merits and demerits accumulated in innumerable past existences. For example, the Karma of the Buddha-to-be, Prince Siddhartha was certainly not influenced by the joint Karma of his parents, King Suddhodana and Queen Maya. The glorious and powerful Karma of our Buddha-to-be transcended the Karma of his parents which jointly were more potent than his own.

Question: If the Karma of parents do not influence those of their children, how would the fact be explained that parents who suffer from certain virulent diseases are apt to transmit these evils to their offsprings?

Answer: Where a child inherit such a disease it is due to the force of the parents' characteristics because of the force of the latter's Utu (conditions

favourable to germination). Take, for example, two seeds from a sapling; plant one in inferior, dry soil; and the other in rich, moist soil. The result is that the first seed will sprout into a sickly sapling and soon show symptoms of disease and decay; while the other seed will thrive and flourish and grow up to be a tall and healthy tree.

It will be observed that the pair of seeds taken from the same stock grows up differently according to the soil into which they are put. A child's past Karma may be compared to the seed: the physical disposition of the mother to the soil; and that of the father to the moisture, which fertilised the soil. Roughly speaking, to illustrate our subject, we will say that, representing the sapling's germination, growth, and existence as a unit, the seed is responsible for one- tenth of them, the soil for six-tenths, and the moisture for the remainder, three- tenths. Thus, although the power of germination exists potentially in the seed (the child), its growth is powerfully determined and quickened by the soil (the mother) and the moisture (the father).

Therefore, even as the conditions of the soil and moisture must be taken as largely responsible factors in the growth and condition of the tree. So must the influences of the parents (or progenitors, as in the case of the animal world) be taken into account in respect to the conception and growth of their offspring.

The parents' share in the Karma determining the physical factors of their issue is as follows: If they are human beings, then their offspring will be a human being. If they are cattle then their issue must be of their species. If the human being is Vietnamese, then their offspring must be of their race. Thus, the offspring are invariably of the same genera and species, etc., as those of the progenitors. It will be seen from the above that, although a child's Karma is very powerful in itself, if cannot remain wholly uninfluenced by those of it parents. It is apt to inherit the physical characteristic of its parents. Yet, it may occur that the child's Karma, being superlatively powerful, the influence of the parent's joint Karma cannot overshadow it. Of course, it need hardly be pointed out that the evil influences of parents can also be counteracted by the application of medical science.

Nghiệp Quả Giữa Cha Mẹ Và Con Cái - Dịch Giả: Nguyễn Hữu Kiệt

Trong nhiều thế kỷ, gia đình là một tổ chức riêng biệt mà người gia trưởng là người cha, hay người mẹ, theo phong tục ở một vài xứ. Những tổ chức gia

đình ấy vẫn luôn luôn tồn tại ở khắp nơi. Theo một quan niệm duy vật, người ta coi những trẻ con như là một sở hữu của cha mẹ của chúng: Chúng sinh ra do bởi sự mang nặng đẻ đau và hy sinh của người mẹ; chúng được nuôi dưỡng do bởi sự làm lụng khó khăn vất vả của cha mẹ. Nói về phương diện vật chất, những người làm cha mẹ có một thể chất khỏe mạnh hơn, già dặn hơn thông minh hơn những đứa con; vì lẽ đó, họ có quyền ngự trị trong gia đình.

Nhưng nói về phương diện tâm linh, thì không hề có vấn đề cha mẹ là tuyệt đối cao cả hơn con cái. Tất cả sinh linh trong Trời Đất đều là những đơn vị bình đẳng của toàn thể một cơ cấu rộng lớn. Trên bình diện tâm linh, cha mẹ không có sở hữu con cái, thậm chí cũng không phải là những người sáng tạo ra con cái. Họ chỉ là những phương tiện cho những linh hồn của những đứa con mượn chỗ đầu thai ở cõi thế gian. Một sự vận hành mầu nhiệm trong cơ thể họ khiến cho họ giao hợp với nhau trong một lúc và làm vận chuyển một cơ cấu cũng không kém mầu nhiệm, mà kết quả là sự cấu tạo và sinh sản ra một thể xác hài nhi. Cái thể xác đó trở nên chỗ nương ngụ của một linh hồn khác cũng tiến hóa như chúng ta. Linh hồn ấy nhất thời bị yếu kém và không biết nói, trách niệm và bổn phận của chúng ta trong sự nuôi dưỡng cho nó lớn lên, đều là những kinh nghiệm rất quý báu cho ta. Đó là những kinh nghiệm giúp ta khai mở đức hy sinh và bác ái, với một tấm lòng thương cảm và trìu mến sâu xa thâm trầm.

Những sự việc tốt lành kể trên chỉ xảy ra khi người làm cha mẹ không có lòng chiếm hữu và áp chế con cái dưới một hình thức nào đó. Trong quyển "The Prophet", ông Khalil Gibran viết như sau:

"Con cái của anh sinh ra, không phải là của anh.

Chúng nó chỉ là con cái của "Sự sống bất diệt trường tồn"

Chúng nó do bởi anh sinh ra, chớ không phải là của anh.

Và tuy chúng sống chung với anh trong một nhà,

nhưng chúng không thuộc quyền sở hữu của anh.

Anh chỉ là những cái cung nhờ đó những đứa con anh lấy đà vùng vẫy,

chẳng khác nào như mũi tên bắn ra tận bốn phương trời.

Người Cung Thủ kéo sợi dây cung là nhằm mục đích hòa vui, và trong khi

Người yêu cái mũi tên bay, Người cũng yêu cái cung còn ở lại."

Đối với con cái, những bậc phụ huynh không nên có một thái độ áp chế của kẻ bề trên, hoặc một thái độ ganh ghét ruồng bỏ. Một thái độ bình thản ôn hòa là thái độ thích nghi nhất của cha mẹ đối với con cái mà họ có bổn phận nuôi dưỡng chăm nom. Họ chỉ có được thái độ ấy khi nào họ hiểu biết điều chân lý căn bản này, là tất cả chúng sinh,

tất cả mọi sinh linh đều bình đẳng với nhau. Nói theo danh từ thường dùng trong những cuộc soi kiếp của ông Cayce, những người làm cha mẹ là những con "Kinh vận hà" để cho nguồn sinh hoạt đi xuyên qua, và nhờ đó những linh hồn có phương tiện để đầu thai ở cõi trần. Bởi vậy những cặp nam nữ sắp sửa thành hôn được khuyên nhủ và dặn dò về tánh cách thiêng liêng của sự giao hợp giữa vợ chồng. Quan điểm này đúng với quan điểm triết học Ấn Độ cho rằng vấn đề tình dục và sinh lý giữa nam nữ có một ý nghĩa thiêng liêng và cao quý. Nhưng bất hạnh thay, khoa Thần học cổ truyền của đạo Gia Tô lại coi mọi vấn đề liên quan đến sự sinh dục như là dấu vết của tội lỗi. Do một sự hiểu lầm đáng tiếc về biểu tượng diễn tả trong Chương La Genèse của bộ Thánh Kinh, toàn thể nhân loại bị coi như là kết quả của "Tội lỗi nguyên thủy" gây ra bởi ông Adam và bà Eve. Tuy rằng lễ hôn phối hợp pháp hóa sự giao hợp giữa vợ chồng, người ta vẫn nghĩ rằng con cái được sinh sản ra trong vòng tội lỗi. Đó là những quan niệm sai lầm về vấn đề sinh lý tự nhiên của cơ thể con người theo như ý muốn của Thượng Đế. Quan niệm sai lầm ấy có những hậu quả tâm lý rất tai hại, gây nên những sự dồn ép sinh lý, ý niệm tội lỗi và những xung đột tâm lý thuộc về loại trầm trọng và tê liệt nhứt.

Tuy nhiên, giải pháp đối tượng của vấn đề này không phải là tự do luyến ái, hay tự do thỏa mãn dục tình. Giải pháp thích nghi là sự thông hiểu một cách tường tận rằng cơ năng sinh sản sáng tạo của con người là một quyền năng thiêng liêng. Một cuộc soi kiếp nói: "Ái tình và sự giao hợp với một thể xác tinh khiết là cái kinh nghiệm thiêng liêng cao quý nhất một linh hồn có thể thâu thập trong một kiếp sống ở cõi trần." Quan điểm này được nhấn mạnh trong nhiều cuộc soi kiếp, và người ta nhận thấy nó trong những trường hợp mà một người phụ nữ muốn biết xem nàng có thể nào có con được không? Trong những trường hợp đó đương sự thường yêu cầu một cuộc khán bịnh rằng Thần Nhãn để xem nàng có thể tự chuẩn bị bằng cách nào để thụ thai và sinh sản. Trong những cuộc khán bịnh đó, những phép điều trị về cơ thể nêu ra rất nhiều, nhưng không có gì khác thường. Có khác chăng là sự soi xét bằng Thần Nhãn giúp cho ông Cayce biết rõ nhu cầu của mỗi cơ thể riêng biệt của

mỗi người tùy theo trường hợp. Tuy nhiên, những cuộc soi kiếp cũng nhấn mạnh về tánh cách quan trọng của sự chuẩn bị tư tưởng và tâm linh, vì thái độ tinh thần của người mẹ sẽ hấp dẫn những linh hồn cùng có một tâm trạng tương tự, theo luật "Đồng thinh tương ứng; đồng khí tương cầu."

Cuộc soi kiếp nói: Linh hồn này hãy nên biết rằng sự chuẩn bị tư tưởng và tâm linh là một việc có tính cách sáng tạo, cũng cần thiết như sự chuẩn bị về thể chất, có lẽ còn cần thiết hơn.

Đối với một người đàn bà ba mươi sáu tuổi hỏi ông rằng bà ấy còn hy vọng có con hay không, cuộc soi kiếp nói: "Bà hãy tự luyện mình thành một khí cụ tốt lành hơn về mọi mặt thể chất, trí não, và tâm linh. Người đời thường có thói quen chỉ xem sự thụ thai như một việc làm thuộc về thể chất mà thôi."

Một cuộc soi kiếp khác nói: "Do sự giao hợp, con người có dịp tạo nên một đường vận hà để cho đấng Tạo Hóa có thể hành động xuyên qua nàng bằng quyền năng Sáng Tạo

của Ngài. Vậy đương sự hãy cẩn thận coi chừng thái độ của mình và của người bạn trăm năm của mình khi các người tạo nên các cơ hội đó, vì linh hồn đầu thai vào làm con các người sẽ có một tánh tình tùy thuộc một phần nào ở thái độ của cha mẹ."

Những cuộc soi kiếp cho biết rằng những mối liên hệ giữa cha mẹ và con cái không phải do sự ngẫu nhiên tình cờ. Những sợi dây liên lạc thường đã có từ những kiếp trước giữa người con với người mẹ hay người cha. Trong những trường hợp rất hiếm mà sợi dây liên lạc đó không có, thì tình trạng gia đình tạo nên cái hoàn cảnh thích ứng với nhu cầu tâm lý của đứa trẻ. Những hồ sơ Cayce cho biết rằng vài đứa trẻ có một sợi dây duyên nghiệp với người cha mà không có với người mẹ, hoặc ngược lại, có duyên nghiệp với người mẹ mà không có người cha. Trong những trường hợp đó, thường có một trạng thái dửng dưng giữa đứa con với người cha hay người mẹ mà nó mới quen biết lần đầu tiên trong kiếp này. Những trường hợp dưới đây chỉ cho ta thấy một cách đặc biệt nhiều mối liên hệ khác nhau giữa cha mẹ và con cái.

Hai mẹ con người kia có một tình mẫu tử rất khắn khít: Họ đã là hai mẹ con trong kiếp trước. Hai cha con người kia cũng có một tình phụ tử nồng nàn: Trong một kiếp trước họ đã là hai anh em trong một gia đình. Một người mẹ không hạp với con gái của bà: Họ chưa từng có sự liên hệ gì với nhau ở trong kiếp trước. Giữa một người con gái kia với người mẹ của cô ấy, chỉ có một sự dửng dưng lạnh nhạt; cuộc soi kiếp cho biết kiếp trước hai người là hai chị em ruột nhưng lại có một mối bất hòa trầm trọng: Hai người thường xung đột cãi

vả lẫn nhau, và vẫn chưa hòa thuận trở lại. Hai cha con người kia kiếp trước là hai vợ chồng. Một người mẹ và con gái thường xung đột lẫn nhau: Trong kiếp trước, họ là hai bạn gái tranh dành nhau một người đàn ông và tranh dành địa vị. Trong hai mẹ con, người con trai hay lấn át người mẹ: Trong kiếp trước, họ là hai cha con, với sự liên hệ gia đình trái ngược lại.

Những trường hợp đó chỉ rằng sự hấp dẫn của con cái đến với cha mẹ là do bởi sự hành động của nhiều nguyên tắc. Những nguyên tắc đó đều ẩn dấu đối với cặp mắt phàm của chúng ta. Những hồ sơ Cayce giúp cho ta có những tài liệu suy gẫm, nhưng không có đầy đủ chi tiết để cho ta có thể dịch ra thành một định luật nhất định.

Theo luật hấp dẫn, những người đồng thanh khí và giống nhau về tâm tình tánh chất thường rút lại gần nhau. Nhưng đồng thời, vì những lý do nhân quả, những kẻ thù nghịch cạnh tranh nhau và tâm tính tánh chất đối chọi nhau thường cũng hay rút lại gần nhau. Một thí dụ điển hình là trường hợp một đứa trẻ được ông Cayce soi kiếp khi mới lên năm tuổi. Cuộc soi kiếp cho biết những đặc tính của đứa trẻ là thói ích kỷ, sự thờ ơ lãnh đạm và ngoan cố không chịu phục thiện khi y có lỗi. Y có những khả năng tiềm tàng của một nhà khảo cứu khoa học. Trong một kiếp trước, y là một nhà sưu tầm về tiềm lực của hơi nước như là một khí cụ sản xuất tinh lực. Ở một kiếp trước, y là một chuyên viên hóa học chế tạo các loại chất nổ; trong kiếp trước nữa y là một chuyên viên ngành cơ khí; và đi lùi về dĩ vãng một kiếp nữa; người ta thấy y là một kỹ sư điện khí ở châu Atlantide. Bốn kiếp dành cho sự hoạt động tích cực về ngành khoa học thực

dụng đã làm cho đương sự hoạt động tích cực về ngành khoa học thực dụng, đã làm cho đương sự phát triển những khả năng đặc biệt, nhưng y lại quá thiên về giá trị của khoa học vật chất mà khinh rẻ giá trị của tình thương, đức tính mỹ lệ, và sự hợp nhất tâm linh của vạn vật.

Bởi đó, y có một thái độ thản nhiên lạnh lùng đối với người chung quanh. Cuộc soi kiếp còn cho biết rằng đứa trẻ ấy sẽ thành công vẻ vang trong kiếp này nếu nó theo đuổi ngành kỹ thuật điện khí, hay cơ khí dùng sức mạnh của hơi nước, và gồm một công việc có dùng đến sự tính toán bằng phép đại số. Lời tiên tri đã tỏ ra hoàn toàn đúng. Đứa trẻ ấy bây giờ đã trở nên một viên kỹ sư điện khí và những điểm chính trong tánh tình của y đều giống y như cuộc soi kiếp đã tiết lộ, tuy rằng y đã có một sự thay đổi tánh tình nhờ ảnh hưởng của hoàn cảnh gia đình trong kiếp hiện tại.

Nếu nói rằng theo luật đồng khí tương cầu, những người giống nhau sẽ rút lại gần nhau, thì trong trường hợp này có lẽ đứa trẻ đã sinh ra trong một gia đình

khoa học trí thức, mà người cha có lẽ là một kỹ sư và người mẹ là một giáo sư toán pháp ở một trường Đại Học chẳng hạn. Nhưng trái lại, y lại sinh ra trong một gia đình gồm những người nuôi lý tưởng vị tha, không có óc hoạt động thực tế. Người cha có óc tín ngưỡng tôn giáo và thích hoạt động xã hội; người mẹ tuy rằng xã giao hơi kém, nhưng có khuynh hướng hoạt động xã hội do ảnh hưởng của người cha. Người anh cả của đứa trẻ cũng là một người có lý tưởng vị tha, và sự hoạt động chính của y trong đời là giúp đỡ kẻ khác.

Xét về bề ngoài, thì sự đầu thai của một đứa trẻ như thế trong gia đình kể trên không thể nói là do nhân quả gây nên. Tuy nhiên, dường như có một nguyên tắc sửa đổi, chấn chỉnh những điều thiên lệch để đem lại sự thăng bằng trong tâm tính của một con người. Có thể rằng linh hồn đứa trẻ đã nhận thấy sự khuyết điểm của mình và đã chọn lựa đầu thai vào một gia đình có lý tưởng vị tha giúp đời, để cho y có cơ hội phát triển khía cạnh vị tha bác ái trong tâm tính của y.

Trong kiếp hiện tại, đứa trẻ luôn luôn có dịp tiếp xúc với những người mà mục đích chính trong đời là phụng sự kẻ khác. Óc thực tế của y thường ảnh hưởng đến những người khác trong gia đình một cách lành mạnh, trái lại, lý tưởng vị tha của họ hằng ngày đều nhắc nhở cho y biết rằng ngoài ra những giá trị thực tế và vật chất của cuộc đời, còn có những giá trị đạo đức tâm linh. Tuy rằng kinh nghiệm đó không đem đến một sự thay đổi hoàn toàn trong cái giá trị căn bản của cuộc đời y là khoa học thực dụng, nhưng nó đã ảnh hưởng đến con người của y bằng cách làm cho y trở nên bớt ích kỷ khô khan và trở nên cởi mở hồn nhiên hơn về mặt giao tế ngoài xã hội.

Như thế, việc chọn lựa hoàn cảnh để đầu thai dường như đã đạt được mục đích sửa đổi tâm tính và cuộc đời của y ít nhất là một phần nào. Những tài liệu hồ sơ Cayce chứng minh một cách đầy đủ rằng những linh hồn sắp sửa tái sinh trở lại cõi trần có ít nhiều tự do trong việc chọn lựa hoàn cảnh và gia đình nào họ muốn đầu thai. Có vài bằng chứng chỉ rằng đối với những linh hồn kém tiến hóa, thì sự tự do chọn lựa ấy có giới hạn, nhưng nói chung thì sự lựa chọn cha mẹ để đầu thai dường như là một cái đặc

quyền của mỗi linh hồn. Người ta không dễ hiểu lý do tại sao một linh hồn lại cố tình chịu đầu thai vào một nhà ổ chuột tôi tăm trong ngõ hẻm, với những cha mẹ bần cùng khốn khó, một thể xác yếu đuối bệnh tật, và những hoàn cảnh bất lợi khác. Xét qua bề ngoài thì dường như một sự chọn lựa như thế có vẻ vô lý; nhưng nếu xét kỹ người ta thấy rằng điều ấy cũng có một lý do sâu xa: Có khi một linh hồn cố ý chọn lựa một hoàn cảnh xấu xa bất lợi để làm phương tiện lấy đà, hầu có nỗ lực cố gắng vượt qua mọi chướng ngại và chiến thắng nghịch cảnh.

Có một điều lạ là sự tự do chọn lựa ấy dường như là có một ảnh hưởng đến tỷ lệ chết yểu của trẻ con. Nói chung thì khi sinh ra, một linh hồn có thể thoáng thấy một phần nào cái viễn ảnh cuộc đời tương lai của mình ở thế gian, khi y chọn lựa cha mẹ của y và hoàn cảnh để đầu thai. Nhưng vì con người còn có quyền xử dụng ý chí, tự do nên luật Tự Nhiên khiến cho y không thể nào biết trước tất cả mọi việc xảy ra trong tương lai. Sau khi đã chọn lựa cha mẹ và sinh ra ở thế gian, một linh hồn có thể nhận thấy rằng những người làm cha mẹ của y không ứng đáp lại đúng như nguyện vọng của y. Bởi đó, cái mục đích của y nhắm khi đầu thai vào làm con trong gia đình ấy đã hỏng, vì y đã gặp phải những hoàn cảnh khác hẳn, nên linh hồn bèn không muốn sống nữa và tự ý rút lui.

Dưới đây là một trường hợp một thiếu phụ mà cuộc soi kiếp cho biết rằng trong một kiếp trước, nàng đã bị chết yểu. Kiếp này nàng đầu thai trở lại một gia đình nọ do bởi sự hấp dẫn của người mẹ, nhưng sau khi sinh ra nàng được ít lâu thì người cha bắt đầu say sưa chè chén, trở nên thô lỗ cộc cằn và đánh đập vợ con. Thất vọng vì cảnh gia đình ấy, linh hồn đứa trẻ bèn quyết định không sống nữa và sau một cơn đau ốm vặt thuộc về bịnh trẻ con, nàng bèn từ giả cõi trần để trở về chốn cũ! Cuộc soi kiếp cho biết rằng những sự "Rút lui" như thế là những hiện tượng rất thông thường. Nếu như vậy, thì sự chết yểu của trẻ con, ít nhất trong vài trường hợp, có thể ví dụ như sư rút lui âm thầm của một khán giả đi xem hát, bị thất vọng khi xem một màn đầu không được hấp dẫn, bèn lẳng lặng đứng dậy bỏ ra về. Trong vài trường hợp như trường hợp kể trên, một sự rút lui như thế có thể là do sự lỗi lầm của những người làm cha mẹ; nhưng trong những trường hợp khác, nó chỉ là do sự xét đoán sai lầm của linh hồn đầu thai.

Đôi khi, sự chết yểu của một đứa con vừa sinh ra có thể được coi như một kinh nghiệm đau khổ cần thiết cho những người làm cha mẹ. Đứa con chỉ sinh ra có một lúc ngắn ngủi với một tinh thần hy sinh, để đem lại cho một bài học đau khổ mà họ cần dùng, và nhờ đó họ sẽ có cơ hội tiến hóa về tinh thần.

Một điểm lý thú khác đã được xác nhận rõ ràng và nhiều lần trong những tập hồ sơ của Cayce, là lúc thụ thai không phải là lúc linh hồn của đứa trẻ nhập vào trong bụng người mẹ. Những cuộc soi kiếp thường khuyên các bà mẹ có mang hãy giữ gìn tư tưởng trong thời kỳ thai nghén, vì những tư tưởng của người mẹ có thể ảnh hưởng đến cái bào thai, và quyết định một phần nào về loại linh hồn nào sẽ đầu thai vào làm con họ.

Dưới đây là một đoạn vấn đáp trong tập hồ sơ Cayce về vấn đề này:

Hỏi: "Tôi phải có một thái độ tinh thần như thế nào trong những tháng sắp tới?"

Đáp: "Điều ấy tùy nơi loại linh hồn mà bà mong muốn sẽ đầu thai làm con bà. Nếu bà muốn con là nghệ sĩ, nhạc sĩ, bà hãy nghĩ đến âm nhạc, nghệ thuật và mỹ lệ. Bà muốn có con giỏi về máy móc chăng? Như vậy, bà hãy nghĩ đến cơ khí, hoặc làm lụng, hoạt động với các loại máy móc. Bà chớ tưởng rằng điều ấy không có ảnh hưởng gì! Đây là một điều mà các bà mẹ nên biết: Tâm trạng của một người mẹ trong khi thai nghén có ảnh hưởng rất nhiều đến tánh tình của đứa trẻ sẽ đầu thai vào làm con các bà."

Theo những tài liệu của ông Cayce thì linh hồn có thể nhập vào bào thai khi còn nằm trong bụng mẹ trước khi sinh ra, hoặc ít lâu sau khi sinh ra, hoặc ngay vừa lúc mới sinh ra. Có thể sau khi sinh ra đến hai mươi bốn giờ đồng hồ, linh hồn mới nhập vào thể xác đứa trẻ; và trong vài trường hợp, cũng có sự thay đổi vào giờ chót về linh hồn nào sẽ nhập vào. Điều này mới nghe qua thì dường như không đúng với thuyết Luân Hồi nếu người ta tin rằng một thể xác có thể sống mà không có linh hồn ngự trị bên trong; nhưng sự thật, điều ấy không phải là hoàn toàn vô lý. Những người Thông Thiên Học gọi thể xác là cái khí cụ của linh hồn.

Chúng ta hãy thử lấy thí dụ sau đây để giải thích vấn đề kể trên: Một chiếc xe hơi đã được chế tạo xong, giàn xe đã lắp xong xuôi, bộ đồ đèn lửa đã bắt cháy; chiếc xe đã bắt đầu quay máy và động cơ đã chạy, nhưng người lái xe vẫn chưa xuất hiện và chưa vào ngồi trong xe. Dùng thí dụ đó để so sánh thì ta có thể quan niệm rằng khi hài nhi vừa sinh ra, thể xác của nó đã được cấu tạo đầy đủ, những bộ phận trong cơ thể đã hoạt động, mặc dầu linh hồn của đứa trẻ vẫn chưa nhập vào thể xác.

Lẽ tự nhiên, sự lý luận bằng cách so sánh không phải là luôn luôn vững chắc và xác đáng, nêu chúng ta phải dùng cách lý luận đó là vì trong những cuộc soi kiếp của ông Cayce, chúng ta luôn luôn gặp phải những điều lạ lùng như đã kể trên; và bởi vì sự hiểu biết của chúng ta về sự bí ẩn của đời người hãy còn thô thiển và thiếu sót để có thể giải thích một cách xác đáng theo phương pháp khoa học. Có người đưa ra cho ông Cayce câu hỏi này: "Cái gì làm cho thể xác đứa trẻ sống lại được, trước khi linh hồn nhập vào?" Câu trả lời có vẻ bí hiểm, nếu không nói là mơ màng và khó hiểu: "Đó là cái tinh thần. Vì tinh thần là nguồn gốc của vật chất, và đó chính là Thượng Đế vậy."

Về điểm này và nhiều điểm khác nữa, người ta cần có những cuộc sưu tầm bằng khả năng khiếu Thần Nhãn. Sự sinh sản không phải là một sự tình cờ, và việc một đứa trẻ lọt lòng mẹ để chào đời không phải là một điều giản dị như người ta có thể tưởng. Về vấn đề này cũng như bao nhiêu vấn đề khác trên địa hạt nhân sinh, những cuộc soi kiếp của ông Cayce đã tỏ ra vô cùng lý thú và hữu ích vì nó hé mở những chân trời mới lạ để dìu dắt những cuộc sưu tầm khảo cứu của người đời nay...

Vài nét về ông Edgar Cayce - Edgar Cayce sanh Ngày 18 Tháng 3 năm 1877 tại một nông trại gần Hopkinsville, Kentucky. Thuở còn nhỏ Cayce đã chứng tỏ có trực giác thần thông. Năm lên 6, Cayce cho cha mẹ biết có thể nói chuyện với những người họ hàng mới chết. Gục đầu ngủ trên cuốn sách, lúc thức dậy Cayce có thể nhớ trọn vẹn nội dung cuốn sách. Hết lớp bẩy, Cayce bỏ học và bước vào đời. Năm 21 tuổi, Cayce bị chứng sưng yết hầu làm mất giọng nói. Các bác sĩ điều trị không ai tìm được nguyên nhân căn

bệnh. Cayce đã nhờ một người bạn giúp ông vào trạng thái thôi miên (trước khi còn đi học, ông vẫn hay áp dụng). Người bạn đã giúp ông. Trong trạng thái thôi miên ông đã nói rõ ràng và đi thẳng ngay vào bệnh trạng của ông. Ông cho biết phải dùng đến thuốc gì và phải điều trị như thế nào. Nhờ đó ông đã tự chữa được hết bệnh đau cổ họng mất tiếng...

Ngày 3 Tháng Giêng năm 1945 Edgar Cayce từ trần tại Virginia Beach, để lại trên 14000 tài liệu tốc kỷ của hơn 6000 người thuộc mọi tầng lớp xã hội trong thời gian 43 năm qua... ---ooOOoo--- Karma - Nghiệp báo - Nghiệp dịch từ chữ Pali kamma, chữ Sanskrit là karma, phiên âm thành kiết-na; sách Anh, Pháp giữ nguyên chữ karma.

Nghiệp là "hành động" có ý thức - chứ không phải vô tình - của thân, khẩu và ý. Có ba nghiệp là: thân nghiệp, khẩu nghiệp và ý nghiệp, trong ba thứ này thì ý nghiệp nặng nhất. Đức Phật đã dạy: "Này các thày Tỳ-kheo, Như Lai nói rằng tác ý là nghiệp". Tác ý là ý muốn làm, muốn hành động. Cái gì thúc đẩy tác ý? Đó là ái dục. Ái dục gốc ở vô minh, còn vô minh, còn ái dục, còn ham sống thì thân khẩu ý đều gây ra nghiệp. Chư Phật và Chư Bồ-tát không gây nghiệp vì đã hết vô minh, thân, khẩu, ý đã thanh tịnh hoàn toàn.

Thế nào là nghiệp nhân và nghiệp quả? Mỗi khi có một hành động có ý thức bằng thân khẩu ý thì đó là nghiệp nhân, nó vô hình và được chứa trong cái kho vô hình gọi là tạng thức (tên khác là thức thứ tám hay a-lại-da-thức-Tạng nghĩa là kho). Chúng là những chủng tử, gặp đủ duyên thì chín muồi, tạo ra

nghiệp quả bằng thân khẩu ý. Nghiệp quả này lại tạo ra nhân gieo vào a-lại-da-thức...cứ thế mãi, theo đúng luật nhân quả. Như đã nói trên, thời gian từ nhân đến quả có thể mau hay chậm, cho nên nghiệp quả không phải dễ nhận thấy, vì không dễ nhận thấy nên lắm người không sợ, cứ tạo nghiệp hoài. Họ nghĩ rằng luật nhân quả nghiệp báo là do đạo Phật đặt ra, họ không theo đạo Phật nên không quan tâm; sự thật thì luật nhân quả là một định luật phổ biến trong trời đất, ai ai cũng bị nó chi phối hết.

Nghiệp - Một cách hiểu giản dị về chữ nghiệp (Karma) trong Phật giáo. Theo giáo lý Tứ Thánh đế của Phật giáo, nguyên nhân của sinh tử luân hồi chính là ba độc: tham, sân, si. Ba độc này có mặt trong tất cả các loài hữu tình: con người, thú vật và cả những chúng sinh trong các cảnh giới mà con người không nhận biết được.

Tất cả chúng sinh đều giống nhau về phương diện này. Tuy nhiên cũng có rất nhiều sự khác nhau giữa cùng một loại chúng sinh và giữa các loại chúng sinh khác nhau. Ví dụ, một số người trong chúng ta rất giàu có còn một số người khác thì ngược lại; một số người thì khỏe mạnh trong khi những người khác thì thường đau ốm, tật bệnh v.v...Giữa con người và thú vật thì sự khác biệt lại rất rõ ràng. Những sự khác biệt này chính là kết quả của nghiệp (karma).

Nghiệp giải thích tại sao một số người thì may mắn và một số khác thì không, một số người thì hạnh phúc trong khi nhiều người khác phải đau khổ, bất hạnh. Đức Phật nhấn mạnh rằng, nghiệp giải thích cho sự khác nhau giữa các chúng sinh. Trong đêm đạt đến giác ngộ tối thượng, lúc chứng Thiên nhãn minh (sinh tử thú trí), Đức Phật đã

hiểu được rất rõ nghiệp tác động như thế nào đến sự tái sinh của các chúng sinh và chúng sinh chuyển sinh từ cõi lành sang cõi xấu và từ cõi xấu sang cõi lành như thế nào tùy theo nghiệp của họ. Do đó, chính nghiệp quyết định sự tái sinh trong các cảnh giới khác nhau của chúng sinh.

Chúng ta vừa bàn qua về chức năng của nghiệp. Bây giờ chúng ta hãy xét kỹ xem nghiệp là gì. Trước hết, chúng ta hãy phân tích những gì không phải là nghiệp. Nhiều người thường hiểu lầm về ý nghĩa của chữ nghiệp, đặc biệt là trong cách dùng hàng ngày của từ này: chúng ta thường bắt gặp nhiều người chấp nhận một tình huống nào đó rồi lợi dụng chữ nghiệp để nhấn mạnh sự chấp nhận ấy. Khi chúng ta hiểu chữ nghiệp như vậy, thì nghiệp trở thành một phương tiện để trốn chạy thực tế và nó chứa nhiều đặc tính của một niềm tin về số phận hay tiền định. Nhưng, đó không phải là nghĩa đúng đắn của chữ nghiệp. Có lẽ sự hiểu lầm này đã đưa đến một kết quả là niềm tin vào số phận có trong mọi nền văn hóa. Vì niềm tin phổ thông ấy mà khái niệm về nghiệp

thường bị nhầm lẫn với khái niệm về số phận hay tiền định. Nhưng nghiệp không phải như thế.

Nếu nghiệp không phải là số phận hay tiền định thì quả thật nó là gì? Chữ “nghiệp” nguyên nghĩa là “hành động” - hành động tạo tác một việc này hay một việc nào đó. Như vậy, rõ ràng, “nghiệp” không có nghĩa là số phận mà nó là một hành động có tính chất biến động. Tuy nhiên, “nghiệp” không phải là một hành động vô thức, không tác ý mà ngược lại “nghiệp” mang tính chủ động, có ý thức, được điều động bởi một ý chí, hay ý muốn.

Một hành động có tác ý có thể làm cho hoàn cảnh của chúng ta tốt hơn hay xấu đi bởi vì mỗi hành động đều có một tác dụng hay một kết quả. Điều này thực sự đúng về mặt vật lý như nhà vật lý học Newton đã chứng minh là mỗi hành động đều phải có một phản ứng tương ứng ngược trở lại. Chính vì lý do này mà Phật tử thường nói về một hành động có tác ý là kết quả của nó hơn là nói về số phận hay tiền định - và họ gọi đó là quy luật nhân quả hay nghiệp báo.

Ở mức cơ bản nhất, quy luật nhân quả dạy rằng một loại hành động sẽ dẫn đến một kết quả tương ứng. Ví dụ trồng cam sẽ được cam, trồng xoài được xoài. “Gieo nhân gì, gặt quả ấy” (As you sow, so shall you reap): tùy theo tính chất của hành động, chúng ta sẽ nhận lấy quả báo tương ứng. Tương tự, nếu chúng ta có một hành động thiện chí thì sớm muộn sẽ gặt hái một quả thiện; nếu thực hiện một hành động bất thiện thì sẽ gặt hái một kết quả xấu ác. Trên cơ sở này, chữ “nghiệp” có thể được phân thành hai loại là "thiện nghiệp" và “bất thiện nghiệp”. Tuy nhiên, để tránh hiểu lầm hai danh từ này, chúng ta nên tìm hiểu nghĩa gốc của chúng. “Thiện nghiệp” có gốc Pali là kusala và “bất thiện” có gốc Pali là akusala. “Kusala” nghĩa là “thông minh” hay “khéo léo” và “akusala” nghĩa là “không thông minh” hay “không khéo léo”. Hiểu được như vậy, chúng ta sẽ biết được những từ này được dùng trong Phật giáo với nghĩa “thông minh” - “không thông minh”; “khéo léo” - “không khéo léo”, “thiện” - “bất thiện” hơn là với

nghĩa “tốt” - “xấu”.

Thế nào là một hành động thiện? Những hành động được gọi là thiện khi chúng có ích cho tự thân và tha nhân, trong hiện tại và trong cả tương lai; do vậy, chúng không xuất phát từ động cơ là tham, sân, si mà được thúc đẩy bởi trí tuệ, từ bi, hỷ xả, ly tham...

Làm thế nào chúng ta có thể biết rằng một hành động thiện sẽ đưa đến hạnh phúc và hành động bất thiện đưa đến khổ đau? Câu trả lời là phải chờ đợi ở

thời gian. Đức Phật cũng từng dạy rằng chừng nào mà một hành động bất thiện chưa đưa đến quả xấu thì người si mê vẫn cho rằng hành động ấy là tốt; nhưng khi quả xấu đã xảy ra thì người ấy mới nhận ra rằng đó là một hành động bất thiện. Cũng vậy, đối với một hành động thiện, chúng ta cần phán xét hành động là thiện hay bất thiện phải dựa trên hậu quả cuối cùng của hành động ấy và rất đơn giản là hành động thiện thì đem lại hạnh phúc cho mình và người, hành động bất thiện thì gây khổ đau cho mình và người trong hiện tại và cả tương lai.

Có ba loại hành động bất thiện của thân, bốn loại của miệng và ba loại của ý. Ba loại hành động bất thiện của thân là: sát sinh, trộm cắp, tà dâm. Bốn loại hành động bất thiện của miệng là: nói dối, nói hai lưỡi, nói thô ác, nói mị ngữ (chua ngoa, trau chuốt...). Ba loại của ý là: tham, sân, si. Bằng cách tránh né những hành động bất thiện này, chúng ta có thể tránh né các kết quả tai hại của chúng.

Kết quả tất nhiên của các hành động bất thiện là khổ đau, tuy vậy, kết quả ấy cũng rất sai khác. Kết quả nặng nhất của bất thiện nghiệp là tái sinh ở các cõi dữ, cõi thấp như địa ngục, ngạ quỷ, súc sinh. Nếu sức mạnh của nghiệp không đủ để tái sinh trong các cảnh giới này thì kết quả sẽ là sự bất hạnh dù vẫn được sinh làm người. Bây giờ chúng ta hãy thử tìm hiểu một số nhân quả tương ứng. Chẳng hạn, nếu chúng ta quen hành động bởi động cơ là ác ý hay sân hận, như giết hại sinh mạng các loài khác, chúng ta sẽ bị sinh vào địa ngục và ở đó chúng ta sẽ bị hành hạ, bị giết hại trở lại. Nếu nghiệp sát sinh là không thường xuyên thì kết quả là chúng ta phải chịu chết yểu dù được sinh làm người. Ngoài ra, loại nghiệp này có thể đưa đến kết quả là thân thuộc ly tán, thường hay sợ hãi, khiếp hãi kinh hoàng...Trong trường hợp này, chúng ta có thể thấy rất rõ là kết quả vốn rất giống với nguyên nhân. Sát sinh nghĩa là làm cho loài khác phải sớm mất mạng, xa lìa quyến thuộc...nên nếu chúng ta sát sinh thì chúng ta sẽ nhận chịu những hậu quả tương tự.

Cũng vậy, trộm cắp được thúc đẩy bởi lòng tham lam và kết quả là sẽ tái sinh vào loài ngạ quỷ - nơi đó chúng ta bị tước đoạt những gì mình ưa thích và thậm chí không có nhà cửa trú ngụ và thức ăn sinh sống. Và nếu trộm cắp không đưa đến tái sinh trong loài ngạ quỷ thì nó sẽ đưa đến kết quả nghèo hèn, sống lệ thuộc người khác, bần cùng, đói khát...trong loài người. Và tương tự như vậy đối với các ác nghiệp còn lại.

Như vậy, các bất thiện nghiệp sẽ đưa đến nhiều hình thức khổ đau khác nhau và các thiện nghiệp sẽ đưa đến nhiều kết quả hạnh phúc khác nhau. Chúng ta

có thể phân thiện nghiệp theo hai khía cạnh: tiêu cực và tích cực - những người chỉ đơn giản tránh các bất thiện nghiệp và những người không những tránh các bất thiện nghiệp mà còn siêng thực hành các thiện nghiệp như bố thí, trì giới, giúp đỡ người khác, hoan hỷ tán thán công đức của người khác, nghe pháp, giảng pháp, sửa đổi tà kiến cho người khác...

Ở đây, lại một lần nữa, hậu quả của hành động tương ứng với nguyên nhân của chúng. Chẳng hạn, nếu siêng năng bố thí thì sẽ được giàu có; siêng nghe pháp thì sẽ phát triển trí tuệ... Kết quả của hành động có cùng tính chất với hành động - trong trường hợp này, tính chất ấy là thiện hay lợi lạc.

Nghiệp, dù thiện hay bất thiện đều được xác định bởi những điều kiện và hoàn cảnh trong đó chúng được tạo tác. Nói cách khác, sức mạnh của nghiệp còn tùy thuộc vào các yếu tố tạo nên nghiệp. Yếu tố tạo nên nghiệp liên quan đến chủ thể tạo nghiệp và liên quan đến đối tượng do đó mà nghiệp được thực hiện. Ví dụ, trong nghiệp sát, chúng ta có thể tìm thấy có năm yếu tố để nghiệp thành tựu: a) Sinh vật còn sống, b) Có ý thức (có biết) về sự hiện hữu của một sinh vật đang sống, c) Có ý định giết sinh vật ấy, d) Nỗ lực hay thực hiện hành động sát hại ấy, e) Sinh vật ấy chết. Ở đây chúng ta có thể thấy rõ những yếu tố liên quan đến chủ thể hành động: ý thức về sự hiện hữu của một sinh vật; ý định giết và hành động giết và những yếu tố liên quan đến đối tượng của hành động: sự hiện hữu của sinh vật và cái chết của sinh vật ấy.

Tương tự như vậy, có năm yếu tố tạo nên sức mạnh của nghiệp: i) Sự thường xuyên hay lặp đi lặp lại, ii) Cố ý, iii) Không hối hận, iv) Loại đối tượng, v) Sự mang ơn (đối với đối tượng của hành động). Năm yếu tố này cũng được phân chia thành hai loại: liên quan đến chủ thể hành động và liên quan đến đối tượng của hành động. Liên quan đến chủ thể là những hành động thường xuyên hay lặp đi lặp lại; những hành động cố ý và có quyết tâm và những hành động được thực hiện không có hối hận về sau. Nếu chúng ta thực hiện một bất thiện nghiệp lặp đi lặp lại nhiều lần, có quyết tâm và cố tình, không ân hận về sau thì sức mạnh của nghiệp sẽ gia tăng. Liên quan đến đối tượng là loại đối tượng - tức là nếu chúng ta thể hiện một hành động thiện hay bất thiện đối với một vị A la hán hay một Đức Phật thì sức mạnh hay giá trị của nghiệp sẽ gia tăng và ngược lại. Sức mạnh của nghiệp cũng lớn mạnh nếu đối tượng của hành động là những người chúng ta mang ân nặng như cha mẹ, thầy cô và bạn hữu...

Những yếu tố liên quan đến chủ thể và đối tượng của hành động xác định được sức mạnh của nghiệp. Đây là điều quan trọng để giúp chúng ta nhận ra rằng

nghiệp không chỉ là vấn đề thiện hay ác, xấu hay tốt. Nghiệp dĩ nhiên là một hành động có tác ý và là trách nhiệm đạo đức nhưng sự hoạt động của nghiệp rất tinh tế và công bằng tạo nên sự phù hợp đúng đắn và tự nhiên giữa nhân và quả.

Kết quả của nghiệp có thể biểu hiện trong một thời gian ngắn hay trong một thời gian dài. Thông thường nghiệp được chia thành ba loại xác định theo lượng thời gian cần thiết để kết quả của nghiệp tự biểu hiện: trong đời này, trong đời sau hay trong nhiều đời sau nữa.

Khi kết quả của nghiệp biểu hiện ngay trong đời này, mỗi chúng ta đều có thể nhận thấy chúng trong một thời gian tương đối ngắn. Ví dụ, nếu một người không chịu học tập, trở nên say sưa nghiện ngập rồi trộm cướp để thoả mãn những thói quen nguy hại của mình thì hậu quả của nghiệp sẽ biểu hiện trong một thời gian rất ngắn: không có công ăn việc làm, bạn hữu xa lánh, sức khỏe suy giảm, bệnh hoạn...

Mặc dù chúng ta không thể nhìn thấy được hậu quả của nghiệp thể hiện trong thời gian dài nhưng Đức Phật và các vị đệ tử của Ngài, nhờ sức mạnh của thiền định, có thể nhận biết được nguyên nhân của nghiệp. Chẳng hạn khi ngài Mục Kiền Liên bị bọn cướp tấn công cho đến chết, Đức Phật đã nhận thấy đó là hậu quả của một nghiệp nhân mà Mục Kiền Liên đã tạo nhiều đời trước - lúc ấy ngài đã đem người cha già vào rừng, đánh chết rồi trở về báo rằng người cha đã bị kẻ cướp đánh chết. Nghiệp nhân này dù đã gieo trong nhiều đời trước nhưng đến cuộc đời này của ngài mới biểu hiện.

Khi tử thần đến, chúng ta phải bỏ lại mọi thứ sau lưng - tài sản và những người thân yêu - tuy nhiên nghiệp lực thì theo ta như bóng theo hình. Đức Phật dạy rằng không có nơi nào dù trên trời hay dưới đất có thể trốn tránh được nghiệp lực.

Ngoài hai loại nghiệp thiện và bất thiện còn có một loại nghiệp trung tính. Loại nghiệp này được thực hiện một cách vô tình, không chú ý, ví dụ như khi đi, đứng, ngủ, thở...Nếu bạn dẫm lên một côn trùng nào đó khi bạn hoàn toàn không ý thức về sự hiện hữu của nó thì loại hành động này được xem là nghiệp trung tính không mang lại nghiệp quả vì yếu tố quan trọng bậc nhất là ý thức đã không có mặt trong hành động ấy.

Sự hiểu rõ về quy luật của nghiệp đem lại lợi ích rất rõ ràng. Sự hiểu biết ấy giúp chúng ta tránh thực hiện các bất thiện nghiệp vì biết chắc chúng sẽ đem

lại đau khổ cho mình và người và vì không ai muốn nhận chịu đau khổ. Cũng vậy, chúng ta sẽ nỗ lực hành thiện vì biết chúng sẽ đem lại nhiều hạnh phúc cho mình và người. Đây là lý do chúng ta cần tìm hiểu một vài nét căn bản về nghiệp vậy. (Nguyên Hạnh dịch - Quảng Tuệ Dung Sưu Tầm)

Lý Nhân Quả - Một trong các định luật của vũ trụ là lý nhân quả.

Đức Phật không đặt ra các định luật này, Ngài nhờ đại trí tuệ mà khám phá ra các định luật đó.

Nói đơn giản thì mỗi khi có một nguyên nhân tác động thì có kết quả kèm theo. Thí dụ gõ vào chuông thì có tiếng chuông.

Sự thật lý nhân quả phức tạp hơn nhiều. Ta nên tìm hiểu kỹ hơn:

a. Nhân phải có duyên kèm theo thì mới sinh quả được. Hạt lúa để trên hòn gạch sẽ không sinh ra cây lúa. Hạt lúa cần các duyên như độ ẩm, ánh sáng, công chăm sóc v.v...mới sinh ra cây lúa được.

b. Nhân nào sẽ tạo quả đó. “Trồng dưa thì được dưa, trồng đậu sẽ được đậu”. Làm lành sẽ hưởng quả lành, làm ác sẽ hái quả ác, chắc chắn như vậy.

c. Trong nhân có sẵn mầm để sinh quả và tiếp theo đó cái quả ấy sẽ đứng làm nhân để sinh ra quả khác, cứ thế mãi. . .

d. Thời gian để nhân sinh quả thay đổi tùy trường hợp. Gõ chuông, tức khắc có tiếng; gieo mạ phải đợi ba bốn tháng mới gặt lúa. Có khi đời này tạo nhân, mấy đời sau mới chịu quả báo.

Lý nhân quả áp dụng vào đời người đưa đến quan niệm về nghiệp báo và luân hồi. Thân, khẩu, ý tạo ra thân nghiệp, khẩu nghiệp, ý nghiệp (tam nghiệp). Nói chung là nghiệp, đó là cái nhân. Chắc chắn sẽ có quả báo. Nghiệp lực tuy vô hình nhưng rất mạnh, nó lôi cuốn chúng sinh thọ quả báo. Thọ quả báo rồi, lại gây nghiệp mới, cứ như vậy mãi. Cho nên sống chết, chết sống, kiếp này xong tiếp đến kiếp khác. Đó là luân hồi. Giảng về luân hồi, đức Phật dùng thuyết thập nhị nhân duyên.

Hiểu lý nhân quả, nghiệp báo, người ta sẽ hiểu rằng chính mình chịu trách nhiệm về những gì mình đã làm, đã nói và đã nghĩ. Vui, buồn, sướng, khổ chỉ

là quả báo của các nghiệp nhân từ các kiếp trước và kiếp này tích lũy lại mà thôi.

Để thoát khỏi vòng luân hồi thì phải tu giải thoát, giải thoát khỏi nghiệp sinh tử, giải thoát bằng cách chặt đứt vòng xích 12 nhân duyên, tức là phá vỡ vô- minh đạt giác ngộ.

Chúng ta có thể tạm thí dụ tạng thức là một thửa ruộng, nếu gieo hạt thiện thì sẽ có quả thiện; ngược lại gieo hạt ác thì sẽ hái quả ác. Trên thực tế, thiện ác lẫn lộn nên quả cũng lẫn lộn, khác nhau là thiện nhiều hơn hay ác nhiều hơn và sự cố gắng tu hành của cá nhân để làm thui chột các nhân ác và tăng trưởng các nhân thiện.

Sức mạnh của nghiệp gọi là nghiệp lực. Nghiệp lực vô hình nhưng rất mạnh, khó có thể cưỡng lại nó được. Thí dụ một người mê bài bạc, thói quen của hành động đánh bạc là một nghiệp, nghiệp lực thúc đẩy người đó mãnh liệt như thế nào, chúng ta đã biết, ai cũng đã nghe câu nói “cửa nhà bán hết cho chân vào cùm”...Hơn nữa nghiệp lực lại rất dai dẳng vì nhân quả, quả nhân...cứ tiếp nối nhau mãi mãi. Nghe thế thì đáng sợ, nhưng cần nhớ rằng nghiệp lực sẽ hết tác dụng khi người ta được giác ngộ và giải thoát. Theo thời gian mà xét thì có các loại nghiệp sau đây:

- hiện nghiệp: đời này tạo nghiệp, đời này lãnh quả, - sinh nghiệp: đời này tạo nghiệp, đời sau lãnh quả, - hậu nghiệp: đời này tạo nghiệp, nhiều đời sau mới lãnh quả, - bất định nghiệp: quả báo xảy ra không biết lúc nào.

Theo tính chất mà xét thì có các loại nghiệp sau này:

- tích lũy nghiệp: nghiệp từ nhiều đời trước tích lũy lại, - tập quán nghiệp: nghiệp tạo trong đời này do thói quen, - trọng nghiệp: nghiệp nặng hơn các nghiệp khác (như giết cha mẹ...) - cận tử nghiệp: nghiệp lúc gần chết, rất mạnh, ảnh hưởng đến việc tái sinh.

Thông thường, nghe nói đến nghiệp, chúng ta có khuynh hướng nghĩ đến nghiệp xấu, có vẻ sờ sợ; thật ra có nghiệp dữ, có nghiệp lành. Dù có gặp nghiệp dữ thì vẫn có thể cải nghiệp được: tạo nghiệp lành để át nghiệp dữ, vì thế mới

có câu “đức năng thắng số”, điều này nói lên tính cách tích cực của đạo Phật, không chấp nhận số mạng mà chỉ nói về nghiệp và con người có thể cải nghiệp của mình, cái đó là do mình.

Khi người ta chết, ngũ uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành, thức) tan rã, tứ đại (đất, nước, gió, lửa) phân ly. Nhưng nghiệp vô hình thì còn, nó chứa lòng tham sống và lòng ái dục; hai thứ này là nguyên nhân của các hành động thân khẩu ý lúc sống và kết quả vẫn là tham sống và ái dục. Nghiệp chứa trong kho a- lại-da. Nghiệp lực đẩy a-lại-da đi tìm một “thân” khác để tiếp tục sống và ái dục, thế là “tái sinh” mà người ta gọi là “đầu thai”. Gọi cái a-lại-da đó là thần thức hay linh hồn không quan trọng lắm, nhưng phải nhấn thật mạnh rằng cái đó không bất biến, không trường tồn.

Kết luận: Nghiệp là động lực của dòng sinh mạng từ kiếp này sang kiếp khác. Sống là đợt sóng nhô lên, chết là đợt sóng hụp xuống, sinh tử, tử sinh, đó là vòng luân hồi vậy.

Differences Caused by Kamma

The law of kamma is central to Buddhist thinking, so every Buddhist should have a sound knowledge of it. On the surface it seems simple - good actions give good results, bad actions give bad results - but the workings of kamma are very complex and extend over countless lives. If the workings of kamma were obvious, we would easily avoid unskillful actions and do only skilful ones. During the time of the Buddha, a Brahman millionaire named Todeyya did not believe in giving charity. He held the view: "If you give, you become poor; so don't practice charity. After his death he was reborn as a dog in his own house. When the Buddha went to that house, the dog barked at him, and the Buddha said: "Todeyya! You showed disrespect when you were a human being, and you show disrespect again by barking at me. You will be reborn in hell." The dog thought, "The recluse Gotama knows me," and he was so upset that he went to lay down on a heap of ashes. Seeing the dog on the heap of ashes, Subha was worried. His servants told him that the Buddha had said something to the dog, so he went to the Buddha who told him what had happened. Subha thought, "The Brahmans say that my father has been reborn as a Brahma, but Gotama says that he has been reborn as a dog. He just says whatever he likes." So he was displeased. The Buddha asked Subha if any of the family's wealth had not been disclosed by his father. Subha replied that a lot of money was missing. The Buddha told him to feed the dog well and then

ask him where the money was. Subha did as the Buddha said, hoping to disprove him. The dog took him to the buried money, so Subha gained faith in the Buddha. Subha later asked the Buddha about the differences between individuals. Why do some people live for a long time, while others are short lived? Why are some people often sick, while others are healthy? Why are some ugly, while others are beautiful? Why do some have few friends, while others have many? Why are some rich while others are poor? Why are some born in favorable circumstances while others are not? And why are some intelligent, while others are ignorant? The Buddha replied, "Brahmin youth! Beings are owners of their kamma, heirs of their kamma, have kamma as their seed,

their relatives, and their refuge. It is kamma that separates beings into good and bad conditions." Subha did not understand this short answer, so the Buddha explained in greater detail.

Those who kill others and approve of killing are reborn in the four lower realms (animals, ghosts, demons, and hell) after death. When they are reborn again as human beings, their lives are short. Those who abstain from killing, and have compassion for living beings, are reborn in the celestial realms. When they are reborn again as human beings, they enjoy long lives.

The Buddha then explained about sickness and health. Some people hurt other beings; they enjoy inflicting pain. Due to that kamma, they are reborn in the four lower realms. When they are reborn again as human beings, they are often sick or accident-prone. Those who do not hurt others are reborn in celestial realms. When they are reborn again as human beings, they are healthy.

Why are some people ugly, while others are beautiful? The Buddha explained that some people become angry very easily. Due to anger, they are reborn in the four lower realms. When they are reborn again as human beings, they are ugly. Others do not get angry easily, and have goodwill towards others. They are reborn in celestial realms. When reborn as human beings, they are beautiful.

Some people are jealous. Because of jealousy, they are reborn in the four lower realms. When they are reborn again as human beings, they have few friends. Those who are not jealous are reborn in celestial realms. When they are reborn again as human beings, they have many friends.

Some people are mean, and do not want to give or share anything. Because of meanness they are reborn in the four lower realms. When they are reborn as

human beings, they are poor. Those who are generous and unselfish become wealthy.

Some people are proud, and contemptuous of others. Due to this pride they are reborn in the four lower realms. When they are reborn again as human beings, they are born in lowly circumstances. Those who have humility, are reborn in celestial realms. When reborn again as human beings, they are born in fortunate circumstances.

Some people have no desire for knowledge, and do not ask questions to learn about skilful behavior. Lacking knowledge they do many wrong actions and are reborn in the four lower realms. When eventually reborn as human beings, they are ignorant. Those who are inquisitive, and ask wise questions are reborn in celestial realms. When they are reborn again as human beings, they are intelligent. So ask appropriate questions whenever you meet a learned person. Make a thorough investigation about every important matter, especially about the Dhamma.

Kamma means any intentional action done by body, speech, or mind. It is the inner intention that the Buddha called kamma, not the outward deed. So to understand kamma properly we must examine our motivation. When we do any good deeds, such

as giving charity, if we hope for good results this will affect the result of our action. The Visuddhimagga says: "A deed undertaken out of desire for fame is low. One undertaken with desire for the fruits of merit is moderate. One undertaken with the clear understanding that it is the custom of the Noble Ones is superior." So it is vital to cultivate insight to purify the mind of ulterior motives, otherwise even our good deeds will tend to prolong suffering in the cycle of existences, not to speak of bad deeds. (BY BHIKKHU PESALA) ---oOo---

What is Karma?

The Pali term Karma literally means action or doing. Any kind of intentional action whether mental, verbal, or physical, is regarded as Karma. It covers all that is included in the phrase "thought, word and deed". Generally speaking, all good and bad action constitutes Karma. In its ultimate sense Karma means all moral and immoral volition. Involuntary, unintentional or unconscious actions, though technically deeds, do not constitute Karma, because volition, the most important factor in determining Karma, is absent.

The Buddha says:

"I declare, O Bhikkhus, that volition is Karma. Having willed one acts by body, speech, and thought." (Anguttara Nikaya)

Every volitional action of individuals, save those of Buddhas and Arahants, is called Karma. The exception made in their case is because they are delivered from both good and evil; they have eradicated ignorance and craving, the roots of Karma.

"Destroyed are their germinal seeds (Khina bija); selfish desires no longer grow," states the Ratana Sutta of Sutta nipata.

This does not mean that the Buddha and Arahantas are passive. They are tirelessly active in working for the real well being and happiness of all. Their deeds ordinarily accepted as good or moral, lack creative power as regards themselves. Understanding things as they truly are, they have finally shattered their cosmic fetters – the chain of cause and effect.

Karma does not necessarily mean past actions. It embraces both past and present deeds. Hence in one sense, we are the result of what we were; we will be the result of what we are. In another sense, it should be added, we are not totally the result of what we were; we will not absolutely be the result of what we are. The present is no doubt the offspring of the past and is the present of the future, but the present is not always a true index of either the past or the future; so complex is the working of Karma.

It is this doctrine of Karma that the mother teaches her child when she says "Be good and you will be happy and we will love you; but if you are bad, you will be unhappy and we will not love you." In short, Karma is the law of cause and effect in the ethical realm.

Karma and Vipaka

Karma is action, and Vipaka, fruit or result, is its reaction.

Just as every object is accompanied by a shadow, even so every volitional activity is inevitably accompanied by its due effect. Karma is like potential seed: Vipaka could be likened to the fruit arising from the tree – the effect or result. Anisamsa and Adinaya are the leaves, flowers and so forth that

correspond to external differences such as health, sickness and poverty – these are inevitable consequences, which happen at the same time. Strictly speaking, both Karma and Vipaka pertain to the mind.

As Karma may be good or bad, so may Vipaka, - the fruit – is good or bad. As Karma is mental so Vipaka is mental (of the mind). It is experienced as happiness, bliss, unhappiness or misery, according to the nature of the Karma seed. Anisamsa are the concomitant advantages – material things such as prosperity, health and longevity. When Vipaka's concomitant material things are disadvantageous, they are known as Adinaya, full of wretchedness, and appear as poverty, ugliness, disease, short life-span and so forth.

As we sow, we reap somewhere and sometime, in his life or in a future birth. What we reap today is what we have sown either in the present or in the past.

The Samyutta Nikaya states:

"According to the seed that's sown,
So is the fruit you reap there from,
Doer of good will gather good,
Doer of evil, evil reaps,
Down is the seed and thou shalt taste
The fruit thereof."
Karma is a law in itself, which operates in its own field without the intervention of any external, independent ruling agency.

Happiness and misery, which are the common lot of humanity, are the inevitable effects of causes. From a Buddhist point of view, they are not rewards and punishments, assigned by a supernatural, omniscient ruling power to a soul that has done good or evil. Theists, who attempt to explain everything in this and temporal life and in the eternal future life, ignoring a past, believe in a 'postmortem' justice, and may regard present happiness and misery as blessings and curses conferred on His creation by an omniscient and omnipotent Divine Ruler who sits in heaven above controlling the destinies of the human race. Buddhism, which emphatically denies such an Almighty, All merciful God-Creator and an arbitrarily created immortal soul, believes in natural law and justice which cannot be suspended by either an Almighty God or an All-compassionate Buddha. According to this natural law, acts bear their

own rewards and punishments to the individual doer whether human justice finds out or not.

There are some who criticise thus: "So, you Buddhists, too, administer capitalistic opium to the people, saying: "You are born poor in this life on account of your past evil karma. He is born rich on account of his good Karma. So, be satisfied with your humble lot; but do good to be rich in your next life. You are being oppressed now because of your past evil Karma. There is your destiny. Be humble and bear your sufferings patiently. Do good now. You can be certain of a better and happier life after death."

The Buddhist doctrine of Karma does not expound such ridiculous fatalistic views. Nor does it vindicate a postmortem justice. The All-Merciful Buddha, who had no ulterior selfish motives, did not teach this law of Karma to protect the rich and comfort the poor by promising illusory happiness in an after-life.

While we are born to a state created by ourselves, yet by our own self-directed efforts there is every possibility for us to create new, favourable environments even here and now. Not only individually, but also, collectively, we are at liberty to create fresh Karma that leads either towards our progress or downfall in this very life.

According to the Buddhist doctrine of Karma, one is not always compelled by an 'iron necessity', for Karma is neither fate, nor predestination imposed upon us by some mysterious unknown power to which we must helplessly submit ourselves. It is one's own doing reacting on oneself, and so one has the possibility to divert the course of one's Karma to some extent. How far one diverts it depends on oneself.

Is one bound to reap all that one has sown in just proportion?

The Buddha provides an answer:

"If anyone says that a man or woman must reap in this life according to his present deeds, in that case there is no religious life, nor is an opportunity afforded for the entire extinction of sorrow. But if anyone says that what a man or woman reaps in this and future lives accords with his or her deeds present and past, in that case there is a religious life, and an opportunity is afforded for the entire extinction of a sorrow." (Anguttara Nikaya)

Although it is stated in the Dhammapada that "not in the sky, nor in mid- ocean, or entering a mountain cave is found that place on earth where one may escape from (the consequences of) an evil deed", yet one is not bound to pay all the past arrears of one's Karma. If such were the case emancipation would be impossibility. Eternal recurrence would be the unfortunate result.

What is the cause of Karma?

Ignorance (avijja), or not knowing things as they truly are, is the chief cause of Karma. Dependent on ignorance arise activities (avijja paccaya samkhara) states the Buddha

in the Paticca Samuppada (Dependent Origination).

Associated with ignorance is the ally craving (tanha), the other root of Karma. Evil actions are conditioned by these two causes. All good deeds of a worldling (putthujana), though associated with the three wholesome roots of generosity (alobha), goodwill (adosa) and knowledge (amoha), are nevertheless regarded as Karma because the two roots of ignorance and craving are dormant in him. The moral types of Supramundane Path Consciousness (magga citta) are not regarded as Karma because they tend to eradicate the two root causes.

Who is the doer of Karma? Who reaps the fruit of Karma? Does Karma mould a soul?

In answering these subtle questions, the Venerable Buddhaghosa writes in the Visuddhi Magga:

"No doer is there who does the deed;
Nor is there one who feels the fruit;
Constituent parts alone roll on;
This indeed! Is right discernment."
For instance, the table we see is apparent reality. In an ultimate sense the so- called table consists of forces and qualities. For ordinary purposes a scientist would use the term water, but in the laboratory he would say H2O.

In this same way, for conventional purposes, such terms as man, woman, being, self, and so forth are used. The so-called fleeting forms consist of

psychophysical phenomena, which are constantly changing not remaining the same for two consecutive moments.

Buddhists, therefore, do not believe in an unchanging entity, in an actor apart from action, in a perceiver apart from perception, in a conscious subject behind consciousness.

Who then, is the doer of Karma? Who experiences the effect? Volition, or Will (tetana), is itself the doer, Feeling (vedana) is itself the reaper of the fruits of actions. Apart from these pure mental states (suddhadhamma) there is no-one to sow and no-one to reap. (Ven. Mahasi Sayadaw) ---oOo--- Nghiệp báo - Bài giảng về Nghiệp Báo căn cứ vào kinh Culakamma bhanga trong Trung Bộ Kinh. Đây là bài kinh Đức Phật giảng cho chàng thanh niên Bà La Môn Subha.

Chàng thanh niên Bà La Môn Subha hỏi Đức Phật: 1. Tại sao có người chết yểu, có người sống lâu? 2. Tại sao có những người thường hay bị bệnh, có những người đầy đủ sức khỏe? 3. Tại sao có những người mặt xấu xí, có những người đẹp đẽ? 4. Tại sao có những người cô thế, có người đầy quyền uy. 5.Tại sao có người nghèo nàn đói khổ, có người giàu sang sung túc? 6. Tại sao có người sinh ra trong gia đình thấp kém, hạ liệt, trong giai cấp bần cùng, có người sinh ra trong gia đình quyền quí, trong giai cấp cao sang? 7. Tại sao có người ngu dốt (những người thiếu trí tuệ), có người thông mình?

Đức Phật trả lời cho Subha một cách ngắn gọn về mười bốn hạng người trên. Đức Phật nói: "Này người thanh niên. Chúng sinh có Nghiệp là tài sản của mình. Chúng sinh là kẻ thừa tự Nghiệp của mình. Chúng sinh có nguồn gốc từ Nghiệp của mình. Chúng sinh sinh ra từ Nghiệp của mình hay chúng sinh là thân bằng quyến thuộc của Nghiệp mà mình đã tạo. Chúng sinh có Nghiệp là nơi nương nhờ. Do Nghiệp mà có sự khác nhau giữa các chúng sinh hay Nghiệp đã tạo ra sự khác nhau giữa chúng sinh, Nghiệp đã tạo ra sự khác nhau giữa người và người".

Subha bạch với Đức Phật rằng anh ta không hiểu rõ những lời giải thích ngắn gọn của Đức Phật. Subha nói: "Bạch Ngài, con không hiểu rõ những lời giải thích ngắn gọn của Ngài. Xin Ngài giảng giải rộng rãi, nhiều chi tiết hơn."

Sở dĩ Đức Phật trả lời cho Subha một cách ngắn gọn như vậy bởi vì Ngài biết rằng Subha là một người đầy cao ngạo. Subha nghĩ rằng mình là người thông minh sáng láng có thể hiểu tất cả những gì Đức Phật dạy dầu đó là những lời ngắn gọn. Đức Phật muốn làm cho tâm cao ngạo của Subha giảm xuống để Subha có thể khiêm nhường nghe những lời giảng giải của Ngài. Khi Subha thỉnh cầu Đức Phật giảng giải chi tiết, Đức Phật mới giảng giải chi tiết cho anh ta. Đức Phật giải thích cho Subha từng câu hỏi một:

1. Tại sao có người chết yểu, có người sống lâu?

"Một số người giết hại chúng sinh khác, không phải chỉ giết hại chúng sinh một lần mà nhiều lần. Do hậu quả của sự giết hại nầy, ho tái sinh vào bốn đường ác. Họ bị tái sinh vào cảnh Súc Sinh, Ngạ Quỷ, A Tu La, Địa Ngục. Sau khi ở các cảnh khổ này, nếu được tái sinh làm người trong kiếp hiện tại thì họ bị chết yểu (đoản thọ). Bởi vì họ đã giết hại chúng sinh, nghĩa là họ đã có ý muốn làm cho đời sống của chúng sinh bị ngắn lại, muốn chấm dứt mạng sống của chúng sinh sớm hơn, làm cho tuổi thọ của chúng sinh ngắn lại. Thay vì chúng sinh được sống lâu hơn, họ làm cho chúng sinh chết sớm. Do đó họ nhận hậu quả là đời sống của họ cũng bị ngắn đi hay bị chết yểu.

Có những người không bao giờ giết hại chúng sinh. Họ giữ giới sát sinh. Họ ngăn ngừa sự giết hại chúng sinh. Những người này sau khi chết sẽ được tái sinh vào cõi trời. Khi họ tái sinh làm người họ sẽ trường thọ. Những người chết sớm là những người đã giết hại chúng sinh trong những kiếp sống trước đây. Và những người trường thọ là những người giữ giới không sát sinh trong những kiếp trước đây. Khi họ ngăn ngừa hành động giết hại chúng sinh thì tâm họ có lòng mong muốn chúng sinh được sống lâu. Lòng mong muốn chúng sinh được sống lâu là nguyên nhân khiến họ được trường thọ khi họ tái sinh làm người.

2. Tại sao có người thường hay bị bệnh hoạn, có người đầy đủ sức khỏe?

Có những người hay bị bệnh hoạn, hết bệnh này lại đến bệnh kia, hoặc sức khỏe của họ luôn luôn yếu kém. Những người này, theo lời dạy của Đức Phật, là những người đã làm những chúng sinh khác bị thương. Họ không giết hại người hay chúng sinh khác, nhưng họ hành hạ đánh đập làm cho người khác, chúng sinh khác đau đớn, khổ sở, làm cho cơ thể chúng sinh khác bị tổn thương. Do hành động độc ác, hành hạ, đánh

đập, làm hại cơ thể chúng sinh, làm cho chúng sinh bị thương, nên họ bị tái sinh vào bốn ác đạo. Khi họ tái sinh làm người, họ luôn luôn bị đau ốm, bị tật nguyền, sức khỏe yếu kém.

Có những người thân thể cường tráng, sức khỏe đầy đủ. Có người chẳng bao giờ đau ốm, chẳng bao giờ đến gặp bác sĩ, chẳng bao giờ vào nhà thương, chẳng bao giờ uống một viên thuốc nào. Họ có một cơ thể khoẻ mạnh. Tại sao vậy? Trong kiếp sống này, họ có cơ thể khoẻ mạnh, bởi vì trong những kiếp sống quá khứ họ không bao giờ hành hạ kẻ khác, không làm kẻ khác bị thương tật, không làm tổn thương thân thể kẻ khác. Họ đã có lòng bi mẫn đối với chúng sinh khác. Do những hành động thiện họ đã làm nên khi tái sinh làm người họ có đầy đủ sức khỏe.

3. Tại sao có những người mặt mày xấu xí khó coi, có người mặt mày đẹp đẽ dễ nhìn?

Một số người thường hay giận dữ. Người ta chỉ trích một tí thôi là đã nỗi sân lên. Với bản chất sân hận, giận dữ như thế nên họ phải tái sinh vào bốn đường ác. Khi họ được tái sinh làm người, do Nghiệp giận dữ mà họ đã tạo, mặt mày họ trở nên xấu xí.

Như vậy, nóng giận, sân si là nguyên nhân làm cho người xấu xí. Chúng ta có thể dễ dàng để hiểu điều này. Ngay cả khi chúng ta đang sống trong đời sống hiện tại nầy, khi giận dữ thì mặt mày chúng ta thật là xấu xí vì khi giận dữ mặt mày hung dữ, dễ sợ. Nếu chúng ta muốn biết khi giận dữ mặt mày chúng ta như thế nào thì hãy nhỉn vào gương soi, lúc đó, chúng ta sẽ thấy chúng ta thật là xấu xí?

Những người đẹp đẽ có bản chất không giận dữ. Họ là những người luôn luôn đối xử tốt với người khác, và họ không dễ dàng giận dữ. Bởi vậy, nếu bạn muốn đẹp đẽ ngay trong kiếp sống này thì đừng giận. Một trong những nguyên nhân giúp bạn có gương mặt đẹp đẽ là cố gắng hành thiền từ ái. Như vậy, nguyên nhân của sự xấu xí là giận dữ, và nguyên nhân của đẹp đẽ là không giận dữ, có lòng từ ái. Điều nầy chứng tỏ cho ta thấy rằng: Nếu chúng ta muốn đẹp đẽ, nếu chúng ta muốn gương mặt chúng ta vui vẻ dễ thương thì chúng ta đừng bao giờ dễ dàng giận dữ.

4. Tại sao có người cô thế, có người đầy quyền uy?

Đôi khi bạn gặp những người đầy quyền uy, lời họ nói ra đầy uy quyền, và họ ảnh hưởng đến người khác, khiến người khác phải nghe theo, đi theo họ. Cũng có những người không có quyền uy, họ không có uy quyền để làm việc gì. Có nhiều người, mặc dầu có chức vụ lớn, địa vị cao, có tiền của nhiều, nhưng họ nói không ai nghe.

Nguyên nhân tại sao?

Có những người có quyền cao, chức trọng nhưng không làm người khác nể phục, không ảnh hưởng đến người khác bởi vì kiếp trước họ có tánh hay ganh tị: Thấy ai được lợi, được danh, được người khác tôn trọng, kính nể thì họ cảm thấy khó chịu và ganh ghét. Người nào hay ganh tị, đố kỵ, ganh ghét khi thấy người khác được lợi lộc, được vinh dự v.v...thì chắc chắn người đó sẽ bị cô thế, không có thẩm quyền hay năng lực ảnh hưởng tới người khác trong kiếp sống tương lai. Những người có thẩm quyền được mọi người tùng phục nghe theo trong đời sống này là những người không ganh tị

trước những thành công, lợi lộc, sự tôn trọng, hay sự kính nề của người khác. Ganh tị là nguyên nhân khiến trong kiếp sống này chúng ta trở thành người không có uy quyền, không ảnh hưởng đến người khác. Ngược lại, không ganh tị, không đố kỵ là nguyên nhân khiến trong kiếp sống này chúng ta có uy quyền, có ảnh hưởng đến người khác.

5. Tại sao có người nghèo nàn đói khổ, có người giàu sang sung túc?

Những người nghèo khổ trong kiếp sống này là những người kiếp trước không biết bố thí, giúp đỡ thực phẩm, áo quần, vật dụng cho Sa Môn, Bà La Môn và những người khác. Họ là những người không thực hành hạnh bố thí. Những người giàu có trong kiếp sống này là những người thực hành hạnh bố thí trong những kiếp trước. Họ đã bố thí cúng dường thức ăn, thức uống, áo quần, thuốc men, và những vật dụng khác cho mọi người. Thực hành hạnh bố thí là nguyên nhân của sự giàu có, và không thực hành hạnh bố thí hay bủn xỉn, keo kiệt là nguyên nhân của sự nghèo nàn. Như vậy, bủn xỉn, keo kiệt không dám cho ai thứ gì là nguyên nhân của sự nghèo khổ.

6. Tại sao có người sinh ra trong gia đình thấp kém, hạ liệt, trong giai cấp bần cùng, có người sinh ra trong gia đình quyền quý, trong giai cấp cao sang?

Những người sinh ra trong gia đình thấp kém, hạ liệt vì kiếp trước họ tự cao, ngã mạn, kiêu căng, tự phụ. Họ chẳng hề tôn kính lễ bái những bậc đáng tôn kính.

Họ không đứng dậy, tỏ vẻ kính trọng những người đáng được đứng dậy, đáng được kính trọng. Họ không biết nhường chỗ ngồi cho những người đáng được nhường chỗ. Họ không nhường lối đi cho những bậc đáng được nhường lối đi. Họ không tôn kính, lễ độ đối với những bậc đáng được tôn kính, lễ độ.

Không biết tôn trọng, kính nhường là nguyên nhân của sự tái sinh vào giai cấp thấp kém.

Nguyên nhân được sinh vào gia đình quyền quý, giai cấp cao sang thì do những nguyên nhân ngược lại. Những người này kiếp trước không kiêu hãnh, tự cao, tự đại. Họ thường tôn kính lễ bái những bậc đáng tôn kính lễ bái. Họ đứng dậy, tỏ về tôn trọng những người đáng được đứng dậy tỏ vẻ tôn trọng. Họ biết nhường chỗ ngồi cho những người đáng được nhường chỗ ngồi. Họ biết nhường lối đi cho những bậc đáng được nhường lối đi. Họ tôn kính, lễ độ đối với những bậc đáng được tôn kính, lễ độ.

Tóm lại, tự cao, tự đại là nguyên nhân của sự sinh trưởng trong gia đình thấp kém, và không tự cao tự đại, biết tôn kính là nguyên nhân được sinh ra ở những gia đình cao sang.

7. Tại sao có người ngu dốt, thiếu trí tuệ, có người thông minh sáng suốt?

Nguyên nhân của sự thiếu trí tuệ, ngu dốt, trì độn, và nguyên nhân của sự thông minh sáng suốt, trí tuệ minh mẫn là biết đặt câu hỏi hay không đặt câu hỏi.

Những người không chịu gần bậc thiện trí thức để học hỏi. Không chịu đặt câu hỏi để biết thế nào là thiện, thế nào là ác, những gì cần phải làm, những gì không nên làm v.v...Những người không chịu tìm tòi học hỏi, đặt câu hỏi thì sẽ tái sinh thành người

chậm lụt, thiếu trí tuệ hoặc dễ trở thành ngu đần. Những người nào luôn luôn tìm tòi, học hỏi, biết hỏi han thế nào là hành động thiện, thế nào là hành động ác, điều gì thích nghi và điều gì không thích nghi, việc gì nên làm và việc gì không nên làm. Những người đó tái sinh làm người thông minh sáng suốt, bậc trí tuệ. Như vậy, đặt câu hỏi, tìm hiểu giáo pháp là nguyên nhân của sự thông minh trí tuệ, không đặt câu hỏi, là nguyên nhân của sự kém trí tuệ.

Đức Phật đã trả lời câu hỏi do chàng thanh niên Subha đặt ra và cuối bài giảng một lần nữa, Đức Phật dạy rằng:

Tất cả chúng sinh đều có Nghiệp là gia tài của họ. Họ là kẻ thừa kế của Nghiệp mà họ đã tạo ra. Chính Nghiệp đã làm cho người này khác với người kia.

Như vậy, Đức Phật đã trả lời cho chàng thanh niên Subha hiểu rằng: Tất cả sự bất đồng của con người không phải được tạo ra bởi Thượng Đế, Chúa Trời, Thần Thánh hay một cái gì cả. Do Nghiệp hay những hành vi tạo tác bởi thân, khẩu, ý của mỗi người mà họ sẽ nhận chịu những kết quả khác nhau. Do Nghiệp của chính họ trong quá khứ khiến họ sống lâu hay chết yểu, giàu sang hay nghèo hèn, thông minh hay ngu dốt. Chính Nghiệp đã tạo ra sự bất đồng trong kiếp hiện tại này. Và Nghiệp là gì mà nó tạo ra sự bất đồng của chúng sinh?

Kamma (Nghiệp) thường được dịch là hành động. Thật ra, nghĩa chính xác của Nghiệp là tâm sở "cố ý" (Cetena) - Sự cố ý là một tâm sở hay một yếu tố - có nghĩa là muốn hay cố ý để làm một chuyện gì đó qua thân, khẩu, ý. Nghiệp chính thật là sự cố ý để làm một việc gì. Do "sự cố ý" này, người ta thực hiện hành động, lời nói hay ý nghĩ. Bởi vì mọi hành động, lời nói hay ý nghĩ đều được đi kèm với "sự cố ý" hay Nghiệp. Do đó chữ Kamma hay Nghiệp nên dịch là sự "cố ý", chứ không nên dịch là hành động. Chúng ta phải thận trọng về nghĩa của chữ Nghiệp, nếu không khi nói đến Nghiệp, chúng ta lại nghĩ đó là hành động. Nếu chúng ta muốn dùng chữ cho chính xác thì chúng ta phải nói Nghiệp là sự cố ý...

Như vậy, Nghiệp hay sự cố ý là một tâm sở khởi sinh trong các loại tâm của chúng ta. Bởi vì, là một tâm sở nên nó có đặc tính: "khởi sinh rồi lại hoại diệt ngay". Đặc tính sinh, diệt là đặc tính chung của mọi sự vật trên thế gian. Mọi sự vật trên thế gian là vô thường. Mọi sự vật đều có đặc tính khởi sinh rồi hoại diệt, đến rồi đi. Tâm sở cố ý cũng sinh và diệt như các tâm sở khác. Nhưng một điều cần lưu ý ở đây là: các tâm sở khác khởi sinh rồi hoại diệt ngay và chẳng để lại một chút ảnh hưởng nào cả. Nhưng tâm sở cố ý khi hoại diệt vẫn còn để lại tiềm năng đưa đến những hậu quả sau này. Tiềm năng của Nghiệp này nằm trong "luồng tồn sinh" (hộ kiếp) của tâm. Đó là lý do tại sao khi có điều kiện thuận lợi thi Nghiệp trổ quả. ---oOo---

ĐẠO LÝ VỀ NGHIỆP Tỳ khưu Viên Minh & Tỳ khưu Khánh Hỷ

Định luật nghiệp báo còn được gọi là luật nhân quả của hành động thiện hay bất thiện. Theo Phật giáo, nghiệp báo không phải là định mệnh, vì vậy định luật nghiệp báo không cố định mà thường được xem như là những khuynh hướng. Theo kinh Culakammavibhanga thì thường một nghiệp nhân thiện có

khuynh hướng đem lại một nghiệp quả lành, một nghiệp nhân bất thiện có khuynh hướng đưa đến một nghiệp quả dữ. Nếu phân tích chi tiết hơn chúng ta thấy nghiệp được phân loại theo bốn cách:

1. VỀ PHƯƠNG DIỆN CÔNG TÁC có bốn loại nghiệp:

a) Sinh nghiệp (janaka-kamma): Là nghiệp lực chi phối sự tái sinh. Thức tái sinh (patisandhi vinnana) bị chi phối bởi nghiệp nầy, và danh uẩn (nama khandha), sắc uẩn (rupa khandha) đầu tiên tùy thuộc vào sinh nghiệp này. Sinh nghiệp cũng trải dài suốt kiếp sống của một chúng sanh từ khi sinh ra cho đến chết. Ví dụ do sinh nghiệp mà một chúng sinh tái sinh trong một kiếp làm người, chư thiên hay loài thú.

b) Trì nghiệp (upatthambhaka-kamma): Là nghiệp lực duy trì sự sinh tồn hay thọ mạng của một chúng sanh từ khi mới sinh cho đến lâm chung. Ví dụ, thiện trì nghiệp giúp cho một người được hưởng hạnh phúc và bất thiện trì nghiệp làm cho đời sống người ấy đau khổ trong kiếp sống của họ. Nếu không có trì nghiệp một chúng sinh có thể chết ngay từ lúc mới sinh.

c) Chướng nghiệp (upapilaka-kamma): Khác với trì nghiệp, chướng nghiệp làm trở ngại sinh nghiệp khiến cho đời sống đang bình thường bỗng gặp khó khăn. Ví dụ một người đang mạnh khoẻ bỗng gặp tai nạn trở nên tàn tật, hoặc một người đang thông thái thế mà sau một cơn bệnh bỗng trở nên khù khờ dại dột.

d) Đoạn nghiệp (upaghataka-kamma): Nghiệp nầy có khả năng cắt đứt sinh nghiệp. Ví dụ như một vị tổng thống đang sống rất an lành hạnh phúc bỗng bị ám sát chết một cách bất ngờ. Người ta thường gọi đó là bất đắc kỳ tử. Bất đắc kỳ tử không phải do định mệnh hay số phận, cũng không phải oan uổng mà chính vì đoạn nghiệp của một người quá mạnh khiến cho kiếp sống bị đứt đoạn nữa chừng.

2. VỀ PHƯƠNG DIỆN NĂNG LỰC CỦA QUẢ BÁO có bốn loại nghiệp:

a) Cực trọng nghiệp (garuka-kamma): Là nghiệp lực rất mạnh, nếu là nghiệp ác cực mạnh như giết cha, giết mẹ, giết Arahán, chia rẽ Tăng hoặc gây thương tích cho Đức Phật thì sẽ sa đọa vào địa ngục vô gián nên còn gọi là vô gián nghiệp. Nếu là nghiệp thiện cực mạnh

như đắc được các bậc thiền định thì được sinh lên các cõi trời hữu sắc hoặc vô sắc.

b) Cận tử nghiệp (asannaka-kamma): Là nghiệp tạo lúc lâm chung. Nghiệp này có thể là hành động, lời nói, ý nghĩ hay là phản ứng của tâm khi nhớ lại những nghiệp đã làm lúc sanh tiền ngay trong giây phút hấp hối. Có 3 hiện tượng xuất hiện trong giờ phút lâm chung là:

- Nghiệp (kamma): người đang hấp hối có thể thấy lại một nghiệp nào đó đã làm trong lúc sinh tiền, như người hung ác có thể thấy lại hành động sát hại của mình, người lương thiện có thể thấy hành động bố thí...

- Nghiệp tướng (kammanimitta): lúc lâm chung người ta có thể thấy một vài chi tiết nổi bật nào đó trong nghiệp đã làm, như người sát sinh thường thấy vũ khí hoặc máu me,

người có tín tâm thường thấy điện thờ hoặc trầm hương nghi ngút...

- Thú tướng (gatinimitta): người sắp chết có thể thấy trước cảnh giới mà người ấy sẽ tái sinh vào. Như người thường làm phước thiện sẽ thấy cõi chư thiên, trái lại người thường làm điều ác sẽ thấy cảnh địa ngục. Chữ thú (gati) ở đây có nghĩa là hướng đi tái sinh. Thiện thú (sugati) là hướng các cõi thiện như cõi trời, người. Ác thú (duggati) là hướng các cõi ác như cõi ngạ quỉ, súc sanh.

Cận tử nghiệp rất quan trọng trong việc tái sinh, một người có thể làm nhiều việc thiện nhưng ngay khi chết nhớ lại một điều ác nào đó rồi sanh vào cảnh khổ. Trái lại một người làm nhiều điều ác nhưng lúc lâm chung giữ được tâm niệm lành thì vẫn được sanh vào nhàn cảnh. Tuy nhiên những hành động thiện hay ác kia vẫn phải trả quả sau đó hoặc được tích trữ cho đến khi đủ duyên sẽ trổ quả bất cứ lúc nào.

c) Tập quán nghiệp (acinna-kamma): Là nghiệp thường tạo tác trong đời sống hàng ngày của chúng ta và nó đã trở thành tập quán. Nghiệp nầy có thể thiện hoặc bất thiện. Bất thiện như người đồ tể có thói quen sát sanh, người ác khẩu có thói quen chưởi mắng. Thiện như người tu hành có thói quen niệm Phật, nhà từ thiện có thói quen ban phát. Do đó, nếu là tập quán bất thiện dù nhẹ cũng rất nguy hiểm cho sự tiến hoá. Trái lại nếu là tập quán thiện thì dù nhỏ cũng đem lại nhiều kết quả lợi ích.

d) Tích lũy nghiệp (katatta-kamma):

Là những nghiệp lực còn tàng trữ trong vô thức (bhavanga) chưa đến lúc trổ quả vì chưa hội đủ cơ duyên hay điều kiện thuận tiện. Chính vì nghiệp nầy chưa trả quả mà nhiều người nghĩ rằng kẻ làm ác không bị quả báo. Câu nói:"Thiện hữu thiện báo, ác hữu ác báo, nhược hoàn bất báo, thời thần vị đáo"(thiện ác đều có báo ứng, nếu chưa báo ứng chỉ là do thời giờ chưa đến) có thể giải thích được điều nầy.

3. VỀ PHƯƠNG DIỆN THỜI GIAN BÁO ỨNG nghiệp được chia làm bốn loại:

a) Hiện báo nghiệp (ditthadhammavedaniya-kamma): Là những nghiệp có hậu quả ngay trong kiếp hiện tại. Như một người biển lận công quỉ bị tịch biên tài sản, hay một kẻ sát nhân bị bắn chết tại hiện trường. Tuy vậy cũng khó nói được chính xác nghiệp nào có quả hiện tại vì đôi khi đó là quả của nghiệp quá khứ do duyên tương đồng mà trổ quả chứ không phải là quả của nghiệp hiện tại. Điều nầy cần chiêm nghiệm kỹ bằng trực giác để cảm nhận hơn là phán đoán bằng lý luận.

b) Sanh báo nghiệp (upapajjavedaniya-kamma): Là những nghiệp đem lại hậu quả ngay trong kiếp sau. Như một người kiếp nầy thường bố thí cúng dường kiếp sau sinh ra được giàu sang tôn quí, trái lại một người trộm cắp gian xảo kiếp sau bị khốn khổ nghèo hèn. Tích xưa có một người tỳ nữ vừa mới dâng cúng Đức Phật một cành hoa mướp với tâm vô cùng hoan hỷ thì trên đường về bị bò húc chết, ngay khi đó được sinh làm tiên nữ trên cõi trời với dung sắc tuyệt mỹ không vị tiên nữ nào sánh kịp. Đó là sanh báo nghiệp.

c) Hậu báo nghiệp (Aparapariya vedaniya-kamma): Nếu nghiệp chưa được trả quả trong kiếp hiện tại hay trong kiếp kế cận, thì sẽ cho quả trong bất cứ một kiếp nào về

sau khi hội đủ điều kiện. Đôi khi một nghiệp đã được trả quả trong hiện tại hoặc kiếp sau nhưng dư âm của nó vẫn còn gây hậu quả trong nhiều kiếp sau đó cũng gọi là hậu báo nghiệp. Trong trường hợp một người lương thiện nhưng khi lâm chung vì một chướng duyên đã khởi tâm bất thiện, do cận tử nghiệp đó phải tái sanh vào cõi khổ trong kiếp sau, vì vậy những nghiệp lành của người nầy trở thành hậu báo nghiệp. Trái lại một người thường tạo nghiệp bất thiện nhưng khi lâm chung nhờ một thiện duyên đã khởi tâm lành có thể tái sanh vào nhàn cảnh nên những nghiệp ác của người ấy sẽ trổ quả trong những kiếp bất định về sau.

Đó là lý do tại sao một vài đạo sĩ khi thấy một chúng sinh làm ác sau khi thân hoại mạng chung vẫn được sinh vào nhàn cảnh và kết luận rằng không có kết quả của hành động thiện ác. Thật ra, vì họ chỉ thấy được một vài kiếp sống chứ chưa chứng kiến được toàn diện hiện tượng nhân quả nghiệp báo.

d) Vô hiệu nghiệp (ahosikamma): Là những nghiệp đáng lý có kết quả trong kiếp hiện tại hay kiếp sau, nhưng không hội đủ điều kiện để trổ quả nên trở thành vô hiệu. Ví dụ một vị thánh A-na-hàm sau khi viên tịch sinh lên cõi trời sắc giới rồi từ đó đắc quả A-la-hán, và sẽ nhập diệt tại đó chứ không trở lại cõi người, nên dĩ nhiên là những nghiệp chưa kịp trả quả trở thành vô hiệu. Nhất là trường hợp Đức Phật và các vị Arahán, những nghiệp lực yếu ớt còn dư sót không chi phối được các Ngài.

4. VỀ PHƯƠNG DIỆN CẢNH GIỚI nghiệp cũng được chia làm 4 loại:

a) Dục giới bất thiện nghiệp (kamavacara akusala-kamma): Là những nghiệp tạo tác với tâm bất thiện ở cõi dục nên trả quả trong bốn ác đạo: địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, a-tu-la hoặc làm người trong tình trạng bất hạnh. Đó là những nghiệp: sát sanh, trộm cắp, tà hạnh, nói dối, nói chia rẽ, nói lời ác, nói vô ích, tham lam, sân hận và tà kiến.

b) Dục giới thiện nghiệp (kamavacara-kusala-kamma): Là những nghiệp tạo tác với tâm thiện ở cõi dục nên trả quả ở sáu cõi trời dục giới, ở đó được hưởng đời sống an lạc dưới hình thức chư thiên, hoặc trả quả làm người được sống hạnh phúc. Những nghiệp này là phóng sanh, bố thí, tiết dục, chân thật, nói hòa hợp, nói ái ngữ, nói hữu ích, không tham, không sân và chánh kiến.

c) Sắc giới thiện nghiệp (rupavacara-kusala-kamma): Là thiện nghiệp thuộc các bậc thiền định hữu sắc, như những người đắc từ sơ thiền đến tứ thiền hữu sắc, sau khi thân hoại mạng chung sẽ được hưởng quả trong mười sáu cõi sắc giới thiên. Ở đó phạm chúng sống rất an tịnh, tạm thời không bị các nhân tham, sân và si chi phối.

d) Vô sắc giới thiện nghiệp (arupavacara-kusala-kamma): Là thiện nghiệp thuộc các bậc thiền định vô sắc, như những người đắc thiền không vô biên xứ, thức vô biên xứ, vô sở hữu xứ, phi tưởng phi phi tưởng xứ, sau khi lìa cõi dục được sinh lên bốn cõi vô sắc giới thiên, trong đó đời sống rất vi tế, thanh tịnh và tự tại, các vị chư thiên ở đó sống rất lâu nhưng đến khi

quả báo không còn hiệu lực, họ cũng phải trở lại dục giới chịu những quả vui khổ họ đã tạo trước kia.

Như vậy nghiệp là một định luật nhân quả công bằng, trong đó có tự do và trách nhiệm, khác hẳn với thuyết định mệnh cho rằng con người phải chịu số phận mà tạo hoá đã định sẵn, họ không có quyền tự do quyết định vận mệnh của mình. Và dĩ nhiên như thế con người không cần phải chịu trách nhiệm về mọi hành động cá nhân, vì trách nhiệm đó đã có Trời Đất gánh vác.

Nếu nói rằng đạo Phật không nêu cao nhân vị thì quả thật quá sai lầm vì trong nghiệp lý con người được hoàn toàn tự do hành động và chịu trách nhiệm về sự tự do của mình. Trái lại, chính thuyết thiên mệnh mới xem thường nhân vị con người, vì theo đó con người phải luôn luôn tuân thủ thiên ý nếu không sẽ bị trừng phạt, chứ không có quyền tự quyết. Nếu được quyết định thì cũng phải thuận theo thiên ý nên con người không bao giờ được bình đẳng với Trời Đất. Đạo Phật không những tôn trọng nhân vị mà còn cố gắng nâng nhân vị đó lên Phật vị một cách hoàn toàn bình đẳng.

Chúng ta đã định nghĩa, phân loại các phương diện khác nhau của nghiệp, một thực kiện luôn có mặt trong đời sống mà mỗi người có thể tự mình quan sát, chiêm nghiệm, trực nhận hàng ngày. Bây giờ để phân biệt những điểm đồng dị, chúng ta hãy so sánh chữ nghiệp được dùng trong Phật giáo và trong các tôn giáo khác.

Trước hết, chúng ta hãy so sánh với chủ trương của đạo Jain, theo đó con người không thể phát triển đức dục và trí dục nếu chưa trả hết tất cả những hậu quả bất thiện của tiền nghiệp. Vì vậy tôn giáo này dạy tín đồ phải thực hành khổ hạnh để sớm được thoát khỏi ảnh hưởng của tội lỗi mà họ đã làm trong những kiếp quá khứ. Mặt khác, đạo Jain chủ trương khác hẳn với Phật giáo rằng giá trị hành động đạo đức tùy thuộc vào thân hơn là ý.

Trong kinh Digha Nikaya (Trường bộ) có ghi lại trường hợp một vị đạo sĩ, thuộc đạo Jain mà thời đó gọi là Nigantha, đến yết kiến Đức Phật. Sau đây là một mẫu đối thoại trong Trường Bộ Kinh:

"Khi đạo sĩ Digha chào hỏi Đức Thế Tôn và an tọa, Đức Phật hỏi đạo sĩ:

- Nầy đạo sĩ, trong đạo Nigantha, vị giáo chủ Nataputta dạy có bao nhiêu loại nghiệp?

- Bạch đức Gotama, trong đạo của chúng tôi, vị giáo chủ Nataputta không hề nói đến cái nghiệp nhưng chỉ dạy về cái tội mà thôi.

- Vậy có bao nhiêu thứ tội?

- Bạch Ngài, tội có ba loại: tội do thân, do khẩu và do ý.

- Trong ba tội ấy tội nào nặng hơn hết?

- Bạch Ngài, chính tội của thân nặng hơn cả.

Sau khi xác nhận ba lần như thế, đạo sĩ Digha hỏi lại Đức Phật:

- Bạch đức Gotama, còn theo giáo pháp của Ngài có mấy thứ tội?

- Nầy đạo sĩ, trong giáo pháp của Như Lai không hề nói đến tội, nhưng chỉ nói về nghiệp mà thôi.

- Bạch Ngài, vậy có bao nhiêu thứ nghiệp?

- Nghiệp cũng có ba loại: nghiệp thân, nghiệp khẩu và nghiệp ý.

- Bạch Ngài, trong ba loại nghiệp ấy, loại nào quan trọng nhất?

- Nầy đạo sĩ, chính ý nghiệp là quan trọng nhất".

Qua đoạn kinh trên, chúng ta thấy chủ trương về nghiệp giữa Phật giáo và đạo Jain không hoàn toàn giống nhau. Phật giáo xem hành động có chủ ý mới tạo nghiệp, một đàng cho rằng dù vô tình hay cố ý vẫn có giá trị thiện ác như nhau. Hai quan điểm như thế không thể bị đồng hóa được.

Một chủ trương khác của giáo phái khổ hạnh Ajivika cho rằng tất cả những hành động cũng như những kinh nghiệm hiện tại hoàn toàn bị chi phối bởi tiền nghiệp. Trong khi đó đạo Phật không chấp nhận thuyết tiền định và xem nghiệp quá khứ chỉ là một trong những yếu tố chi phối đời sống hay kinh nghiệm vui khổ của con người mà thôi. Theo đạo Phật, con người không phải sống tùy thuộc hoàn toàn vào nghiệp quá khứ mà chịu ảnh hưởng của nhiều yếu tố khác nhau:

- Yếu tố ngoại giới: như điều kiện thời tiết, ảnh hưởng của vị trí, phương hướng, cũng như những tình trạng xã hội...

- Yếu tố vật lý: là những điều kiện vật chất, những ảnh hưởng của hiện tượng vật lý.

- Yếu tố sinh lý: là điều kiện cấu tạo, vận chuyển và tiến hóa của cơ thể, kể cả luật di truyền.

- Yếu tố tâm lý: là những quy luật cấu tạo và vận hành tự nhiên của tâm như thấy, nghe..., biết, tình cảm, lý trí v.v.

- Yếu tố nghiệp lý: tức là nguyên lý nhân quả của hành động cố ý như chúng ta đã định nghĩa và phân loại ở trên.

Như vậy đời sống con người phối hợp bởi nhiều yếu tố và ảnh hưởng bởi nhiều môi trường chứ không hoàn toàn do nghiệp quá khứ của mình (sayam katam), không do quyết định độc đoán của một ngoại nhân nào (param katam), cũng không ngẫu nhiên mà có (adhicca samupanna). Con người cũng như vạn hữu đều hình thành bởi nhiều nhân duyên (paticca samuppanna). Nếu chúng ta hiểu rõ tất cả những điều kiện đó thì có thể sống hài hòa với thiên nhiên, làm chủ chính mình để đạt đến chỗ tự tại vô ngại.

Đạo Phật nhằm mục đích cắt đứt mọi điều kiện ràng buộc con người để đưa đến vô điều kiện (unconditioned) tức là Niết-bàn, là giải thoát.

Where is all the Kamma Stored?

An action (kamma) once performed, is finished as far as its performance is concerned. It is also irreversible. What remains of the action is its potential, the inevitability of its result (vipaka). Even within a lifetime, a person has performed a lot of actions, either moral or immoral. So he must have accumulated a lot kamma. Where is all this kamma stored? In answer to this question by King Milinda, the Ven. Nagasena replied:

“Kamma is not stored somewhere in this fleeting consciousness nor in any part of the body. But dependent on mind and body, it rests, manifesting itself at the opportune moment, just as mangoes are not said to be stored somewhere in the mango tree, but dependent on the mango tree they lie, springing up in due season".

In the same way, fire is not stored in a match but under the right conditions of friction, the match will produce fire. Kamma is an individual potential that is transmitted from one existence to another.

Nghiệp chứa đựng ở đâu?

Một lần nọ, vua Milanda hỏi Đại đức Nagasema rằng: "Bạch Ngài, Ngài có thể chỉ cho tôi biết Nghiệp chứa đựng ở đâu không?"

Ngài Nagasema trả lời:"Không thể nào, nói một cách chính xác, Nghiệp được tồn trữ ở đâu. Nhưng Nghiệp tuỳ thuộc vào luồng bhavanga (luồng tồn sinh, luồng hộ kiếp), tuỳ thuộc vào Vật Chất và Tâm. Khi luồng tồn sinh gặp điều kiện thuận lợi thì Nghiệp sẽ trổ quả".

Mặc dầu, chúng ta không thể nói một cách chính xác Nghiệp đã được tích trữ ở đâu, nhưng khi có điều kiện thuận tiện để cho Nghiệp tốt trổ sinh thì sẽ có quả. Như vậy, Nghiệp này, sự cố ý này, khi biến mất thì nó còn để lại một cái gì đó, để lại tiềm năng trong luồng tồn sinh (bhavanga) của chúng sinh, khi có điều kiện thuận tiện thì chúng sinh sẽ nhận chịu hậu quả.

Ngài Nagasema đã đưa ra một ví dụ về cây xoài: "Chúng ta không thể nào nói rằng trái xoài đã chứa ở đâu trong cây xoài: ở trong rễ, trong thân, hay trong cành, nhưng khi đến mùa, khi có đủ độ ấm, khi có thời tiết thích hợp, khi có điều kiện thuận lợi...thì quả sẽ hình thành và cây sẽ trổ quả. Cũng vậy, mặc dầu không thể nói Nghiệp cất chứa ở đâu, nhưng khi có đủ điều kiện thuận tiện thì chúng ta sẽ nhận được quả của Nghiệp.

Sau khi đã hiểu thế nào là Nghiệp, chúng ta cũng cần nên hiểu những gì không phải là Nghiệp.

Một số học thuyết quan niệm rằng con người bị chi phối bởi Số Phận hay Tiền Định. Và Số Phận hay Tiền Định là cái gì được áp đặt lên chúng sinh bởi quyền lực kỳ diệu khó biết được, hoặc bởi thần thánh, bởi Thượng Đế, bởi Phạm Thiên...Nghiệp không phải là Số Phận hay Tiền Định theo quan niệm đó.

Mỗi khi chúng ta đau khổ về chuyện gì hay mỗi khi chúng ta đạt được cái gì ta muốn, chúng ta nói: "Đây là quả của Nghiệp". Hay là chúng ta chỉ đơn giản nói: "Đây là Nghiệp của ta".

Nhưng nếu gọi hay định nghĩa Nghiệp là Số Phận hay là Tiền Định đã được đặt định lên kẻ khác thì Nghiệp ta nói đây không phải là Số Phận hay Tiền Định đó.

Kamma (Nghiệp) là những gì chúng ta đã cố ý làm trong quá khứ, và ta nhận chịu hậu quả của Nghiệp mà ta đã tạo, nhưng quả của Nghiệp đã tạo có thể xảy ra trong hiện tại hay tương lai.

Một câu hỏi kế tiếp là: Chúng ta có thể biến đổi hay cải thiện các tác động hay hậu quả của Nghiệp không?

Ngay cả Đức Phật cũng không can thiệp vào sự tác động của Nghiệp. Khi hoàng tử Vidudabha giết hại thân quyến của Đức Phật, Đức Phật không thể can thiệp được bởi vì đây là quả của Nghiệp mà thân quyến của Đức Phật đã tạo ra trước đây nên họ phải bị hoàng tử Vidudabha tiêu diệt. Như vậy, Đức Phật không thể ngăn chặn quả khổ mà thân bằng quyến thuộc của Ngài phải trả! Lý do là vì luật Nghiệp báo là một luật tự nhiên. Luật Nghiệp báo không do ai tạo ra. Luật Nghiệp báo không do Thượng Đế, ông trời hay thánh thần nào tạo ra cả. Do đó không ai có thể can thiệp vào tác động của Nghiệp!

Mặc dầu không thể can thiệp vào tác động của Nghiệp, nhưng chúng ta có thể biến đổi được phần nào tác động của Nghiệp. Đó là chúng ta có thể tạo ra những điều kiện bất thuận lợi cho Nghiệp bất thiện trổ quả. Nghĩa là chúng ta có thể làm cho Nghiệp bất thiện chậm trổ quả hơn, vì Nghiệp chỉ trổ quả khi có điều kiện thuận lợi. Khi không có điều kiện thuận lợi thi Nghiệp sẽ chờ ở đó. Do đó chúng ta có thể trì hoãn được sự trổ quả của Nghiệp trong một thời gian.

Tuy nhiên vào lúc giác ngộ đạo quả A La Hán tất cả các Nghiệp đều bị tiêu diệt. Tâm đạo vào lúc giác ngộ tầng thánh thứ tư được gọi là "Tâm đã hoàn thành trách nhiệm tiêu diệt Nghiệp" nên không có quả của Nghiệp trong tương lai.

Nói cách khác, vị A La Hán hay Đức Phật không còn tích luỹ những Nghiệp mới nữa. Những tác động của các Ngài hay Nghiệp của các Ngài được gọi là "Kiriya" (Duy Tác) nghĩa là chỉ có tác động, chỉ có hành động xảy ra...Các Ngài vẫn còn nhận quả của Nghiệp cũ, như Đức Phật vẫn còn đau khổ vì bị nhức đầu v.v...Những vị A La Hán khác vẫn bị đau khổ bởi bệnh tật và còn nhận chịu những quả của Nghiệp quá khứ, như Ngài Mục Kiền Liên (Mogallana) đã bị 500 tên cướp giết chết v.v...

Như chuyện Angulimala (Vô Não) đã giết cả ngàn người, Đức Phật đến gặp ông ta và dạy đạo cho ông, sau đó ông trở thành một nhà sư và đắc quả A La Hán. Là một vị A La Hán, nhưng trước khi chết Ngài Angulimala còn phải chịu đau khổ vì hậu quả của những Nghiệp bất thiện Ngài đã làm. Nếu không trở thành một vị A La Hán, những Nghiệp bất thiện này Ngài sẽ trả trong nhiều kiếp. Nhưng sau khi đắc quả A La Hán, Ngài Angulimala không còn tái sinh nữa, nên khi chết những Nghiệp ác mà Ngài đã làm không thể cho quả. Như vậy, đối với Ngài Angulimala, Nghiệp bất thiện đã trở thành vô hiệu.

Giống như trường hợp một người sau khi phạm tội đại hình thì bị chết, và vì người này đã chết rồi nên quan toà không thể xử phạt y nữa. Cũng vậy, khi một vị A La Hán tịch diệt, các Ngài không còn tái sinh nữa. Bởi vì không còn tái sinh nữa nên những Nghiệp cũ không thể trả quả cho các Ngài sau khi các Ngài chết. Nghiệp của các Ngài trở thành vô hiệu quả...

Hòa Thượng Silananda giảng - Sư Khánh Hỷ soạn dịch (do Quảng Tuệ Dung Sưu Tầm) ---oOo--- Theo các vị Lạt Ma Tây Tạng thì trên thế gian vẫn có nhiều người tuy bị luật

sinh tử luân hồi chi phối, nhưng vì họ có trí óc sáng suốt, phát triển về tâm linh và trí tuệ hơn người nên biết rõ mục đích mình phải đến và tránh các cạm bẫy do vọng tưởng và cái bản ngã chi phối. Chính nhờ cái ý tưởng cao cả, cương quyết, trong sáng và hướng tới mục đích vị tha theo tâm nguyện mà họ không bị lôi cuốn vào những con đường bất định trong khi luân hồi chuyển kiếp. Vì thế cuộc đời họ ít chịu cảnh khổ đau. Nhưng nhiều người về sau tuy có thể thoát khỏi vòng ràng buộc của sự tái sinh, họ vẫn có ý hướng muốn quay trở lại cái vòng luân hồi lần nữa với mục đích vị tha bằng cách chọn kiếp đầu thai theo mục đích mình.

Đây là trường hợp của những nhà tu hành, những vị chân tu ở Tây Tạng. Người Tây Tạng thường tự hào qua kinh sách rằng nơi rặng Tuyết Sơn hàng năm có nhiều vị Lạt Ma đã quyết định chọn kiếp luân hồi nào đó để hoàn tất lời nguyện của mình. Họ là những người muốn rằng sau khi chết, họ phát nguyện đầu thai vào một nhân vật nào, ở vùng nào đó với mục đích là cứu giúp nhân loại hoặc vì họ nhận thấy khi sống họ chưa hoàn tất ý nguyện mình nên muốn đầu thai lại để tiếp tục công việc còn bỏ dở. Người Tây Tạng gọi họ là các vị Hóa thân mà cao hơn nữa là những vị Phật.

Theo kinh Phật giáo thì những vị Bồ Tát đôi khi có nhiều ý chí vô cùng to lớn. Những ý chí ấy được gọi là nguyện (pranidhana) hay nguyện lực

(purvapranidhana): Phật A Di Đà (Amitabha) có 48 nguyện, Đức Địa Tạng (Kshitigarbha) có 10 nguyện, cũng giống Đức Phổ Hiền Bồ Tát (Samantabhadra) có 10 nguyện. Mỗi vị có nhiều điều mong mỏi cứu độ chúng sanh khác nhau như Đức Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát (Manjusri) mong bất cứ ai đến với ngài đều có được trí tuệ siêu việt hoặc Đức Phật A Di Đà muốn chúng sanh sau khi chết đến được cõi an lành tịnh độ và thành Phật đạo.

Những vị Bồ Tát (Bodhisattva) là vị Phật đáng lý nhập Niết Bàn nghĩa là đã thoát khỏi sự tái sanh, luân hồi, nghiệp quả, nhưng vì họ còn thấy chúng sanh đau khổ trong bể trầm luân nên không nỡ nhắm mắt bước vào hẳn trong cõi Niết Bàn an lạc mà tự nguyện đầu thai trở lại mong cứu giúp kẻ phàm trần thấy rõ con đường phải đi, không còn lầm lạc…

(Husband/Wife) Karma

There can definitely be a strong karmic element between husband and wife. You will most likely be drawn to a particular person and marry that person because of a karmic tie. Often what we think of as romantic love is really a tool to learn and grow. This is why sometimes when we try to make someone fall in love and marry us we fail, because we are not meant to be with that person from the karmic point of view.

As with all aspects of spiritual growth, what becomes paramount in a marriage are the lessons you learn as well as how, together, you serve the divine plan. Look at how you are perfecting yourself in that relationship rather than looking for the perfect relationship. Are you handling that relationship in the best possible way? Are you kind and giving? Or is your love overly selfish?

One of the biggest decisions we make in life is who to marry. Some people regconize the one they will marry very quickly, while for others it's not always easy to regconize the right person. There are times when we miss the boat and marry the wrong person altogether. Many times, these marriages don't last, but sometimes they do, and the karmic chart of each person has to accommodate the new situation. However, you will still have to return in a future life to marry the person you were originally meant to be with.

What kind of karma brings two people together in marriage? The institution of marriage is sacred. In today's world, we tend to think of marriage more as a civil and legal commitment, but it is first and foremost a spiritual reunion.

There is a wonderful connection of two auras between people who marry in love. Each partner brings his or her own strengths to the relationship. It mirrors the dynamic/magnetic attributes of God and life itself.

Perhaps what frightens some people when it comes to marriage is that when you marry, you take on an aspect of the other person's karma. Now what does this mean? This means that you will share in the karmic conditions of your spouse. In marriage, both individuals bear the good and the bad of what is in the destiny of their partner. If your spouse has money karma, or job karma, or family karma, you will share in that experience.

Why is this so? It comes back to love. You do this out of love for the other person. Your willingness to sacrifice and be supportive of your spouse is an act of Divine Love. This is why a good marriage can teach us so much about love. Of course, this doesn't mean if your spouse wants to rob the bank that you should join in. You're still accountable for your personal actions.

It is truly tragic that too many marriages are not happy. Sometimes this is the result of past karma coming full circle, sometimes it is not. There are no simple answers. You must evaluate the situation on its own terms.

If you are in a difficult situation with your spouse, do your best to turn things around. If you have done your best and the situation is still hostile or has moved into a physically abusive relationship, then you have to leave. No one has the right to abuse another, no matter what the karma is. Two wrongs do not make a right. These are unfortunate situations where you may have to leave a relationship when it becomes unbearable, leaving the karma unresolved. In these situations, you will come back in the future lifetime to fully resolve what was left undone. This is why it's so important to do your best to work things out.

The truth is, many people today divorce too quickly. They bail out of the marriage at the first sign of conflict, and if there is karma involved, it delays the resolution of that karma. However, there are times when the divorce can be karmic. It is possible that you are not meant to be with the same person your whole life or you are meant to marry more than one person in a single life. This is something you must search out

very carefully in your own heart.

Nghiệp quả nhân duyên giữa vợ chồng, cha mẹ và con cái

Đức Phật thường nói rằng nếu không nợ nhau thì làm sao gặp gỡ. Cùng khám phá nghiệp quả giữa vợ chồng, cha mẹ và con cái:

“Có thể người vợ ở kiếp này là người bạn chôn kiếp trước, tới trả nợ cho bạn. Đứa con trai ở kiếp này, là chủ nợ của bạn ở kiếp trước, để đòi món nợ chưa trả. Đứa con gái ở kiếp này, là người tình ở kiếp trước, tới vì tình cảm chưa dứt. Người tình kiếp này, là vợ chồng của kiếp trước tới nối tiếp phần duyên phận chưa dứt. Hồng nhan tri kỷ của kiếp này là anh em của kiếp trước tới chia sẻ những tâm sự chưa nói hết. Người giàu có kiếp này là người giàu lòng thiện kiếp trước, tới nhận phần công đức đã phát ra từ kiếp trước… Đây không phải là mê tín mà là nhân quả luân hồi, là số kiếp. Phật thường nói rằng nếu không nợ nhau thì làm sao gặp gỡ”.

Bất cứ việc gì, bất cứ người nào, trong gia đình (ngay cả ngoài gia đình, bề trên, cấp dưới…) phàm làm khiến cho ta tổn hại, đều phải gánh chịu thọ báo. Gia quyến lục thân, đều do tứ nhân tương tụ (tứ nhân là trả nợ, đòi nợ, trả ơn và báo oán) bất luận chúng ta thọ báo bao nhiêu oan ức, không những không được sân hận, ngược lại phải sám hối cho nghiệp chướng của chính ta, tội nghiệp của quá khứ hay đời trước nay phải trả, nếu đem lòng sân hận, làm sao không tạo thêm nghiệp mới, “Chúng sanh oan oan tương báo đến bao giờ mới hết, nếu biết lấy ân báo oán thì oán liền tiêu trừ”.

Tất cả mọi nơi đều có oan gia trái chủ đến gây nạn (làm khó dễ) chúng ta phải phản tỉnh lại, tại sao họ không tìm người khác để gây phiền phức, đều do trong quá khứ hay đời quá khứ, chúng ta có làm điều gì sai lỗi với họ, ta phải tu nhẫn nhục, làm nghịch tăng thượng duyên, lúc đó mọi oán thù trong quá khứ nhờ đó mà được tiêu trừ.

Có rất nhiều người kết hôn nhưng suốt đời chẳng có con, vì sao?

Chẳng có duyên! Con cái phải có duyên với quý vị thì chúng mới đầu thai vào nhà quý vị. Chúng nó chẳng có duyên với quý vị, sẽ chẳng đầu thai vào nhà quý vị. Nói cách khác, chúng nó đi đầu thai, phải tìm đối tượng. Quý vị mong cầu chúng nó, chưa chắc chúng nó đã để ý tới quý vị! Tìm đối tượng nào? Có mối quan hệ trong đời quá khứ. Trong kinh, đức Phật đã nói bốn loại nhân duyên.

1) Loại thứ nhất là báo ân. Trong quá khứ (hay đời quá khứ), đôi bên có ân huệ với nhau, lần này chúng nó lại thấy quý vị, bèn đầu thai vào nhà quý vị, sẽ trở thành con hiếu, cháu hiền, đến để báo ân tình xưa.

2) Loại thứ hai là báo oán. Trong quá khứ (hay đời quá khứ), quý vị kết cừu hận với họ. Gặp gỡ lần này, họ đến làm con cái quý vị, mai sau lớn lên sẽ thành đứa con khiến cho gia đình suy bại, khiến cho quý vị nhà tan, người chết, nó đến để báo thù quý vị..! Vì thế, chớ nên kết oán cừu cùng kẻ khác. Kẻ oán cừu bên ngoài có thể đề phòng, chứ họ đến đầu thai trong nhà quý vị, làm cách nào đây? Quý vị hại người đó hay hại chết kẻ đó, thần thức kẻ ấy sẽ đến làm con cháu trong nhà quý vị. Đó gọi là “con cháu ngỗ nghịch” khiến cho nhà tan, người chết..!

3) Loại thứ ba là đòi nợ. Đời quá khứ, cha mẹ thiếu nợ chúng nó, chúng nó đến đòi nợ. Nếu thiếu nợ ít, nuôi hai, ba năm, con bèn chết. Nếu thiếu nợ nhiều, đại khái là nuôi đến khi tốt nghiệp đại học, sắp có thể làm việc bèn chết mất. Nợ đã đòi xong, nó bèn ra đi.

4) Loại thứ tư là trả nợ. Con cái thiếu nợ cha mẹ quá khứ (hay đời quá khứ) hiện tại hay đời này gặp gỡ, nó phải trả nợ. Nó phải nỗ lực làm lụng để nuôi nấng cha mẹ. Nếu nó thiếu nợ cha mẹ rất nhiều, nó cung phụng cha mẹ vật chất rất trọng hậu. Nếu thiếu nợ rất ít, nó lo cho cuộc sống của cha mẹ rất tệ bạc, miễn sao quý vị chẳng chết đói là được rồi. Hạng người này tuy có thể phụng dưỡng cha mẹ, nhưng thiếu lòng cung kính, chẳng có tâm hiếu thuận. Báo ân bèn có tâm hiếu thuận, chứ trả nợ chẳng có tâm hiếu thuận. Thậm chí trong lòng chúng nó còn ghét bỏ, chán ngán cha mẹ, nhưng vẫn cho quý vị tiền để sống, nhiều hay ít là do xưa kia quý vị thiếu chúng nó nhiều hay ít.

* Nhưng cũng có thể họ có nhiều duyên nợ với chúng sanh nhưng lại đi gieo nhân không con (như phá thai, sát sanh, giết người…) ở quá khứ hay tiền kiếp nên hiện tại lại phải trả nghiệp nên không có con hoặc họ muốn có con thì phải sám hối, và làm thật nhiều việc tốt, hướng thiện và phóng sanh… Nói chung thì đường đi của Luật nhân quả rất phức tạp khó ai thấu hiểu hết.

Đức Phật dạy rõ chân tướng sự thật, người một nhà là do bốn loại quan hệ ấy mà tụ hợp. Gia đình là như thế, mà người trong một họ cũng là như thế. Ân, oán, nợ nần nhiều, bèn biến thành cha con, anh em một nhà hay ân oán, nợ nần ít hơn cũng có thể biến thành thân thích, bầu bạn. Do đó, giữa người và người với nhau đều có duyên phận. Quý vị đi đường, một kẻ xa lạ gật đầu mỉm cười với quý vị cũng là do duyên phận xưa kia. Thấy một kẻ xa lạ, vừa thấy kẻ ấy liền cảm thấy gai mắt cũng là do duyên phận trong quá khứ.

Phải hiểu rõ chân tướng sự thật, chúng ta khởi tâm động niệm chớ nên không cẩn thận, ngàn muôn phần đừng kết oán cừu với hết thảy chúng sanh, đừng

nên có quan hệ nợ nần với hết thảy chúng sanh. Thiếu nợ phải trả cho sạch nợ, để tương lai hay đời sau khỏi phải đền trả nữa. Chuyện này rất phiền toái! Giáo huấn của thánh hiền Nho và Phật đều dạy chúng ta phải hóa giải ân oán. [Hóa giải] sẽ là phương pháp tốt lành nhất và viên mãn nhất. Chỉ có Nho và Phật mới có thể làm được, những thứ giáo dục khác trong thế gian chẳng thể thực hiện được! Chúng ta đọc để tham khảo và suy ngẫm là chính, chứ không có bất kỳ một ai rõ được đường đi tường tận của Luật Nhân quả, nghiệp báo và luân hồi. (Theo: Lặng Nhìn Cuộc Sống) ---ooOOoo--- How Soul Karma Works?

In looking at the dynamics of soul karma, let’s be clear that not every aspect of our nature is related to karma. As said, the soul has its own innate qualities. There’s a difference between bringing in a soul quality that simply needs developing and bringing in a weakness of character due to our own bad habit, misuse, or negligence.

As with other types of karma, it can often take many lives to work out soul karma. Let’s say that one of your lessons is to learn tolerance. It is your job to learn from and

respect others who are different from you or who do not subscribe to the same way of thinking or acting as you do. This lesson starts as part of your soul growth and is not related to a karmic condition.

As part of your life lesson, you are put in situation where your tolerance will be put to the test. Unfortunately, you may fail your test. Instead of accepting others for who they are, you may continually try to mold people in your own image. As a result, you create some soul karma plus some relationship karma as you will inevitably mistreat people because of your intolerance. In a future life, your soul comes in with an intolerance attitude toward others. Instead of softening and learning how to adapt, you become more intolerant.

You will carry this character flaw with you until you strengthen and master that trait. In the meantime, karma will inevitably accrue. Naturally, the sooner you strengthen the character weakness, the sooner you can turn things around. Otherwise, you could find yourself in a very difficult situation until you wake up. Eventually, illumination comes for us all.

It is not always easy to know if character weaknesses are a carryover from a previous lifetime or are expressions of free will. Generally, the harder the

weakness is to change, the deeper the roots. Yet either way, the lesson is to work on your weaknesses when you see them regardless of their roots. If you don't, they will come back in stronger ways and it will be more difficult for you to resolve.

Addictions can clearly be examples of past life habits coming back. If you were an alcoholic in a past life and did not resolve that addiction, you could carry it over to a future life. You can carry over the traits of fears and phobias to resolve as well. If you drowned in a boat accident, you may come back with a fear of the water; or if in the past life you fell to your death from a great height, you may develop vertigo in this life.

A wide variety of experiences over many lives shape your character. If you spend a lifetime in solitude, you may lose some of your communication skills and have to rebuild them in another incarnation. Sometimes we bury our positive traits for a time. If you are born outgoing but let fear get the better of you, you will come back in another life to work out that fear and rekindle your outgoing nature.

In developing your character, you want dynamics. Some people hardly change throughout their life, for better or worse. In truth this is not so good. This means stagnation. Life is dynamic. You want the flower of your life to bloom. It's not easy to develop your character. If it were, we'd all be saints by now. Every opportunity to develop yourself is an opportunity worth talking.

Earning Good Physical Karma

The Buddha teaches us: "To keep the body in good health is a duty…otherwise we shall not be able to keep our mind strong and clear." If you wish to earn good physical karma, you need to take care of the body you inhabit. It's that simple. It doesn't matter

what condition your body is in right now, take care of it to the best of your ability and you will build your ideal form. God will take care of the rest. If you are already blessed with an excellent physical form, you have earned this through effort. It's your job to continue to care for your physical form and keep refining its qualities.

Caring for your body includes proper nutrition, exercise, and rest. If you are misusing your body through abuse of smoking, drugs, alcohol, sex, overwork, you deplete the spiritual reserves within your body, and your next body in a future incarnation may not be as good. You pay the price for any type for

physical self-abuse. In addition to the basic care of the body, it's essential to attend to the spiritual needs of the body. Make sure your thinking and feeling are in a positive place. Feed your body with spiritual energy as this divine nutrition is more essential than food and drink.

As you care for your body, you rarefy the very atoms of your physical form. This gives your soul more expression. Body and soul can be compared to a piano and a pianist. No matter how good the pianist is, if the piano is broken down, the pianist cannot fully express his or her artistic intent. If our body are not in optimal shape, we will not be as responsive to the spiritual impulse as we otherwise could be.

In honoring and respecting the body, be careful not to worship the physical form. There are people who pay too much attention to the body. The mistake made here is putting body before soul, and that is not the purpose of the body. The body serves the soul.

As part of your learning experience, you may be deliberately given certain bodies to see how you handle the lessons they present. You may be given a strong or good-looking form to see if you will respect that form or take it for granted and misuse it. You may be deliberately given a weaker form to build your compassion for those who are less fortunate physically. In your evolution, you will experience just about every physical type there is so you receive a well-rounded spiritual education.

You will always be tested to see how well you honor the body. Let's say you live the life of a monk or a nun. You took good care of your body even if your body was not the most beautiful or strong. In your next life, you will most likely come in with a better physical form because of the good karma you have accrued. Now comes the test. How do you handle this form? Some continue to respect the form and continue to build its power. This is what happens with great beauty. That beauty is earned over several lifetimes of good physical care. Others, having no memory of the care it took to earn that body, take their healthy physique for granted. They abused their bodies.

They indulge themselves and at first seem not to pay a price, but sooner or later they will. Either in this life or the next, these people will have to start at square one and rebuild their form all over again.

Luân hồi: Nghiệp lực đời trước và bệnh tật đời này

Những điều xấu gây ra trong quá khứ không hề mất đi sau khi chúng ta chết. Gieo gì thì gặt nấy. Nghiệp lực đời trước sẽ gây ra đau khổ trong đời này. Người Trung Quốc có câu "thiện ác hữu báo" được truyền lại qua nhiều thế hệ, cũng chính là giải thích về quy luật nhân quả trong cuộc sống.

Y học hiện đại đã phát triển tới mức các loại thuốc và phương pháp trị bệnh mới liên tục xuất hiện. Tuy nhiên, con người vẫn ốm, và bệnh tật ngày càng trở nên dị thường. Sau khi ốm, người ta đi khám bác sĩ, được kê đơn, uống thuốc hay tiêm thuốc, và thậm chí là phẫu thuật. Y học hiện đại tin rằng với mỗi loại bệnh thì có những biện pháp tương ứng để chữa trị.

Để ủng hộ học thuyết này, thuốc kháng sinh đã được phát minh để chống lại các căn bệnh gây ra bởi vi khuẩn và virus. Tuy nhiên, bất cứ khi nào vi khuẩn hay căn bệnh trở nên nhờn thuốc, người ta lại phải nghiên cứu ra các cách chữa trị mới. Với những căn bệnh kỳ lạ thì không có phương pháp nào đáng tin cậy để điều trị. Các bệnh nhân chịu đựng những căn bệnh dường như vô phương cứu chữa này phải chuyển sang những phương thức trị liệu khác, chẳng hạn như Trung y, châm cứu hoặc khí công. Những phương thức này có thể làm giảm các triệu chứng. Tại sao y học hiện đại không thể chữa, mà những phương thức cổ truyền lại có thể? Cuối cùng, đâu là nguyên nhân gốc rễ của bệnh tật?

Trong giới tu luyện, người ta tin rằng "nghiệp" được tích tụ từ những kiếp trước và khiến người ta bị bệnh. Cũng có nghĩa rằng, con người không chỉ có một đời, mà là nhiều đời, và "tội lỗi" gây ra được tích lại qua thời gian. Càng phạm nhiều tội thì căn bệnh càng khó chữa. Nghiệp lực từ các kiếp sống trước có tác dụng nhân quả dẫn đến bệnh tật trong đời này. Đối với hầu hết con người ngày nay, điều này như rất kỳ lạ và khó tin. Tuy nhiên trên thực tế, ngày nay có những người thực sự vận dụng nguyên lý này để trị bệnh. Nhiều nhà khoa học thủ cựu đã tiến hành rất nhiều nghiên cứu và xác nhận quan điểm này. "Liệu pháp tiền kiếp" chỉ là một ví dụ điển hình.

Ở phương Tây, "liệu pháp tiền kiếp" đang ngày càng nhận được sự chú ý của cộng đồng khoa học. Cuốn sách Many Mansions được viết bởi giáo sư Gina Cerminara đã ghi lại phương pháp điều trị được Edgar Cayce tiến hành sau khi "soi kiếp" cho bệnh nhân.

Edgar Cayce là một nhà thôi miên và tiên tri người Mỹ có "công năng đặc dị", người có thể chẩn đoán và điều trị bệnh nhân từ cách xa nhiều dặm. Trong số

các bệnh nhân được Edgar Cayce điều trị, một trường hợp có thể lấy làm ví dụ như sau:

Có một cậu bé 11 tuổi mà từ năm lên hai đã mắc bệnh đái dầm. Khi cậu lên ba, cha mẹ cậu tìm một nhà tâm lý học tới để chữa trị. Sau một năm, việc điều trị vẫn không có kết quả. Cha mẹ cậu đã dành rất nhiều thời gian và công sức để tìm một phương pháp chữa trị. Tuy nhiên đến năm 11 tuổi, cậu bé vẫn không thể ngừng đái dầm.

Lúc cậu bé 11 tuổi, cha mẹ cậu đã nhờ Edgar Cayce chữa cho cậu. Sau khi "soi" được tiền kiếp của cậu bé, Cayce khám phá ra rằng vào thế kỷ 17, câu bé đã từng là một Giám mục người Anh. Cậu thích dùng cực hình với các tù nhân khi xét xử họ. Tù nhân

bị trói vào một chiếc bảng và từ từ nhấn xuống nước lạnh.

Phát hiện này đã cho thấy tội lỗi của cậu trong tiền kiếp, và tạo nên một dấu ấn trên thận của cậu trong kiếp này để trả nghiệp mà cậu đã gây ra.

Sau khi Edgar Cayce tìm được căn nguyên, cậu bé đã có hy vọng được cứu chữa. Khi cậu bé ngủ vào ban đêm, cha mẹ cậu đã ngồi bên giường cậu và đọc cho cậu nghe: "Con là một người lương thiện và tốt bụng. Con muốn mọi người được hạnh phúc. Con sẽ giúp đỡ bất cứ ai mà con gặp..." Kết quả là đêm đầu tiên sau 9 năm, cậu bé đã ngưng đái dầm. Cha mẹ cậu tiếp tục điều này trong vòng vài tháng, và sau đó cậu đã hoàn toàn khỏi bệnh. Kể từ khi cậu bé trở thành một người hoàn toàn khác, ai cũng yêu mến cậu. Cậu rất sốt sắng vì công việc chung và khoan dung với người khác.

Những điều xấu gây ra trong quá khứ không hề mất đi sau khi chúng ta chết. Nghiệp lực đời trước sẽ gây ra đau khổ trong đời này. Người Trung Quốc có câu "thiện ác hữu báo" được truyền lại qua nhiều thế hệ, cũng chính là giải thích về quy luật nhân quả trong cuộc sống. Nguyễn Tâm (tổng hợp) ---oooOoOooo---

A Reincarnation Story Of Physical Karma

In this story from the Book of Life, we turn to China in the 1800s. Ai-ling was a woman born into a wealthy family. Her family inherited a lot of property. She had two brothers and two sisters. She was a good person. She married a

good man and they had a son together. Ai-ling was born physically strong and beautiful. She enjoyed herself and traveled around the world. She was good with her money and helped others, although she did not have a career. Her weakness in this life was indulgence in drinking, and especially smoking. Because she had such a strong constitution, it seemed like she did not feel the physical effects of her indulgences. At one point, she fell during one of her binges and seriously hurt her hand. For a while she stopped, but as soon as her hand healed, she continued to indulge herself. Eventually she contracted lung cancer and died. However, in this life she did not make the connection between her lifestyle and her demise.

In her next incarnation, Ai-ling was born Peter Fitzgerald in the 1900s. Peter was Irish but his family was living in Paris. He came from a big family and again there was wealth that came from an inheritance. The family was in the clothing business. In this life Peter did not have such a great body. He was fairly good-looking but did not have the looks of his incarnation as Ai-ling, and he was prone to illnesses, especially as a child. Despite this, he was happy- go lucky and went into the family clothing business. In this life he did not marry and seemed to carry over the desire to indulge himself and here he also liked living the life of a bachelor. His family loved to drink, and again, Peter unintentionally end up repeating his karmic pattern of drinking and smoking.

This time his body did not handle his lifestyle well, and he was constantly sick. It put a damper on his carousing, but again he did not get the message that he was abusing his body. As in his previous incarnation, in other parts of his life things were good. He

showed good business acumen and was kind and generous with others. So in that part of his life he earned good karma. His fall, once again, was his treatment of his body. As the Higher shared, when we repeat our mistakes rather than resolve them, our karma is compounded.

Peter's body could not tolerate his behavior. By thirty-five years of age, he contracted lung cancer and died. Unfortunately, once again he was stubborn and did not make the connection between his lifestyle and his illness. This indicates that he will face more difficulties in future lives until he learns the lesson for caring the body.

Peter is currently on the other side, and the Higher has shared that he will be born with a birth defect in his next life. He will have a chronic problem with his eyes. One might ask, here, if he abused his lungs, why would the physical karma come back to the eyes? Actually, he will have to deal with his lungs in

yet another life but in this life, he needs to have the vision to make the connection between personal lifestyle and physical health.

The spiritual attribute of the eyes is perception. If you "turn a blind eye" to something that is right in front of you, it is possible that you can develop eye trouble somewhere down the line, and this will be the case with Peter. For his life with a chronic eye issue, he will come to understand how important the body is and how essential it is to properly care for his body. Yes, it is a hard lesson, but caring for the body temple is one of the most important lessons of life… (Karma and Reincarnation by Barbara Y. Martin & Dimitri Moraitis)

---oOo---

What is the difference between rebirth and reincarnation?

(Mary Collings)

In a nutshell, the differences are that:

Reincarnation is the continuation of the individual's person / essence / soul, living in one human body after another. This is sometimes called transmigration (movement) of the soul.

Rebirth is the belief in the continuity of karmic tendencies from one life to another. Buddhism teaches that life continues after death. Rebirth in a future existence is not the continuation of a past personality. It is seen as a fresh start. All animals, plants, people and even stars continue in the eternal cycle of birth and death.

Rebirth allows the individual no choice over their next life. It is entirely determined by the state of their karmic lessons. They return again to 'sow what they reaped' in their previous lives.

Reincarnation allows free choice in that the individual is helped to choose who their next parents will be. They are chosen with a view to presenting the individual with the opportunities needed to learn spiritual lessons and improve their karma.

So although rebirth and reincarnation both have the same goal of learning lessons, rebirth is automatically dictated by an individual's previous actions and reincarnation is the voluntary choice to return and improve.

Repeated reincarnations can ultimately lead to the purity of mind and soul that no longer requires further lives to be lived as humans. However, once a great master has attained this elevated state, they often continue to return in order to free sentient beings from suffering on the earth plane.

This selfless continuation may be as a very quiet and humble person or as a prominent world leader - both are able to affect great changes in large numbers of people.

Sự khác biệt giữa đầu thai và tái sinh là gì?

Tóm lại, sự khác biệt là:

Sự tái sinh là sự tiếp nối của cá nhân / tinh túy / linh hồn cá nhân, sống trong cơ thể người này với người khác. Điều này đôi khi được gọi là sự chuyển đổi (chuyển động) của linh hồn.

Tái sinh là sự tiếp nối của một hành vi cá nhân và xu hướng nghiệp chướng duy nhất - sau khi chết. Nó không phải là sự tiếp tục của con người.

Tái sinh là niềm tin vào sự liên tục của các khuynh hướng nghiệp từ kiếp này sang kiếp khác. Phật giáo dạy rằng cuộc sống vẫn tiếp tục sau khi chết. Tái sinh trong một sự tồn tại trong tương lai không phải là sự tiếp nối của một nhân cách trong quá khứ. Nó được xem như một khởi đầu mới. Tất cả động vật, thực vật, con người và thậm chí các ngôi sao vẫn tiếp tục trong vòng luân hồi sinh tử vĩnh cửu.

Tái sinh cho phép cá nhân không có sự lựa chọn trong cuộc sống tiếp theo của họ. Nó hoàn toàn được xác định bởi trạng thái của các bài học nghiệp chướng của họ. Họ trở lại một lần nữa để 'gieo những gì họ gặt hái' trong kiếp trước.

Luân hồi cho phép lựa chọn tự do trong đó cá nhân được giúp đỡ để chọn ai là cha mẹ tiếp theo của họ. Họ được chọn với mục đích trình bày cho cá nhân những cơ hội cần thiết để học những bài học tâm linh và cải thiện nghiệp lực của họ.

Vì vậy, mặc dù cả tái sinh và luân hồi đều có chung một mục tiêu là học hỏi, tái sinh tự động bị quyết định bởi những hành động trước đây của một cá nhân và luân hồi là sự lựa chọn tự nguyện để trở lại và cải thiện.

Tái sinh lặp đi lặp lại cuối cùng có thể dẫn đến sự tinh khiết của tâm trí và linh hồn mà không còn đòi hỏi cuộc sống tiếp theo để được sống như con người. Tuy nhiên, một khi một bậc thầy vĩ đại đã đạt được trạng thái nâng cao này, họ thường tiếp tục quay trở lại để giải thoát chúng sinh khỏi đau khổ.

Sự tiếp tục vị tha này có thể là một người rất trầm tính và khiêm tốn hoặc là một nhà lãnh đạo thế giới nổi bật - cả hai đều có thể ảnh hưởng đến những thay đổi lớn trong số lượng lớn con người.

---oooOooo---

Phước Báo & Phước Báu - Tu tâm dưỡng tánh

Trong cuộc sống hằng ngày chúng ta thường nghe nói: Người này "có phước" quá, cho nên mới được vừa giàu sang, vừa học giỏi, vừa đẹp đẽ, vừa mạnh khỏe, vừa may mắn, cầu con được con, cầu của được của, vạn sự như ý, tùy tâm mãn nguyện. Hoặc cũng có khi chúng ta nghe nói: Người này "bạc phước" quá, cho nên làm chuyện gì cũng thua lỗ, tính toán việc gì cũng hỏng, muốn gì cũng không nên, cầu gì cũng chẳng được, tai họa xảy ra tới tấp, gặp xui xẻo liên miên! Khi được may mắn, khi được sung sướng, khi được những sự như ý, khi được tất cả những điều gọi là "có phước", người đời thường nghĩ rằng, cho rằng: mình có phước báo như vậy là do trời thương, trời ban cho mình! Những người đó không chịu tìm hiểu thêm: Tại sao ông trời lại thương mình và ban cho mình phước báo như vậy, mà không ban cho biết bao nhiêu người khác? Như vậy có phải là bất công chăng? Như vậy có đúng chăng? Tại sao con người lại có ý nghĩ như vậy? Sở dĩ con người có ý nghĩ như vậy là do tâm ích kỷ nhiều đời, do tập khí tham lam bỏn sẻn, do tánh ganh tị đố kỵ mà ra. Con người khi được sung sướng, thì mặc kệ người khác ra sao, chẳng bận tâm đoái hoài, đó là tâm ích kỷ. Con người khi được toại nguyện, muốn gì được nấy, thì mặc kệ người khác ra sao, thậm chí trong lòng còn chẳng muốn ai khác được như vậy, đó là tập khí tham lam bỏn sẻn. Con người khi được thành công thắng lợi, thì mặc kệ người khác ra sao, chẳng muốn ai khác bằng mình hay hơn mình, đó là tánh ganh tị đố kỵ.

Thực ra, không có ông trời, thượng đế, hay đấng tạo hóa nào làm những chuyện bất công, thiên vị như vậy. Những "phước báo" chúng ta đã hưởng,

đang hưởng, và sẽ hưởng, chính do chúng ta đã tạo trong nhiều kiếp trước và ngay trong kiếp này. "Mình làm mình chịu, mình làm mình hưởng" mới là lẽ công bằng tuyệt đối vậy. Cũng không ít người thắc mắc: Làm sao biết mình "có phước" hay không? Làm sao để tạo “phước báu” ? Đồng thời chúng ta cũng cần nên biết: thế nào là phước hữu lậu và thế nào là phước vô lậu? Và khi làm phước giúp đỡ ai điều gì, mình nên nguyện như thế nào?

Trên thế gian này, nếu ngước nhìn lên chúng ta sẽ thấy không biết bao nhiêu người giàu sang hơn mình, học thức hơn mình, khỏe mạnh hơn mình, sung sướng hơn mình, đẹp đẽ hơn mình, địa vị hơn mình, quyền thế hơn mình, may mắn hơn mình, nhàn nhã hơn mình, bình yên hơn mình, thông minh hơn mình, sáng suốt hơn mình, nhứt là không biết bao nhiêu người tu tập giác ngộ hơn mình, được an lạc và hạnh phúc hơn mình. Những người như vậy chính là những người "có phước" hơn mình. Trái lại, khi nhìn xuống chúng ta sẽ thấy không biết bao nhiêu người nghèo hèn hơn mình, dốt nát hơn mình, yếu đuối hơn mình, khổ sở hơn mình, xấu xí hơn mình, thấp kém hơn mình, cô thế hơn mình, xui xẻo hơn mình, cực khổ hơn mình, hoạn nạn hơn mình, đần độn hơn mình, tối tăm hơn mình, nhứt là không biết bao nhiêu người không được sống an lạc và hạnh phúc như mình. Những người như vậy chính là những người "bạc phước" hơn mình. Như vậy, rõ ràng chúng ta được gọi là "có phước", hay đang thọ hưởng

"phước báo", nếu như chúng ta có đủ tay chân, mắt mũi vẹn toàn, cơm ăn áo mặc, khỏe mạnh ít đau, sống lâu trăm tuổi, tâm trí bình thường, gia đình hạnh phúc, cuộc sống tương đối đầy đủ, cuộc đời tương đối bình yên, không gặp hoạn nạn, không gặp hiểm nguy, không gặp tai biến, không gặp chiến tranh, không gặp đói khát, không gặp kẻ thù, không gặp thiên tai, hỏa hoạn động đất, bão lụt cuồng phong. Khi nào bị đau mắt, không còn nhìn thấy được gì nữa cả, chúng ta mới thấy giá trị của đôi mắt, giá trị của thị giác, mà hằng ngày chúng ta không lưu tâm. Đến khi gặp thầy gặp thuốc, được chữa lành bệnh, đôi mắt trở lại như xưa, chúng ta mới thấy là mình đang "có phước"! Hoặc khi nào bị bệnh bại xuội cả hai chân, không còn đi đứng được bình thường, phải dùng xe lăn. Đến khi khỏi bệnh, được bình phục như xưa, chúng ta mới thấy là mình đang "có phước"! Thí dụ như trên một chuyến máy bay, một chuyến tàu thủy hay một chuyến xe lửa gặp tai nạn, hằng trăm người thương tích tử vong, những người được sống sót chính là những người "Đại phước" vậy. Họ là những người theo đủ mọi tôn giáo, thuộc đủ mọi sắc dân, thuộc đủ mọi thành phần trong xã hội, gồm đủ mọi lứa tuổi, nhưng điểm quan trọng là: chính họ đã "tu nhơn tích phước" nhiều đời nhiều kiếp trước, mới được sống còn như vậy, chứ không phải do họ cầu nguyện van xin thánh thần thiên địa gì cả, dù là chí thành và khẩn thiết lắm, trong lúc ngộ nạn, mà được đâu! Chúng ta thử suy nghĩ: trong khi lâm nạn, người thì cầu Đức Mẹ cứu

giúp, người thì cầu Bồ Tát Quán Âm cứu tai, cứu khổ, cứu nạn. Vậy, khi cả hai người cùng thoát được nạn, vị nào thực sự đã tế độ họ? Thực sự chính "phước báo" của mỗi người đã cứu chính họ mà thôi. Người có "phước báo" nhiều hơn, thoát nạn một cách an ổn hơn. Người có "phước báo" ít hơn, thoát nạn với một chút xây xát. Người hết phước báo, không phước báo, thì đã vong mạng! Thậm chí trong số những người tử vong trong các tai nạn, nhiều trường hợp có cả các chức sắc thuộc các tôn giáo, có cả những người đã từng đại diện thượng đế tha tội cho nhiều người khác! Còn chính họ có tội nghiệp, đến lúc phải trả, vẫn phải đền trả quả báo, nghiệp báo như mọi người khác vậy! Chúng ta đọc báo cũng thấy có những chuyến hành hương cầu nguyện của các tôn giáo, bị lật xe trên đường đi hoặc trên đường về, gặp nạn hỏa hoạn tại thánh địa, tại khu vực hành lễ, khiến cho hàng trăm người, hàng ngàn người tử vong thương tích. Điều này giúp cho chúng ta nhận định rất rõ ràng rằng: con người tạo nghiệp báo, dù vô tình hay cố ý, cho đến lúc quả báo chín mùi, lại không có phước báo che chở, thì cầu nguyện van xin cũng chẳng ích lợi gì, chẳng có hiệu quả gì. Có ông Liêm Sứ ở Hồng Châu, đến hỏi Thiền sư Mã Tổ Đạo Nhất: Uống rượu ăn thịt là nên hay không nên? Mã Tổ Đạo Nhất đáp: Uống rượu ăn thịt là cái "lộc" của ngài. Không uống rượu ăn thịt là cái "phước" của ngài! Có phước mới hưởng lộc. Có phước mới trường thọ. Không phước sao được hưởng lộc, sao được trường thọ? Như vậy, chúng ta đã tạm hiểu thế nào là "có phước". Bây giờ chúng ta thử tìm hiểu vấn đề: trong cuộc sống hằng ngày, những phương cách nào, những pháp môn nào, những việc làm nào, những hành động nào, những lời nói nào, hay những ý nghĩ nào có thể tạo "phước báu", công năng và ích lợi của "phước báu" như thế nào?

1.Trước tiên là Bố Thí - Hạnh bố thí là nền tảng của tất cả các hạnh lành, là căn bản của việc thực hành giáo pháp, luôn luôn được đề cập đến trong Phật giáo. Bản chất của con

người thế gian là luôn luôn muốn có, muốn thêm, muốn nữa, không bao giờ thấy đủ, không bao giờ thỏa mãn với những gì mình đang có. Cho nên, nếu được lên thiên đàng, nếu được về cõi tây phương, mà vẫn còn giữ lòng tham như vậy, gọi là "đới nghiệp vãng sanh", thì con người vẫn thấy khổ đau như hiện đời vậy thôi. Muốn được an lạc hạnh phúc hiện đời, ngay tại thế giới ta bà này, hãy vui thích với những gì mình đang có, bởi vì mình không thể có những gì mình thích. Mong cầu nhiều, mơ ước nhiều, chỉ thêm nhiều đau khổ mà thôi. Thực là đơn giản!

Đạo Phật dạy hạnh bố thí để giúp con người dẹp lòng tham lam ham muốn, ích kỷ hẹp hòi, gồm có tham tiền tài, tham sắc đẹp, tham danh vọng, ham ăn ham uống, ham ngủ ham nghỉ. Đạo Phật dạy hạnh bố thí để đem lại an lạc và hạnh phúc cho người đời. Tại sao vậy? Bởi vì với lòng tham ngũ dục: tài, sắc,

danh, thực, thùy, nói trên, con người trên thế gian phải đấu tranh, giành giựt, phải dùng mọi thủ đoạn để thỏa mãn, bất chấp sự đau khổ của kẻ khác, bất chấp sự an nguy của chính bản thân, với bất cứ giá nào cũng phải đoạt cho bằng được sự như ý! Không được thỏa mãn, con người dễ nổi lòng sân hận, thù đời ghét người, oán trời trách đất! Hạnh bố thí giúp con người hiểu được ít nhiều sự an lành thiết thực của người và của chính mình như thế nào. Cái gì mình tiêu xài thì đã qua mất rồi. Cái gì mình đang có chưa chắc giữ được lâu dài, nhưng chắc chắn rằng sẽ để lại khi qua đời. Chỉ có những gì mình đã bố thí, đã cho ra, mới thực sự là "của mình", mới thực sự là "phước báu", và sẽ đến với mình qua các dạng: bình yên may mắn, tai qua nạn khỏi, cầu gì được nấy, trong cuộc sống hằng ngày của chúng ta. Trong khi thực hành hạnh bố thí, chúng ta đừng nên thắc mắc: nếu mình quyên góp tiền bạc cho một người hay một tổ chức nào đó, để làm việc từ thiện, nhưng họ không làm đúng như lời họ nói, thậm chí họ còn lợi dụng lòng tốt của nhiều người để thủ lợi, làm việc sai trái, thì mình có được "phước báu" hay không? Tại sao vậy? Bởi vì khi chúng ta tự nguyện, phát tâm tùy hỷ, đóng góp tịnh tài cho một việc từ thiện, cứu người giúp đời, với tâm vị tha bất vị kỷ, vì người quên mình, vì muốn giúp người, không vì phước báu cho mình, thì chúng ta đã có "phước báu" ngay tại chỗ đó rồi, ngay từ lúc phát tâm tùy hỷ như vậy đó. Còn chuyện người đó, chùa đó, tổ chức đó, có làm đúng hay không, tội nghiệp họ tạo, quả báo họ sẽ tự nhận. Nhân nào quả nấy. Chúng ta không cần phải bận tâm! Chúng ta cũng được hiểu thế nào là "phước điền" cao thượng nhứt, đó là những "ruộng phước" đem lại nhiều "phước báu" nhứt, khi hành động tạo phước của chúng ta hướng đến. Cũng ví như người nông dân hiểu biết đám ruộng nào phì nhiêu, trồng trọt sẽ cho năng suất cao nhứt. Phước điền cao thượng đó chính là bốn ơn nặng, hay tứ trọng ân, gồm có: ơn cha mẹ, ơn thầy bạn, ơn xã hội, ơn tam bảo. Hạnh bố thí dù là tài thí, pháp thí hay vô úy thí, đều đem lại "phước báu" vô lượng vô biên, nếu như mình làm hạnh bố thí với thiện tâm, trực tâm và bồ đề tâm. Nghĩa là tạo được bao nhiêu "phước báu" do hạnh bố thí, chúng ta đều nên phát tâm "hồi hướng" cho toàn thể chúng sanh trong pháp giới đồng thọ hưởng. Có như thế, quả báo phước đức sau này, còn gọi là phước báo, mới thực sự to lớn. Tại sao vậy? Bởi vì không giữ riêng cho mình, dù là "phước báu" do chính mình tạo nên, có nghĩa là mình đã diệt được lòng tham. Khi lòng tham đã diệt được, sự giải thoát mới hoàn toàn, phước báo mới vô lượng vô biên vậy.

2.Thứ hai là Trì Giới - Trì giới là nghiêm chỉnh ăn ở theo đúng giới luật của Phật Tử, dù là cư sĩ tại gia, hay tu sĩ xuất gia. Nhờ đó, trong cuộc sống, chúng ta không làm tổn nhơn, hại vật, trong khi tạo ích lợi cho mình. Đó là cách tạo "phước báu" vô cùng vô tận, không thể nghĩ bàn. Thí dụ như chúng ta trì giới

không nói dối, không nói lời xuyên tạc, thêm bớt, vu cáo, để buộc tội, vu oan cho kẻ khác phải chịu nhiều đau khổ, cho thỏa mãn lòng căm tức của chúng ta đối với người đó, dù cho đó là kẻ thù, hay kẻ mình không ưa cũng vậy. Thí dụ như người tu sĩ Phật giáo cố gắng giữ gìn giới hạnh trong sạch, cuộc sống thanh tịnh, chăm lo tu học, không tham gia hoạt động thế sự, không lo chuyện thế gian, không ham danh văn sĩ, thi sĩ, tiến sĩ gì gì đó với đời, thì vị tu sĩ đó đem lại biết bao nhiêu "phước báu" cho chính bản thân, cho đồng bào Phật Tử và cho đạo pháp. Được như vậy, không cần đợi đến kiếp mai sau, mà ngay hiện tại, trên cuộc đời này, ở tại nơi đây, trong kiếp sống này, chúng ta có thể thọ hưởng "phước báu" của một nếp sống giới hạnh. Lợi ích của giới đức phát sanh ngay trong hiện tại. Hiện tại rất quan trọng đối với người biết sống trong tỉnh thức, biết quán sát nội tâm, biết giữ gìn giới hạnh. Quá khứ đã trôi qua, nhớ nhung tiếc nuối chỉ phí phạm thời giờ, chẳng những điên rồ, mà đôi khi còn tạo nghiệp xấu, vì những chuyện tức giận, thù hận đã qua. Trong khi đó, tương lai chỉ là viễn ảnh mơ hồ, không có gì cố định, không có gì chắc chắn.

Người nào hẹn đến khi có tuổi rồi, mới cạo đầu vào chùa bắt đầu tu, cũng là người đang sống trong mơ, đang trong cơn mê. Tại sao vậy? Bởi vì có ai biết được chắc chắn mình sống đến bao lâu? Trong khi đó, chúng ta có thể tạo "phước báu" bằng cách tu tâm dưỡng tánh, ngay hiện tại, trong cuộc sống hằng ngày, đừng đợi đến ngày nào cả. Tu tâm dưỡng tánh được ngày nào, chúng ta hưởng "phước báu" ngay ngày đó, thì tại sao phải hẹn? Vã lại tu tâm dưỡng tánh đâu phải là việc dành riêng cho các tu sĩ, hoặc đâu phải cạo đầu vào chùa mới gọi là tu! Các bậc tôn túc thường nhắc nhở chúng ta: "tu mau kẻo trể" và "tu trong mọi hoàn cảnh", chính là nghĩa đó vậy. Chẳng hạn như trước đây, chúng ta thích bàn chuyện thị phi, phải quấy, tốt xấu, thích xen vào chuyện của thiên hạ thế nhân, cho nên lắm khi gặp rắc rối, tranh cãi, đôi co, mích lòng, có khi dẫn tới chuyện kiện tụng lôi thôi. Bây giờ chúng ta hiểu được giáo lý đạo Phật, biết rằng tu tâm dưỡng tánh đem lại nhiều "phước báu" hiện đời, có thể thực hành trong mọi hoàn cảnh, chúng ta quyết tâm dừng ngay, chừa bỏ tất cả, thì cuộc sống sẽ an lạc và hạnh phúc, không còn phiền não và khổ đau nữa. Giới luật ví như hai đường sắt của một tuyến xe lửa. Chiếc xe lửa nào, chạy đúng đường sắt, sẽ chạy ngon lành, đến nơi đến chốn, bình yên vô sự. Chiếc nào mà chạy, trật khỏi đường rầy, tức nhiên lật gọng, tai nạn thê thảm. Cũng vậy, những người Phật Tử, dù tại gia cư sĩ, hay xuất gia tu sĩ, trì giới thanh tịnh, sẽ tu tinh tiến, kết quả rõ ràng, bớt chuyện phiền não, giảm thiểu khổ đau, chóng được niết bàn, an lạc hạnh phúc, ngay tại hiện đời.

3.Thứ ba là Nhẫn Nhịn - Có người quan niệm: nhịn thì nhục, cự thì đục. Họ cho rằng nếu nhịn được đằng chân, chúng sẽ lân đằng đầu, được nước lần này

chúng sẽ làm tới lần sau, nhịn hoài chúng sẽ cho là mình ngu, cho là mình hèn, làm sao nhịn nổi, tại sao phải nhịn chứ? Chính quan niệm như vậy khiến cho cuộc đời luôn

luôn đầy dẫy những tranh chấp, cãi vã, hơn thua, kiện tụng, đấu tranh, cho nên thường dẫn đến phiền não và khổ đau. Thực ra, chính vì con người không thể thực hành được "hạnh nhẫn nhịn" cho nên mới có quan niệm như trên. Người ta mắng mình một tiếng, mình trả một miếng, có khi nhiều hơn, thì dễ dàng quá. Người ta hành động, không tốt với mình, mình liền trả đủa, hết sức nặng nề, cho thiệt hả giận, cho thực đả nư, thì dễ dàng quá. Nhưng còn tiếp theo, sau đó thì sao? Câu chuyện như vậy, biết đến bao giờ, mới được chấm dứt, và dứt thế nào? Người ta lỡ lầm, vi phạm tội ác, mình đòi trừng phạt, cho thiệt xứng đáng, phanh thây xẻ thịt, treo cổ bắn bỏ, đày xuống địa ngục, bỏ tù rục xương, rủa xả chửi mắng, tưng bừng tơi tả, thì hãy thử nghĩ: ai ác hơn ai? Có những người trên thế gian này xin ân xá cho kẻ phạm tội đã giết người thân của mình, bởi vì những người đó đã biết cảnh mất người thân, đau khổ như thế nào, nên không muốn gia đình phạm nhân lâm vào cảnh ngộ bi thương đó. Chúng ta đọc báo thấy thực sự có những người như vậy, nhưng rất hiếm hoi!

Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật có dạy: "Lấy oán báo oán, oán nghiệp chập chùng. Lấy ơn báo oán, oán nghiệp tiêu tan". Người ta mắng mình một tiếng, nếu mình nhịn được, không trả một miếng, mới thực là khó. Người ta hành động, không tốt với mình, mình không hành động, giống y như vậy, mới thực là khó. Hơn nữa, nếu người ta gặp, khó khăn hoạn nạn, mình sẵn sàng giúp, thực tâm thực tình, hết lòng hết dạ, lại càng khó hơn. Làm được như vậy, mọi chuyện bình yên, tiếp theo sau đó. Câu chuyện thù oán, chắc chắn chấm dứt, một cách êm đẹp, nhẹ nhàng dễ dàng.

Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật có dạy: "Thắng vạn quân không bằng tự thắng mình. Tự thắng mình là điều cao quí nhất". Nghĩa là tự kềm chế bản thân, tự kềm chế hành động, tự kềm chế ngôn ngữ, tự kềm chế ý nghĩ của chính mình, mới thực là khó. Con người thường bị tâm tham lam, tâm sân hận và tâm si mê sai khiến, điều khiển, cho nên cuộc đời mới gặp nhiều phiền não và khổ đau. Khi tâm tham khởi lên, khi tâm sân khởi lên, khi tâm si khởi lên, người nào tỉnh thức, tự kềm chế được, tự hóa giải được, thì cuộc sống sẽ an lạc hạnh phúc. Chiến thắng được tâm tham lam, sân hận, si mê của chính mình, mới thực sự gọi là "có phước", mới thực sự đem lại an lạc và hạnh phúc cho cuộc đời mình. Cho nên cổ nhân có dạy: "Một sự nhịn chín sự lành", chính là nghĩa đó vậy.

Khi chiến thắng được tâm tham chẳng hạn, không đi ăn trộm, không chôm chĩa đồ, không gạt gẫm người, con người khỏi gặp rắc rối với pháp luật. Khi chiến thắng được tâm sân chẳng hạn, không chửi mắng đánh đập, không trả thù người khác, không thưa gửi kiện tụng, không gây thêm phiền não, không tạo thêm kẻ thù, không tăng thêm nghiệp báo, không chuốc thêm oán hờn, không làm chuyện càn dở, con người được thoải mái bình yên. Khi chiến thắng được tâm si chẳng hạn, không mê tín dị đoan, không uống nước sông suối, chẳng có chút vệ sinh, lại cho là nước thánh, không tin chuyện huyễn hoặc, không tin thiên linh chuỗi, chẳng có căn cứ, con người được bình tĩnh, tâm trí sáng suốt. Nhờ đó, con người sẽ ăn được ngon, ngủ được yên. Sách có câu: "Ăn được ngủ được là tiên". Đó là "phước báu" do chính mình tạo nên, không do trời ban, không do cầu nguyện.

4.Thứ tư là Tinh Tấn - Tinh tấn nghĩa là siêng năng, cần mẫn tu tâm dưỡng tánh trong mọi hoàn cảnh, trong mọi động tác, đi, đứng, nằm, ngồi, để ngăn chận ba nghiệp, không tạo thêm tội lỗi, nghiệp báo mới. Không phải đợi đến lúc quỳ trước bàn Phật, hay đi đến chùa, hoặc dự các khóa tĩnh tâm, mới gọi là tu! Tu như vậy ít quá, một tháng mới có một khóa tu, một tuần mới đến chùa một lần, một ngày niệm hương trước bàn thờ, hay ngồi thiền, chừng một tiếng đồng hồ, 23 tiếng còn lại, tha hồ để tâm trí dong ruỗi theo những ý nghĩ tạp nhạp, thương người này, ghét người khác, thị phi phải quấy, tâm trí bất định. Đến khi nghịch cảnh xảy đến, tai nạn giáng xuống, không đủ năng lực để đối phó, tâm trí của chúng ta sẽ xáo trộn, bất an, đương nhiên dẫn đến khổ đau và than trời trách đất. Sách có câu: "Mấy người lòng dạ tinh ma. Đã làm phải chịu, kêu mà ai thương", chính là nghĩa đó vậy. Chúng ta tinh tấn làm tất cả các điều thiện, dù lớn dù nhỏ, cứu người giúp đời, làm cho cuộc sống của chính mình và của những người chung quanh, có ý nghĩa hơn, an lạc hơn và hạnh phúc hơn. Chúng ta tinh tấn diệt trừ những tạp niệm vọng tưởng, thường xúi giục chúng ta tạo thêm nghiệp báo xấu, để cho chính mình và những người chung quanh bớt lo âu, phiền muộn vì những hành động sai khiến bởi tâm tham, tâm sân và tâm si của mình.

Chúng ta thử nghĩ: thực hành hạnh tinh tấn như vậy, có phải chúng ta được vô lượng vô biên "phước báu" chăng? Và nhờ hạnh tinh tấn, chúng ta không nản lòng trên đường tu tập các hạnh lành, dù gặp biết bao nhiêu nghịch cảnh trở ngại. Cho nên trong đạo Phật, hạnh tinh tấn được tượng trưng bởi Bồ Tát Đại Lực Đại Thế Chí, là vị Bồ Tát có năng lực tinh tấn lớn lao, có ý chí siêu xuất thế gian, dũng mãnh tiến bước không lui, trước mọi nghịch cảnh, trước mọi nghiệp chướng.

5.Thứ năm là Thiền Định - Thiền định nghĩa là trau dồi tâm tánh cho được tự tại, cho được bình tĩnh thản nhiên, trước mọi hoàn cảnh của cuộc sống. Trong cuộc sống hằng ngày, chúng ta thường gặp những bước thăng trầm, những sóng gió của cuộc đời, chẳng hạn như lúc thịnh lúc suy, lúc được danh dự lúc bị hủy báng, lúc được khen tặng lúc bị chỉ trích, lúc được sung sướng lúc bị khổ đau. Trong kinh sách gọi đó là "bát phong", thường làm cho tâm trí của chúng ta bị bất an, chao đảo, giao động, xao xuyến, xáo trộn. Cho nên đạo Phật dạy nhiều phương pháp để hàng phục và an trụ tâm, tùy theo căn cơ, trình độ, hoàn cảnh, sở thích, tâm nguyện của mỗi người, gọi là vô lượng pháp môn. Chẳng hạn như pháp môn Tịnh độ dạy chúng ta tụng kinh, niệm Phật để định tâm. Khi chúng ta tụng kinh, thân ngồi ngay ngắn, nghiêm trang, miệng đọc lời Phật dạy trong kinh, tâm chú ý vào lời kinh và tiếng chuông mõ, nên không còn nghĩ ngợi linh tinh lang tang, tư tưởng không còn chạy lung tung nữa. Như vậy có nghĩa là tam nghiệp, gồm thân, khẩu, ý của chúng ta, đều được thanh tịnh. Ở đây, cần biết thêm rằng không phải chúng ta tụng kinh để cho Đức Phật nghe! Cũng không phải chúng ta niệm Phật để cho Đức Phật tính sổ, coi chúng ta niệm được bao nhiêu câu, cộng được bao nhiêu chuỗi mỗi ngày! Kinh điển ghi lại lời dạy của Đức Phật cốt để hướng dẫn chúng ta tu tâm dưỡng tánh, điều trị tâm bệnh của chúng sanh, ví như toa thuốc của bác sĩ để điều trị thân bệnh, chứ không phải để đọc đi, đọc lại, tụng cho bác sĩ nghe! Mục đích chúng ta tụng kinh, niệm Phật là để hàng phục và an trụ tâm, chuyển hóa từ kẻ phàm phu tục tử, trầm luân đau khổ, thành người trí tuệ, giác ngộ giải thoát. Hàng

phục và an trụ được tâm, chúng ta mới có được cuộc sống phước báu, an lạc và hạnh phúc. Cũng với mục đích hàng phục và an trụ được tâm, Thiền tông dạy chúng ta "tứ oai nghi thiền". Nghĩa là trong bốn oai nghi, gồm có: đi, đứng, nằm, ngồi, trong cuộc sống hằng ngày, chúng ta luôn luôn giữ gìn tâm được chánh niệm, không loạn tưởng, không tạp niệm, như vậy sẽ được chánh định. Cho nên mỗi khi tạp niệm, vọng tưởng khởi lên, chúng ta liền biết ngay và dừng lại, không bị luồng tư tưởng lăng xăng lộn xộn đó dẫn đi. Thí dụ như khi đang ngồi chơi, bổng dưng chúng ta nhớ tới chuyện thù oán năm xưa, tâm trí liền xao xuyến với ý nghĩ trả thù phục hận! Nếu chúng ta không thức tỉnh dừng lại ngay, thì luồng tư tưởng này sẽ tiếp tục dẫn chúng ta đi tới ý nghĩ tìm cách nào để trả thù, cho đáng đời kẻ đã hại mình, đã thưa gửi mình ra tòa, đã vu oan giá họa cho mình, đã cáo gian mình, và hậu quả là chúng ta tạo thêm nghiệp báo! Cuộc đời chắc chắn sẽ gặp nhiều khổ đau! Tây phương có câu: "Do not mess up your beautiful life!", chính là nghĩa đó vậy.

Trong Kinh Kim Cang, Đức Phật có dạy: "Quá khứ tâm bất khả đắc. Hiện tại tâm bất khả đắc. Vị lai tâm bất khả đắc". Nghĩa là: Chuyện quá khứ qua rồi

đừng luyến tiếc, đừng nhớ nghĩ làm gì cho bận tâm, chỉ gieo thêm nghiệp chướng chứ chẳng ích lợi gì. Chuyện hiện tại rồi cũng qua mau, cố níu kéo cũng chẳng được, có lo âu phiền muộn cũng chẳng ích lợi gì. Chuyện tương lai chưa đến, lo lắng, ưu tư, sầu muộn cũng chẳng giúp ích được gì. Chi bằng chúng ta giữ gìn tâm trí được như như, bình tỉnh, thản nhiên, có phải khỏe hơn không? Chuyện gì phải tới nó sẽ tới, lo sợ cũng chẳng ngăn cản được đâu. Tốt nhứt chúng ta đừng tạo thêm tội nghiệp mới, thì khỏi phải lo sợ quả báo, tội báo, nghiệp báo sẽ đến! Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật có dạy:"Lấy oán báo oán, oán nghiệp chập chùng. Lấy ơn báo oán, oán nghiệp tiêu tan". Nghĩa là chuyện oán thù trong quá khứ chỉ nên cởi mở, không nên kết chặt thêm. Thí dụ như trong gia đình trước kia có chuyện bất hòa, tranh chấp, chúng ta bèn bỏ nhà đi xa. Khi có dịp trở về quê hương viếng thăm, chúng ta mang theo quà cáp với tấm lòng từ bi hỷ xả, một trời thương nhớ, quên hết chuyện không vui trong quá khứ, tức nhiên mọi chuyện sẽ trở nên êm đẹp vui vẻ. Tâm trí của chúng ta sẽ an lạc hơn, cuộc đời sẽ hạnh phúc hơn.

Ở đây, cần biết thêm rằng thiền tông không dạy tọa thiền như con cóc, từ giờ này sang giờ khác, chẳng hiểu mục đích để làm gì, ngoài chuyện đem khoe khắp nơi khắp chốn! Chính thiền tông dạy chúng ta ngồi thiền để "chăn trâu" (mình luôn theo dõi tâm), để thúc liễm thân tâm, tức là dẹp trừ tạp niệm và vọng tưởng, với mục đích hàng phục và an trụ tâm. Hơn thế nữa, không phải chỉ có lúc ngồi thiền mới dẹp trừ tạp niệm và vọng tưởng mà thôi. Trong đời sống hằng ngày, lúc tiếp xúc với ngoại cảnh, lúc thấy hình sắc, lúc nghe âm thanh, lúc ngửi mùi, lúc nếm vị, lúc xúc chạm, chúng ta luôn luôn giữ gìn tâm trí được bình tĩnh thản nhiên, không xao xuyến, không loạn động. Nếu trong tâm "lỡ" nổi loạn, tạp niệm khởi lên, chúng ta liền biết ngay và dừng lại kịp thời, thì đó chính là Thiền Định.

Tổ Điều Ngự Giác Hoàng, tức là Hoàng Đế Trần Nhân Tôn nhường ngôi, đi tu, trở thành Sơ Tổ Thiền Phái Trúc Lâm, có dạy rằng:

"Cư trần lạc đạo thả tùy duyên
Cơ tắc xan hề khốn tắc miên
Gia trung hữu bảo hưu tầm mích
Đối cảnh vô tâm mạc vấn thiền".
Nghĩa là dù sống trên trần đời, muốn được vui theo đạo lý, hãy đừng chấp chặt, tùy duyên hành sự, tùy hoàn cảnh mà ứng xử. Chẳng hạn như đói đến thì ăn, mệt ngủ khò. Chẳng có gì đòi hỏi, chẳng có gì buồn lo, chẳng có gì bận tâm, chẳng có gì ưu phiền. Trong mỗi con người chúng ta, ai ai cũng có "của

báu", đó chính là "con người chân thật" của chúng ta. Cho nên chẳng cần chạy vào chùa, hay lên non lên núi, tìm kiếm làm gì cho mất công, nhọc sức vô ích. Trong cuộc sống hiện nay, đối với các cảnh trần đời, chúng ta đừng khởi vọng tâm lăng xăng lộn xộn, thương thương ghét ghét, phải quấy thị phi, tranh đua hơn thua. Lúc đó, chính là lúc chúng ta đạt được thiền định, hiểu được và sống được với "con người chân thật" của chính mình. Đó chính là mục đích cứu kính của đạo Phật vậy.

6.Thứ sáu là Trí Tuệ - Trí tuệ trong đạo Phật, kinh sách gọi là trí tuệ bát nhã, không phải sự hiểu biết, kiến thức, trí thức của thế gian. Ở thế gian, người trí thức là người học cao hiểu rộng, có bằng cấp các ngành, nhưng vẫn sống trong sanh tử luân hồi, thường gặp phiền não khổ đau. Trí tuệ trong đạo Phật là sự nhận thức sáng suốt, đưa con người đến chỗ giác ngộ và giải thoát, được an lạc và hạnh phúc. Người có trí tuệ là người có chánh kiến, nghĩa là người thấy muôn pháp, biết muôn việc "đúng như thực", không mê lầm điên đảo, không mê tín dị đoan, không nhận giả làm chân, không chấp chặt thành kiến. Chẳng hạn như khi thấy việc gì xảy đến cho mình hay cho người, chúng ta biết ngay rằng: đó là kết quả hay hậu quả của một việc hay nhiều việc đã làm trước đây. Không bao giờ tự nhiên có khói, mà không do lửa phát sanh. Không bao giờ tự nhiên có sóng, trong khi gió lặng yên. Không bao giờ tự nhiên có cái cây mọc lên, mà không có hạt giống trong đất trước đó. Nhờ đó, chúng ta không ngạc nhiên, khi có chuyện may mắn đến, cũng như không đau khổ, khi có chuyện xui xẻo xảy ra.

Trong Kinh Hoa Nghiêm, Đức Phật có dạy: "Chư pháp tùng duyên sanh. Chư pháp tùng duyên diệt". Nghĩa là mọi việc muôn sự trên thế gian này, trong kinh sách gọi là chư pháp, tùy theo nhân duyên mà sanh ra, cũng tùy theo nhân duyên mà diệt đi. Không có việc gì sanh diệt mà không có nguyên nhân. Không có cái gì, vật gì, việc gì tự nhiên xảy ra, tự nhiên sanh ra, tự nhiên xuất hiện. Không có cái gì, vật gì, việc gì tự nhiên biến mất, tự nhiên diệt đi, tự nhiên không còn nữa. Chẳng hạn như khi thấy một tòa nhà sụp đổ, một tình bạn kết thúc, chúng ta hiểu ngay phải có nguyên nhân và cũng hiểu rằng không có chuyện gì trên đời tồn tại vĩnh viễn. Nhờ đó, chúng ta có thể giữ gìn được tâm trí bình tĩnh thản nhiên, khi mọi chuyện tang thương biến đổi xảy ra trong cuộc đời. Không có cái gì, vật gì, việc gì do ông trời, do thượng đế sanh ra cả. Chẳng hạn như một cơn mưa do hội đủ nhân duyên mà có, chứ làm gì có ông thần mưa, ông thần gió, ông thần sấm, ông thần sét, ông thần sông, ông hà bá, như người xưa tin tưởng, khi khoa học chưa phát triển. Bây giờ con người còn có khả năng làm mưa nhân tạo, ở bất cứ nơi nào, bất cứ lúc nào. Tại sao thượng đế làm ra cuồng phong, bão tố, lũ lụt, động

đất, để giết hại con

người? Thượng đế vẫn còn nổi cơn thịnh nộ, nổi cơn sân hận, để giáng họa trừng phạt con người ngoan cố, không nghe theo, không làm theo, như vậy có khác gì những kẻ phàm phu tục tử ở trên đời này, hay nổi sân hận, khi gặp chuyện không vừa ý? Nếu chỉ đọc giáo lý của đạo Phật và chỉ biết Phật giáo qua lý thuyết, ắt là không đủ. Không học hiểu giáo lý, không thực sự biết Phật giáo như thế nào, chỉ nhắm mắt làm theo những tập tục cổ truyền một cách máy móc, tức nhiên là sai lầm và thiếu sót nặng nề. Học mà không hành thì khác nào cái đãy sách, cái tủ sách, cái tàng kinh các. Hành mà không học hiểu, khác nào người đi trong đêm tối, không có đèn đuốc, đụng đầu lọt hố, bất cứ lúc nào! Trọng Phật tin Phật mà không nghe Pháp học Pháp, như vậy chưa phải là đệ tử chơn chánh của Đức Phật. Vì không nghe Pháp học Pháp, làm sao thực hành đúng theo lời Phật dạy được? Do đó, con người sống mãi trong vô minh, mờ mịt u tối, si mê lầm lạc, bao giờ mới giác ngộ và giải thoát được, bao giờ mới hết phiền não giảm khổ đau được? Chư Tổ có dạy: "Tu mà không học là tu mù. Học mà không tu là đãy sách", chính là nghĩa đó vậy.

Chúng ta cần phải phát tâm học Phật Pháp, nếu muốn có được trí tuệ "đúng như thực", còn gọi là "trí tuệ bát nhã". Đó chính là "phước báu" tối thượng. Người có trí tuệ bát nhã, chiếu kiến ngũ uẩn giai không, độ nhứt thiết khổ ách. Nghĩa là con người muốn được tự tại, muốn không sợ hãi, muốn qua mọi khổ ách, thì phải có trí tuệ bát nhã, thấy tất cả các pháp đều không thực, không tồn tại vĩnh viễn, không cố định. Cái thân ngũ uẩn của chúng ta cũng là một trong các pháp trên thế gian, cho nên cũng sẽ biến hoại sau một thời gian tại thế, không có gì đáng luyến tiếc, than thở, khổ đau. Chỉ có "con người chân thật không sanh diệt" mới là cứu kính mà thôi. Đó là những lời dạy vô cùng quí báu của Đức Phật, đó là bản đồ hướng dẫn chúng ta đạt được cuộc sống an lạc và hạnh phúc, tiến đến chỗ giải thoát và giác ngộ. Tóm lại, trong cuộc sống hằng ngày, có rất nhiều cơ hội, có rất nhiều cách, có rất nhiều phương pháp, để cho con người làm phước, tạo phước, kiếm phước. Dù là phước hữu lậu hay vô lậu, đều có công năng giúp con người có cuộc sống bình yên, ít đau khổ, bớt phiền não, để tiến tới chỗ giải thoát khỏi vòng sanh tử luân hồi. Phước hữu lậu do những việc làm tạo sự an vui thoải mái, có ích lợi cho người, giúp đỡ người lúc gặp khó khăn về vật chất hay tinh thần. Phước hữu lậu có công năng đem lại sự may mắn, tai qua nạn khỏi, chuyện lớn hóa nhỏ, chuyện nhỏ hóa không, bớt oan trái, giảm nghiệp báo. Người làm phước với ước mong được hưởng phước về sau, đó là phước hữu lậu, còn trong vòng sanh tử luân hồi. Phước vô lậu do những việc làm có ích lợi cho người, nhưng đồng thời cũng chuyển hóa được con người chính mình, thí dụ như bố thí cúng dường, tụng kinh niệm Phật, tư duy thiền quán, tu tâm dưỡng tánh. Người làm phước với tâm từ bi hỷ xả, không cầu mong được hưởng phước về sau, chỉ cố gắng

tu học để tiến dần đến chỗ giác ngộ và giải thoát, đó là phước vô lậu, vượt khỏi vòng sanh tử luân hồi. Trong lúc thực hiện hành động tạo phước, không nghĩ rằng mình đang làm phước, giúp đỡ người khác vì tình thương, do lòng tốt tự nhiên, với tâm bất vụ lợi, vì người quên mình, đó là hành động tạo phước cao thượng nhứt, đem lại

"phước báu" vô lượng vô biên, không thể nghĩ bàn. Phước hữu lậu ví như tiền tiết kiệm, có khả năng giúp con người giàu sang, sung sướng, may mắn, bình yên. Hưởng phước này có ngày cũng cạn, cũng dứt. Khi đó, con người sẽ phải đền trả những nghiệp báo trước kia. Chúng ta đã từng thấy các ông vua, các bà hoàng, các hoàng tử, các công chúa, các nhà giàu có trưởng giả, thế lực quyền quí, cao sang danh vọng, các lãnh tụ chính trị, các lãnh tụ tôn giáo, khi hưởng hết phước báo hữu lậu, họ phải chịu nhiều tai nạn, khổ ách, tán gia bại sản, thân bại danh liệt, thậm chí có thể mất mạng thê thảm, không chỗ chôn thân!

Trong Kinh A Hàm, Đức Phật có dạy: "Phước báo con người đang hưởng ví như mũi tên bắn lên không trung, đến khi hết trớn, rớt trở xuống đất rất nhanh", chính là nghĩa phước hữu lậu đó vậy. Bởi vậy cho nên, Đức Phật dạy chúng ta khi làm phước, đừng mong cầu hưởng phước báo, mà nên nguyện được phước duyên, đời đời gặp Chánh Pháp, gặp thầy lành bạn tốt, giúp đỡ tu tập, cho đến ngày giác ngộ và giải thoát, mà thôi. Điều dĩ nhiên ai ai cũng có thể hiểu được là: tất cả những hành động nào, những lời nói nào, những ý nghĩ nào, ngược lại với việc tạo "phước báu", chính là hành động, lời nói, ý nghĩ, tạo tội lỗi, tạo nghiệp báo xấu vậy! Tội lỗi là do hành động, lời nói hay ý nghĩ làm cho mình, cho người khác đau khổ trong hiện tại và vị lai, dù vô tình hay cố ý.

Trong Kinh A Hàm, Đức Phật có dạy: "Chỉ có phước báo mới có thể giảm thiểu nghiệp báo mà thôi". Con người tạo tội nghiệp từ trước, đến lúc phải đền trả quả báo, nhẹ thì bị chửi mắng, đau yếu, nặng thì gặp tai nạn, thậm chí mất mạng. Tội Nghiệp do con người tạo tác, sanh ra tội báo nghiệp báo, được ví như một nắm muối. Nếu phải bị nuốt nắm muối đó, thì con người sẽ đau khổ biết là dường nào. Nhưng nếu có thể bỏ nắm muối đó vào trong một tô nước rồi uống, thì có lẽ sẽ dễ chịu hơn một chút. Nếu có thể bỏ nắm muối đó vào trong một lu nước rồi uống, thì chắc sẽ dễ chịu hơn một chút nữa. Nếu bỏ nắm muối đó vào trong một hồ nước lớn, rồi từ từ uống, thì chuyện sẽ không còn thành vấn đề. Tô nước, lu nước, hồ nước tượng trưng cho "phước báu", do chính chúng ta tạo được ít hay nhiều, sẽ giúp chúng ta tai qua nạn khỏi, chịu đựng được quả báo, do tội nghiệp đã tạo trước đây.

Chuyện lớn sẽ hóa nhỏ, chuyện nhỏ sẽ hóa không, chuyện khó sẽ hóa dễ. Chứ không phải chúng ta tạo tội nghiệp đầy dẫy trong cuộc đời, gây đau khổ cho không biết bao nhiêu người thân kẻ thù, dù cho nhân danh công lý lẽ phải, trả thù báo oán, gì gì đi nữa, rồi đến lúc giựt mình thức tỉnh, bèn đem tất cả tội lỗi đã tạo, giao cho Trời Phật gánh giùm, chịu tội thế cho mình, bằng cách đi chùa cúng kiến, đi nhà thờ xưng tội, "thì mà là" tất cả tội lỗi đó tiêu tan hết đâu? Con người thường có thói quen "quịt nợ", cho nên mới có ý nghĩ như vậy! Luật nhân quả không bao giờ sai chạy, dù cho con người tu hành đắc thánh quả, vẫn phải chịu quả báo do những tội nghiệp đã gây nên, từ nhiều đời nhiều kiếp trước kia. "Chỉ có phước báo mới có thể giảm thiểu nghiệp báo mà thôi". Chúng ta nên ghi nhớ lời Đức Phật đã dạy. Đọc lịch sử, chúng ta cũng đã nhận thấy, ngay cuộc đời của Đức Phật, cũng như các vị giáo chủ khác, vẫn bị người đời gièm pha, vu khống, mạ lỵ, chửi bới, ám sát, xét xử, giam cầm, giết hại. Nếu là bậc "phước tuệ lưỡng toàn" như Đức Phật, nghĩa là phước báu và trí tuệ đầy đủ, thì mọi chuyện trở

ngại trên thế gian này rồi cũng qua, cuộc đời kết thúc một cách êm đềm, bình an, tự tại. Nếu không có đủ phước báo thì, dù là bất cứ ai, cũng sẽ bị xử chết một cách thê thảm! Khi Đức Phật còn tại thế, có người ngoại đạo đến hỏi Đức Phật: Ngài có kinh điển nào đem đọc tụng, có thể giúp cho đệ tử của Ngài vãng sanh niết bàn được không? Đức Phật trả lời rõ ràng: Không! Tại sao vậy? Bởi vì con người hiền thiện, biết tu tâm dưỡng tánh khi còn sinh thời, tâm tư thanh thản, nhẹ nhàng, thì nhứt định kiếp sau sẽ sinh ở cõi lành. Con người hung ác, luôn luôn làm việc lợi mình hại người, bất chấp thủ đoạn, bất kể sự phiền não khổ đau của tất cả mọi người, thì nhứt định kiếp sau sẽ sinh vào tam đồ ác đạo, gồm có: địa ngục, ngạ quỷ và súc sinh. Thí dụ như dầu nhẹ hơn nước thì nổi trên mặt nước, đá nặng hơn nước thì chìm dưới đáy nước, không nghi ngờ gì cả, không thể nào khác hơn được. Đó là chân lý công bằng tuyệt đối vậy.

Cuối cùng, vấn đề sau hết là phân biệt "phước báu" và "phước báo". Phước báu là từ ngữ chỉ những hành động, lời nói và ý nghĩ, thiện lành quí báu, tạo phước trong hiện tại, ví như chúng ta làm việc, kiếm tiền sinh sống, có dư dả thì để dành về sau. Phước báo là từ ngữ chỉ kết quả, còn gọi là quả báo lành, do những hành động, lời nói, hay ý nghĩ thiện lành, từ nhiều đời trước cũng như đời này, đến với chúng ta qua các dạng: thời hên, may mắn, bình yên, an ổn, đẹp đẽ, vui vẻ, hạnh phúc, giàu sang, sung sướng, nhàn nhã, trong cuộc đời hiện tại, ví như tiền tiết kiệm chúng ta dành dụm được từ trước đến nay, bây giờ đem ra xử dụng khi cần thiết. ---oOo--- Nghiệp và Nghiệp báo Phật Học Khái Luận -- Thích Chơn Thiện

Tổng Quát về Nghiệp

Nghiệp là động cơ vẽ nên tiến trình nhân quả, luân hồi của con người. Nay chúng ta tìm hiểu thêm giáo lý về nghiệp của Phật giáo.

Chữ Nghiệp dịch từ chữ Karma (Sanskrit) hay Kamma (Pali), có nghĩa là hành động có tác ý (volitional action) của thân, khẩu, và ý. Các hành động không có tác ý thì chỉ là hành động mà không được gọi là nghiệp. Tác ý ấy chính là hoạt động của hành uẩn hay tư tâm sở (cetana). Tác ý thì hoặc thiện, hoặc ác, hoặc phi thiện phi ác.

Như thế, nói đến nghiệp là nói đến nghiệp thiện, nghiệp ác trong vòng sinh diệt của hiện tượng. Đấy chính là nghiệp hữu lậu. Trong các Kinh, thỉnh thoảng có đề cập đến nghiệp vô lậu, nhưng, tương tự như nhân quả, ở đây phải hiểu là mượn từ để diễn đạt. Thực ra, vô lậu thì ở ngoài vòng nghiệp, theo định nghĩa về nghiệp ở trên.

Một trong năm điều mà Thế Tôn dạy các đệ tử của Ngài, tại gia hay xuất gia, phải thường xuyên quan sát là nghiệp:

"Ta là chủ nhân của nghiệp, là kẻ thừa tự của nghiệp, nghiệp là thai tạng, nghiệp là quyến thuộc, nghiệp là điểm tựa. Phàm nghiệp nào sẽ làm, thiện hay ác, ta sẽ thừa tự nghiệp ấy". (Tăng Chi II, tr. 77)

Do vì nghĩ đến khổ đau mà con người phải cảm thọ như là hậu quả của chính các hành động ác của thân, khẩu, ý của con người, nên Thế Tôn dạy rõ giáo lý về nghiệp để khích lệ con người đi vào các thiện nghiệp ngỏ hầu cảm nhận được hạnh phúc lâu dài của

Trời. Cá nhân cũng được hạnh phúc và cõi đời cũng được hạnh phúc hơn ngay trong hiện tại và cả tương lai. Từ thiện nghiệp, con người dễ đi vào giải thoát hơn.

"Ý dẫn đầu các pháp,
Ý làm chủ, ý tạo,
Nếu với ý ô nhiễm
Nói năng hay hành động,
Khổ não bước theo sau
Như chiếc xe theo chân con vật kéo". (Dhp. 1).
“Nếu với ý thanh tịnh (thiện) Nói năng hay hành động

An lạc bước theo sau, Như bóng không rời hình". (Dhp. 2)

Qua các lời dạy trên của Thế Tôn, chúng ta có cảm nhận ngay rằng, chính do vì có nghiệp quả mà nghiệp nhân được bàn đến.

Tìm hiểu về nghiệp, thực ra là công việc tìm hiểu về nghiệp báo hay quả dị thục của nghiệp.

Về quả dị thục của nghiệp, hay gọi là nghiệp quả, chúng ta đã nói đến ở phần nhân quả. Ở đây, tưởng cũng cần nhấn mạnh một số điểm đưa đến sự hiện hành của quả dị thục:

- Điểm thứ nhứt, do ý làm chủ tạo tác ra nghiệp nên cường độ tác ý mạnh yếu có ảnh hưởng lớn đến sự hiện hành và thời điểm hiện hành của nghiệp quả.

- Trong thời gian đi đến nghiệp quả, các nghiệp mới có ảnh hưởng lớn đến quả hiện hành của các nghiệp cũ.

- Tâm lý của người thọ báo quyết định cảm thọ khổ, lạc nhiều hơn là chính quả báo dị thục.

- Cận tử nghiệp (các hành động của ý thức trước lúc chết) có ảnh hưởng quyết định sanh thú hơn là các loại nghiệp khác.

- Thông thường, ác nghiệp dẫn đến ác quả, ác thú; thiện nghiệp dẫn đến thiện quả, thiện thú tương ưng.

Tuy nhiên, như Thế Tôn đã dạy, khó mà tư duy được về quả dị thục của nghiệp. Lẽ giản dị là vì tất cả nghiệp nhân, nghiệp quả đều là Duyên sinh nên mang nghĩa bất định.

Phái Túc Mệnh Luận (thuộc Nam tông) thì chủ trương túc nghiệp, có nghĩa là không thể chuyển nghiệp, nghiệp cũ quyết định quả báo hiện tại. Chủ trương này nghe không phù hợp với tính chất Duyên sinh, bất định của các pháp. Nếu nghiệp không thể chuyển được thì làm sao có sự kiện giải thoát ngay trong hiện tại? Thực ra, con người tạo tác nhiều nghiệp ở quá khứ khác nhau dẫn đến các kết quả định, bất định khác nhau. Điểm căn bản của giáo lý nghiệp của Phật giáo cần phải nắm vững là các quả báo ngoại giới có loại chuyển được, có loại không chuyển được; trong cả hai loại này, người thọ quả báo

luôn luôn có điều kiện tâm lý độc lập để nhận chịu ảnh hưởng hay không. Chính vì vậy mà Phật giáo đã chỉ dạy con đường tu tập huấn luyện và chuyển đổi tâm lý để đi đến giải thoát. Giải thoát có nghĩa là giải thoát nghiệp, không để bị chi phối bởi nghiệp nhân hay nghiệp quả. Giáo lý Duyên Khởi của Phật giáo đã xác định rất rõ ràng là có khổ, ái... nhưng không có ai khổ, ái... hay chỉ có nghiệp quả mà không có người thọ quả. Thế mới là lối vào giải thoát.

Thực sự, không có một loại nghiệp nào được gọi là định nghiệp cả, nếu mức độ giác tỉnh của ta đủ mạnh để đoạn tận các lậu hoặc. Khi giải thoát đã có thể thực hiện ngay trên cõi đời này thì hẳn nhiên đi đến kết luận rằng tất cả nghiệp đều có thể được chuyển hóa.

Nghiệp do chính con người tạo tác (hay do ý tạo tác) thì cũng do chính con người đoạn trừ (hay do ý đoạn trừ). Nó là cái gì rất chủ quan của tâm lý, được coi như không liên hệ gì đến các quyền năng bên ngoài, nên con người chủ động trong việc phát khởi, duy trì hay dứt bỏ nó.

Nghiệp thiện, ác không phải do hành động thuộc loại thiện, ác làm nên, mà là do ý chấp thủ tướng thiện, ác. Khi ý (hay tâm) rời khỏi chấp thủ, tham ái thì bấy giờ nghiệp không có nhơn duyên để thành lập hay tồn tại. Bấy giờ các hành động biểu hiện của thân, khẩu, ý được gọi là hành động duy tác (kriya).

Các Loại Nghiệp.

Có hơn sáu mươi danh từ nói về nghiệp. Ở đây chỉ trình bày một số nghiệp căn bản.

- Nhiều phẩm Kinh gọi các nghiệp thiện là bạch nghiệp (hay nghiệp trắng), gọi nghiệp ác là hắc nghiệp (nghiệp đen), gọi các hành động duy tác của các bậc Thánh là phi hắc, phi bạch (nghiệp không trắng, không đen).

- Các nghiệp nhất định sẽ đưa đến kết quả gọi là định nghiệp, nghiệp không dẫn đến kết quả, hay kết quả xuất hiện ở một thời điểm rất xa không định được gọi là bất định nghiệp.

- Nghiệp cảm thọ riêng của từng cá nhân gọi là biệt nghiệp, thiện ác của thân, khẩu, ý cũng có mười gọi là thập ác nghiệp.

- Bát Thánh đạo, Thập Thánh đạo gọi là Bát Thánh nghiệp, Thập Thánh nghiệp. Và ngược lại, các nghiệp không có sanh y gọi là duy tác nghiệp, các nghiệp có sanh y gọi là tác nghiệp.

- Khi tâm con người nhận chịu quả báo, thì loại nghiệp này được gọi là thọ nghiệp, ngược lại, gọi là phi thọ nghiệp.

- Các nghiệp đưa đến quả báo trong hiện tại gọi là hiện pháp thọ nghiệp; các nghiệp đưa đến quả báo trong đời sống kế tiếp gọi là sinh thọ nghiệp; các nghiệp dẫn đến kết quả ở các đời sau gọi là hậu thọ nghiệp.

- Các duy tác nghiệp đều thuộc vô lậu nghiệp, nghĩa là nghiệp không có sanh y. Các nghiệp khác còn lại, ngoài vô lậu nghiệp, là hữu lậu nghiệp.

- Khi quả báo đến ở thời điểm khác với thời điểm tạo tác thì nghiệp này được gọi là dị thời nhi thục nghiệp; khi kết quả đổi khác với loại nhân tạo tác (biến chất) thì gọi là dị loại nhi thục. Khi kết quả đổi khác một phần (biến tướng) thì gọi là biến dị nhi thục nghiệp.

- Khi nghiệp có quả báo ở thời gian gần thì gọi là thục nghiệp, khi nghiệp có quả báo ở thời gian xa, thì gọi là phi thục nghiệp.

- Khi nghiệp đưa đến chịu báo ít thì gọi là thiểu thọ nghiệp; khi nghiệp đưa đến chịu báo nhiều thì gọi là đa thọ nghiệp.

- Nghiệp quyết định nơi thác sinh thì gọi là dẫn nghiệp; dẫn nghiệp có khi được cắt nghĩa là nghiệp rõ rệt trong cuộc sống.

- Chúng sanh tuy sinh cùng một cảnh giới, nhưng vận mệnh có nhiều loại, đây là mãn nghiệp, có khi gọi mãn nghiệp là các nghiệp còn lại ngoài dẫn nghiệp.

- Nghiệp nhân để được tái sinh về cõi Người gọi là Nhơn nghiệp. Tương tự, ta có Thiên nghiệp, Địa ngục nghiệp, Ngạ quỷ nghiệp và Súc sinh nghiệp.

Thắng Pháp Tập Yếu Luận (Tỳ-đàm) thì phân loại nghiệp có bốn; bốn loại theo công tác, bốn loại theo sức mạnh dẫn đến quả báo.

1. Phân loại theo công tác:

- Sanh nghiệp (Janakakamma) là nghiệp chi phối sự sanh trưởng cho đời sau (như sinh ra Năm uẩn). Chết chỉ là hiện tượng tạm thời, kết liễu tạm thời. Chính sát-na sau cùng định đoạt nơi thọ sanh.

- Trì nghiệp (Upathavakakamma) là nghiệp đi theo sanh nghiệp và duy trì, nâng đỡ nghiệp này cho đến khi mệnh chung.

- Chướng nghiệp (Upapìtakakamma) là nghiệp làm yếu ớt, chậm trễ hay dừng lại sự kết thành của sanh nghiệp, trái với trì nghiệp.

- Đoạn nghiệp (Upaghatakakamma) là nghiệp tiêu diệt năng lực của sinh nghiệp, như một mũi tên đang bay bị một sức mạnh cản lại khiến rơi xuống. Sức mạnh ấy gọi là đoạn nghiệp.

2. Phân loại theo sức mạnh:

- Cực trọng nghiệp (Garukakamma) như tội ngũ nghịch giết cha, mẹ, A-la- hán, phá hòa hợp Tăng và làm thân Phật chảy máu. Nghiệp này còn gọi là vô gián nghiệp.

- Cận tử nghiệp (Asannakamma) là nghiệp tạo ra hay nhớ nghĩ lúc lâm chung. Nghiệp này rất quan trọng vì nó chi phối đến việc thác sinh.

- Tập quán nghiệp là chính những hành động trở thành tập quán tác thành cá tính con người. Tập quán nghiệp tốt có thể giúp con người hoan hỷ khi chết, và ngược lại.

- Tích lũy nghiệp là các nghiệp còn lại, ngoài ba nghiệp trên được gọi là tích lũy nghiệp. Nghiệp này như chỗ chứa đựng các nghiệp của một chúng sanh.

3. Phân loại khác:

Hiện báo, sanh báo, hậu báo nghiệp và vô hiệu nghiệp. Vô hiệu nghiệp (Ahosikamma) là nghiệp mà quả báo không thành tựu ở đời này hay đời sau.

Loại Nghiệp Nào Dẫn Đi Đầu Thai?

Trong một cuộc đời có nhiều nghiệp thiện, ác lẫn lộn, vậy thì khi kết thúc đời sống, loại nghiệp nào dẫn đi đầu thai?

Thông thường, tập quán nghiệp nào mạnh nhất thì sẽ sống dậy mãnh liệt nhất trước lúc chết, do đó có nhân tố mạnh quyết định nơi đầu thai. Tuy nhiên, cận tử nghiệp là nghiệp vừa được tạo tác ra trước lúc chết (thiện hoặc bất thiện) là yếu tố quyết định cảnh giới thác thai, như đã được đề cập.

Khi có sự kiện cận tử nghiệp quyết định cảnh giới đầu thai, thì hẳn nhiên rằng những tâm niệm (hay ý lực) sau cùng giữ vai trò quyết định. Điều này cũng nói lên rằng với một người có tu tập tâm, thường hành chánh niệm, tỉnh giác sẽ giữ được phần chủ động trong việc đi thác thai. Nếu sự tỉnh giác sau cùng, trước lúc chết này đủ mạnh đoạn trừ tham ái (dục ái, hữu ái, và vô hữu ái) thì có thể giải thoát nghiệp ngay tại chỗ, không còn đi đầu thai nữa.

Nghiệp tạo ra trong suốt đời này, như vậy, chỉ được xem là có mặt khi chúng ta còn chấp thủ ngã, còn tự đồng hóa mình với nó; một khi tâm niệm mình giác tỉnh, làm chủ, không tự đồng hóa mình với nghiệp, không thấy có tự ngã, không thấy mình có trong nghiệp hay nghiệp có trong mình... thì sự có mặt của nghiệp được xem như không có. Như thế cho đến sát-na sau cùng của cuộc đời, đương sự và những ai chứng Túc mệnh thông mới biết được cảnh giới đi đầu thai, nghiệp nào của mình dẫn mình đi đầu thai.

Về tự thân, nếu tâm trước lúc chết đầy dục ái mà có gìn giữ năm giới thì có thể sanh về cõi Người; nếu tâm dục ái mà hành thập thiện thì sẽ được sanh về Dục giới thiên; nếu tâm đầy dục ái mà không tu thập thiện, không có Thiền định, không giữ ngũ giới, thì sẽ sinh về một trong ba nơi: địa ngục, ngạ quỷ, hay súc sanh; nếu tâm nhàm chán ngũ trần (sắc, thanh, hương, vị, xúc) mà có tu tập giới, định, vào được một trong bốn Thiền, thì sẽ được sanh về cõi trời Sắc giới với cảnh giới tương ưng; nếu tâm nhàm chán Sắc giới có tu tập tứ sắc định thì sẽ được sanh về Vô sắc giới; nếu tâm sanh nhàm chán sinh tử, muốn được thoát ly sinh tử, thì do vì lòng còn vướng vô sắc ái nên sẽ tùy theo nghiệp trước lúc chết mà thác sinh về cảnh giới tương ưng ở cõi Vô sắc. Như thế, rõ ràng chúng ta có điều kiện tâm lý để chọn lựa cảnh giới thác sinh ngay trong đời sống hiện tại, nếu chúng ta biết sửa soạn tâm lý tương ưng với cảnh giới muốn thác sinh.

Thác sinh là nghiệp thức thác sinh, cái mà ta gọi là nghiệp lực, là vô minh, là tham ái hay chấp thủ. Khi tham ái diệt thì thức diệt, vô minh diệt, chúng ta không có gì để nói đến nghiệp hay vấn đề thác sinh nữa.

Nghiệp vốn có nguồn gốc từ sự nhận lầm các pháp có ngã tướng, từ đó ái thủ mới sinh. Con đường giải thoát nghiệp là con đường đi ra khỏi sự nhận lầm

ấy để giác tỉnh rằng các pháp là Vô ngã tướng. Thực tại Vô ngã thì không có đến, không có đi, không có sinh, không có diệt, không có nghiệp. Trở về lại định nghĩa của Nghiệp (Kamma) từ đầu, mọi vấn đề về nghiệp đều phát sinh, từ chỗ tác ý (volition). Nếu ta nhiếp ý thanh tịnh, giác tỉnh đi ra khỏi thiện, ác thì tất cả là thực tại như thực của không sinh, không diệt, không đến, không đi ấy. Đây chính là trọng điểm của giáo lý về Nghiệp của Phật giáo, và là trọng điểm của vấn đề tìm hiểu ý nghĩa giáo lý ấy vậy./.
-oOo-

The Influence of Reincarnation on Society as a Whole

1. Awareness of reincarnation as a fact, being part of everyday life, we will see every person as having equal rights. Discrimination of any type or manner will be a thing of the past. Intentional dishonesty or victimization, even when following orders, will be seen to create personal karma. 2. The Law of Karma becomes common knowledge when stating:"What you consciously do to another you will one day experience yourself, either in this life or another." The Law of Karma is always just. Every atrocity carries a karmic debt. The Law of Karma serves the learning process. 3. When everyone knows that it is possible to have lived in any country or with any race, or member of a certain religion, or could do so at some time in the future, we develop a sense of belonging together. When this occurs there will be no more competitive thinking between the different states of this world, no more working against each other, but rather with each other. It will be a one-world community in which we will treat each other with respect, tolerance and understanding. 4. In emergency situations we will be more willing to help each other, knowing that among the people of some distant part of this planet who are suffering starvation or some other major catastrophe there may be among them some of our relatives and friends from a past life. If particular nations ignore the needs of others this will again create karma for them. Therefore we will be offering our help more readily to those in need. There will be a general increase in the involvement in the well- being of other nations and that of individual countries. 5. Everyone will develop a totally different awareness of belonging and will accept responsibility as being part of the state. If, for instance, I deceive the state by withholding taxes, something will one day be taken

from me for karmic reasons. What I do to the state or to another individual one day will be done to me. This is why honesty is the best insurance policy for your future life. 6. Before becoming a globally responsible citizen, each person will feel the need to share all the responsibilities as a citizen of his particular state. If he continues to live just for his own interests and is using the state to his benefit he will one day find himself in situations where he is used. Egocentric attitudes and actions are a guarantee for experiencing unfairness and lovelessness in a later life. 7. Religious communities and world religions will integrate reincarnation into their belief systems in order to have a chance of survival when this knowledge becomes widely accepted. There is no such thing as a single life, only a cycle of single lives. With every lifetime, the soul evolves to greater perfection. Reincarnation is the most just religion, giving everyone

the chance, when once again incarnated on earth, to make up for what he violated against: namely loving his fellow man. God is no longer the villain who allow crippled babies to be born or millions of people to starve to death or die in wars. 8. Regression therapy will have a major, important role to play in the future. In social services for instance, drug addicts and alcoholics may be led back to the cause of their addiction in order to delete the programing that cause their addiction in the first place. Psychiatry will no longer be imaginable without *regression therapy. Unnatural behavior to the detriment of oneself or others may have past-life origins, which must be uncovered, treated and healed. The National Health Service will pay for training regression therapist and will happily take on board the cost of this therapy. This will save on other extremely high costs for existing therapies that are usually slow to work and sometimes even ineffective. Regression therapy by contrast will frequently prove successful in a very short space of time. 9. In the field of psychology many old and cherished theories will need to be replaced with new ones, which grant much space for reincarnation. Universities will establish faculties of reincarnation psychology. 10. The medical profession will have to do much rethinking. Through the discoveries made by Professor Stevenson we now know that birth deformities may not be genetic, nor caused by viruses, but in most cases can be traced back to previous lives, and in particular to past causes of death. Reincarnation will also play a large part in surgery. In many cases, before conducting an operation that is not entirely necessary, the doctor or surgeon will refer the patient to a regression therapist. Here

will be decided, for example in the case of a vagotomy, whether or not a wound received in a previous life had already weakened the stomach area. If this is the case then it is advisable to treat it with regression therapy. Failing this, symptoms of some kind or other are likely to continue to manifest in that area. For example, if a person was killed in a previous life by a spear wound to the kidney area, he will often experience chronic pain in this region, even if doctors cannot find anything wrong with him. The co-operation between the medical profession and the regression therapists will become an obvious necessity. 11. Once we know that we will almost definitely be reborn on this earth, keeping the planet clean and healthy will become an obvious thing to do. This will enable us to return to a healthy planet where we will be able to continue our spiritual journey. We will care more about our surroundings and will not allow the earth to become polluted. 12. Philosophy will praise those great philosophers who have already been advocating this knowledge of reincarnation. The acceptance of reincarnation creates a whole new way of thinking, and will create new philosophical schools of thought and working models which will rely less on abstract thinking. Instead they will catch up on, consolidate and integrate the ‘empirical’ general data deductible from all the knowledge uncovered through regressions into past lives. The afterlife, or intermediate realm, will also be thoroughly investigated. This is where we exit as souls before being reincarnated on earth. Philosophy will pose the question. Who or what created this system of reincarnation and the afterlife, for what reason and why? Ontology will gain a completely new perspective as we

endeavor to connect to our centre of being via personal trance experiences, journeying to our center or possible initiations to get in touch with the basic truth of creation itself. 13. The arts will gain tremendous momentum, since a new creative theme will be opened up to them in which public demand could become huge for anything related to the theme of reincarnation. Film, television, theater and especially literature will no doubt adopt this theme. The representations of people and their motives for certain behavior will be reflected against a background of their past lives in which the Law of Karma will play an important part. 14. We will concern ourselves less with reputation, power or ownership, since we will know that it is more important to nurture the love inside ourselves. This is why we will be more inclined to collect inner riches instead of outer ones. We will treat life with more respect and will view

being able to spend time on this earth as a valuable gift, the opportunity to learn more and more about love and God's laws. Reincarnation will contribute immensely towards making this world more beautiful and loving and one in which it is a blessing to be allowed to live, love and learn…(Trutz Hardo – Chidren Who Have Lived Before: Reincarnation Today)

*Regression Therapy – Past-life regression therapy, (also know as past-life therapy or regression therapy) is based upon the premise that we are eternal beings (souls, if you will,) who carry forward learning and experiences from one human lifetime to another. As eternal souls, we experience physical life on Earth in a series of human bodies and associated personalities. On a soul level, we choose each life circumstance as a means of challenging ourselves with new situations and opportunities for learning. Of course, some people believe we only live one human lifetime. In this case, the stories elicited by this therapeutic approach serve as marvelous symbolic metaphors for the issues and situations being faced in the present time. Whether uncovering 'real' past-lives or not, the approach has helped many people resolve issues and get past stuck points that were resistant to other therapeutic approaches. In addition, it's a fascinating way to experience other aspects of your self and your personality.

Karmapa Lama – the highest Lamas of the Kargyud Sect. Karmapa means "man in action" or he who has mastered karma. Like the Dalai Lamas, the Karmapas are recognized as manifesta- tions of the Bodhisattva Avalokiteshvara…

Katthahari Jataka - Nàng Lượm Củi

"Your son am I."- This story was told by the Master while at Jetavana about the story of Vasabha-Khattiya, which will be found in the Twelfth Book in the Bhaddasala-jataka. Tradition tells us that she was the daughter of Mahanama Sakka by a slave-girl named Nagamunda, and that she afterwards became the consort of the king of Kosala. She conceived a son by the king; but the king, coming to know of her servile origin, degraded her from her rank, and also degraded her son Vidudabha. Mother and son never came outside the palace.

Hearing of this, the Master at early dawn came to the palace attended by five hundred Brethren, and, sitting down on the seat prepared for him, said, “Sire, where is Vasabha-Khattiya?”

Then the king told him what had happened.

Sire, whose daughter is Vasabha-Khattiya?” “Mahanama’s daughter, sir.” “When she came away, to whom did she come as wife?” “To me, sir.” “Sire, she is a king’s daughter; to a king she is wed; and to a king she bore her son. Wherefore is that son not in authority over the realm which owns his father’s sway? In bygone days, a monarch who had a son by a casual faggot-gatherer gave that son his sovereignty.”

The king asked the Blessed One to explain this. The Blessed One made clear what had been concealed from him by re-birth.

Once on a time in Benares Brahmadatta the king, having gone in great state to his pleasaunce, was roaming about looking for fruits and flowers when he came on a woman who was merrily singing away as she picked up sticks in the grove. Falling in love at first sight, the king became intimate with her, and the Bodhisatta was conceived then and there. Feeling as heavy within as though weighed down with the bolt of Indra, the woman knew that she would become a mother, and told the king so. He gave her the signet-ring from his finger and dismissed her with these-words:–“If it be a girl, spend this ring on her nurture; but if it be a boy, bring ring and child to me.”

When the woman’s time was come, she bore the Bodhisatta. And when he could run about and was playing in the playground, a cry would arise, “No- father has hit me!” Hearing this, the Bodhisatta ran away to his mother and asked who his father was.

“You are the son of the King of Benares, my boy.” “What proof of this is there, mother?” “My son, the king on leaving me gave me this signet-ring and said, ‘If it be a girl, spend this ring on her nurture; but if it be a boy, bring ring and child to me.'” “Why then don’t you take me to my father, mother?”

Seeing that the boy’s mind was made up, she took him to the gate of the palace, and bade their coming be announced to the king. Being summoned in, she entered and bowing before his majesty said, “This is your son, sire.”

The king knew well enough that this was the truth, but shame before all his court made him reply, “He is no son of mine.” “But here is your signet-ring, sire; you will recognise that.” “Nor is this my signet-ring.” Then said the woman, “Sire, I have now no witness to prove my words, except to appeal to truth. Wherefore, if you be the father of my child, I pray that he may stay in mid-air; but if not, may he fall to earth and be killed.” So saying, she seized the Bodhisatta by the foot and threw him up into the air.

Seated cross-legged in mid-air, the Bodhisatta in sweet tones repeated this stanza to his father, declaring the truth:

Your son am I, great monarch; rear me, Sire!

The king rears others, but much more his child. Hearing the Bodhisatta thus teach the truth to him from mid-air, the king stretched out his hands and cried, “Come to me, my boy! None, none but me shall rear and nurture you!” A thousand hands were stretched out to receive the Bodhisatta; but it was into the arms of the king and of no other that he descended, seating himself in the king’s lap. The king made him viceroy, and made his mother queen-consort. At the death of the king his father, he came to the throne by the title of King Katthavahana–the faggot-bearer, and after ruling his realm righteously, passed away to fare according to his deserts.

CHUYỆN NÀNG LƯỢM CỦI (Tiền thân Katthahari)

Kính thưa bậc Đại Vương...

Câu chuyện này được bậc Đạo Sư kể khi ở Kỳ Viên về nàng Vasabhakhattiya. Câu chuyện sẽ được tìm thấy trong Chương mười hai, Tiền thân Bhaddasala (số 465). Truyền thuyết kể rằng nàng là con gái của vị Thích Ca tên Mahanama với một nữ tỳ lên là Nagamunda, và về sau trở thành hoàng hậu vua nước Kosala. Nàng sanh một con trai cho vua. Về sau vua biết được dòng họ nữ tỳ của nàng, liền truất phế địa vị của nàng, và truất phế luôn người con trai là Vidudabha. Cả hai chỉ sống ở trong nội cung. Thế Tôn biết được sự việc này, vào buổi sáng, với năm trăm Tỷ kheo vây quanh, đi đến sự trú xứ của vua, ngồi trên chỗ ngồi đã soạn sẵn, và nói:

- Thưa Đại Vương, Vasabhakhattiya ở đâu?

Vua kể lại câu chuyện ấy.

- Thưa Đại Vương, Vasabhakhattiya là con gái của ai?

- Bạch Thế Tôn, của Mahanama.

- Khi nàng đến, nàng là vợ của ai?

- Bạch Thế Tôn, của tôi.

- Thưa Đại Vương, nàng là con gái của vua. Nàng đến làm vợ vua. Nàng sanh đứa con trai cho vua. Đứa con trai ấy, do lý do gì lại không làm chủ vương quốc thuộc sở hữu của người cha? Thuở xưa, một vị vua có đứa con trai từ một người con gái đi lượm củi, và một cuộc gặp gỡ tình cờ đã cho người con trai ấy vương quốc. Vua yêu cầu Thế Tôn làm sáng tỏ ý nghĩa câu chuyện. Thế Tôn liền kể câu chuyện quá khứ.

Thuở xưa, ở Ba La nại, vua Brahmadatta đi vào ngự uyển với uy nghi lớn của nhà vua. Đang đi qua lại để tìm trái cây và bông hoa, vua gặp một thiếu phụ đang lượm củi, vừa lượm vừa hát. Vua đắm say nàng và ăn ở với nàng. Bồ tát được thụ thai trong bụng nàng. Nàng cảm thấy bụng nàng nặng nề như mang lưỡi tầm sét (lưỡi búa) của Đế Thích. Biết rằng mình đã có thai, nàng tâu nhà vua việc ấy. Vua đưa cho nàng một chiếc nhẫn và nói:

- Nếu sanh con gái, hãy giữ chiếc nhẫn này để lấy tiền nuôi dưỡng nó. Nếu sanh con trai, hãy đem nó đến ta với chiếc nhẫn này.

Nói xong vua ra đi. Khi bào thai đúng thời, nàng sanh Bồ tát. Đến tuổi Bồ tát đi được, chạy được, trong khi chơi ở sân chơi, có tiếng la:

- Ta bị đứa không có cha đánh.

Nghe vậy, Bồ tát đi đến mẹ và hỏi:

- Ai là cha con?

- Này con thân, con là con vua Ba La Nại.

- Thưa mẹ, có cái gì làm chứng?

- Này con thân, vua có cho chiếc nhẫn này và nói: "Nếu sanh con gái, thì giữ chiếc nhẫn này để nuôi dưỡng nó. Nếu sanh con trai, hãy đem nó đến cho ta với chiếc nhẫn này". Nói xong, nhà vua ra đi.

- Thưa mẹ, sự tình là như vậy, sao mẹ không đưa con đến gặp cha?

Nàng biết ý định của con, nên đem con đến cửa cung điện và xin ý kiến vua. Khi được gọi vào, nàng đảnh lễ vua và tâu:

- Thưa Đại Vương, đây là con của Đại Vương.

Vua biết vậy, nhưng cảm thấy xấu hổ trước đông đảo quần chúng nên nói:

- Nó không phải con của ta.

- Tâu Đại Vương, đây là chiếc nhẫn của ngài. Chắc ngài nhận ra được chiếc nhẫn này?

- Đây không phải là chiếc nhẫn của ta!

- Tâu Đại Vương, tôi không có vật gì khác để bảo chứng cho sự thật. Nếu đứa trẻ này là con ngài, nó sẽ đứng trên hư không. Nếu không phải, nó sẽ rơi xuống đất và chết!

Rồi nàng cầm chân Bồ tát quăng lên hư không. Bồ tát ngồi kiết già trên hư không và với âm thanh dịu ngọt, tuyên bố pháp cho phụ vương, đọc bài kệ này:

Kính thưa bậc Đại Vương.
Tôi là con trai ngài,
Kính thưa bậc nhân chủ,
Hãy nuôi dưỡng con lớn!
Vua nuôi dưỡng người khác,
Không nuôi con mình sao? Nghe Bồ tát ngồi trên hư không thuyết pháp như vậy, vua bèn nói:

- Hãy đến, này con thân, ta sẽ nuôi con! Ta sẽ nuôi con! Và vua đưa hai tay lên. Một ngàn bàn tay đưa lên để đón Bồ tát, nhưng Bồ tát không xuống bàn tay nào khác, chỉ xuống vào bàn tay nhà vua, và ngồi trên

bắp vế vua. Vua phong cho con làm phó vương, phong cho mẹ làm hoàng hậu. Sau khi vua mệnh chung, Bồ tát lên làm vua có tên là Katthavahanaraja (vua của người lượm củi), trị vì quốc với Chánh pháp, và khi mệnh chung ngài đi theo nghiệp của mình.

Sau khi kể pháp thoại này cho vua nước Kosala, trình bày hai câu chuyện và kết hợp chúng với nhau, bậc Đạo Sư kết luận với sự nhận diện Tiền thân như sau:

- Thời ấy, người mẹ là Mahamaya, người cha là Tịnh Phạn vương, và vua Katthavahana là Ta vậy. ---oOo---

Khata - The khata symbolizes purity and compassion and are worn or presented with incense at many ceremonial occasions, including births, weddings, funerals, graduations and the arrival or departure of guests. It is usually made of silk. Tibetan khatas are usually white, symbolising the pure heart of the giver, though it is quite common to find yellow-gold khata as well. Tibetan, Nepali, and Bhutanese khatas feature the ashtamangala. There are also special multi-colored khatas. Mongolian khatas are usually blue, symbolizing the sky. In Mongolia, khatas are also often tied to ovoos, stupas, or special trees and rocks.

Khata - Tấm vài lụa trắng…

Một vật dụng bày tỏ sự tôn kính trong Phật giáo Tây Tạng. Đây là một tấm lụa mỏng hình chữ nhật, có các màu trắng, đỏ, vàng, xanh lam, dài từ ba thước đến hơn trượng.

Màu sắc và độ dài của khata có thể thay đổi tùy theo thân phận của người được nhận, địa vị càng tôn kính thì khata càng dài. Khata màu trắng là cao quý nhất, tượng trưng cho sự thuần khuyết, cao thượng…

Bhikkhuni Khema Theri

Khema was one of the two chief female disciples of Buddha (the other being Uppalavanna).

Just as Venerable Sariputta was appointed the First Chief Male Disciple, the Venerable Bhikkhuni Khema Theri was appointed the First Chief Female Disciple.

Her story began when she was the captivating beautiful Queen of King Bimbisara who was a staunch supporter of the Buddha.

Being pious and wise King Bimbisara had become a Stream-winner.

He was well aware of his consorts' vanity and infatuation of her own beauty that had prevented her from going to listen when the Buddha preached Dhamma.

Her husband King Bimbisara however, was very eager for her to overcome the infatuation and fear of the Buddha's criticism of her. So the king devised a clever strategy to arouse her curiosity to visit the beautiful Bamboo Grove park and its monastery of great splendour.

To achieve this King Bimbisara commanded his court entertainers to perform theatrical plays and compose songs about the fantasies of the royal park.

That was what happened precisely when Queen Khema, inspired by the play, decided to go and see the Bamboo Grove for herself. As she approached the grove, she saw the Buddha preaching the Dhamma.

Aware that she was nearby, the Buddha created an apparition of a heavenly beautiful lady fanning Him with a palm leaf fan.

When Khema saw the apparition, she was captivated. She was so impressed by the angelic loveliness of the apparition that the pride of her own beauty vanished instantly.

As she was so entranced, the Buddha caused the young lady to age gradually until she was very old, decrepit and ugly who finally collapsed and died.

Continuing to look, Queen Khema saw the rotting corpse decaying further until it was full of flies, worm- infested, maggots eating, as well as stripping the corpse until only a heap of bones was left.

Khema was horrified. Realising how foolish she was, she immediately changed her attitude and realized the true nature of the decaying body in the youthful and the young; as guided by the Buddha, Queen Khema became a Stream-winner. This means she had crossed the stream of craving, having destroyed doubts, wrong views and clinging to wrongful rites and ceremonies. Queen Khema knew that she was then safe from miserable births in the lower existences and was happy with the human and divine life thereafter.

The Buddha, who was guiding her, knew of this and quickly helped her further on by making her realise the transience of all formations (things). She readily understood and realised Arahantship.

Then the Buddha called King Bimbisara and told him that Queen Khema had attained Arahantship. She had to be ordained or to pass away into Nibbana. King Bimbisara readily agreed for her to be ordained as a Bhikkhuni. Well-respected for her penetrative insight and wisdom Arahant Khema Theri could not ever again be tempted by sense pleasures, not even by Mara who was disguised as a handsome celestial youth.

The Buddha declared her to be the wisest of His ordained female disciple and made her the leader of the Bhikkhuni Sangha. ---oOo---

KHEMA - Chuyện nữ đệ tử thông minh nhất của đức Phật

Đệ tử trí tuệ số 1

Khema (theo tiếng Bali nghĩa là điềm tĩnh) sinh ra trong hoàng tộc nước Magadha, là một cô gái rất xinh đẹp và thông minh. Khi tới tuổi kết hôn, cô đã nhanh chóng trở thành phi tần của vua Bimbisara. Ông là một đại thí chủ (người cung dưỡng đồ ăn cho tăng đoàn) của đức Phật Thích Ca. Ông đã đem tặng cho tăng đoàn cả khu vườn trúc rộng lớn của mình để xây tăng xá, đồng thời rất quan tâm tới các tỳ kheo.

Từ khi về nhà chồng, Khema đã được vua kể rất nhiều câu chuyện về đức Phật. Tuy nhiên, trước sau cô vẫn nhất định không chịu đi gặp đức Phật Thích Ca. Cô nói rằng, cô sợ Đức Phật sẽ phê phán vẻ đẹp của mình nên không muốn đi. Cô rất cố chấp nên dù

quốc vương có khuyên thế nào, thuyết phục thế nào cũng không nghe.

Cuối cùng, quốc vương đã nghĩ ra một cách, ông thuê các ca sĩ vào cung hát những bài ca ngợi vẻ đẹp và sự hòa nhã của khu tịnh xá trúc lâm. Do Khema là người rất thích vẻ đẹp của tự nhiên nên khi nghe những bài hát đó đã không cưỡng lại được, quyết định tới trúc lâm thăm thú.

Hôm đó, Khema mặc áo lụa, xức nước thơm, trang điểm xinh đẹp bước tới giảng đường nơi đức Phật đang thuyết pháp. Đức Phật có thể đọc được suy nghĩ của cô, vì vậy đã biến ra một thiếu nữ xinh đẹp, đứng cạnh bên người của Khema và quạt cho cô. Cô bị sắc đẹp của cô gái cầm quạt lôi cuốn, trong lòng nghĩ: “Ta chưa từng gặp một cô gái nào xinh đẹp như vậy. Có lẽ ta còn kém xa cô ấy nữa. Người ta nói các sa môn thường coi khinh những người xinh đẹp, nhất định là hiểu sai họ rồi”.

Lúc đó, đức Phật bèn hóa phép cho cô gái xinh đẹp kia dần dần già đi, qua tuổi trung niên, rồi tới tuổi già, tới lúc không còn chiếc răng nào, tóc bạc trắng, da nhăn nheo, cuối cùng ngã xuống đất hấp hối. Tới lúc này, Khema mới hiểu rõ sự vô thường của cuộc sống và cái hư ảo của vẻ đẹp bề ngoài. Trong lòng cô nghĩ: “Cô gái đẹp như vậy mà còn bị hủy hoại thế kia thì ta sớm muộn cũng không thoát khỏi kết cục đó”.

Đúng vào giây phút đó, cô đã giác ngộ một cách triệt để. Mặc dù trên người vẫn mặc những trang phục xa hoa của hoàng cung, Khema đã chứng quả A La Hán. Sau đó ít lâu, do được quốc vương Bimbisara đồng ý, cô đã gia nhập vào tăng đoàn, trở thành một tỳ kheo ni.

Đối đáp về Như Lai

Đức Phật Thích Ca khen ngợi Khema là người có “trí tuệ số 1” trong số các tỳ kheo ni của tăng đoàn. Điều này hoàn toàn không chỉ là truyền thuyết, một đoạn đối thoại trong kinh "Tương ứng bộ" đã chứng tỏ rất rõ điều này. Đoạn đối thoại đó cho thấy, trí tuệ của bà có ảnh hưởng tới mức nào đối với quốc vương Pasenadi.

Chuyện kể rằng, vị quốc vương này lúc đó đang du ngoạn tới nước Kosala. Khi màn đêm tới, quốc vương tới một thị trấn nhỏ. Tại đây quốc vương Pasenadi muốn tìm kiếm một người để nói chuyện với mình. Vì vậy, ông đã sai tùy tùng đi tìm các sa môn hoặc các thầy tu Bà la môn thông thái tới.

Người hầu đi hỏi thăm khắp nơi nhưng không tìm được vị sa môn hay Bà la môn nào đúng như yêu cầu của chủ nhân. Tuy nhiên, sau đó họ biết được rằng,

một đệ tử của Phật Đà là tỳ kheo ni đang ở trong thị trấn. Người này nhờ vào tài trí thông minh, nghe rộng, biết nhiều lại rất giỏi hùng biện mà nổi tiếng khắp vùng. Người đó không ai khác chính là nữ đệ tử nổi tiếng của Phật đà – Khema.

Sau khi Pasenadi nhận được tin báo đã quyết định đi gặp Khema, cung kính hỏi bà về chuyện Như Lai sau khi chết:

- Như Lai sau khi chết có tồn tại không? - Đức Thế Tôn không nói Như Lai sau khi chết tồn tại. - Vậy Như Lai sau khi chết không tồn tại hay sao? - Đức Thế Tôn không nói như

vậy. - Vậy Như Lai sau khi chết vừa tồn tại, vừa không tồn tại hay sao? - Đức Thế Tôn không nói như vậy. - Vậy Như Lai sau khi chết đi vừa không tồn tại, vừa không thể không tồn tại hay sao? - Đức Thế Tôn không nói như vậy.

Nhận thấy quốc vương Pasenadi có vẻ không thỏa mãn với câu trả lời của mình, bà quyết định lấy một ví dụ để minh chứng cho những lý lẽ của mình. Bà hỏi quốc vương Pasenadi rằng: "Liệu quốc vương có thể có được các nhà số học hoặc các nhà thống kê học giỏi tính toán tới mức có thể tính toán được có bao nhiêu hạt cát dưới sông Hằng hay không?". Quốc vương trả lời rằng điều đó là không thể, bởi lẽ, cát trong sông Hằng là không thể tính toán được, không thể đếm được.

Bà lại hỏi quốc vương rằng: "Liệu ngài có biết ai là người tính toán được bao nhiêu nước dưới biển không?". Quốc vương lại trả lời rằng, điều đó là không thể, bởi lẽ nước biển sâu tới mức không thể đo được thì làm sao mà đong đếm được.

Tới lúc này, bà mới điềm tĩnh nói rằng, Như Lai cũng như vậy. Bất cứ người nào muốn định nghĩa được Phật đà chỉ có cách là vượt qua ngũ uẩn. Tuy nhiên, những người đã kinh qua, đã giác ngộ thì không còn câu nệ ở thân phận cá nhân của họ nữa: "Như Lai không thể dùng sắc, thị, tưởng, hành, thức (ngũ uẩn) mà đo đếm được. Ngài giống như biển sâu không thể dò được đáy". Vì thế, không thể nói tới tồn tại hay không tồn tại của Như Lai sau khi chết. Tất cả những mệnh đề nói trên không thể định nghĩa được Như Lai, vốn là khái niệm không thể định nghĩa.

Quốc vương Pasenadi nghe những lời giải thích của Khema, cảm thấy rất vui. Sau đó, khi ông gặp đức Phật, cũng hỏi lại đúng 4 câu hỏi nói trên. Câu trả lời của Đức Phật cũng giống hệt với câu trả lời của Khema, thậm chí cách dùng từ, đặt câu cũng giống y như vậy. Quốc vương Pasenadi nghe xong, cảm thấy rất kinh ngạc. Lúc này, ông mới cảm thấy khâm phục trí tuệ của Khema, nữ đệ tử có trí tuệ số 1 của Đức Phật. (Buddhism/Red Zambala) ---oOo---

Kilt – váy của người miền núi

Kindred – bà con anh em, họ hàng

Kinky – quăn, xoắn

Kinship - mối quan hệ họ hàng ---ooOOoo---

Kisagotami - Buddhism and the Parable of the Mustard Seed

Buddha and the Origins of Buddhism

Siddhartha Gautama Buddha, more commonly referred to as Buddha, was the founding spiritual leader of Buddhism, one of the world's major religions. He is presumed to have lived either in the 4th or 5th century BCE in what is either present-day Nepal or present-day India. Born into a royal Hindu family, he was a wealthy, pampered prince. Wishing to shield him from knowledge of human suffering, his father made sure that he did not see anyone who was sick, aged, or suffering.

At age 29, he left the palace to meet his subjects, where for the first time in his life he saw people who were sick, aged, and suffering. Distraught by how he saw his subjects live when he himself led an indulgent life, he soon escaped his palace and began living the life of an ascetic. He begged for alms on the streets and abstained from physical wants and needs, to the point of near- death.

He discovered in his ascetic journey the Middle Way, or the middle ground between self-indulgence and ascetism that would lead him to enlightenment. He sat under what is now known as the Bodhi tree and meditated for a reputed

49 days. Then, after those 49 days of meditation, he achieved enlightenment at the age of 35.

Some Basic Concepts of Buddhism

This state of enlightenment, also known as nirvana, is a state of liberation from physical wants and needs. Buddhism claims that those who have not achieved nirvana are still in samsara, or the cycle of life, death, and rebirth characterized by continuous suffering. This suffering is said to be rooted in humans' attachment to impermanent things.

The achievement of nirvana breaks this cycle of samsara by releasing a person's attachment to impermanent things. When a person who has achieved nirvana dies, instead of re-entering the cycle of samsara, they achieve what is called parinirvana, or a person's full passing away. Instead of being reborn again into a new life, they truly die in all senses, dissipating completely as a being.

Buddha formed out of his path to liberation the Four Noble Truths, a central teaching of Buddhism. The Four Noble Truths describe the nature of human suffering, its causes, and how it can be overcome. The fourth Noble Truth, the Noble Eightfold Path, describes the intentional journey one must take to achieve nirvana.

The term buddha, which translates to "enlightened one," is simply the first person to have achieved nirvana in an era. The Buddha that Buddhism is based upon thus did not become known as Buddha until after he achieved nirvana, and many believe is not the first buddha to have existed. After the buddha of each era achieves nirvana, all others who achieve nirvana after in the same era are referred to as arahants.

Kisa Gotami and the Parable of the Mustard Seed

A famous parable of Buddhism is called The Parable of the Mustard Seed. It is found in the foundational texts of Theravada Buddhism. It revolves around a woman named Kisa Gotami, who lived during the time of Buddha's life when he had already achieved nirvana and was traveling to impart his teachings upon others.

Kisa's only child, a very young son, had died. Unwilling to accept his death, she carried him from neighbor to neighbor and begged for someone to give her medicine to bring him back to life. One of her neighbors told her to go to Buddha, located nearby, and ask

him if he had a way to bring her son back to life.

Bringing the body of her son with her, Kisa found Buddha and pleaded with him to help bring her son back to life. He instructed her to go back to her village and gather mustard seeds from the households of those who have never been touched by the death. From those mustard seeds, he promised he would create a medicine to bring her son back to life. Relieved, she went back to her village and began asking her neighbors for mustard seeds.

All of her neighbors were willing to give her mustard seeds, but they all told her that their households had been touched by death. They told her, “the living are few, but the dead are many.”

As the day became evening and then night, she was still without any of the mustard seeds that she had been instructed to collect. She realized then the universality of death. According to the Buddhist verse her story comes from, she said:

“It’s not just a truth for one village or town, Nor is it a truth for a single family. But for every world settled by gods [and men]. This indeed is what is true - impermanence”.

With this new understanding, her grief was calmed. She buried her son in the forest and then returned to Buddha. She confessed to Buddha that she could not obtain any of the mustard seeds he had instructed her to collect because she could not find even one house untouched by death.

Here is a passionate interpretation of what Buddha imparted upon Kisa Gotami at this point from The Buddha:

“Dear girl, the life of mortals in this world is troubled and brief and inseparable from suffering, for there is not any means, nor will there ever be, by which those that have been born can avoid dying. All living beings are of such a nature that they must die whether they reach old age or not. As early-ripening fruits are in danger of falling, so mortals when born are always in danger of dying. Just as the earthen vessels made by the potter end

in shards, so is the life of mortals. Both young and old, both those who are foolish and those who are wise - all fall into the power of death, all are subject to death.

Of those who depart from this life, overcome by death, a father cannot save his son, nor relatives their kinsfolk. While relatives are looking on and lamenting, one by one the mortals are carried off like oxen to the slaughter. People die, and their fate after death will be according to their deeds. Such are the terms of the world.

Not from weeping nor from grieving will anyone obtain peace of mind. On the contrary, his pain will be all the greater, and he will ruin his health. He will make himself sick and pale; but dead bodies cannot be restored by his lamentation.

Now that you have heard the Tathagata [a term Buddha used to refer to himself], Kisa, reject grief, do not allow it to enter your mind. Seeing one dead, know for sure: ‘I shall

never see him again in this existence.' And just as the fire of a burning house is quenched, so does the contemplative wise person scatter grief's power, expertly, swiftly, even as the wind scatters cottonseed.

He who seeks peace should pull out the arrow lamentations, useless longings, and the self-made pangs of grief. He who has removed this unwholesome arrow and has calmed himself will obtain peace of mind. Verily, he who has conquered grief will always be free from grief - sane and immune - confident, happy, and close to Nirvana, I say".

Kisa entered the first stage of enlightenment from her experience. She decided to become a disciple of Buddha's and went on to become the first female arahant.

Reflections on The Parable of the Mustard Seed

What can we take away from this parable? Losing a child or any dear loved one to death is a tragedy no one wants to face. When faced with such painful loss, we can feel like Kisa, with grief so unbearable that we wish for anything to make the death not be real.

But as Kisa learned when she could not collect a single mustard seed, death is universal. Nearly everyone at some point in their life loses a loved one to death. This is part of the impermanence of things that Buddhism speaks of. Despite the fact that nearly all of us experience the loss of loves ones, this does not make the pain of these losses any easier to bear. How do we cope? It is different for everyone, but we typically find ways to carry on. For Kisa, it was her epiphany that she came to through the Buddha's lesson that helped her cope.

It is one story among countless throughout human existence of how a person has suffered great loss and yet learned in their own way to move forward. Grief can often leave a person feeling isolated, confused, and as if they will never be able to cope. But reading stories like Kisa's show that even long, long ago, others have felt the same way, and yet they found a way through. For the griever, it is a reminder that you are never truly alone in your experience. (written by Hilary Dockray)

---oOo---

Thánh Ni KISA GOTAMI.

(Thánh Ni từng là người rất đau khổ vì mất con).

Thánh Ni Kisa Gotami thuở thiếu thời là con gái một gia đình nghèo khổ. Vì thân thể gầy ốm, nên "nàng" được người trong vùng gọi là cô "Kisa Gotami", hay theo Tàu âm là cô "Cồ-Đàm-Ốm".

Tuy đến tuổi trưởng thành Kisa Gotami "may mắn" lấy chồng là con trai một thương gia giàu có. Nhưng sự đối xử của chồng và gia đình bên chồng với nàng rất phân biệt. Họ không để cho nàng quên đi thân phận khởi đầu, là con nhà nghèo của mình.

Đã từ lâu, trước khi Kisa Gotami mang thai và sinh đứa con thứ nhất. Nàng vẫn có tánh rất yêu thương và độ lượng với trẻ nít. Sau khi sinh nở, nàng không bao giờ than cực vì con, qua bất cứ việc gì. Khi đứa bé bắt đầu biết đi, thì cũng là lúc bất hạnh xảy ra cho nàng. Nó đã ngã gục bởi một căn bệnh ngặt nghèo, và lúc còn nằm trên giường, nó bỗng nhiên tắt thở. Kisa Gotami chưa bao giờ đối diện trước một tình trạng nguy cấp như thế, nên trông nàng thảm hại, như một con cừu hoản sợ giữa đám cháy, rất đáng thương.

Chồng nàng và những người bên chồng trước đây từng ngược đãi nàng, bây giờ chứng kiến, mới chấp nhận nàng như một thành viên trong gia đình, sau cơn "quái bệnh" đoạt mất tính mệnh của đứa bé. Lý do sự thay đổi đó, không gì khác hơn là thấy tình mẫu tử, và sự quên mình của người mẹ.

Với quyết định phải tìm cho ra thuốc để cứu sống đứa con, Kisa Gotami liền đeo con ngang hông, rồi không ngại đi từ nhà nầy sang nhà khác, để tìm danh y có thần dược.

Dân chúng trong vùng sau một thời gian nhìn cảnh đó, thì hết tội nghiệp. Họ bắt đầu làm ngơ, hay bàn tán về sự điên khùng của nàng. Nhất là những trẻ con không ngớt trêu chọc, và kêu đích danh nàng, bảo rằng, "Kìa Kisa Gotami, cô không biết là con đã chết hay sao ?". Nhưng nỗi đau khổ trong lòng Kisa Gotami mỗi ngày một tăng. Nàng không buồn nghe xung quanh nói gì.

May thay, lúc ấy có một thiện sĩ đầy lòng từ bi, thấy Kisa Gotami như thế, bèn lại gần, hỏi han và hướng dẫn cô đến đức Phật. Sau khi chào kính Phật xong, Kisa Gotami lập tức yêu cầu đúc Thế Tôn từ bi cứu sống đứa bé.

Đức Phật dùng tịnh nhãn (hay thần thông), thấy Kisa Gotami trong quá khứ đã tiến xa, trên con đường phạm hạnh. Nhưng Phật bèn nghĩ ra một phương pháp để cứu độ Kisa Gotami.. Ngài bảo Kisa Gotami hãy đi tìm cho Ngài một ít hạt cải để làm "thuốc". Nhưng những hạt cải ấy phải do gia đình nào từ trước tới nay chưa có ai trong họ hàng đã chết, lấy ra biếu.

Kisa Gotami từng sống trong làng mạc, nơi có rất nhiều người canh nông, hay trồng trọt. Nàng đi hết nhà nầy đến nhà khác với đứa con đã tắt thở, mang bên hông, để tìm một vật mà nàng sẽ chẳng bao giờ tìm ra. Vì trên đời có gia đình nào từ xưa đến nay chưa có ai chết ?

Hỏi hoài không gặp nhà nào chưa có người chết, Kisa Gotami chợt tỉnh ngộ, biết rằng, "Sự chết là tình trạng chung của tất cả sinh vật". Sau khi giác ngộ, Kisa liền quay về gặp Phật.

Khi ấy, đức Thế Tôn hỏi Kisa Goatami, xem đã tìm ra loại hạt cải như thế chưa, thì được nàng trả lời rằng, "Không có gia đình nào, mà ở đó xưa nay chẳng có ai qua đời cả. Nàng còn nói "Thực ra, số người từ trần trên thế gian nầy, chắc chắc nhiều hơn số người còn sống gấp bội".

Nhận thấy Kisa Gotàmi, tinh thần đã tỉnh táo, sẵn sàng hấp thụ Pháp Bảo, đức Phật bèn dạy cho nàng chân lý của vạn vật. Đó là pháp vô thường (Anicca dhamma). Vào cuối

bài Pháp, kiến thức của Kisa Gotami tự nhiên chín muồi. Nàng đắc quả nhập lưu Tu-Đà-Hườn (Sotapanna). Tiếp theo Kisa Gotami yêu cầu Phật cho nàng xuất gia.

Tỳ-kheo-ni Kisa Gotami thực hành lời Phật dạy, một cách tinh tấn. Một hôm, khi bà sửa soạn tắt mấy ngọn đèn trong giảng đường, bà bỗng chú ý đến ngọn lửa nào, dầu đã cạn, bên trong có khúc tim tàn. Bà liền tập trung tinh thần và định tâm nơi ngọn lửa chao đảo, yếu ớt ấy, rồi bà minh sát rằng, "Mọi sinh vật trên thế gian như ngọn đèn nầy, hễ sự sống trong đó bắt đầu, thì sự chết cũng xuất hiện. Chỉ có sự không sống không chết thường xuyên bị che khuất, vì không nằm trong hai tình trạng ấy"

Đức Phật theo dõi, nhận thấy tâm linh của Kisa Gotami đang nắm bắt cứu cánh, Ngài liền tỏa thần quang khuyến khích, truyền sang cho đệ tử tâm pháp trong kiến thức. Kisa Gotami nghe như có âm thanh Phật nói: Dù chỉ giác ngộ trong khoảnh khắc, mọi sinh vật trên thế gian như ngọn đèn, hễ sự sống bắt đầu ở đâu, thì sự chết xuất hiện ở đó. Chỉ có Niết Bàn là giác ngộ mới thấy...thì vẫn quí hơn một người sống suốt đời (hay cả trăm năm) mà không biết Niết Bàn là gì".

Lúc đức Phật truyền xong "tâm pháp", thì Kisa Gotami đắc quả giải thoát tối thượng A-La-Hán (Arahatta).

Để tỏ lòng tri ơn đức Thế Tôn, Thánh Ni Kisa Gotami bèn ngâm kệ tán dương Phật pháp, như sau:

"Hàng Đại Giác hằng nâng đỡ phạm hạnh
Không có mối liên hệ nào qúi báu hơn là thân cận một bậc cao thượng.
Người ngu có thể trở thành trí.
Khi nương nhờ đấng giải thoát, thì trí tuệ phát sinh. và thoát khỏi đau khổ.
Khi nương nhờ đấng giải thoát
Thì chứng được Tứ Thánh Đế biết thật nguyên nhân của đau khổ.
Chấm dứt tử sinh, bằng Bát Chánh Đạo".
(Theo Therigatha 213, 214, 215).
Thánh Ni Kisa Gotami thuở thiếu thời đã đau khổ rất nhiều, vì sinh trong một gia đình hạ lưu, như bao nhiêu đàn bà bất hạnh khác, có đời sống khó khăn, và chứa đầy phiền não. Phụ nữ thời xưa bị xem như một "vật sở hữu", để bị lạm dụng. Nam giới đóng vai người chủ, và có quyền nhiều vợ.

Nếu Thánh Ni đã trải qua những tình trạng như thế, thì bà phải tội nghiệp những phụ nữ khác vô cùng, bất luận họ thuộc giai cấp xã hội nào. Thánh Ni đã diễn tả những trở ngại mà bà từng trải qua, và chỉ sau một thời gian chịu đựng, mới có thể hóa giải bằng cách quên đi.

Phải hiểu tình thế của giới phụ nữ thời đức Phật ở Ấn-Độ, thì một người mới có thể đánh giá được sự giải thoát trong giáo lý của Phật. Và sự biết ơn sâu xa, mà một "phụ nữ" như Kisa Gotami, dành cho đức Phật, vốn không phải chỉ có ơn giải thoát tinh thần, mà còn là ơn giải thoát thể xác, của một nam giới hướng về nữ giới. Thánh Ni Kisa Gotami đã để lại những kệ ngôn như

sau:
Đức bổn sư, đấng chuyển hóa con người.
Trước biển khổ của nữ nhân bất hạnh.
Tôi là một….đã từng trong cô cảnh.
Làm vợ, dâu hiền…đau đớn, sầu bi.
Mất con đầu lòng, bao nỗi thị phi
Một lần sinh nở bao nhiêu ngao ngán?!
Và bất lực trước thói đời sâu cạn.
Tàn sức kêu gào, chỉ có quyên sinh.
Nhẹ dạ mang thai, đau khổ cực hình…
Con lẫn mẹ đều tủi hờn vô tận.
Tôi từng thấy một nữ nhân lận đận.
Sinh nở đến gần chịu đựng ra sao.
Quay về quê, giữa mưa gió ba đào,
Rồi bất hạnh thấy chồng con đều chết.
Thận phận kẻ nghèo, biết đâu hung kiết?
Tìm lại mẹ cha, anh, cũng vong thân.
Ba xác kia trên giàn hỏa tiêu tan.
Và kém phước sẽ luân hồi hiện biến.
Nước mắt tái sinh, nhiều như bốn biển
Xác muôn đời, chồng chất nghĩa địa hoang.
Hay vất làm mồi thú dữ trên ngàn
Dơ bẩn tồi tàn, thế gian khinh miệt.
Mau về nẻo sáng mới là khẩn thiết.
Bát chánh là đường tôi quyết bước đi
Tinh tấn diệt tham, dứt cả sân si.
Mới hết luân hồi, bình an, giải thoát.
Phật là cây đuốc duy nhất, dẫn ta vào cực Lạc!
(Theo Therigatha 216-224).
Một lần nọ, «Ma Vương» (nguồn gốc của tội lỗi), đã đến gần Thánh Ni Kisa
Gotami, để quyến rủ, bằng những lời sau đây:
« Sao khi mất con, nàng không tìm tôi, mà ngồi một mình, đơn thân khóc lóc ? Hay chỉ muốn vào rừng sâu cô độc, Để chờ một người khác, giỏi hơn tôi? »

Nhưng Thánh Ni Kisa Gotamì đã thanh tịnh, vững chắc. Bà hỷ xả trả lời, như nói chuyện với một người bạn:

« Ta đã vượt qua đau khổ mất con.
Tìm chồng khác ư? Việc ấy không còn.
Nước mắt sầu bi, ngộ rồi chẳng có.
Đối diện «Ma Vương», việc chi ta sợ?!

Vui thú trần gian ta dứt hết rồi.
Màng tối vô minh giờ lại sáng ngời
Ta đã chiến thắng vẻ vang thần chết
Nhơ dục trong tâm giờ đây đã hết! »
(Theo Samyutta Nikaya, Tập Bộ Kinh)
Khi thuyết pháp, đức Phật thường nhắc đến sự vô thường. Vì vạn vật liên tục đổi thay chính là một trong những nguyên nhân gây đau khổ. Nhất là đau khổ trong cảnh xa lìa đối tượng mình yêu thương. Pháp vô thường chẳng những đã giúp cho Kisa Gotami đắc Thánh Quả Niết Bàn, đạt được an lạc, mà còn «khuyến khích» Thánh Ni sống những ngày tháng còn lại, một cách đạm bạc, khắc khổ.

Kinh điển ghi rõ: Thánh Ni Kisa Gotami là một trong 13 tỳ-khưu-ni nguyện trường kỳ thọ hạnh đầu đà. Thánh Ni chỉ mặc ba y vàng, làm bằng những mảnh vải lượm được ngoài nghĩa địa (nơi bỏ tử thi), đem về giặt sạch và khâu lại. Thật là một gương sáng! ---oOo--- Knack - sở trường, tài riêng

Koan – tu sĩ thiền dùng trực giác để đạt kết quả

Koan (Japanese) - in Zen Buddhism of Japan, a succinct paradoxical statement or question used as a meditation discipline for novices, particularly in the Rinzai sect. The effort to “solve” a koan is intended to exhaust the analytic intellect and the egoistic will, readying the mind to entertain an appropriate response on the intuitive level. Each such exercise constitutes both a communication of some aspect of Zen experience and a test of the novice’s competence.

Koliya - The Koliyas were Kshatriya of the Adicca (Iksvaku) clan of the Solar Dynasty during the time of Gautama Buddha. The family members of these two royal families married only among themselves. Both clans were very proud of the purity of their royal blood and had practised this tradition of inter- marriage since ancient times. For example, Suddhodana's paternal aunt was married to the Koliyan ruler Anjana. Their daughters, Mahamaya and Mahapajapati Gotami, were married to Suddhodana, the chief of the Sakyans. Similarly, Yashodhara, daughter of Suppabuddha, who was Anjana’s son, was married to the Sakyan prince, Gautama Buddha. Thus, the two royal families were related by marriage bonds between maternal and paternal cousins since ancient times. In spite of such close blood-ties, there would be occasional rifts between the two royal families, which sometimes turned into open hostility.

Koliya - Vương tộc Koliya - bên ngoại thái tử Siddhartha

Nguồn gốc của vương tộc Koliya bắt đầu gần như cùng thời điểm và con người với vương tộc Shakya.

Chúng ta đã biết Priya là mẫu hậu đầu tiên của Kapilavastu. Tuy nhiên, một thời gian sau cô bị nhiễm bệnh hủi. Cô rời bỏ vương quốc và đi đến sống trong một cái hang cọp (Vyagghapatha) trong khu rừng dưới chân núi phía Đông Bắc Kapilavastu.

Ngẫu nhiên, Rama - vua của vương quốc Banaras (Ba La Nại) cũng bị nhiễm bởi cùng một chứng bệnh ấy và đến sống tại khu rừng gần cái hang mà Priya ở. Một hôm Rama đến ngồi dưới gốc cây Kolan cổ thụ trong khu rừng và kỳ diệu thay chứng bệnh của chàng đã biến mất. Khi gặp Priya trước cái hang cô ở, Rama chỉ cho cô cái cây huyền diệu và cô cũng được khỏi bệnh sau khi ngồi xuống dưới gốc cây ấy. Sau khi khỏi bệnh, hai người kết hôn với nhau,

sinh hạ 32 người con và tạo lập nên thành phố Devadaha ở phía Đông biên giới Kapilavastu.

Từ đấy đã hình thành nên họ tộc Koliya. Vương quốc này được biết đến với nhiều tên gọi như : Devadaha, Vyaghrapura, Kolinagara, Ramagrama. Mỗi cái tên gắn liền với một sự tích tạo lập nên vương quốc. Devadaha (Thành phố thần thánh) là để tôn vinh các vị thần nơi họ tạo lập nên vương quốc mới. Vyaghrapura là tên cái hang cọp mà hoàng hậu Priya đã ở. Kolinagara là để vinh danh cây thần Kolan đã chữa khỏi bệnh cho nhà vua và hoàng hậu. Còn Ramagrama chính là để vinh danh nhà vua Rama - người đã tạo lập nên vương quốc.

Do có cùng nguồn gốc nên vương tộc Shakya ở Kapilavastu và vương tộc Koliya ở Devadaha đã có những mối quan hệ hôn nhân mật thiết. Nhiều đời giữa hai vương tộc đã thành thông gia. Đến thời Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, phụ vương Ngài đã cưới cả hai chị em công chúa Mayadevi và Prajapati, còn chính Ngài cũng đã kết hôn với công chúa Yasodhara tuyệt đẹp của vương tộc Koliya. Việc cai trị ở Devadaha cũng theo mô hình của Kapilavastu, nhưng Koliya có đến hai trung tâm quyền lực - một ở Devadaha, một ở Ramagama.

Kshitigarbha or Ksitigarbha

Kshitigarbha (Sanskrit Ksitigarbha, Chinese: Dìzàng; Japanese: romaji: Jizo; Korean: romaja: Jijang) is a bodhisattva primarily revered in East Asian Buddhism and usually depicted as a Buddhist monk. His name may be translated as "Earth Treasury", "Earth Store", "Earth Matrix", or "Earth Womb". Kṣitigarbha is known for his vow to take responsibility for the instruction of all beings in the six worlds between the death of Gautama Buddha and the rise of Maitreya, as well as his vow not to achieve Buddhahood until all hells are emptied. He is therefore often regarded as the bodhisattva of hell-beings, as well as the guardian of children and patron deity of deceased children and aborted fetuses in Japanese culture, where he is known as Jizo or Ojizo-sama, as a protector of children.

Usually depicted as a monk with a halo around his shaved head, he carries a staff to force open the gates of hell and a wish-fulfilling jewel to light up the darkness.

As a Buddhist monk

There is a legend about how Kshitigarbha manifested himself in China, and chose his bodhimanda to be Mount Jiuhua (Cửu Hoa Sơn), one of the Four Sacred Mountains of China in Buddhism.

In the Eastern Han Dynasty, during the reign of Emperor Ming, Buddhism started to flourish, reaching its peak in the era of the Tang Dynasty, eventually spreading to Korea. At the time, monks and scholars arrived from those countries to seek the dharma in China. One of these pilgrims was a former prince from Silla named Kim Gyo-gak, who became a monk under the name of Earth Store (also called Jijang, the Korean pronunciation of Dizang). He went to Mount Jiuhua in present-day Anhui province. After ascending, he decided to build a hut in a deep mountain area so that he may be able to cultivate.

According to records, Jijang was bitten by a poisonous snake, but did not move, thus letting the snake go. A woman happened to pass by and gave the monk medicines to cure him of the venom, as well as a spring on her son's behalf. For a few years, Jijang continued to meditate in his hut, until one day, a scholar named Chu-Ke led a group of friends and family to visit the mountain. Noticing the monk meditating in the hut, they went and took a look at his condition. They had noticed that his bowl did not contain any food, and that his hair had grown back.

Taking pity on the monk, Chu-Ke decided to build a temple as an offering to him. The whole group descended the mountain immediately to discuss plans to build the temple. Mount Jiuhua was also property of a wealthy person called Elder Wen-Ke, who obliged to build a temple on his mountain. Therefore, Wen-Ke and the group ascended the mountain once more and asked Jijang how much land he needed.

Jijang replied that he needed a piece of land that could be covered fully by his kasaya. Initially believing that a piece of sash could not provide enough land to build a temple, they were surprised when Jijang threw the kasaya in the air, and the robe expanded in size, covering the entire mountain. Elder Wen-Ke had then decided to renounce the entire mountain to Jijang, and became his protector. Sometime later, Wen-Ke's son also left secular life to become a monk.

Jijang lived in Mount Jiuhua for 75 years before passing away at the age of 99. Three years after his nirvana, his tomb was opened, only to reveal that the

body had not decayed. Because Jijang led his way place with much difficulty, most people had the intuition to believe that he was indeed an incarnation of Kshitigarbha.

Jijang's well-preserved, dehydrated body may still be viewed today at the monastery he built on Mount Jiuhua.

As a Brahmin maiden

The story of Ksitigarbha was first described in the Ksitigarbha Bodhisattva Purvapraṇidhana Sutra, one of the most popular Mahayana sutras. This sutra is said to have been spoken by the Buddha towards the end of his life to the beings of the Trayastrimsa Heaven as a mark of gratitude and remembrance for his beloved mother, Maya. The Ksitigarbha Bodhisattva

Purvapraṇidhana Sutra begins, "Thus have I heard. Once the Buddha was abiding in Trayastrimsas Heaven in order to expound the Dharma to his mother."

The Ksitigarbha Bodhisattva Purvapranidhana Sutra was first translated from Sanskrit into Chinese between 695-700 CE, during the Tang dynasty, by the Tripitaka master Siksananda, a Buddhist monk from Khotan who also provided a new translation of the Avatamsaka Sutra and the Lankavatara Sutra. However, some scholars have suspected that instead of being translated, this text may have originated in China, since no Sanskrit manuscripts of this text have been found. Part of the reason for suspicion is that the text advocates filial piety, which was stereotypically associated with Chinese culture. It stated that Ksitigarbha practised filial piety as a mortal, which eventually led to making great vows to save all sentient beings. Since then, other scholars such as Gregory Schopen have pointed out that Indian Buddhism also had traditions of filial piety. Currently there is no definitive evidence indicating either an Indian or Chinese origin for the text.

In the Ksitigarbha Sutra, the Buddha states that in the distant past eons, Ksitigarbha was a maiden of the Brahmin caste by the name of Sacred Girl. This maiden was deeply troubled upon the death of her mother - who had often been slanderous towards the Three Jewels. To save her mother from the great tortures of hell, the girl sold whatever she had and used the money to buy offerings that she offered daily to the Buddha of her time, known as the Buddha of the Flower of Meditation and Enlightenment. She prayed fervently

that her mother be spared the pains of hell and appealed to the Buddha for help.

While she was pleading for help at the temple, she heard the Buddha telling her to go home, sit down, and recite his name if she wanted to know where her mother was. She did as she was told and her consciousness was transported to a Hell realm, where she met a guardian who informed her that through her fervent prayers and pious offerings, her mother had accumulated much merit and had already ascended to heaven. Sacred Girl was greatly relieved and would have been extremely happy, but the sight of the suffering she had seen in Hell touched her heart. She vowed to do her best to relieve beings of their suffering in her future lives for kalpas.

Kshitigarbha as Lord of the Six Ways

Painting of Kshitigarbha as the Lord of the Six Ways from Mogao Grottoes in Dunhuang.

Another category of iconographic depiction is Kshitigarbha as the Lord of the Six Ways, an allegorical representation of the Six Paths of Rebirth of the Desire realm (rebirth into hell, or as pretas, animals, asuras, men, and devas). The Six Paths are often depicted as six rays or beams radiating from the bodhisattva and accompanied by figurative representations of the Six Paths. Many of these depictions in China can be found in Shaanxi province, perhaps a result of Sanjie Jiao worship in the area. A Japanese variation of this depiction is the Six Jizo, six full sculptural manifestations of

the bodhisattva. An example of this can be found in Konjikido, the ‘Hall of Gold,’ in the Chuson-ji temple.

Kshitigarbha (Sanskrit) - Khất Thoa-Để-Bá-Sa Địa Tạng Bồ-tát, sau khi Phật diệt độ 1500 năm, Địa Tạng bồ tát giáng sinh trong một gia đình ở nước Tân La, họ Kim, hiệu Kiều Giác. Kim Kiều Giác tới núi Cửu Hoa tìm học đạo Phật, ông phát hiện được 4 ngôi chùa bằng gỗ do một cao tăng người Ấn dựng lên 150 năm trước, vị này đã lập nên Địa Tạng đạo tràng nơi đây. Ông cảm động trước lời đại nguyện “độ tất cả chúng sanh trong địa ngục” của bồ tát Địa Tạng nên ông quy y, lấy pháp danh là Địa Tạng (về sau người ta thêm họ Kim của ông vào nên ông được gọi là Kim Địa Tạng). Ông tu khổ hạnh, không ra khỏi khu vực Cửu Hoa Sơn và viên tịch năm 99 tuổi trong tư thế ngồi…

Nhục thể của Ngài Kim Địa Tạng thờ tại Cửu Hoa Sơn, Trung Quốc

Đọc Hiểu Ngài Địa Tạng Bồ-tát

Đức Địa Tạng là một Bồ Tát đã chứng bực Đẳng giác trải đến vô lượng a tăng kỳ kiếp. Ngài có lời đại nguyện rằng: nếu chưa độ hết chúng sanh, thì không chứng quả Bồ đề, và nếu sự thọ khổ trong Địa nguc hãy còn, thì thề không chịu thành Phật .

Do cái bổn nguyện ấy, nên Ngài phân thân nhiều phen, đặng độ thoát hằng hà sa số chúng sanh đương tội khổ, trải đã không biết bao nhiêu kiếp rồi, mà Ngài cũng còn làm một vị Bồ tát như vậy.

Còn như nói đến tiền thân của Ngài từ khi chưa chứng quả vị, có kiếp Ngài làm con gái, có kiếp thì Ngài làm con trai, và cũng có kiếp Ngài làm vua nữa.

Theo kinh Địa Tạng của Phật Thích Ca nói tại cung trời Đao Lợi có chứng cớ một sự tích, khi Ngài làm con gái dòng Bà la môn.

Vì nàng có túc phước rất nhiều, nên hết thảy mỗi người trong hàng thân thích đều tôn trọng cung kính; cho đến khi đi đứng nằm ngồi, cũng đều có hàng chư Thiên ủng hộ.

Ngặt vì thân mẫu của nàng tin theo ngoại đạo, nên thường đem lòng tà niệm mà khinh khi Tam bảo, đã không tin nhân quả nghiệp báo, mà còn chê bai chánh pháp nữa.

Khi đó, nàng đã biết mẹ mình không tin Phật pháp, thế nào đến khi thác rồi cũng phải trầm luân nơi khổ hải; nên nàng mới hết lòng khuyên can, sớm tối kiếm lời giảng giải, muốn làm sao cho mẹ mình tín ngưỡng theo Chánh giáo, thì mới đành lòng.

Song khuyên thì khuyên, can thì can, mà thân mẫu của nàng ác nghiệp đã nhẩy đầy và tín tâm lại cạn cợt, nên chẳng có chút gì tin theo.

Ôi ! Chẳng bao lâu bà đã nhuốm bệnh trầm kha, bỗng chốc hóa ra người thiên cổ. Vì lúc sanh tiền ác nghiệp đã thành thục, nên chi thần hồn phải theo nghiệp quả mà đọa lạc vào Vô gián Địa ngục.

Còn phần nàng, một nổi thì thương mẹ cách biệt, dậm đất kêu trời, một nổi thì sợ mẹ trầm luân, kinh hồn hãi vía, ngổn ngang trăm mối bên lòng, ăn không ngon, ngủ không yên, đêm ngày than khóc, ngàn thảm muôn sầu. Tưởng trong cảnh huống ấy, nếu có

phương gì mà cứu mẹ được, dầu thịt nát xương mòn nàng cũng không hề tiếc. Khi ấy nàng mới bán hết nhà cửa ruộng vườn, rồi mua sắm đủ các thứ hương hoa và những đồ quí báu đem đến chùa Phật mà dâng cúng .

Lúc nàng vào chùa lễ lạy, xem thấy hình tượng của Đức Giác Hoa Định Tự Tại Vương Như Lai vẻ oai dung nghiêm chỉnh, dường như một vị Phật sống thì trong lòng nàng lại bội phần kính ngưỡng.

Nàng lễ bái rồi tự nghĩ rằng: "Phật là bực Đại giác, đủ trí sáng suốt và hiểu thấu, ắt nhờ Phật từ bi chỉ bảo cho ta biết đặng, có đến nỗi đâu mà thảm như thế này !"

Nàng nghĩ như vậy rồi, cứ đứng nhìn sững tượng Phật mà khóc, không chịu bước ra, dường có vẻ muốn tỏ lòng cầu khẩn... Đêm đến nàng mơ thấy nàng đi đến môt chỗ bờ biển kia, nước cuồn cuộn trôi chảy, lại thấy nhiều giống ác thú, nhảy nhót bơi chạy trên mặt biển, không biết là bao nhiêu; lại thấy hàng ngàn đàn ông và đàn bà, lặn xuống trồi lên, thảy đều bị những thú dữ kia dành giựt bấu xé ăn thịt.

Còn quỉ Dạ Xoa thì hình thù khác nhau hoặc có thứ nhiều tay nhiều chân , hoặc có thứ nhiều con mắt, nhiều đầu, hoặc có thứ nanh bén nhọn như gươm mọc ló ra ngoài miệng, thảy đều áp lại lùa đuổi những bọn tội nhân đến gần cho thú dữ kia ăn thịt – Thiệt là một thảm trạng, không ai dám xem!

Nhưng nàng nhờ có sức niệm Phật, nên tâm vẫn thanh tịnh, tự nhiên không chút sợ hãi.

Xảy đâu có một Quỉ vương, tên là Vô Độ, thấy hình tướng nàng chẳng phải người phàm, oai nghi không giống kẻ tục, bèn đến trước mặt nàng cúi đầu nghênh tiếp mà bạch rằng: "Dám hỏi Đức Bồ tát vì duyên cớ chi mà đi tới đây?"

Nàng lại hỏi Quỉ vương rằng: "Chỗ này là xứ gì?

Quỉ Vô Độc đáp rằng: "Đây là biển nghiệp thứ nhất, về phía Tây núi Thiết vi".

Nàng nghe nói liền bảo rằng: "Ta nghe trong núi Thiết vi có Địa ngục ở chính giữa; việc ấy quả như vậy hay không?"

Quỉ Vô Độc đáp rằng: "Thiệt có Địa ngục, chớ không phải huyễn hoặc đâu!" Nàng nghe rồi bèn khởi lòng kinh nghi mà hỏi nữa rằng: "Địa nguc là nơi để giam nhốt những người có tội; còn ta đây có lòng kính ngôi Tam Bảo, mà duyên cớ gì cũng đi đến chỗ này như vậy?"

Quỉ Vô Độc đáp rằng: "Phàm người đi đến đây có hai cách: một là có oai đức thần thông, đến cứu độ cho mấy người tôi khổ, hay là đến chơi cho biết; hai là mấy người tội ác đã thành thục, phải đi tới đây mà chịu khổ. Nếu trừ hai lẽ ấy ra, thì không thể đến đây được". Nàng lại hỏi nữa rằng: tại sao ở trong thì có nhiều tội nhân lặn lên hụp xuống, lại bị các loài thú dữ xâu xé ăn thịt như thế !"

Quỉ Vô Độc đáp rằng: "Đây là chỗ nhốt những chúng sanh tạo ác ở cõi Diêm phù đề, nên khi chết rồi, trải qua 49 ngày, không ai tế tự lo làm việc công đức đặng cứu vớt vong linh bị khốn nạn. Còn những người đã chết đó, lúc sanh tiền lại không có chút

mảy gì làm điều phước thiện; vì vậy nên cứ theo bổn nghiệp của mình mà chiêu cảm lấy cái khổ báo ở nơi Địa ngục tự nhiên trước hết phải đọa tới đây.

Ở bên phía Đông biển này, cách chừng 10 vạn do tuần lại có một biển nữa; sự đày đọa của chúng sanh bị vào đó còn khổ hơn đây đến bội phần. Còn bên mé Đông biển kia, lại có một cái biển khác, sự thảm trạng thống thiết không thể kể xiết!

Những hạng người thọ khổ là do bình nhật ở Thế gian tạo những nghiệp ác mà phải cảm lấy sự tội báo như vậy, nên ba cái biển đó đều gọi là: "biển Nghiệp".

Nàng lại hỏi Quỉ Vô Độc rằng: "Sao đây chỉ thấy có biển nghiệp mà thôi ; còn Địa ngục ở chỗ nào?"

Quỉ Vô Độc đáp rằng: "Ở giữa ba cái biển ấy là chỗ Địa ngục. Nếu kể số riêng ra thì nhiều đến trăm ngàn mà sự thọ khổ đều mỗi mỗi khác nhau; như nói về phần ngục lớn thì có 18 chỗ, còn nói về phần ngục trung thì có năm trăm chổ và lại có cả ngàn chỗ ngục nhỏ nữa. Sự khổ độc trong mấy chỗ ngục đó không biết bao nhiêu mà kể cho xiết đặng!"

Nàng lại hỏi Quỉ vương rằng: "Mẹ ta khi chết đến nay tuy chưa bao lâu mà chẳng biết thần hồn đã đi đến chỗ nào?"

Quỉ vương lại hỏi nàng rằng: "Chẳng hay mẹ của Bồ tát, lúc sanh tiền làm những nghiệp gì, xin tỏ cho tôi rõ."

Nàng đáp rằng: "Mẹ ta trước bị nhiễm theo tà kiến, chê bai ngôi Tam Bảo , lập tánh không định, dẫu có nghe lời khuyên can mà tạm tín, rồi cũng trở lại huỷ báng nữa. Nay chết tuy chưa bao lâu, ắt có lẽ theo ác nghiệp mà đọa vào khổ thú; nên ta muốn tìm cho biết chỗ sanh xứ của mẹ ta, nhưng không hiểu ở nơi nào?"

Quỉ Vô Độc hỏi rằng: "Vậy chớ mẹ của Bồ tát tên họ là chi?"

Nàng đáp rằng: "Cha ta tên là Thi La Thiện Hiện còn mẹ hiệu là Duyệt Đề Lợi, đều là dòng dõi Bà La Môn cả".

Quỉ Vô Độc nghe rồi, lật đật chấp tay mà bạch với nàng rằng: "Xin Thánh giả trở về bổn xứ, chẳng nên nhớ lịnh thân mẫu mà buồn rầu làm cho hao mòn quí thể. Số bà Duyệt Đề Lợi đã khỏi sự khổ ở chốn địa ngục này mà sanh lên cõi Trời cách nay đã ba ngày rồi. Nguyên bà nhờ có người con hết lòng thảo thuận, lập đàn tràng tu phước và cúng dường nơi tháp tự của Đức Giác Hoa Định Tự Tại Vương Như Lai, nên mới cảm đến Phật Thánh mà được sanh về cõi Trời như vậy.

Chẳng những thân mẫu của Bồ Tát nhờ phước đó mà thoát khỏi chỗ Vô gián Địa ngục, đặng sanh lên cõi Trời mà thôi, cho đến những người đồng thọ tội

ở đó cũng nhờ duyên phước ấy mà đều đặng an vui và đồng sanh về cõi Thiên đàng trong ngày đó nữa?

Quỉ vương nói rồi, liền chấp tay tỏ vẻ cung kính mà xin lui.

Còn nàng thì trong lúc ấy, dường như chiêm bao tỉnh giấc, mới rõ biết việc này là nhờ Phật lực làm cho thân mình được đi tới chỗ thác sanh của mẹ như vậy. Nên nàng cảm ơn Phật, lập tức đến trước bổn tượng của Đức Giác Hoa Định Tự Tại Vương Như Lai mà phát lời thệ nguyện lớn rằng: "Nay tôi nguyện cho đến kiếp vị lai nếu có chúng sanh nào tạo tội mà chịu khổ ở nơi Địa ngục, bất luận là kẻ thân thuộc hay người cừu oán, tôi lập ra nhiều pháp môn mà cứu độ cho giải thoát tất cả". (Thế Giới Phật Giáo)

Nam Mô Đại Nguyện Địa Tạng Vương Bồ Tát

Kudos - tiếng tăm, danh tiếng

KUMARAJIVA - Tiểu Sử Pháp Sư Cưu Ma La Thập

There were one hundred and seventy-six persons who transmitted the sutras and treatises from India to China. Among all these, Kumarajiva alone relayed the sutras and other writings of Shakyamuni, the founder, without interjecting any of his own personal opinions. Of these other one hundred and seventy- five individuals, the one hundred and sixty-four who lived before or around the same time as Kumarajiva can be understood because of the light which Kumarajiva's wisdom throws on them. Nonetheless, these one hundred and sixty-four individuals clearly made errors, just as later the eleven people who composed the so-called 'new translations' also made mistakes. The latter, however, were more shrewd and knowledgeable because of Kumarajiva's labours. This is not simply my personal opinion, for the Kanzuden speaks of Kumarajiva as being 'unparalleled among both his predecessors and successors'. (Ota-dono Nyobo Gohenji NICHIREN DAISHONIN)

Unique is the adjective which most accurately characterizes almost every aspect of Kumarajiva's life his parentage, birth, journeys, education, imprisonment, work and old age. He combined a universal appreciation of truth wherever he found it, a generous tolerance for diverse points of view and a one-pointed dedication to his self-chosen task. Whilst buddhavachana, the word of Buddha, was transmitted to China by a constellation of brilliant monks and teachers, every generation since Kumarajiva has acknowledged him to be without equal. His influence was felt in almost every Buddhist school of thought in China and leaped across the Yellow Sea to work its magic in Japan. Yet he strove to keep his work free from all personal bias and polemical judgements. He neither offered doctrines of his own nor made claims about his special insight, but sought only to be a true disciple of Buddha, a pure mirror of transmission to those who spoke the Chinese tongue. Kumarajiva's father, Kumarayana, was descended from an honourable line of prime ministers of a kingdom in Kashmir. Though Kumarayana was expected to become prime minister after his father, he renounced his hereditary claim and became a Buddhist monk. Eventually, he set out along the silk route which threaded its way across the mighty Pamirs and into the Takla Makan Desert and Central Asia. Following the northern route, he came in time to the devoutly Buddhist kingdom of Kucha on the northern rim of the great Tarim River basin. The Kuchan king either knew of Kumarayana by reputation or

showed a shrewd perception of human nature, for he welcomed the traveller warmly and at once made him a trusted adviser. Soon he was elevated to kuo- shih, Teacher of the Nation, a privileged position which entailed political and cultural duties as well as religious functions. Although Kumarayana had renounced the world and taken up the life of a monk, his destiny was not to be displaced. Jivaka, the king's younger sister, had a grace, wit and will fully matched by an exceptional intelligence. It was said that she had only to glance at a written passage to comprehend it, and only to hear something once to repeat it from memory. She had politely rejected a number of eligible suitors from neighbouring kingdoms, but when she saw Kumarayana she expressed the desire to become his wife. The king was delighted and insisted that Kumarayana accept the proposal. Even though he was a monk, he bowed to the wishes of this generous and devout monarch.

When their son was born around C.E. 344, Kumarayana and Jivaka each gave a part of their names to him and called him Kumarajiva. As if an occult design of invisible Nature had become manifest, hardly had the remarkable child turned six before Jivaka received permission from her husband to become a Buddhist nun. By that time Kumarajiva had already learnt the vast literature of the Abhidharma by heart, understood it and entered the Sangha. Kumarajiva's mother clearly recognized the penetrating intelligence of her son and was determined to give him the best available philosophical and spiritual training. When he was nine years old, mother and son undertook the arduous journey to India, eventually reaching the Kashmiri kingdom known to the Chinese as Chi-pin, which was probably his father's native home. Bandhudatta, a renowned Buddhist teacher and cousin of the king, instructed Kumarajiva in the agamas (the nikayas of the Theravadin tradition). During the next two years Kumarajiva mastered these texts and was honoured by the king. Once he defeated several non-Buddhist teachers in a debate held before the ruler, and from this moment his reputation preceded him wherever he travelled. In addition to learning the scriptures and treatises of the Sarvastivadin school, Kumarajiva seized the opportunity afforded by his presence in India to study medicine, astronomy and astrology, exegetical and hermeneutical methods of exposition, logic and the applied sciences.

By the time Kumarajiva was twelve, he and his mother set out on the journey back to Kucha. The pace was leisurely, for every kingdom and principality along the way fîted and honoured him, and several urged him to take up residence as a teacher and adviser. As he was making his way through the

mountains of the Yueh-chih region, he met an arhat who volunteered a prediction to his mother:

You must watch over and protect this novice. If by the time he reaches the age of thirty-five he has not abandoned the rules of religious discipline, he will become a great propagator of buddhadharma, enlightening countless people, and he will be the equal of Upagupta.

Upagupta was the fourth Indian patriarch after Buddha, famous for having converted the emperor Ashoka to the Buddhist way. Though Kumarajiva was forced by circumstances to break one vow late in life, he met the conditions of the prophecy and fulfilled the prediction.

Passing through Yueh-chih, Kumarajiva and his mother came to Kashgar, a Buddhist kingdom known for its excellent teachers and libraries. He settled there for a year and completed his studies of the Abhidharma and the texts revered by the Sarvastivadins. During this time he concentrated intently on Vedic literature and studied the most important systems of chanting the Vedas. Whilst he learnt a great deal about Hindu philosophical schools, he focussed upon the power of sound to affect the receptivity of consciousness to transcendental truths. The knowledge he gained later influenced his stirring translations of sutras and texts into Chinese. He also expanded his considerable grounding in Sanskrit and Pali and learnt more of the languages of Central Asia. On the advice of a monk, the king of Kashgar invited Kumarajiva to take the seat of honour and expound a sutra to a prestigious assembly which included the king himself. Kumarajiva did so, and as a result the monks of Kashgar were indirectly impelled to reform their previously lax monastic disciplines. At the same time, the king of Kucha heard of the high esteem in which Kumarajiva was held in Kashgar and sent a delegation to cement friendly relations between the two kingdoms.

While living in Kashgar, Kumarajiva met Sutyasoma, a prince of Yarkend (So-ch'e), perhaps as a result of his public discourse. Sutyasoma had renounced his royal inheritance and gone to Kashgar for spiritual instruction, and he was a revered teacher when he took Kumarajiva under his guidance. As a follower of Sarvastivadin doctrines, Kumarajiva held that the dharmas or ultimate constituents of existence are eternally real, whereas empirical phenomena which arise out of the momentary confluence of dharmas under karma are unreal. Sutyasoma adhered to the Mahayana view that all dharmas are themselves unreal; ontologically, dharmas are like empty space and

assume distinct existence only in their momentary, ever-changing combinations. Although Kumarajiva initially found such teachings difficult to comprehend, Sutyasoma's more universal application of Buddha's doctrine of impermanence soon won him over to the Mahayana standpoint. Kumarajiva felt a tremendous sense of release and emancipation, declaring that he had been like a person who did not know what gold is and had previously taken brass for something wonderful.

Kumarajiva took up an intensive study of the sutras with the same enthusiasm he had brought to all his earlier training. He learnt the doctrines of the Madhyamika schools, memorized treatises by Nagarjuna and Aryadeva and rapidly assimilated Mahayana teachings. Just how fundamental a turning point Kumarajiva's encounter with Sutyasoma was for his life is illustrated by his insistence that Bandhudatta, his first teacher in India, come to Kashgar. There Kumarajiva and Bandhudatta engaged in friendly but intensive debate, and eventually Bandhudatta was won over. During this

time Sutyasoma foresaw something of the magnificent work Kumarajiva would undertake in China. Years after he left Kashgar, Kumarajiva recounted to his disciples in China what Sutyasoma once told him:

The sun of Buddha has gone into hiding behind the western mountains, but its lingering rays shine over the Northeast. These texts are destined for the lands of the Northeast. You must make sure that they are transmitted to them.

After spending a memorable year in Kashgar, Kumarajiva and his mother set out for Kucha. They stopped for a time in the kingdom of Wen-su and then moved on to their home. By the time Kumarajiva reached Kucha, his reputation had gone ahead of him as far as northern China. Monks from all over Central and East Asia gathered in Kucha to learn from him, even though he was only twenty years old and still officially a novice or shramanera. Within the year he was made a full monk in the Sangha and spent much of his time teaching others. For almost a decade he prepared himself for the mission to China which had been prophesied and which he felt was the central focus of his life work.' This period lacked the peacefulness and prosperity that had marked his earlier years, for he witnessed the steady decline of the Kuchan state and heard reports of the incessant internal struggles which plagued northern China. Nonetheless, he worked quietly in the conviction that he was destined to go to the East one way or another. His mother, seeing the decline in Kucha's fortunes and believing that she had done all she could for her son,

exhorted him to follow unwaveringly the Bodhisattva Path and left to return to India. They never met again.

In 379 Fu Chien conquered the city of Hsiang-yang and brought Tao-an to his capital at Ch'ang-an. There Tao-an established his famous centre for the translation of Buddhist scriptures and texts, with the full support of Fu Chien. When Tao-an learnt of Kumarajiva's spiritual, philosophical and linguistic abilities, he urged Fu Chien to invite him to Ch'ang-an. The warlord-emperor did so in a manner consonant with his aggressive rule: he dispatched Lu Kuang with an army to march on Kucha and seize Kumarajiva. Kucha fell to Lu Kuang and Kumarajiva willingly set out with the conquering general for Ch'ang-an in 383. Then events took a series of strange turns. Tao-an died in 385 and six months later the Yao family had attacked and conquered Ch'ang- an and killed Fu Chien. The new dynasty continued many of the policies of the previous rulers – preserving Tao-an's translation centre, encouraging Buddhist studies – and looked forward to welcoming Kumarajiva to the capital. When Lu Kuang heard of the conquest of Ch'ang-an, he halted his return, declared himself independent, and set up a state known as Later Liang, with its centre at Ku-tsang. Although Lu Kuang was not a Buddhist and cared nothing for spiritual sensibilities, he recognized the political value of Kumarajiva.

Lu Kuang held Kumarajiva under virtual house arrest for sixteen years, subjecting him to numerous indignities while also retaining him as a military adviser. During this

time the rulers of Ch'ang-an alternately fumed and pleaded for his release, but without success. Kumarajiva found this phase of his life both hard and frustrating, because he was taunted for his convictions and practices and was unable to undertake the work he believed he was destined to perform. Rather than become passive or disconsolate, however, he used this time to learn about China from the rugged soldiers who had marched across much of the country. While quietly gathering texts to take with him to Ch'ang-an, he also thoroughly mastered the Chinese language. Eventually Yao Hsing, second ruler of the new dynasty at Ch'ang-an, grew weary of fruitless negotiations with Lu Kuang and took a daring risk. In 401 his armies attacked and conquered Ku-tsang. Kumarajiva was rescued unharmed, and in 402 he was welcomed into Ch'ang-an, realizing in his fifties a dream he conceived in his twenties.

Kumarajiva was warmly received by Yao Hsing, who bestowed upon him the title Teacher of the Nation. The fruitful phase of his life, which has profoundly

influenced Chinese Buddhist tradition from the moment he entered Ch'ang-an to the present day, began with his arrival and lasted barely a decade. Within six days of taking up residence in his new home, he accepted the suggestion of a monk named Seng-jui, later one of his chief disciples, and began to translate a text on meditation, the Tso-ch'an san-mei ching. He found that the translation centre founded by Tao-an had been preserved and supported by Yao Hsing, and he marvelled at the quality of the work his predecessor had undertaken. He found himself surrounded by an enormous group of knowledgeable monks who were ready to continue the work of translation under his guidance. He rapidly reorganized the centre so that new translations could be made even while the accomplishments of the previous generation could be reviewed and revised. Within the next few years he translated almost fifty works in about three hundred volumes.

Like Tao-an, Kumarajiva thought that the ko-i or 'matching the meaning' method of translation, in which unfamiliar Sanskrit Buddhist concepts were replaced by well-known Chinese Taoist words, compromised Buddha's teachings. A review of Tao-an's work convinced him, however, that too strict an insistence on literal translation, sometimes requiring the creation of awkward neologisms, rendered beautiful texts obscure. His belief that a translation should accurately convey the tone and texture of a teaching inseparably from its content compelled him to adopt a new methodology for translation. He chose to emphasize the central theme of a text or treatise and to edit passages which would seem unnecessarily repetitive to Chinese readers. Once he had arranged the working force at his disposal to his satisfaction, he would read a text aloud, sentence by sentence, before a large congregation. Yao Hsing would often attend these sessions, and sometimes he held the original palm-leaf manuscript in his own hands while Kumarajiva explained it. After each sentence, Kumarajiva explained its meaning and offered an oral translation in Chinese. The congregation would comment on the results and suggest improvements. Meanwhile, a recorder would write down the approved translation, and later an editor would

review the whole text for style and internal consistency. Finally, a calligrapher would correct the Chinese ideographs to be sure there were no ambiguities in transmission of the texts.

Seng-jui is said to have rejoiced after attending a translation session with Kumarajiva, because for the first time he caught a glimmer of understanding of the enigmatic concept of shunyata. The collective work of Kumarajiva and his colleagues produced texts which were readable, comprehensible and

inspiring. After a millennium and a half his translations are still read and studied, and they are often used as the basis for new translations into other languages, including English. Even though he translated a range of sutras and commentaries from a variety of Buddhist teachings, such as the Prajnaparamita literature, the Vimalakirti Sutra and the Surangama Sutra, his most famous and influential work was his powerful rendition of the Lotus Sutra, known in Sanskrit as the Saddharma Pundarika Sutra and in Chinese as Miao-fu lien-hua. In it one finds harmoniously combined Kumarajiva's astounding linguistic facility and his profound grasp of the scope and depth of buddhadharma. Perhaps less obvious to the modern reader is the remarkable support Yao Hsing gave to this sort of project. Also, Kumarajiva never hesitated to point out the enormous support he received from knowledgeable and enthusiastic monks who worked together with an exemplary spirit of harmony and cooperation.

Kumarajiva's influence was not limited to the so-called barbarous kingdoms of northern China. In 378 Hui-yuan, one of Tao-an's chief disciples, had gone south and made his abode in a monastic community at Lu-shan, a mountain famous amongst Taoists, Confucians and Buddhists for its majesty and mystery. Within a few years, he became the informal leader of the Southern Chinese Buddhist community. Shortly after Kumarajiva's arrival in Ch'ang-an in 402, Hui-yuan wrote to him and encouraged him to continue the work of Tao-an. A year later, hearing that Kumarajiva might return to Kucha, he wrote again, strongly urging him to remain in China. During the next few years the two monks exchanged letters on philosophical and monastic subjects, and eighteen of these exchanges survive. Hui-yuan enquired about many issues, but he was most interested in gaining a clear understanding of the dharmakaya, the highest vehicle of a Buddha. Kumarajiva distinguished between dharmakaya, the ultimate body of Buddha, and dharmadhatujakaya, the invisible body consciously evolved by a Bodhisattva to serve humanity in the world even after physical death. Thereby he showed how that which is ultimately real is reflected in subtle material form through one-pointed and universal consciousness. In these letters answering questions posed by a serious disciple of buddhadharma, one can glimpse something of Kumarajiva's own profound insight and understanding. In general, he preferred to remain hidden behind the lustre of his translations and refrained from writing treatises setting out his own views.

Yao Hsing was so impressed with Kumarajiva's political acumen, intellectual talent and spiritual depth that he was impelled to try a eugenic experiment. He

insisted that Kumarajiva move out of the monastic community into a private house staffed by female attendants. Yao Hsing believed that the offspring of Kumarajiva and carefully selected maidens would be as brilliant and talented as their father. Although Kumarajiva was repelled by the experiment, he refused to jeopardize the welfare of the translation centre by refusing to obey his emperor. He complied with Yao Hsing's orders but was concerned about the effect his actions might have on the monastic community. He likened himself to a lotus growing out of the mud and enjoined the monks to attend to the lotus and ignore the mud. It seems that the community understood his predicament as an example of self-sacrifice in pursuit of the Bodhisattva Ideal, even though the children of Yao Hsing's experiment disappointed his grandiose expectations.

When Kumarajiva lay on his deathbed, he prophesied to his closest disciples that his cremation would provide a criterion of success as a translator. If he had made errors – a possibility he was always willing to acknowledge his whole body would be consumed by the funeral flames. If, however, he had not erred, then his tongue would remain untouched by the fire. His disciples testified that his tongue survived the cremation of his body unharmed. The judgement of history concurs with Kumarajiva's disciples: his work became the spinal column of the grand organic edifice of Buddhist thought and teaching that arose in China even as buddhavachana began to wane in India. He gave his life to a sacred mission, the full significance of which his contemporaries could not guess. Yet they correctly sensed from the magnetic force of his presence that subsequent generations would benefit immensely from his selfless service.

Lược sử về Ngài Cưu Ma La Thập

Cưu Ma La Thập sinh năm 344 và mất năm 413. Một Đại Sư, một dịch giả Phật học Phạn-Hán nổi tiếng. Cha tên là Kumarayana, con một viên chức cao cấp Ấn Độ. Vì mộ đạo nên Kumarayana từ bỏ đời sống gia đình tìm thầy học đạo, chẳng bao lâu nổi tiếng và được mọi người kính trọng. Khi đi tới Kucha, một xứ nằm giữa Ấn Độ và Trung Hoa. Vua nước này nghe tin ra đón và mời về làm Quốc Sư và gả luôn cho cô em gái tên là Jiva. Sau thời gian chung sống, sinh được người con trai đặt tên là Kumarajiva và chẳng được ít lâu, Jiva ngỏ ý muốn xuất gia, nhưng Kamarayana không bằng lòng.

Đến năm Kumarajiva được 7 tuổi, Jiva quyết định xuất gia, vì đã thấu hiểu những chân lý về khổ, vô ngã, vô thường và tánh Không của vạn Pháp trong nhà Phật, sau nhiều lần đi hành hương các chùa. Biết được ý muốn tu hành của vợ, Kumarayana liền ngăn cản. Nhưng Jiva nguyện rằng: nếu không được đi tu thì chọn cái chết và bắt đầu tuyệt thực. Khi thấy vợ quá yếu, Kumarayana hứa muốn đi tu cũng được, nhưng đầu tiên phải ăn để lấy lại sức khỏe. Sợ chồng đổi ý, Jiva xin chồng mời Đại Sư đến xuống tóc cho bà rồi mới chịu ăn. Từ đó Jiva chuyên tâm tu học Phật Pháp và thường dẫn con đến chùa nghe Pháp và lễ Phật. Tuy mới 7 tuổi, Kumarajiva thấy mọi người thắp hương lễ Phật cũng bắt đầu học làm theo.

Năm Kumarajiva được 9 tuổi, được mẹ đưa đến học đạo với một Pháp Sư tiểu thừa, nổi tiếng tên là Bandhudatta. Kumarajiva học rất chăm, buổi sáng học và chép Kinh, buổi chiều tụng lại. Sau 3 năm thụ giáo. Họ trở về quê, khi đi ngang qua miền núi phía Bắc Kusan, gặp một vị A La Hán xem tướng cho Kumarajiva rồi khuyên Jiva rằng: Bà hãy lo cho thằng bé này, vào khoảng 35 tuổi sẽ hoằng dương Chánh Pháp cứu độ vô số chúng sinh như Tứ Tổ Upagupta bên Ấn Độ.

Tiếp tục lộ trình, hai mẹ con ghé thăm một ngôi Chùa ở Kashgar, một đêm khi nghe được bài giảng pháp của vị cao Tăng trụ trì. Họ cảm nhận được ý Vạn Pháp Qui Nhất, mọi sự vật đều do sự biến hiện của Tâm. Kumarajiva xin vị sư này cho ở lại để học về luận A Tỳ Đạt Ma. Chính tại nơi này, Kumarajiva được tiếp xúc với Giáo Pháp Đại Thừa và nhận thức được: Tuy Tiểu Thừa tuyệt diệu nhưng Đại Thừa lại là cái tuyệt diệu trong các tuyệt diệu.

Thời gian trôi qua nhanh, Vua xứ Kucha cảm thấy nhớ em gái và đứa cháu trai của mình, nên cho sứ giả đến triệu hồi hai mẹ con trở về. Năm 20 tuổi, Kumarajiva được Vua cho làm lễ xuất gia chính thức trước các quan đại thần trong triều và thỉnh một vị cao Tăng nổi tiếng về hạnh giữa giới luật tên là Vimalaksha, từ Kashmir đến cho Kumarajiva học đạo.

Trong thời gian chú tâm học hành các Kinh Đại Thừa, Kumarajiva được Vua làm cho một cái ngai sư tử bằng vàng để ngồi thuyết pháp. Nhưng Kumarajiva từ chối và xin Vua cho phép rời Kucha để gặp thầy cũ Bandhudatta truyền lại Pháp Đại Thừa. Điều này làm Vua phật ý vì không đáp lại sự thương yêu của Ngài. Tình cờ, nghe Bandhudatta đến thăm, Vua và Kumarajiva ra đón. Vua hỏi: Ngài từ nơi xa xôi tới đây chắc có việc gì trọng hệ không? Bandhudatta đáp: Bần tăng nghe tin đệ tử của mình đã đại giác và nghe tin Bệ hạ tích cực hoằng dương Đạo Pháp nên bần Tăng muốn xin được yết kiến.

Sau nhiều năm không gặp thầy cũ, Kumarajiva rất vui mừng và thuyết Pháp Đại Thừa cho thầy nghe. Bandhudatta hỏi: So với Tiểu Thừa thì Đại Thừa có lợi ích đặc biệt gì? Kumarajiva trả lời, thưa thầy: Đại Thừa chủ trương vạn Pháp đều Không, Tiểu Thừa còn chấp vào danh tướng.

Bandhudatta không đồng ý liền nói: Đại Thừa nói về Không, nhưng Không chỉ là Không, Không có gì cả. Nếu mọi vật đều Không thì học cái Không để làm gì? Kumarajiva cắt nghĩa: Trong cái Không có cái Có, trong Chân Không có Diệu Hữu, trong Diệu Hữu có Chân Không. Đại Thừa là Giáo Pháp rốt ráo, không như Tiểu Thừa bó buộc trong khuôn khổ danh tự vì vậy mà không dẫn tới giải thoát hoàn toàn.

Bandhudatta nói có một thí dụ về cái Không của Đại Thừa:

Một người điên yêu cầu người thợ dệt, dệt cho một tấm lụa, rồi chê tấm lụa thứ nhất không được tinh xảo, chê tấm lụa thứ hai vẫn còn thô, và tiếp tục chê đến khi người thợ dệt chịu không nổi, đến với tay không, dang hai tay và nói:

Đây là tấm lụa tinh xảo nhất.

Người điên nói: Nhưng chẳng có gì trong đó cả.

Thợ dệt nói: Tấm lụa này tinh xảo đến chính tôi là thợ dệt khéo mà cũng không nhìn thấy nó. Người điên hài lòng và hậu đãi người thợ dệt.

Giáo Pháp Đại Thừa cũng vậy: Ngươi nói trong cái Không có cái Có, nhưng chẳng ai thấy cái Có đó ở đâu cả. Kamarajiva đáp không phải là vậy và tiếp tục giảng về cái Không và Diệu Hữu trong Chân Không cho thầy. Sau cùng Bandhudatta nói: Ta muốn xin con làm thầy. Ngạc nhiên trước sự yêu cầu này, Kamarajiva hỏi: Con đã là Đệ tử của Ngài, sao Ngài có thể tôn con làm Bậc thầy được.

Bandhudatta nói: Ta là thầy Tiểu Thừa của ngươi, ngươi là thầy Đại Thừa của ta. Như vậy cả hai đều có Tiểu Thừa và Đại Thừa rất là hợp lý. Kamarajiva đành chấp nhận sự thỉnh cầu của Bandhudatta.

Năm 384 Ngài được mời tới Trung Hoa để hoằng dương đạo Pháp. Năm 402 Vua mời Ngài về kinh đô Tràng An và phong chức Quốc Sư. Trong hơn 10 năm ở Tràng An, Ngài dịch 72 tác phẩm Phật Giáo từ tiếng Phạn sang tiếng Trung Hoa.

Ngài ưa thích Đại thừa, muốn được diễn giảng và hay than với các đệ tử: Nếu Ta cầm viết, làm luận Đại thừa thì Ca Chiên Tử cũng không bì kịp, nhưng người hiểu biết sâu rộng về nó quá ít ỏi, biết luận gì bây giờ? Ngài vì Diêu Hưng, niên hiệu Hoằng Thủy thứ mười lăm (41) đời Hậu Tần mà viết ra hai quyển Thành Thật Luận.

Ngài mang bệnh và biết thời gian không còn cho phép, nên gọi các đệ tử lại và trăn trối: Chúng ta nhờ Phật pháp mà được gặp nhau, nhưng vẫn chưa được trọn tấm lòng. Tôi e sợ rằng đời sau có thể trách những bản kinh đã dịch của tôi còn mờ tối không truyền bá được.

Ước mong rằng sự đóng góp nhỏ nhoi này sẽ được trôi chảy. Hôm nay tôi thành tâm xin phát nguyện: Nếu chỗ truyền chẳng lầm, nghĩa khế hợp với tâm Phật, thì lúc tôi chết hãy hỏa tán thân tôi, lưỡi vẫn còn nguyên vẹn. Nói xong, Ngài thị tịch, đúng như lời nguyện của Ngài, khi củi tàn, thân cháy hết mà lưỡi Ngài vẫn tươi hồng như màu sen.

Trong Kinh 42 có câu: Rất khó bố thí khi nghèo, khi giàu rất khó học Đạo. Đó là Ngài muốn nhắc nhở Lòng Đại Bi mà Đức Phật đã dạy là vô biên. Hơn nữa qua tấm gương của cha Ngài để lại, ban đầu có ý định xuất gia tu hành, nhưng khi được vợ đẹp, chức cao, đã quên hết cả. Điều này Ngài muốn nhấn mạnh rằng, không phải ai cũng có thể tu hành. Chỉ những người có căn trí đặc biệt mới có thể theo được con đường "Tri hành hợp nhất".

Biết mà không thực hành được đó chỉ là cái biết vay mượn. Những ai tự cho mình biết nhiều về Phật Giáo hãy tự đặt cho mình một câu hỏi: Trả lại cái biết của ta cho sách vở, tai nghe, mắt thấy, ta còn lại cái gì?

Chúng ta đều biết, trong Phật Giáo vấn đề tác phong đạo đức, giới hạnh của các tu sĩ luôn đặt hàng đầu. Nhưng nếu bậc tu hành nào lại chìm đắm trong những cám dỗ vật

chất thì bổn phận của hàng cư sĩ là phải khuyến cáo và tìm biện pháp chấm dứt sự chìm đắm ấy, hãy bình tâm khuyên họ hoàn tục sống trong cuộc đời bình thường.

Không ai có thể chê cười người vì những lý do khác nhau. Nhưng cũng không ai có thể chấp nhận và dung dưỡng những người tu hành mà tác phong và đạo đức tôn giáo trái ngược với giới hạnh của đoàn thể Tăng Già. Kinh Pháp Cú, câu 9, nói rõ rằng : Mặc áo cà sa mà không rời bỏ những điều uế trược (tham dục), không thành thật khắc kỷ, thà chẳng mặc còn hơn.

Người Phật tử coi cái Ta rất nhẹ và tôn kính sự hiểu biết của các bậc cao Tăng là sự hiểu biết chân thực. Do đó có thể cúi lạy thầy và không hề quan tâm đến chức tước, địa vị. Nếu không, thì Ngài Bandhudatta đã từng là một vị Đại sư nổi tiêng, đâu bao giờ chịu tôn đệ tử của mình làm Bậc thầy Đại Thừa.

Có và Không là chủ đề không bao giờ cũ trong Phật pháp. Tại sao khi đạt đến trọn vẹn cái Không thì lại có mà ước mong cho được cái Có rồi, thì lại trở thành không?

Đức Phật là đấng toàn năng nhưng Ngài lại không có gì là sở hữu. Ngược lại con Người thì muốn sở hữu của tất cả cho đến cuối cùng, trở về với cát bụi với hai bàn tay không. Bởi vì con người ở đây chưa được thành Phật. Những kinh sách quan trọng được Cưu-ma-la-thập dịch là:

-A-di-đà kinh (năm 402)
-Diệu pháp liên hoa kinh (năm 406)
-Duy-ma-cật sở thuyết kinh (năm 406)
-Bách luận (năm 404) của Thánh Thiên)
-Trung quán luận tụng (năm 409)
-Đại trí độ luận (năm 412)
-Thập nhị môn luận (năm 409) của Long Thụ
-Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh
Ngày hôm nay, quê hương xa xưa của Ngài đã trở thành vùng đất Hồi giáo nhưng Cưu Ma La Thập vẫn được sống với tư cách là một dịch giả, đã mang Phật giáo Đại thừa truyền bá khắp cõi Tây Vực và Trung Nguyên.

Kính bút TS Huệ Dân

---oOo---

Kusala – good deeds = điều thiện (Kusala karma = good karma = thiện nghiệp)

Kusinara – Câu-thi-na (capital of Mallas where Buddha entered nirvana)

Kusinara - place of the Great Passing Away

The Buddha's last days are described in the Pali text called the Great Parinirvana Sutra (Parinirvana meaning "completed nirvana"). The Buddha's living nirvana, achieved during enlightenment, at death transforms to nirvana without human residue. Self possessed, without psychological pain, untroubled by the thoughts of death, the

Buddha identifies four places of future pilgrimage: the sites of his birth, enlightenment, first sermon, and death. "But don't hinder yourself by honouring my remains," he added.

On reaching the village of Kusinara of the Mallas on the further side of the Hiranyavati river, the Buddha realised that his end was fast approaching. He told Ananda to prepare a bed for him with its head turned towards the north between two sal trees. Ananda who served him for 20 years was deeply upset. "Don't grieve, Ananda!" the Buddha consoles him. "The nature of things dictates that we must leave those dear to us. Everything born contains its own cessation. I too, Ananda, am grown old, and full of years, my journey is drawing to its close, I am turning 80 years of age, and just as a worn-out cart can only with much additional care be made to move along, so too the body of the Buddha can only be kept going with much additional care".

As desired by the Buddha, the Mallas of Kusinara were informed of his impending death, and they came to pay respects to him. Among them was a mendicant named Subhadra, a 120 year old Brahmin. He had earlier been turned away by Ananda but when the Buddha overheard this he called the Brahmin to his side. He was admitted to the Sangha (Buddhist order) and immediately after his conversion he passed away.

When the third quarter of the night approached, the Buddha asked his disciples three times if there were any doubts about the teachings or the disciplines. The Bhikkhus stood silent. "Not one, Ananda, has misgivings. All will eventually reach enlightenment.

The Buddha then said his final words, "Listen, Bhikkhus, I say this: all conditioned things are subject to decay, strive with diligence for your liberation".

He then passed into meditational absorptions and entered Mahaparinirvana (the great passing away). It was the full moon of the month of Vaisakha (April-May) and the year was probably between 487 and 483 B.C. However, according to the Sri Lankan tradition and other southeastern countries, it is believed that the Buddha entered Parinirvana in 544-543 B.C.

For the next six days the body of the Great Master was laid in state. Preparations were made for his funeral under the direction of Anirudha a cousin and follower of the Buddha. On the seventh day, after honouring the body with perfumes and garlands, it was taken to the Mukutbandhana Chaitya, the sacred shrine of the Mallas. The last ceremony was performed by Maha Kasapa and the body of the Great Master was cremated with due honour. When the cremation was completed the ashes were collected by the Mallas as relics, which consisted of a skull bone, teeth and inner and outer shrouds. The relics were then distributed into eight shares amongst the representatives of the other eight Kingdoms which constituted ancient northern India. These relics were again subdivided after King Ashoka decided to build 84,000 stupas. Today these relics are enshrined in stupas across Asia.

The present temple was built by the Indian Government in 1956 as part of the commemoration of the 2,500th year of the Mahaparinivana or 2500 BE (Buddhist Era).

Inside this temple, one can see the famous Reclinging Buddha image lying on its right side with the head to the north. The statue is 6.1 m long and rests on a stone couch.

On the front of the couch are three sculptures, believed to represent Ven. Ananda near the feet, Ven. Subhadda at the middle and Ven. Dabba Malla at the corner. At the centre is an inscription of the 5th century AD, which states the statue was "a gift of the monk Haribala of the Mahavihara and was fashioned by Dinna". This 1500-year old reclining Buddha image was executed out of one block of red sandstone brough in from Mathura during the Gupta period. It was discovered in 1876 in a dilapidated condition and the scattered fragments were successfully pieced together.

Excavation showed that the original temple on the site consisted of an oblong hall and antechamber with its entrance facing the west. Large number of bricks with carved surfaces found among the rubbish indicated that the temple had a barrel-vaulted roof not unlike that on the modern temple. (Buddha Dharma Education Association Inc.)

Kusinara: Where the Buddha attained Parinivana

Ramabhar Stupa In his eightieth year the Buddha and a group of monks arrived in this small place. Ananda described it as 'a wattle and daub town'. Exhausted and sick the Buddha was unable to go on and he laid down to rest between two sal trees. His final hours and the events that filled it are movingly

described in the last part of the Mahaparinibbana Sutta which you will find in the Long Discourses. The Nirvana Temple and stupa later built over the site of the parinivana as well as the ruins of several monasteries are set in attractive and well maintained gardens. The tall slender trees on the right of the path as you enter are sal trees.

Ramabhar Stupa: The Buddha's creamation place, Kusinara.

Kushinagar (Kusinara)

Từ thành Vương Xá (Rajagaha) Đức Phật đi bộ khoảng 90 km đến Xá Vệ (Vesali, Vaishali). Ngài nghỉ lại đó trong vài tháng mùa mưa. Sau đó từ Xá Vệ ngài đi lên phía bắc. Trên bản đồ lộ trình đi, có vẻ như ngài muốn đi về thành phố quê hương Kapilavastu của mình gần đó. Một thày tu 80 tuổi, già nua yếu bệnh, qua cuộc bộ hành gần 400 km, hoàn toàn kiệt sức. Ngài đã đến Kushinagar và nhập diệt tại đây.

Vào thời Đức Phật, Kushinagar (Kusinara) là kinh đô của nước Mala. Bây giờ Kushinagar là một ngôi làng thuộc quận Kushinagar, bang Uttar Pradesh của Ấn Độ, rất gần biên giới với Nepal.

Khi Phật sắp nhập Niết bàn, Ananda rất lo lắng cho tương lai, khi các đệ tử Phật không còn có sự hiện diện của đấng Thế Tôn trên cõi đời này. Đức Phật đã dặn dò lúc cuối rằng sau khi ngài nhập diệt, kẻ thiện tín nên viếng thăm bốn nơi được gọi là thánh tích:

Này Ananda, có bốn Thánh tích kẻ thiện tín cần phải chiêm ngưỡng và tôn kính. Thế nào là bốn Thánh tích?

“Đây là chỗ Như Lai đản sanh“. Này Ananda, đó là thánh tích, kẻ thiện tín cần phải chiêm ngưỡng và tôn kính.

“Đây là chỗ Như Lai chứng ngộ vô thượng Chánh Đẳng Giác“, này Ananda, đó là Thánh tích, kẻ thiện tín cần phải chiêm ngưỡng và tôn kính.

“Đây là chỗ Như Lai chuyển Pháp luân vô thượng”, này Ananda, đó là Thánh tích, kẻ thiện tín cần phải chiêm ngưỡng và tôn kính.

“Đây là chỗ Như Lai diệt độ, nhập Vô dư Niết-bàn”, này Ananda, đó là Thánh tích, kẻ thiện tín cần phải chiêm ngưỡng và tôn kính.

Này Ananda, đó là bốn Thánh tích, kẻ thiện tín cư sĩ cần phải chiêm ngưỡng và tôn kính. Này Ananda, các thiện tín Tỷ-kheo, Tỷ-kheo ni, cư sĩ nam, cư sĩ nữ sẽ đến với niềm suy tư: “Đây là chỗ Như Lai đản sanh”, “Đây là chỗ Như Lai chứng ngộ vô thượng Chánh Đẳng Chánh Giác”, “Đây là chỗ Như Lai chuyển Pháp luân vô thượng”, “Đây là chỗ Như Lai diệt độ, Nhập Vô dư y Niết-bàn”.

Này Ananda, và những ai, trong khi chiêm bái những Thánh tích mà từ trần với tâm thâm tín hoan hỷ, thời những vị ấy, sau khi thân hoại mạng chung sẽ được sanh cõi thiện thú, cảnh giới chư Thiên.

--oOo---

Quý Thầy & Phật Tử - Hành Hương Ấn Độ

L

Labyrinth – cung mê, mê hồn trận

Lachrymose – khóc lóc, buồn rầu, sụt sùi

Lackadaisical - đa sầu, đa cảm, yếu đuối, ủy mị

Lackeys - những người hầu, đầy tớ

Lacunae - thiếu sót, khiếm khuyết

Laden - chất đầy, nặng trĩu

Laity - người thế tục, người không theo giáo hội nào

Lambast – đánh vật ---oOo--- Lankavatara Sutra - teaches that everything that we normally experience in the world is a delusion, in other words, nothing exists in a way it appears to our mind. The Buddha taught that as a result of spiritual ignorance, our ordinary mind creates a split between the self that perceives the world and the objects that the mind perceives. However, this perception of duality is a delusion, no more real than the images that appear to the mind in dream. Moreover, seeing the world in this deluded way does not reflect the intrinsic state of the mind which the Lankavatara Sutra teaches is pure and inherently enlightened. This inherently enlightened mind, characterized by total freedom from all discriminating conceptual thought, delusion, and negative emotions, is called Buddha-nature…

Lankavatara Sutra - Nhập Lăng-già kinh (SKT. Lankavatarasutra) là một bộ kinh Đại thừa, đặc biệt nhấn mạnh đến tính giác ngộ nội tại, qua đó mọi hiện tượng nhị nguyên đều biến mất, hành giả đạt tâm vô phân biệt. Đó là tâm thức đã chứng được Như Lai tạng (SKT. Tathagata-garbha) vốn hằng có trong mọi loài. Kinh này chỉ rõ là văn tự không đóng vai trò quan trọng gì trong việc trao truyền giáo pháp.

Kinh này có ba bản dịch Hán ngữ song song với nguyên bản tiếng Phạn còn tồn tại:

1.Bản dịch của Cầu-na-bạt-đà-la (SKT. Gunabhadra) dưới tên Lăng-già-a-bạt- đa-la bảo kinh 4 quyển;

2.Bản của Bồ-đề-lưu-chi (SKT. Bodhiruci) với tên Nhập Lăng-già kinh, 10 quyển;

3.Đại thừa nhập Lăng-già kinh của Thật-xoa-nan-đà (skt. Siksananda), 7 quyển.

Những thuyết trong kinh này rất gần với quan điểm của Thiền tông. Cùng với kinh Kim cương bát-nhã-ba-la-mật-đa và Đại thừa khởi tín luận (SKT. Mahayanasraddhotpada-sastra), kinh Nhập Lăng-già là một trong những bộ kinh Đại thừa có ảnh hưởng lớn đến Thiền tông Trung Quốc. Người ta cho rằng bộ kinh này do Bồ-đề-đạt-ma, Sơ tổ thiền Trung Quốc chính tay truyền cho Nhị tổ Huệ Khả. Ngay cả giáo pháp tiệm ngộ (giác ngộ từng bậc) của Thần Tú cũng bắt nguồn từ kinh Nhập Lăng-già này.

Kinh bao gồm 9 chương văn xuôi trộn lẫn với các câu kệ và một chương chỉ toàn văn vần. Kinh này lần đầu được dịch ra Hán văn trong thế kỷ thứ 5. Kinh Nhập Lăng-già được Phật thuyết tại Tích Lan theo lời mời của một nhà vua xứ này, trong đó Phật trả lời những câu hỏi của Bồ Tát Đại Huệ (SKT. Mahamati). Giáo pháp trong kinh này là nền tảng của Duy thức tông (SKT. Yogacara, Vijnanavada).

Lapse - lỗi lầm, phạm tội

Lark – if the sky falls, we shall catch larks = nếu rủi có chuyện không hay...

Laryngectomy - thủ thuật cắt thanh quản

Latent - ngấm ngầm, tiềm tàng

Latent power - sức mạnh tiềm ẩn

Latma – teacher, guru (in Sanskrit): Lama is a title for a teacher of the Dharma in Tibetan Buddhism. The name is similar to the Sanskrit term guru.

Lạt-ma (SKT. guru) là hiện thân của giáo pháp, theo Phật giáo Tây Tạng. Danh từ Lạt-ma được dùng gần giống như guru, Đạo sư của Ấn Độ, nhưng tại đây, Lạt-ma mang thêm nhiều ý nghĩa khác. Trong Kim cương thừa, Lạt-ma không phải chỉ là người giảng dạy giáo pháp mà còn là người thực hành các nghi lễ. Vị này thường là người lĩnh đạo các đạo trường và được xem thuộc về các dòng tái sinh Châu-cô (tulku). Những vị Lạt-ma uyên thâm, danh tiếng thường được mang danh hiệu "Rinpoche" (quý báu phi thường). Ngày nay, danh từ Lạt-ma hay được dùng để gọi các vị Cao tăng Tây Tạng, không kể trình độ chứng đạo của các vị đó.

Laudatory – tán dương, ca ngợi

Laurel – vinh dự, vinh hiển

Lavishly – một cách phung phí (lavish = sự phung phí)

Law of causality - Luật nhân quả - Karma is the natural law of moral causality that says: we reap what we sow. Positive action generally leads to happiness, negative to suffering.

Thoughts, works, and deeds plant karmic “seeds” – energy traces. When conditions are right, these seeds “ripen.” Depending on the strength of your motivation and the force of the action, as well other factors, the karmic fruits of behavior may appear immediately, or later, or even in a future lifetime. ---oOo--- The teachings of Buddha (Pure Land Buddhism)

The Law of Cause and Effect 1

The foundation of Buddhism is the Law of Cause and Effect. Without knowing this deeply, one cannot understand Buddhism or move forward on the path. The Law of Cause and Effect is made up of these three essential guidelines:

Good deeds bring good results. Bad deeds bring bad results. Your own deeds bring your own results.

Every effect has a cause and a condition. A cause and a condition combine to make an effect. All effects have a cause. All effects have a condition. There are no exceptions.

Due to this relationship, the Law of Cause and Effect can more clearly be known as the Law of Cause, Condition, and Effect. A law within Buddhism is a rule that penetrates the Three Worlds and Ten Directions.

The Three Worlds are past, present, and future. The Ten Directions are north, south, east, west, northeast, northwest, southeast, southwest, up, and down.

The Three Worlds represent all time, infinity, always. The Ten Directions means any place, everywhere, all countries on the earth. So the Law of Cause and Effect is applicable everywhere, and it never changes. Even if society changes, this fundamental law in Buddhism never will.

To give an example, let's look at rice. In order for there to be rice, there needs to be a rice seed. But just a rice seed alone cannot make rice. Proper water, sunlight, soil, and labor are required to harvest the rice. A rice seed dropped on the floor will never grow.

Being born human is an effect, and so this must have a cause. Though we are all born human, the lives we are born into are all different. These different effects must have different causes. So each life has its own different cause. For examples, the location we're born like Africa, Japan, or the United States, and the era we were born into differs.

Now there are situations that occur in which we do not know the cause. Yet there has to be a cause for those too. Something that happens accidentally doesn't mean it is without a cause. It is simply not yet known or the evidence is not available.

Master Shinran taught extensively about the Law of Cause and Effect. It is an essential teaching because without it, you cannot understand the Vow of Amida Buddha and be saved. So what is the future of humanity? What is the destination for all human beings?

Happiness Unhappiness

We are living to obtain happiness. Favorable or unfavorable fates are effects. Without knowing their cause, we cannot be happy. We all want to know the causes and effects that determine our fate for better or worse. That's why these three lines are so crucial to learn:

Good deeds bring good results. Bad deeds bring bad results. Your own deeds bring your own results.

To see cause and effect clearly, let's use for example fruits and vegetables. Planting a watermelon seed yields a watermelon. Planting a radish seed yields a radish. You harvest only what you yourself have planted.

Watermelon seed ---> Watermelon Radish seed ---------> Radish Own effort ----------> Own result

It is impossible to plant a watermelon seed and get a radish, or plant a radish seed and get a watermelon. It will never happen in a million years.

Likewise, good effects or a favorable fate can only have come from a good cause. Bad effects or an unfavorable fate can only have come from a bad cause. The relationship of this principle penetrates the Three Worlds and the Ten Directions.

A good cause is the equivalent to a good deed or action. A bad cause is the equivalent of a bad deed or action.

Suffering from a bad fate, we say we're unlucky or we've been hit by bad luck. But how does luck determine favorable or unfavorable fates? Many attribute it to a god or the curse of an ancestor. But still the reason remains shrouded in vague, unclear answers.

Our deeds and our actions determine our fates. Good deeds and actions will result in a good fate. Bad deeds and actions will result in a bad fate. To obtain happiness, we have to do good. No one wants to suffer a bad fate, but we can only avoid a bad fate by not doing bad. This truth penetrates the Three Worlds and the Ten Directions, both timeless and universal.

Never has there ever been a case where a good deed has produced a bad effect. Never also has there been a bad deed performed that led to a good effect. Whether we're happy or not is caused solely by the deeds we perform.

If a student studies hard, they will get good grades and eventually be employed. We can see clearly how the cause, studying diligently, led to the effect of getting good grades. How deeply you believe in the Law of Cause and Effect shows how deeply you believe in Buddhism. When we think of stealing, we refrain ourselves from doing so in order to avoid the bad effect of being arrested. Again these ideals remain valid throughout the Three Worlds and the Ten Directions.

What you sow, you shall reap. The concept of own cause own effect is very important and easily misunderstood. All of our fate at this moment has been brought on by our own deeds. It is our own deeds not those of others.

We think in our minds constantly: others' cause, my effect. We think that someone else's deeds bring our effects. We constantly blame others for our misfortune. But this is completely wrong. There is not a single case where occurred. It is not true in the Three Worlds and the Ten Directions. All phenomenon occurs by own cause, own effect.

When we're happy we accept the Law of Cause and Effect gladly. I worked really hard to enjoy these results. What I have sewn I am now reaping! But when tides turn and we are in a bad circumstance, we no longer believe it to be true. Yet when we're in trouble or in the wake of a natural disaster we do not think, what I have sewn I am reaping now. We persist otherwise, this cannot be me.

If you cannot believe that this is the case in bad times, then truly you don't believe that good times are of your doing either. It's just not the case that others' causes bring own effect. Some may ponder why was I born as the son of horrible parents? They are in miserable situations, and they often hold a grudge on society or other people. But a seed you haven't planted will never

occur to anyone rest assured. Others' cause own effect will never occur. Never in life.

An example of this is in the story of the thief who blamed the rope. A thief went out and stole someone's belongings. Then he was caught by a rope. He began to suffer and cursed the rope for doing it to him. Who created the pain for this thief? What's the cause? The thief believed it was the rope. However had he not stolen, there would not have been a rope. The thief must blame his own crime, created by his own actions.

We study hard, and then we can get into a top university. We steal and we meet with misfortune. But do we really understand this point? When we suffer from trouble we know there must be a cause. The actions of someone else quickly become our target.

If someone else is drinking alcohol, do you receive the effects of being drunk instead of them? How about you exercise and your friend gets healthier instead? No, if you're cautious with your diet, it's you who becomes leaner. The effects only occur to the person on the diet and their efforts.

If you deeply believe in the Law of Cause and Effect, you must lament your misfortunes deeply as your own doing. We tend to instead sympathize with the thief

tied down by the rope in those cases. We hold grudges and blame others which shows ignorance of the Law of Cause and Effect.

The Law of Cause and Effect 2

Without knowing the Law of Cause and Effect, you can't understand Buddhism or the teachings of Master Shinran, the great reformer of Pure Land Buddhism. To review, here are the three core principles:

Good causes bring good effects. Bad causes bring bad effects. Your own cause brings your own effect.

Our deeds or actions are like seeds. These seeds become causes.

All humanity is living to obtain happiness. Politics, science, medicine, the arts, all of them exist to make our lives happier. The most important thing is how can we obtain happiness, and to know this we must understand the relationship of the cause and effect.

All effects have a cause. This is a true throughout the Three Worlds and Ten Directions. Without knowing the cause of happiness, we can't enjoy that happiness as a result. We'll be unfortunate if we are unaware of this principle.

The emphasis is placed on the Law of Cause and Effect as the sole determinant of our fate.

When we have a good destiny we can accept this, but during a bad destiny we cannot. That's when we believe "others' cause, others' effect." I must be suffering from what others have done, we think. We blame the judge and jury for our crimes, but if this was true we'd be receiving the effect of their deeds. Buddhism teaches own cause, own effect. If you don't understand this third point, you can't grasp the other two principles either.

Even though we hear the Law of Cause and Effect, we still have this mentality of being persecuted during bad times. The thief who thinks the rope is the cause of his suffering is completely WRONG. The thief is suffering from his own doing. Once of aware of this, he has to reflect on what's he done. He has to lament what he's done.

We blame others all the time. It must have been that guy, we say. But then we are just like the thief. We cannot understand this truth of the Three Worlds and the Ten Directions.

We wonder then intensely how this can be true in the cases of accidents or the victims of violent crimes, especially where children have been injured or killed. Why do they have to suffer? The effect of being hurt was caused by an attacker.

Is this still own cause, own effect? Yes, it is something they have done in their past, but we just can't say that politely. Instead we go saying the cause was the murderer, and the victims did nothing. But the Law of Cause and Effect remains true regardless. When we hear about these tragedies in our lives and on the news, we just can't accept

it.

For example, let's talk about the Akihabara Massacre which took place in Japan in June of 2008. A man drove a truck into a crowd killing three people and injuring two. He then exited the vehicle and began stabbing those around him. Using a survival knife, he killed four and injured eight others. But why did those victims have to be there at that place and time? If they were just a little further or had arrived an hour before, they would have been spared. Why did they have to be there at that place and that time?

The effect is that they were killed. Why did those 7 people have to suffer is the issue. The effect of being killed had to have had a cause. As we have learned in the Law of Cause and Effect, own cause, own effect. The result of being killed in the accident has to have been caused by something the victims had within them.

If you believe that the cause is the murderer, you still believe others cause own effect. So again what was the cause in this case? Own cause, own effect. This principle penetrates the Three Worlds and Ten Directions. The seed had to have been planted by the victims.

We say again, it can't be like that. The victims did nothing wrong. But it is the same as the example of the thief and the rope. It is natural to hold a grudge against the murderer, so the point has to be made clearer.

Own cause, own effect is the truth. There is not even a single case for others' cause own effect. Good causes bring good effects, Bad causes bring bad

effects, Your own causes bring your own effect. Why does Master Shinran teach this then?

If being killed is the result, then the cause for this result must be something the victims had within themselves. The victims had cause to be at that site at that moment. Many visitors had passed through Akihabara in great numbers that day, totaling tens or even hundreds of thousands of people. There had to have been a seed the victims had to bring them to that exact place and time. If they didn't have that cause, they wouldn't have been there and others would have died instead.

It was a cause they had that in turn caused them to be killed. Others around them did not have that cause. It is because of own cause own effect. But then does the murderer have nothing to do with them?

The murder is the condition. An effect needs a combination of cause and condition. In this way, it could better be called the Law of Cause, Condition, and Effect. A cause itself can't bring an effect. Only when a condition combines with a cause can effect arrive.

Usually we omit condition, but it is really the Law of Cause, Condition, and Effect. If the law could have intervened in time and brought justice, the effect wouldn't have come about. This is why we must enforce the law in order to remove bad conditions from

society.

The other people around did not have the cause of murder within them. Seven people had their cause and condition combined to have a sad effect. It is a cause they had. All of which happens to you comes from your own cause. When unfavorable results occur, we must reflect on our own doings. We must lament what we have done.

This must be understood deeply. A mass murder makes people think others' cause, own effect. But why to only them? Only they received the result. The survivors' causes must have been different. The murder was the condition. There is more to come on this topic. In the next post, we will explore how past causes relate to our destiny and gain insight on the True Self.

The Law of Cause and Effect 3

When using the term Three Worlds, it means the past world, the present world, and the future world.

The past world and the future world are both related. The Law of Cause and Effect penetrates the Three Worlds. Our true self, our deeper sense of life, is not limited to this physical body. The physical body and its six billion cells disappear at death. Our True Self, our true life, penetrates the Three Worlds. So once the physical body is gone, this True Self remains.

The True Self is also referred to as the Araya Mind. The original Sanskrit is Arayashiki. Araya- means storehouse, and -shiki means mind, or consciousness. Therefore it can be referred to as the storehouse mind. It is like a safety deposit box, or a storage unit. Buddhism teaches that there are eight minds within human beings. Seven of them disappear at death with the physical body, but the Araya Mind remains.

The Araya Mind is our self since the countless ages past. It lasts forever, long after our death. It flows from the beginning-less beginning into the never- ending future. It is the invisible flow of life. Throughout life, we perform various deeds and actions that fall into three categories. They are also known in Japanese as Go, or karma.

We perform countless deeds with the body, mouth, and mind. These are the seeds which create our fate. The mind is performing them the most and has the strongest power. What moves the body and mouth is the mind. My mind is causing these letters to appear on the screen as I type from my notes on the

lecture from Takamori-sensei. You are reading this blog because your mind brought you to look into Buddhism, and you then found this blog.

The mind is therefore the strongest, because it is invisible. Because of this, wrong thoughts cannot be enforced at this level. Mouth and body can be regulated. In criminal cases, people discuss and debate whether or not the act was premeditated. The law examines what the murderer had in his mind. The mind has this strong energy, so a greater emphasis must be placed on it.

We have learned about good causes, bad causes, and own causes. So what kind of seeds do we have in our hearts and minds?

Even without knowing these causes or the Law of Cause and Effect, the actions of the mind, mouth and body are converted into invisible karmic power. The terms karmic power and seeds of karma are interchangeable. These energies are what is stored in the Araya Mind. All our actions are recorded invisible and stored in this storehouse mind. The karmic power within it flows through the Three Worlds (past, present, future).

Karmic power thus becomes the cause, but cause alone cannot bring an effect. It requires a condition. You reap the effect only when the condition arrives. Karmic power lasts forever, and it never disappears. So all our actions become invisible power stored into our Araya Mind for all time. It's like the data on the hard disk of a computer, or the call log on a cell phone. Input in Japanese means "entering the power." When we use a computer, we are "entering the power" to be stored into a hard disk. Putting weight on the keys of the keyboard is the condition. The commands or words we see on the monitor are the effect. Society and our world begin to look very familiar when integrated with Buddhist fundamentals.

So the Araya Mind flows through the past, present, and future. At birth, we receive the effects of certain characteristics like being American, Japanese, Male, Female, etc. These effects had to be determined before the result took place. How could they have been determined? They were made in the past life. This is why though we are all human beings, no single person has received the same result. These different effects were determined in the past life and the past world.

It is not accident. It does not occur without cause. Different causes mean different effects. Karmic power from the past flowed into the present life. Our

parents were the condition. Some others may claim the father is the cause and the mother was the condition. But then why do siblings have different effects? It must be the karmic power from their past. A cause itself doesn't make a human become born. It must combine with a condition in order to make the effect. We have repeated birth and death ceaselessly in this way.

To know the cause of the past, look at the present. To look at the future, look at cause in present. This concept penetrates the Three Worlds.

Happy now = good effect = you've done good things

Miserable now = bad effect = you've done bad things

What we are suffering from is the deeds of the past. So what about the future? How about after we die? Look at the cause in your present through the actions of your mind, mouth, and body. If you're doing bad, you must then suffer in the suffering world.

If there is no past life, then there is no cause to be born. There is then no future. If someone kills one person, they can be executed once. But if they kill 10 people, they can still only be executed one time. Karma dictates that if you kill 10 people, you will be executed 10 times. What about the other nine times? It must be reaped in the future life. It must occur to the killer in their afterlife.

If the Law of Cause and Effect were false, it would not be able to penetrate the Three Worlds and Ten Directions. It is the Law of Cause and Effect of Three Worlds and remains valid for all time. Master Shinran bases his teachings on this principle as it is necessary for any understanding of Buddhism.

Your future is contained within the causes of your present. Look deeply at yourself and the actions of your mind, mouth and body. Look closely into the image reflected on the mirror. What is your body doing? What is your mouth saying? What is your mind thinking? Listening to the words of Buddha shows us our True Self. Without Buddhism this cannot be clear. Look within the

Mirror of Dharma at present. Listening to Buddhism is essential. (From: Pure Land Buddhism - Jodo Shinshu Shinrankai)

Nhân Quả là gì?

Nhân quả theo chữ Hán có nghĩa là hạt giống và bông trái. Ở đây chúng ta nên hiểu nghĩa nhân quả là hành động và kết quả của hành động. Để dễ hiểu, chúng tôi cho một ví dụ: Nếu chúng ta lấy một hạt cam gieo trồng xuống đất, hạt cam lên thành cây cam, cây cam lớn lên cho ta những quả cam ngọt, đó là nhân và quả của cây cam. Nếu ta lấy một hạt chanh đem ươm trồng, hạt chanh lên thành cây và cho những trái chanh chua, đó là nhân và quả của cây chanh. Hai ví dụ trên cho chúng ta thấy nhân nào thì quả nấy, hạt cam sẽ cho trái cam ngọt, hạt chanh sẽ cho trái chanh chua.

Hành động của chúng ta cũng vậy, nếu hành động ác là nhân ác, kết quả của hành động ác thì chúng ta sẽ phải thọ chịu quả khổ đau như chúng tôi đã nói ở trên. Ngược lại, hành động thiện sẽ mang đến hạnh phúc, an vui cho chúng ta. Để làm sáng tỏ luật nhân quả, chúng tôi xin lập lại:

Nếu chúng ta làm một điều ác, thì kết quả sẽ đem đến không những cho chúng ta, mà còn cho nhiều người khác những sự khổ đau, phiền muộn, tức giận, hận thù, oán ghét, tạo ra nhiều điều tội lỗi, v.v... Nếu chúng ta làm một điều thiện, thì kết quả sẽ mang đến không những cho chúng ta, mà còn cho nhiều người khác sự an vui, hạnh phúc.

Do hành động chúng ta làm ra, thì chúng ta phải chịu lấy trách nhiệm về hành động đó, nên gọi là luật. Chứ ở đây không có một Đấng Tạo Hoá, một ông Ngọc Hoàng, Thượng Đế, hay bất cứ một con người nào chế ra định luật nhân quả này, để bắt buộc chúng ta phải thi hành. Luật nhân quả không có người thi hành bắt bớ, phạt vạ hoặc giam cầm tù tội ai cả, nhưng nó phán xét rất công minh và xử phạt rất công lý do toà án lương tâm của mỗi người. Vì thế, luật nhân quả rất công bằng, không thiên vị một ai. “Ai làm ác thì phải gặt lấy quả khổ đau”, khi thời tiết nhân duyên đến.

Luật nhân quả này không có một người nào bắt buộc chúng ta thi hành được, mà chỉ có sự khổ đau và sự an vui của chúng ta mới bắt buộc chúng ta phải thi hành nó. Bởi vì, con người ai cũng muốn sống an vui, hạnh phúc, chứ không có mấy ai muốn sống khổ đau bao giờ. Vì thế, chúng ta tự bắt buộc chúng ta làm thiện, sống thiện để sống được an vui, hạnh phúc. Chính vì vậy,

chúng ta mới thấy được lòng người sợ khổ, ưa vui. Còn nếu ngược lại, chúng ta không làm thiện, không sống thiện, thì sự an vui, hạnh phúc sẽ không đạt thành, và vì vậy chúng ta phải sống khổ đau.

Luật mà không có ai có quyền thi hành, bắt buộc phạt vạ mình, mà mình phải chịu sự trừng phạt của luật ấy rất công minh chánh trực như trên chúng tôi đã nói: “Luật nhân quả là một phép tắc được quy định theo sự hoạt động tự nhiên của vũ trụ, để quân bình trật tự an toàn của các hành tinh trong không gian”. Vì thế, luật nhân quả là một đạo luật của vũ trụ được đặt ra để quân bình trật tự vạn vật trong vũ trụ.

Ví dụ: Như hành động trộm cắp thì phải gặt lấy hậu quả của hành động trộm cắp là bị bắt ở tù, hoặc bị người mất của bắt được đánh đập, có khi họ giết chết.

Hậu quả của sự tham lam trộm cắp, không những ở trong kiếp hiện tại nghèo nàn, đói khổ mà còn kéo dài trong các kiếp vị lai nữa. Cho nên, nhân quả tham lam đem lại cho đời người một sự nghèo đói bất hạnh vô cùng, là con người chúng ta phải tránh gieo nhân quả trộm cắp, cướp giựt của người khác, do không tham lam trộm cướp của người khác thì đời sống của chúng ta sẽ được no cơm ấm áo, nếu càng gieo nhân quả tham lam trộm cắp thì đời sống của chúng ta sẽ đói khổ vô cùng và trong muôn kiếp.

Kẻ làm ác giết hại chúng sanh, ăn thịt chúng sanh thì hậu quả sẽ bị tai ương, bệnh tật, khổ đau, hoạn nạn hoặc bị sự giết hại của kẻ khác, bằng cách này hoặc bằng cách khác v.v..

Hành động thiện thì hưởng được phước báo như: Cơm ăn áo mặc đầy đủ, cuộc sống gặp nhiều may mắn, trong nhà hòa thuận vui tươi, con cái hiếu hạnh biết vâng lời dạy bảo của cha mẹ, còn hành động ác thì thọ khổ như: bệnh tật, tai nạn, trong nhà thường rầy rà, bất hòa chẳng an, con cái cãi lời cha mẹ, đi chơi bỏ học hành, trộm cắp tiền của cha mẹ, thường làm gia đình khổ, người khác khổ.

Luật nhân quả rất công bằng và công lý không ai lo lót, hối lộ tiền bạc mà hết khổ được, dù có quyền thế tiền bạc đến đâu luật nhân quả vẫn công bằng không tư vị.

Vì thế, người gieo nhân ác không thể cầu khẩn chư Phật, chư Bồ Tát và Ngọc Hoàng Thượng Đế cùng các bậc Thánh Vạn Năng cũng không cứu giúp cho

mình được. Nên vấn đề cầu an, cầu siêu, cầu xin ban phước lành chẳng bao giờ có được, chỉ là một trò lừa bịp lường gạt người khác, chẳng có ích lợi gì mà còn hao tài tốn của vô lối chẳng ích lợi gì cho ai cả.

Nhân Quả Có Thật Không?

Nói tới chuyện Nhân Quả có khi người ta cho đó là "quê mùa" giống như chuyện "Rắn Báo Oán" chẳng hạn. Thế nhưng Luật Nhân Quả lại là định luật bất biến chi phối sự tồn vong của khoa học. Nếu mai đây khí Hydrogen và khí Oxygen hợp lại mà không thành nước thì khoa học xụp đổ, cuộc sống con người và thiên nhiên đảo lộn hòan tòan. Luật Nhân Quả (Cause and Effect Law) chi phối mọi hoạt động của con người, từng giờ , từng phút, từng sát na nhưng con người không thèm để ý. Chỉ khi hậu quả xảy đến người ta mới chịu tin. Chẳng hạn một cậu thanh niên gia nhập băng đảng, trộm cướp rồi vào tù. Trong tù cậu hối hận suy nghĩ. Cái chuyện ngồi tù ngày hôm nay chẳng phải tình cờ mà có hoặc do Thần Linh làm ra. Nguyên do, nguyên nhân hay cái Nhân của nó bắt nguồn từ lúc cậu không nghe lời cha mẹ, thầy cô, chơi bời lêu lổng. Từ chơi bời lêu lổng cho nên có dịp (có duyên) gần gũi với băng đảng, du đãng, trộm cướp, xã hội đen. Từ chuyện gia nhập băng đảng du đãng đưa tới việc làm phi pháp, bất chính. Việc làm phi pháp, bất chính đưa đến tù tội. Ngày hôm nay, dù cậu có ăn năn, hối hận thì cũng quá muộn màng. Muộn màng ở đây có nghĩa là cậu không thể thay đổi cái Quả - tức là bản án tù, hoặc cảnh tù tội đang diễn ra sờ sờ trước mắt. Cậu phải nhận lãnh cái Quả do việc mình làm. Tuy nhiên sự hối cải, sự ăn năn, sám hối lại rất tốt đẹp và không có gì muộn màng nếu nhìn về tương lai. Giả sử cậu thanh niên thật sự hối hận và không muốn sau này cuộc đời u ám nữa. Cậu bắt đầu hiểu sơ sơ về Luật Nhân Quả tức là sẽ không gieo nhân xấu nữa. Muốn gieo nhân lành thì không gì bằng không làm việc xấu hoặc làm việc tốt lành. Trong hòan cảnh tù tội, việc làm tốt lành có thể là: Tuân thủ mọi luật lệ của trại giam, giữ gìn hạnh kiểm tốt. Không kết bè, kết đảng trong tù để tranh giành một chút lợi lộc, thanh tóan lẫn nhau. Tham gia các chương trình huấn nghệ để sau này có một nghề nghiệp chân chính để sinh sống (Chánh Nghiệp). Xin phép giám thị trại giam đem sách vở, kinh Phật vào trau giồi thêm vì cuộc sống tù tội cách ly với thế giới bên ngòai khiến người tù trở nên lạc hậu. Nếu đêm đêm ngồi Thiền, quán tưởng được thì càng tốt. Trong những lúc đêm khuya vắng lặng hãy quán xét về những việc mình làm trong quá khứ xem có thật sự là những việc đúng đắn không? Nhớ giữ gìn sức khỏe, đừng bi quan, tiêu cực, hủy hoại thân thể. Luôn luôn quán tưởng rằng "vạn vật vô thường" cho nên cái cảnh tù tội ngày hôm nay cũng là vô thường, tạm bợ. Rồi ngày mai đây sẽ là một ngày mới. Ngày mới có tốt đẹp hay không là tùy nơi ta. Rồi cậu có thể hình dung tới cha già,

mẹ yếu, gia đình anh chị em đang ray rứt khổ đau vì đứa con, người cha, người chồng, người anh, đứa em đang trong vòng tù tội. Rồi quán tưởng tới bạn bè cũng đang mong ngóng mình trở về với thế giới an lành. Rồi nguyện rằng trong ngày trở về, cậu sẽ ôm cha mẹ khóc rồi hứa từ đây sẽ tu chỉnh lại, sẽ làm ăn chân chính, sẽ không ngại khó ngại khổ, sẽ cố gắng vươn lên với đời để đền đáp công ơn dưỡng dục.

Đấy là câu chuyện cậu thanh niên hư hỏng, còn chuyện hâm nóng địa cầu thì sao? Hơn 100 năm nay, do nhu cầu sản xuất đại quy mô, vừa để tiêu thụ, vừa để xuất cảng, các nhà máy cứ "ung dung" nhả khói lên trời và tưởng như chẳng gây hậu quả gì. Có ngờ đâu khí CO2 bốc lên đã làm cho lớp Ozone – có nhiệm vụ che chở trái đất bởi hơi nóng của mặt trời, mỏng đi. Hậu quả là trái đất nóng dần. Nơi thì lụt lội, nơi thì biến thành sa mạc. Trong tương lai một số hòn đảo sẽ vĩnh viễn chìm xuống mặt biển. Rồi còn

nhiều tai họa nữa mà các khoa học gia chưa khám phá hết. Nhân loại thấy cái Quả hiện lù lù trước mắt bèn cuống cuồng họp nhau ở Copenhagen (Đan Mạch) từ ngày 7-18/12/2009 để tìm phương giải quyết. Nhưng liệu những cam kết có được tôn trọng không? Hay lại tiếp tục tạo nghiệp, gieo Nhân tức là tiếp tục nhả khói lên trời? Chuyên địa cầu hâm nóng ngày hôm nay lại thêm một bằng chứng hùng hồn cho thấy sự tồn vong của trái đất, sinh mệnh của trái đất là do con người quyết định chứ chẳng phải do Thần Linh Tối Thượng nào cả. Dầu sao thì sự "ăn năn hối lỗi" (ở đây là ý thức của nhân loại) dù muộn màng nhưng "có còn hơn không" giống như sự ăn năn của cậu thanh niên nói ở trên.

Thưa quý bạn. Nếu hiểu được như thế, nếu nhìn được như thế thì Luật Nhân Quả có gì gọi là "quê mùa" ? Có gì là mê tín dị đoan? Hiểu Luật Nhân Quả sẽ giúp chúng ta sống chừng mực, làm chuyện đúng đắn trong cuộc sống. Không tạo khổ đau cho chính mình. Không tạo khổ đau cho người, tạo sự an lành cho thế giới, như thế gọi là sống với tâm hồn cao thượng. Nếu mọi người, mọi nhà đều thực hành Luật Nhân Quả hoặc biết sợ Nhân Quả thì thế giới này biến thành một Cung Trời mà chẳng cần phải bôn ba tìm kiếm Thiên Đường ở đâu khác.

Trong suốt 45 năm thuyết pháp độ sinh, giáo hóa đệ tử, Đức Phật nói rất nhiều về Nhân Quả, đặc biệt tại pháp hội Linh Sơn. Trong pháp hội này, Đức Phật đã nói chi tiết hơn về Nhân Quả không ngòai mục đích nhắc nhở để chúng ta:

-Giúp đỡ kẻ nghèo túng.

-Kính trọng người cô quả, cô độc

-Không gian dâm với vợ người

-Không buông lung khinh rẻ chồng mình

-Không quên ơn phụ nghĩa

-Làm hết bổn phận trong việc giảng dạy, chỉ dẫn, cố vấn kẻ khác

-Không ác khẩu, mắng nhiếc, chửi rủa cha mẹ mình

-Không làm nghề trộm cướp

-Không quỵt nợ

-Không phỉnh gạt, dụ dỗ người khác

-Không làm ác

-Không âm mưu hại người

-Không buôn gian bán lận, cân non, cân thiếu, giả vờ quên rồi tính cao giá

-Không ghen tị, dèm pha

-Không làm ai phải mất danh dự, tủi nhục.

-Không giết hại bừa bãi các lòai vật.

-Cúng dường chư tăng/ni để quý vị có phương tiện sinh sống và cũng là dịp bày tỏ tấm lòng tôn kính đạo đức, tôn kính kẻ hy sinh cả đời mình cho lý tưởng cao cả.

Xét cho kỹ, đây là những lời giảng dạy thiết thực trong đời sống chứ không phải chuyện "trên trời dưới biển", ban bố phép mầu, khấn vái cầu nguyện vu vơ. Dưới đây chúng ta sẽ bàn thêm về Luật Nhân Quả.

1) Việc mình làm là Nhân (Nguyên Nhân), kết quả gây ra gọi là Quả (Hậu Quả). Quả có quả tốt, quả xấu.

-Trèo cao là Nhân, ngã đau là qủa.

-Học hành chăm chỉ là Nhân, thi đậu là Quả.

-Hành thiền là Nhân, an tĩnh tâm hồn là Quả.

-Tu là Nhân, giải thóat là Quả.

-Giết người là Nhân, bị người ta trả thù, hoặc bị giết hại là Quả.

-Nói dối là Nhân, người ta không còn tin tưởng mình nữa (bad credit) là Quả.

-Ham muốn là Nhân, bị khổ đau, dày vò vì lòng ham muốn là Quả.

-Yêu si mê là Nhân, phát điên phát cuồng rồi tự tử chết khi thất vọng là Quả.

-Phù thủy luyện âm binh để làm phép thuật là Nhân, lụy âm binh – tức không còn kiểm sóat được âm binh nữa, để âm binh làm loạn hoặc quật lại mình là Quả.

-Mắng chửi người ta là Nhân, bị người ta chửi lại, hoặc đi thưa kiện bị tù hoặc phải bồi thường là Quả.

-Lộng giả (dùng thủ đọan tuyên truyền lừa mị để cho người ta tin) gọi là Nhân. Anh em, bà con, bạn bè, quyến thuộc, tín đồ, dân chúng của mình tưởng đó là sự thực (Lộng Giả Thành Chân). Sau này mình nói ngược lại hoặc thú nhận mình nói dối người ta sẽ mắng chửi mình và cho là đồ gian dối, thậm chí có khi giết hại vì cho mình bất lương, đó là Quả.

-Ăn mặn là Nhân, khát nước là Quả.

-Tranh ảnh, báo chí, truyền hình, Internet phổ biến dâm ô là Nhân, trẻ con mang bầu, phá thai, hung bạo, bắt cóc, hãm hiếp phụ nữ là Quả.

-Phim ảnh bạo lực là Nhân, đem súng vào trường bắn giết bạn bè thày cô, đem súng vào công sở, chỗ làm, bắn giết đồng nghiệp là Quả.

-Tham vọng bành trướng, chạy đua vũ trang là Nhân, chiến tranh là Quả.

-Phá rừng là Nhân. Lụt lội là Quả.

-Nhả khói lên trời, thải thán khí, phá hủy môi trường là Nhân, quả đất nóng dần rồi từ từ biến thành sa mạc là Quả.

-Đánh cá bừa bãi là Nhân. Cá bị diệt chủng là Quả.

-Không nghe lời cha mẹ, thầy cô là Nhân. Bỏ học, chơi bời lêu lổng, xì ke ma túy, du đãng phá làng phá xóm rồi cuối cùng vào tù là Quả.

-Cha mẹ khắc nghiệt là Nhân. Con cái bỏ đi là Quả.

-Nuông chiều con cái là Nhân. Con cái hư hỏng là Quả.

-Dạy tín đồ giáo điều cuồng tín. Tín đồ hung dữ, gây bất ổn xã hội, xung đột với các tôn giáo khác là Quả.

-Chi tiêu bừa bãi là Nhân, thiếu hụt, nợ nần là Quả.

-Thi ân, bố đức là Nhân, tiếng thơm để đời cho con cháu là Quả.

2) Nhân có nhiều nguyên nhân gộp lại.

Ví dụ:

-Lười biếng + u tối khiến thi rớt

-Báo chí + tranh ảnh dâm ô+ tự do phóng túng đưa tới nạn thiếu niên mang bầu, bắt cóc hãm hiếp phụ nữ diễn ra hằng ngày như ở Hoa Kỳ. Tại Thái Lan, người ta làm thống kê cho thấy phần lớn các cô gái bị bắt cóc, hãm hiếp là vì mặc váy ngắn khiêu gợi quá mức.

-Nghèo túng + giao du với băng đảng đưa tới trộm cướp.

3) Một Nhân nhưng có nhiều Quả:

Ví dụ:

- Gian dối khi bị phát giác đưa tới quả báo là xấu hổ, mất uy tín, không còn làm ăn được nữa, công ty đổ vỡ, sự nghiệp tiêu tan v.v..

4) Quả sinh ra rồi lại thành Nhân sinh ra Quả mới.

Ví dụ:

- Giáo điều cực đoan + giáo sĩ cuồng tín đẻ ra tín đồ cuồng tín. Từ tín đồ cuồng tín đưa đến việc giết hại lẫn nhau, giết hại, khủng bố tín đồ các tôn giáo khác. Từ đó đưa đến thù hận. Từ thù hận lại đưa đến giết chóc khủng bố. Càng giết chóc khủng bố lại càng cuồng tín, giáo điều. Thế là chuỗi Nhân-Quả kết chặt lại không sao thóat ra được và luân hồi, quay đảo kiếp này sang kiếp khác trong cái trục gọi là Vô Minh.

- Giáo dục tốt lành, tôn giáo Từ Bi sản sinh ra thiện tri thức. Thiện tri thức vừa cứu đời vừa hoằng dương tư tưởng tốt lành. Thuấn nhuần tư tưởng tốt lành lại sản sinh ra Thiện Tri Thức. Thiện tri thức lại củng cố và phát huy giáo dục tốt lành. Chuỗi nhân quả cứ như thế mà tiếp nối liền liền không dứt, kiếp này sang kiếp khác. Do đó khi tư tưởng tốt lành bị hủy diệt thì trái đất này cũng bị hủy diệt theo do gian ác và tham vọng cuồng điên lên ngôi thống trị.

5) Có khi Quả đến liền, có khi phải đợi một thời gian:

- Trồng bầu, trồng bí vài tháng là có bầu bí ăn.

- Trồng nhãn, trồng xòai phải vài năm mới có quả.

- Một vụ án mạng, do may mắn, do nhiều nhân duyên yếu tố mà phát giác ngay ra thủ phạm và đưa thủ phạm ra tòa xét xử.

- Nhiều vụ án mạng, nhiều vụ thủ tiêu người mờ ám phải nhiều năm sau mới khám phá ra thủ phạm.

- Song cũng có nhiều vụ không sao tìm ra thủ phạm. Dù không tìm ra thủ phạm nhưng hồ sơ của nhà hữu trách đã ghi chép và lưu giữ sự kiện giết người đó.

6) Câu hỏi hóc búa cuối cùng phải trả lời: "Tại sao bao nhiêu kẻ làm tội ác tày trời mà vẫn sống khơi khơi, chẳng chịu quả báo gì cả?" Chúng ta phải công nhận rằng có những tổ chức, cá nhân gây tội ác kinh thiên động địa với nhân lọai nhưng nó vẫn chưa bị trừng phạt, chưa bị "trả quả". Vì sao vậy? Lịch sử nhân lọai đã từng chứng tỏ rằng không phải con người chỉ đứng lên bảo vệ lẽ phải, bảo vệ chính nghĩa, nhiều khi con người cũng còn liều chết để bảo vệ tội ác khi họ bị lừa dối và tưởng tội ác đó là thánh thiện. Những tổ chức, những cá nhân tạo ra tội ác như vậy thế lực của họ rất lớn. Họ có khả

năng mua chuộc báo chí, truyền thông tuyên truyền lừa mị, liên kết với các thế lực quốc tế hùng mạnh để khỏa lấp tội lỗi. Họ có khả năng trả thù tất cả những ai dám nói lên sự thực về tổ chức của họ. Thế nhưng ngày hôm nay do tư tưởng tiến bộ, một số thiện tri thức đã dũng mãnh đứng lên tố cáo tội ác của những tổ chức và những cá nhân này. Dù họ chưa bị "trả quả" nhưng Nhân tội lỗi đã nằm sẵn ở đó, nằm trong trí nhớ, nằm trong lương tâm của nhân lọai. Rất tiếc đời sống của chúng ta quá ngắn ngủi, không đủ dài để chứng kiến "ngày tàn" của những con người và tổ chức gian ác này. Nếu đời sống của chúng ta "đủ dài" chúng ta sẽ có dịp chứng kiến ngày "trả quả" của họ.

7) Bồ Tát sợ nhân, chúng sinh sợ quả:

Khi đã hiểu Luật Nhân Quả rồi thì sợ không dám làm điều bất thiện chứ đừng nói tới làm điều ác. Bồ Tát là bậc đại trí, nhìn xa trông rộng mà lại tu Thánh Đạo cho nên rất sợ gieo nhân. Còn hàng chúng sinh như chúng ta coi thường Luật Nhân Quả cho nên "rất thích" gieo nhân. Khi quả xảy đến hối hận cũng quá muộn màng. Một vài thí dụ sau đây cho thấy thế nào là "gieo nhân". Gặp một cô gái đẹp/một chàng trai đẹp, động tâm, nói lời bóng gió như vậy gọi là "gieo nhân", thế nào cũng mơ mộng rồi có ngày "cá mắc câu". Thấy sì-ke ma túy hút thử chơi thôi, tức là đã "gieo nhân" thế nào cũng có ngày dính vào nghiện ngập. Thấy của cải của người ta sinh lòng tham, như vậy gọi là "gieo nhân" thế nào cũng có ngày tìm cách cướp bóc, chiếm đoạt. Thấy chuyện đời, bàn tán, mỉa mai chơi như vậy gọi là "gieo nhân", thế nào cũng có ngày bị vạ miệng, gây thù chuốc oán. Đem bài bạc về nhà chơi, đem gia đình con cái viếng Casino giải trí, thế nào trong số con cái cũng có đứa "Cửa nhà bán hết tra chân vào cùm". Dù bạn có coi thường Luật Nhân Quả, dù bạn không tin Luật Nhân Quả, dù bạn phủ nhận Luật Nhân Quả nhưng không bao giờ bạn thóat khỏi Luật Nhân Quả. Làm ác sẽ gặp ác (Ác Giả Ác Báo) dù bạn có chạy trốn lên cung trời nào, thế giới nào, dù Thần Linh Tối Thượng nào

có che chở cho bạn cũng không được.

Tôi có một kỷ niệm gặp gỡ một vụ "gieo nhân" cười ra nước mắt như sau: Tại một trường trung học đệ nhất cấp (Middle School) ở California mà tôi phục vụ, có một nữ sinh Việt Nam, lớp 8 mới 13 tuổi. Cô bé thường xuyên trốn học và hút xì-ke ma túy. Vì thường xuyên bỏ học, không theo kịp chương trình cho nên bà giáo nhờ tôi kèm và giảng thêm bài cho em. Nhìn cô bé tôi thương cảm vì cô bé ngoan, thông minh và chịu khó nghe giảng bài. Tôi nói, "Con à, con thông minh và xinh xắn như thế này, thế nào con cũng có một tương lai vô cùng tốt đẹp. Con ráng đi học và đừng làm cái gì bậy bạ nghe con." Tôi không biết cô bé có xúc động gì với lời khuyên của tôi không. Nhân dịp này

nhà trường cũng cho mời phụ huynh lại để thông báo. Trong lúc chờ đợi phiên họp với ông phó hiệu trưởng, tôi hỏi mẹ cô bé, tuổi chừng 40, "Em làm nghề gì vậy?" Người mẹ đáp, "Dạ, em mở quán cà-phê." Tôi hỏi tiếp, "Cà-phê tên gì vậy em?" Người mẹ nói, "Cà-phê Quên Đời!" (2) Nghe thế tôi buột miệng kêu lên, "Trời đất quỷ thần ơi! Thiếu gì tên đẹp như Cà-phê Ban Mai, Cà-Phê Nắng Mới, Cà-phê Vui v.v.. sao em không đặt mà chọn cái tên Cà-phê Quên Đời?" Nghe phê bình vậy, người đàn bà nhìn tôi không nói gì. Có thể cô ta hối hận vì con cái hư hỏng, nhưng cũng có thể là, " Trời ơi! Cái ông thầy này ở Mỹ sao lạc hậu quá! Chọn những cái tên như thế thì quán cà-phê làm sao sống được." Quả thật vậy! Nếu quý vị tới Thành Phố Tacoma Tiểu Bang Washington, Nam hoặc Bắc Cali như Los Angeles, Westminster hoặc San Jose quý vị sẽ thấy những quán cà-phê Việt Nam với đèn mờ mờ, bồi bàn bưng cà-phê là những cô gái trẻ, đi giày cao gót, ăn mặc hở hang (sexy) quá mức và được quảng cáo công khai trên báo. Sở cảnh sát địa phương rất bực bội với những quán cà-phê này vì nó còn là nơi lén lút tiêu thụ xì-ke ma túy. Nhưng thành phố lại cho mở, vì thương mại phát triển, thành phố thu được nhiều thuế. Khách hàng thường trực của những quán này là thanh niên độc thân, hoặc gia đình đổ vỡ, thảng hoặc cũng thấy một vài ông già đầu bạc. Họ tới uống cà-phê, ngắm nghía " rửa mắt" hoặc tán dóc (tán gẫu) với mấy cô hầu bàn, hoặc coi truyền hình rồi cá độ, nhất là các trận đấu bóng bầu dục (Football). Họ cho tiền "típ" hay " pour bois" rất nhiều. Cứ thử tưởng tượng với một khung cảnh mờ mờ, ảo ảo "quyến rũ" như thế, một cô bé học sinh ngây thơ, một ngày nào đó vì mẹ bận, thay mẹ ngồi ở quầy tính tiền, sẽ thấy những gì và sẽ nghĩ như thế nào? Với cái Nhân xấu như thế thì cô bé có hư hỏng cũng là chuyện đương nhiên thôi. Nghĩ thật đáng thương.

Vậy các bạn trẻ ở Việt Nam đừng tưởng Mỹ không có Luật Nhân Quả. Đừng tưởng Luật Nhân Quả chỉ ứng dụng cho các xứ nghèo như Việt Nam, Lào, Kampuchia, Miến Điện...chứ ở Mỹ, Úc, Âu Châu thì chẳng có Nhân-Quả gì hết. Đừng nghĩ vậy. Thống kê của Bộ Tư Pháp năm 2002 cho biết con số tù nhân bị giam giữ tại các nhà tù Tiểu Bang và Liên Bang Hoa Kỳ đã vượt quá 2 triệu người - con số cao nhất trong lịch sử lập quốc. Còn tại Tiểu Bang Victoria, Úc Châu, số nữ tù nhân gốc Việt đông đảo nhất, chiếm 16% trong tổng số 312 người. Trồng cần sa, gian lận trợ cấp, buôn bán ma túy, và nhất là ham mê cờ bạc đã là những lý do khiến những người phụ nữ này phải vào tù. (Thời Báo Online)

Thưa các bạn, vì cuộc sống và vì " đắm nhiễm trần cấu" mà con người đã gây Nhân, tạo Nghiệp một cách "ngay tình"mà không hề hay biết. Chúng ta tự "gieo nhân xấu" để gây khổ lụy cho gia đình, bạn bè, làng xóm, xã hội và đất

nước chứ chẳng có Thần Linh (God) nào can dự vào đây. Khi Quả vụt tới thì cuống cuồng cầu nguyện van vái Thần Linh cứu giúp. Nếu Thần Linh có thật, có một chút hiểu biết và Thần Linh nói được chắc chắn đã quát mắng, "Ngươi tự gây ra tai họa thì ngày hôm nay ngươi phải nhận lãnh hậu quả. Giả sử ta có khả năng cứu giúp nhà ngươi thì tại sao ta không hóa phép để cả thế giới này không bao giờ có khổ đau để cho ta đỡ mệt? Khổ đau do chính các ngươi tạo ra. Ta thì giờ đâu, từng giây, từng phút tạo ra hàng vạn, hàng vạn thứ khổ đau? Thôi đừng nói chuyện ba lơn nữa!"

Vậy nếu không muốn "gieo nhân", ngoài việc ý thức về Luật Nhân Quả, hành giả lúc nào cũng phải giữ gìn "Chánh Niệm" không để Tâm mình buông thả mông lung như "Ngựa phi ngoài đồng. Khỉ leo trên cành". Hành giả luôn luôn ở trong trạng thái cảnh giác, giống như Lão Tử nói rằng phải luôn luôn ý thức như mình đang đi trên nước sông nước đóng băng. Nếu cảnh giác được thì gọi là Định. Nói khác đi, biết mà không nói, thấy mà không bình phẩm, nghe mà không khen chê, không động tâm, đó là trạng thái "Đối cảnh vô tâm" của Sơ Tổ Trúc Lâm Trần Nhân Tông. Đối cảnh mà vô tâm thì chẳng "gieo nhân" gì hết. Nếu có "gieo nhân" thì gieo nhân lành chứ không phải nhân xấu. Khi không "gieo nhân" nữa thì không có Quả. Không Nhân - Quả thì Luân Hồi chấm dứt. Không gieo nhân, không tạo ác nghiệp, an nhiên tự tại là cảnh giới của Chư Phật và Chư Vị Bồ Tát vậy.

Kết Luận:

Dù bạn có coi thường Luật Nhân Quả, dù bạn không tin Luật Nhân Quả, dù bạn phủ nhận Luật Nhân Quả nhưng không bao giờ bạn thóat khỏi Luật Nhân Quả. Làm ác sẽ gặp ác (Ác Giả Ác Báo) dù bạn có chạy trốn lên cung trời nào, thế giới nào, dù Thần Linh Tối Thượng nào có che chở cho bạn cũng không được. Thi hành luật pháp, truy tố kẻ phạm pháp ra trước pháp đình là ứng dụng Luật Nhân Quả. Thế giới hiện nay vẫn tiếp tục truy lùng những tòng phạm giết người hàng lọat trong các lò sát sinh thời Đức Quốc Xã ra trước Tòa Án Quốc Tế, cho dù kẻ đó đã thay đổi quốc tịch, thay đổi tên họ, cho dù có kẻ ngày nay đã già yếu nhưng vẫn phải điệu ra trước tòa để "trả quả". Có nhìn thấy, có hiểu được như thế mới thấy Luật Nhân Quả thật đáng sợ. Hệ thống luật pháp, tòa án để trừng trị kẻ có tội là sự ứng dụng hiển nhiên của Luật Nhân Quả. Nếu không có luật pháp, không có tòa án để trừng trị kẻ có tội thì thế giới này sẽ biến thành thế giới của lòai muông thú, tức là làm ác mà không bị trừng phạt gì cả. Để tạm thay cho lời kết luận không gì bằng trích dẫn ở đây lời nhận xét của Tỳ Kheo Thích Chơn Quảng trong cuốn sách Luận

Về Nhân Quả xuất bản ở trong nước năm 1988 và tái bản ở Hoa Kỳ năm 2551 (Phật Lịch) tức năm 2007 (Tây Lịch) nơi trang 11 viết như sau " Luật Nhân Quả là nền đạo đức, công bằng hơn mọi nền đạo đức nào khác và chính Luật Nhân Quả cũng chính là lương tri của nhân lọai." Và lời phát biểu của Bà Christa Bentendieder, pháp danh

Agganyani - Tổng Thư Ký Liên Đoàn Phật Tử Đức Quốc: “Đạo Phật chính là quy luật tự nhiên của trí tuệ, đó là Luật Nhân Quả.” (Buddhism as the natural law of the mind, the law of cause and effect.) Đào Văn Bình

(Trích sách Đạo Phật: Đất Nước, Cuộc Sống và Tâm Linh xb năm 2017 phát hành trên Amazon)

Luật Nhân Quả - Hầu hết chúng ta sống một cuộc đời tương đối như những con người lành mạnh. Thật vậy, theo lời đức Phật dạy trong các kinh điển có được thân người hôm nay là một phước duyên thù thắng và vô cùng quý báu. Đó là kết quả của vô lượng công đức trải qua nhiều kiếp tu hành của chúng ta. Mỗi cá nhân đã nỗ lực tinh tấn tu hành mới có được cái thân người này.

Tại sao nó quý báu như vậy? Bởi lẽ thân người giúp chúng ta có nhiều thuận duyên tu tập phát triển đời sống đạo đức hầu mưu tìm hạnh phúc cho chúng ta và những người khác. Loài vật không có khả năng thực hành đạo đức như con người vì chúng đang sống trong cõi vô minh.

Cho nên chúng ta nên biết quý trọng cái thân người nầy và cố gắng bằng mọi cách tinh tấn tu hành để mong được tái sinh làm thân người ở kiếp sau. Mặc dù chúng ta luôn mong ước đạt được sự giác ngộ hoàn toàn, chúng ta nên biết rằng con đường tu hành để thành Phật là rất dài mà chúng ta muốn thành tựu cần phải trải qua các khoảng thời gian ngắn để chuẩn bị tu tập.

Như chúng ta đã biết để bảo đảm được tái sanh làm người với đầy đủ khả năng có thể theo đuổi con đường tu tập, hành giả trước tiên phải áp dụng thực hành đạo đức. Điều này, theo giáo lý đức Phật, có nghĩa là con người cần tránh, không làm mười điều ác. Sự khổ gây ra do mỗi việc làm ác này, có nhiều mức độ khác nhau. Để đưa ra những lý do cho chính bản thân mình cần tránh các hành động bất thiện đó, chúng ta phải hiểu rỏ về luật Nhân Quả. (Đức Dạt Lai Lạt Ma)

Some Little Known Laws of Karma

Karma is the Sanskrit word for action. It is equivalent to Newton’s law of ‘every action must have a reaction’. When we think, speak or act we initiate a force that will react accordingly. This returning force maybe modified, changed or suspended, but most people will not be able to eradicate it. This law of cause and effect is not a punishment but is wholly for the sake of education or learning. A person may not escape the consequences of his actions, but he will suffer only if he himself has made the conditions ripe for his suffering. Ignorance of the law is no excuse whether the laws are man- made or universal.

To stop being afraid and to start being empowered in the worlds of karma and reincarnation, here is what you need to know about karmic laws. Here are 12 little known Laws of Karma that will change your life:

1. THE GREAT LAW

– “As you sow, so shall you reap”. This is also known as the “Law of Cause and Effect”. – Whatever we put out in the Universe is what comes back to us. – If what we want is Happiness, Peace, Love, Friendship… Then we should BE Happy, Peaceful, Loving and a True Friend.

2. THE LAW OF CREATION

– Life doesn’t just HAPPEN, it requires our participation. – We are one with the Universe, both inside and out. – Whatever surrounds us gives us clues to our inner state. – BE yourself, and surround yourself with what you want to have present in your Life.

3. THE LAW OF HUMILITY

– What you refuse to accept, will continue for you. – If what we see is an enemy or someone with a character trait that we find to be negative, then we ourselves are not focused on a higher level of existence.

4. THE LAW OF GROWTH

– “Wherever you go, there you are”. – For us to GROW in Spirit, it is we who must change – and not the people, places or things around us. – The only given we have in our lives is OURSELVES and that is the only factor we have control over. – When we change who and what we are within our heart our life follows suit and changes too.

5. THE LAW OF RESPONSIBILITY

– Whenever there is something wrong in my life, there is something wrong in me. – We mirror what surrounds us – and what surrounds us mirrors us; this is a Universal Truth. – We must take responsibility for what is in our life.

6. THE LAW OF CONNECTION

– Even if something we do seems inconsequential, it is very important that it gets done as everything in the Universe is connected. – Each step leads to the next step, and so forth and so on. – Someone must do the initial work to get a job done. – Neither the first step nor the last are of greater significance, – As they were both needed to accomplish the task. – Past-Present-Future they are all connected…

7. THE LAW OF FOCUS

– You can not think of two things at the same time. – When our focus is on Spiritual Values, it is impossible for us to have lower thoughts such as greed or anger.

8. THE LAW OF GIVING AND HOSPITALITY

– If you believe something to be true, then sometime in your life you will be called upon to demonstrate that particular truth. – Here is where we put what we CLAIM that we have learned, into actual PRACTICE.

9. THE LAW OF HERE AND NOW

– Looking backward to examine what was, prevents us from being totally in the HERE AND NOW. – Old thoughts, old patterns of behavior, old dreams… – Prevent us from having new ones.

10. THE LAW OF CHANGE

– History repeats itself until we learn the lessons that we need to change our path.

11. THE LAW OF PATIENCE AND REWARD

The importance of patience as a coping skill and how to achieve it.

– All Rewards require initial toil.

– Rewards of lasting value require patient and persistent toil. – True joy follows doing what we're supposed to be doing and waiting for the reward to come in on its own time.

12. THE LAW OF SIGNIFICANCE AND INSPIRATION

– You get back from something whatever YOU have put into it. – The true value of something is a direct result of the energy and intent that is put into it. – Every personal contribution is also a contribution to the Whole. – Lackluster contributions have no impact on the Whole, nor do they work to diminish it. – Loving contributions bring life to and inspire, the Whole.

12 định luật về nghiệp sẽ thay đổi cuộc đời bạn

Một số luật nhỏ được biết đến của NGHIỆP

Karma là từ tiếng Phạn cho hành động. Nó tương đương với định luật Newton, 'mọi hành động đều phải có phản ứng. Khi chúng ta suy nghĩ, nói hoặc hành động, chúng ta bắt đầu một lực sẽ phản ứng tương ứng. Lực lượng trở lại này có thể sửa đổi, thay đổi hoặc đình chỉ, nhưng hầu hết mọi người sẽ không thể xóa bỏ nó. Luật nhân quả này không phải là một hình phạt mà là hoàn toàn vì lợi ích của giáo dục hoặc học tập. Một người có thể không thoát khỏi hậu quả của hành động của mình, nhưng anh ta sẽ chỉ đau khổ nếu chính anh ta đã làm cho các điều kiện chín muồi cho sự đau khổ của anh ta. Sự thiếu hiểu biết về luật pháp không phải là lý do cho dù luật pháp là do con người tạo ra hay phổ quát.

Để không sợ hãi và bắt đầu hiểu nắm vững về thế giới của nghiệp và tái sinh, đây là những gì bạn cần biết về nghiệp luật:

1. LUẬT TUYỆT VỜI

- "Gieo nhân nào gặp quả ấy". Điều này còn được gọi là Luật Nguyên nhân và Hậu quả.
- Bất cứ điều gì chúng ta đưa ra trong Vũ trụ sẽ là những gì trở lại với chúng ta.

- Nếu những gì chúng ta muốn là Hạnh phúc, Hòa bình, Tình yêu, Tình bạn rồi chúng ta sẽ được hạnh phúc, bình yên, yêu thương và một người bạn thật sự.

2. LUẬT SÁNG TẠO

- Cuộc sống không chỉ là ngẫu nhiên, nó đòi hỏi sự tham gia của chúng ta.. - Chúng ta là một với Vũ trụ, cả trong lẫn ngoài. - Bất cứ điều gì xung quanh chúng ta đều cho chúng ta manh mối về trạng thái bên trong của chúng ta. - Hãy là chính mình, và bao quanh bản thân với những gì bạn muốn có trong cuộc sống của bạn.

3. LUẬT TỪ TỐN < Khiêm nhượng>

- Những gì bạn từ chối chấp nhận, sẽ tiếp tục đến với bạn. - Nếu những gì chúng ta thấy là một kẻ thù hoặc một người có đặc điểm tính cách mà chúng ta thấy là tiêu cực, thì bản thân chúng ta không tập trung vào mức độ tồn tại cao hơn.

4. LUẬT TĂNG TRƯỞNG

- "Bất cứ nơi nào bạn đi, bạn cũng đến được ". - Để TĂNG TRƯỞNG Tâm Linh, chính chúng ta là người phải thay đổi - và không phải là người, địa điểm hay những thứ xung quanh chúng ta. - Điều duy nhất chúng ta có trong cuộc sống của chúng ta là CỦA CHÚNG TA và đó là yếu tố duy nhất chúng ta có quyền kiểm soát. - Khi chúng ta thay đổi ai và những gì chúng ta ở trong trái tim, cuộc sống của chúng ta cũng theo đó và cũng thay đổi.

5. LUẬT TRÁCH NHIỆM

- Bất cứ khi nào có điều gì sai trong cuộc sống của ta, tức là có điều gì đó sai trong ta. - Chúng ta phản chiếu những gì xung quanh chúng ta - và những gì xung quanh chúng ta phản chiếu chúng ta; đây là một sự thật phổ quát. - Chúng ta phải chịu trách nhiệm cho những gì trong cuộc sống của chúng ta.

6. LUẬT KẾT NỐI

- Ngay cả khi một cái gì đó chúng ta làm có vẻ không quan trọng, điều rất quan trọng là nó được thực hiện khi mọi thứ trong Vũ trụ được kết nối. - Mỗi bước dẫn đến bước tiếp theo, v.v. - Ai đó phải khởi công để hoàn thành công việc. - Bước đầu tiên và bước cuối cùng không có ý nghĩa khác nhau, - Vì cả hai đều cần thiết để hoàn thành nhiệm vụ. - Quá khứ-Hiện tại-Tương lai tất cả đều kết nối với nhau.

7. LUẬT TRỌNG TÂM

- Bạn không thể nghĩ về hai điều cùng một lúc. - Khi chúng ta tập trung vào các Giá trị Tâm linh, chúng ta không thể có những suy nghĩ thấp hơn như tham lam hay giận dữ.

8. LUẬT BỐ THÍ và KHOẢN ĐÃI

- Nếu bạn tin điều gì đó là sự thật, thì đôi khi trong cuộc sống, bạn sẽ được kêu gọi để chứng minh sự thật cụ thể đó. - Đây là nơi chúng ta đưa những gì chúng ta YÊU CẦU mà chúng ta đã học được vào THỰC HÀNH.

9. LUẬT Ở ĐÂY VÀ NGAY BÂY GIỜ

- Nhìn về phía sau để xem xét những gì đã ngăn chúng ta hoàn toàn ở ĐÂY
VÀ NGAY BÂY GIỜ.
- Suy nghĩ cũ, khuôn mẫu cũ của hành vi, giấc mơ cũ.

- Ngăn chặn chúng ta có những cái mới.
10. LUẬT THAY ĐỔI

- Lịch sử lặp lại cho đến khi chúng ta học được những bài học mà chúng ta cần thay đổi con đường của mình.

11. LUẬT kiên nhẫn và THƯỞNG

- Tất cả các phần thưởng đòi hỏi ở công việc vất vã. - Phần thưởng có giá trị lâu dài đòi hỏi sự kiên nhẫn và kiên trì. - Niềm vui thực sự sau khi làm những gì chúng ta nên làm và chờ đợi phần thưởng sẽ đến vào thời điểm đó.

12. LUẬT TRỌNG YẾU VÀ CẢM HỨNG

- Bạn nhận lại cái gì mà BẠN đã đưa vào. - Giá trị thực sự của một cái gì đó là kết quả trực tiếp của năng lượng và ý định được đưa vào. - Mỗi đóng góp cá nhân cũng là một đóng góp cho Toàn bộ. - Đóng góp ít oi không có tác động đến Toàn bộ cũng không làm giảm bớt nó. - Đóng góp yêu thương mang lại cuộc sống và truyền cảm hứng toàn bộ. ---oooOOOooo--- Laxity – tình trạng lỏng lẻo, không chặt chẽ

Lay person – householder = cư sĩ

Laymen (Upasaka): Five laymen of the Buddha - 5 vị cư sĩ của đức Phật

Anathapindika (Pali: Anathapiṇḍika; Sanskrit: Anathapiṇḍada) was a wealthy merchant and banker, believed to have been the wealthiest merchant in Savatthi in the time of Gautama Buddha. Born Sudatta, he received the nickname Anathapindika, literally "one who gives alms to the poor", due to his reputation of loving to give to those in need. Anathapindika was the chief male lay disciple and the greatest patron of Gautama Buddha. Anathapindika is known as the male lay disciple of the Buddha who was foremost in generosity. His female counterpart was Visakha. Anathapindika is frequently referred to as Anathapindika-setthi (setthi meaning "wealthy person" or "millionaire"), and is sometimes referred to as Maha Anathapindika to distinguish him from Cula Anathapindika, another disciple of the Buddha.

Hatthaka of Alavi (given name Alavaka) was one of the foremost lay male disciples of the Buddha, mentioned in text along with Citta in the Buddhavamsa xxvi.19 and considered the foremost in gathering a following using the "four bases of sympathy" which he describes as being:

1) he gives gifts
2) he talks with kindly words
3) he does kindly deeds
4) he treats people with equality.
He was the son of a ruler of Alavi. His given name was changed to "Hatthaka" after Buddha saved him from being eaten by a Yakkha (or Yaksha) spirit

named Alavaka. His name "Hatthaka" (hattha means "hand") comes from his being handed over by the yakha spirit to Buddha upon his conversion. He was an Anagamin

or a non-returner and was born in a heaven called "Aviha" where he would attain Arahant status.

Jivaka, also titled Jivaka Komarabhacca, was a famous physician in Ancient India, including personal physician of Indian King Bimbisara and Gautama Buddha. He lived in the Magadha capital of Rajagaha during late 5th century BC in the time of King Bimbisara (and later Ajatashatru). He was trained and excelled in traditional Indian medicine (e.g. Ayurveda), due to his intelligence, dilligence, and selfless service. Believed to have been inspired by the teachings of the Buddha, Jivaka was also well versed in Asana and meditation practice. He is also considered the father of Siddha-Veda.

Citta (Sanskrit: Citra) was one of the chief lay disciples of the Buddha. He was a wealthy merchant from Savatthi. His life and character were so pure that near his death, had he wished to be a chakravartin, it would've been granted. However, he turned down this wish as it was temporal. He became a saint that became a non-returner.

In an early sutta (SN IV.297-300), Citta is asked by Nigantha Nataputta (Mahavira) if he believes the Buddha who says that there is a concentration free from deliberation and thought. He initially gives an ambiguous answer, but then turns out not to believe, but to know these things from his own experience obtained while practicing the jhanas.

Cunda Kammaraputta was a smith who gave Gautama Buddha his last meal as an offering while he visited his mango grove in Pava on his way to Kusinagara. Shortly after having Cunda's meal, the Buddha suffered from a fatal dysentery.

Before entering the parinirvana, the Buddha told Ananda to visit Cunda and tell him that his meal had nothing to do with his getting ill, and therefore should feel no blame nor remorse; on the contrary, offering the Tathagata his last meal before passing away was of equal gain as of offering him his first meal before attaining buddhahood, and thus he should feel rejoice.

Laywomen (Upasika) – 5 Laywomen of the Buddha - 5 nữ cư sĩ của đức Phật

Khujjuttara was one of the Buddha's foremost (Pali: agga) female lay disciples (Pali: upasika, savaka).

According to commentaries to the Pali canon, Khujjuttara was a servant to one of the queens of King Udena of Kosambi named Samavati. Since the queen was unable to go listen to the Buddha, she sent Khujjuttara who went instead and became so adept that she was able to memorize the teachings and teach the queen and her 500 ladies in waiting. From these discourses of the Buddha, Khujjuttara, Queen Samavati and the queen's 500 ladies in waiting all obtained the fruit (Pali: phalla) of the first stage of Enlightenment ("stream- enterer," Pali: sotapanna).

In the Pali canon itself, Khujjuttara's repute is mentioned in the SN 17.24, entitled "Only Daughter," the Buddha states that faithful female lay disciples should urge their

beloved daughters in the following manner:

"Dear, you should become like Khujjuttara the lay follower and Velukandakiya, Nanda's mother – for this is the standard and criterion for my female disciples who are lay followers, that is Khujjuttara the lay follower and Velukandakiya, Nanda's mother."

A similar reference is made in AN 4.18.6. Additionally, in AN 1.14, verse 260, the Buddha declares Khujjuttara to be his "most learned" female lay disciple.

The Khuddaka Nikaya book Itivuttaka, a collection of 112 short discourses, is attributed to Khujjuttara's recollection of Buddha's discourses.

Velukandakiya is considered one of the two standard-bearer lay female disciples of the Buddha, the other being Khujjuttara. She is known as the mother of Nanda (not the stepbrother of Buddha with the same name). She is praised as the standard bearer lay female disciple in Samyutta Nikaya17.24, Only daughter.

"Dear, you should become like Khujjuttara the lay follower and Velukandakiya Nanda's mother – for this is the standard and criterion for my female disciples who are lay followers, that is Khujjuttara the lay follower and Velukandakiya, Nanda's mother.

Visakha, also referred to as Migaramata, literally "Migara's mother", was the chief female lay disciple of Gautama Buddha. She is considered to be the female lay disciple of the Buddha who was foremost in generosity. Her male counterpart was Anathapindika.

Visakha was born into a wealthy family, her father was Dhananjaya, and her mother was Sumana. She was born in the city of Bhaddiya. She met the Buddha at the age of seven, when he was visiting her home town. When the Buddha taught her she achieved sotapanna, a stage of enlightenment. For the next fortnight, Visakha's grandfather, Mendaka, invited the Buddha and his monks to eat at his house daily.

Visakha built a monastery for the Buddha known as "Migaramatupasada" (Pali: Migaramata's palace), near Savatthi. After building the monastery, the Buddha would alternate between Migaramatupasada and Jetavana, the monastery of his chief male lay disciple, whenever he was staying in Savatthi.

According to Buddhist scriptures, after her death Visakha was reborn in Nimmanarati, the fifth heavenly realm, as the consort of the deva king of the realm.

Rohini was one of Buddha's chief lay female disciples. She was a cousin of Buddha and sister of Anuruddha. She declined to enter the order of nuns with MahaPajapati Gotami. She attained stream entry and upon death entered heaven.

Sujata first met Siddhartha when Punna went to the tree at dawn and saw a man sitting under the great tree, she ran to Sujata told her what she had seen at first Sujata thought it was the tree god had become human form. She took a bowl of milk porridge to the man.

As they approached the man who was looking like a skeleton they gave him homage, This was the Shakyamuni the Buddha in waiting. Sujata was his weakness and fragility she offered him some milk porridge at first he wouldn't then he gratefully received the offering and savoured that moment. Six years of self-imposed harsh and extreme asceticism came to an end.

After the Buddha gained Enlightment he revisited the village to speak about what he discovered in his Enlightment after the talk Sujata went to the Buddha and asked him to accept her as the First Female Lay Disciple which he did.

After this she practiced the teaching and observed the precepts and lived in happiness and peace she also never forget the monks on the Alms daily rounds.

5 vị cư sĩ của đức Phật

Cấp Cô Độc

Cấp Cô Độc là một vị trưởng giả có lòng bác ái vô độ, chuyên giúp những người nghèo khổ và cô độc...Trong lần đến thành Xá Vệ ông ghé thăm người anh rể cũng là một thương gia giàu có đang bận rộn lo buổi trai tăng cho đức Phật cùng tăng đoàn ngày hôm sau! Nghe nói đến đức Phật, tôn giả vô cùng phấn khởi, nôn nao không ngủ được! Sáng sớm tinh sương, tôn giả đi đến nơi cư ngụ của đức Phật. Trong làn sương sớm mai, khi đang kinh hành, đức Phật đã gọi đích danh tôn giả mặc dù cả đức Phật lẫn Cấp Cô Độc chưa từng gặp nhau. Tôn giả quy phục đảnh lễ và được đức Phật giảng sơ ngộ về giáo lý thì tôn giả chứng ngộ ngay sau đó.

Cũng trong dịp nầy tôn giả Cấp Cô Độc đề nghị với đức Thể Tôn là sẽ xây tịnh xá để chư tôn lưu trú trong mùa an cư và được Ngài chấp thuận với điều kiện phải là nơi thành tịnh.

Sau khi trở về, tôn giả cố tìm một nơi thích ứng, nhưng không tìm được, chỉ có vườn của thái tử Kỳ đà (Jeta) là khu yên tĩnh, những thái tử không chịu bán. Hỏi năm lần bảy lượt đều bị khước từ, cuối cùng thái tử Kỳ Đà bèn ra giá thật cao cố ý làm nản chí ông Cấp Cô Độc, nhưng ông đồng ý trải vàng đến đâu mua đến đó...Ngoài ra thái tử Kỳ Đà vì khích động bởi bố thí của Cấp Cô Độc đã tặng luôn vườn cây đẹp đẻ của mình và xây tường chung quanh Kỳ Viên tịnh xá...

Hatthaka Alavi

Theo Đức Phật, nếu là cư sĩ thì cần phấn đấu để trở thành bậc thức giả, trưởng giả tức vừa có tri thức, thành đạt trong cuộc sống lại vừa có tâm giúp đỡ cộng đồng, xây dựng xã hội và đất nước ngày càng giàu mạnh như trưởng giả Chất- đa có trí tuệ bậc nhất, đồng tử Tượng (Hatthaka người Alavi) là bậc nhất về hạnh tứ nhiếp (bố thí, ái ngữ, lợi hành, đồng sự). Nếu phát tâm xuất gia thì phải phấn đấu để trở thành các bậc thánh hiền Tăng, phát huy trí tuệ và từ bi để hoằng dương Phật pháp, lợi ích chúng sinh như các Tôn giả Xá-lợi-phất, Mục-kiền-liên thượng thủ đệ nhất về trí tuệ và thần thông.

Jivaka - Thần Y Jīvaka Komarabhacca

Yên tâm vì đại chúng bây giờ đã có hai vị đại đệ tử và các trưởng lão chăm sóc, hướng dẫn, đức Phật thường ôm bát ngoạn du đây đó. Nơi ngài thường đến ở trọn ngày là núi Linh Thứu hoặc các hang động sườn núi phía nam thành phố! Thường thì đức Phật hay đi một mình, tối, ngài dùng thần thông trở lại Trúc Lâm. Đôi khi mưa gió suốt mấy ngày, ngài cứ ở mãi trong các hang động, nhất là động Lợn Rừng, an hưởng định Diệt thọ tưởng. Có những ngày mát mẻ, chư tỳ-khưu các nơi tìm đến để nghe những pháp thoại ngắn gọn, đôi khi là cả một thời pháp dài!

Trên đường đi và về, lên hoặc xuống núi Linh Thứu, đức Phật thường nghỉ chân tại vườn xoài mát mẻ và xanh tươi ở bên vệ đường. Đấy là vườn xoài của vị lương y Jivaka Komarabhacca nổi tiếng của kinh thành Rajagaha.

Đức Phật cố ý đợi chờ nhân duyên chín muồi để gặp gỡ một người, một nhân vật đặc biệt quan trọng. Đấy là đại danh y, là thần y Jivaka Komarabhacca. Vả chăng, tăng chúng càng ngày càng đông, nhiều bệnh tật sẽ phát sanh, nếu không có một lương y giỏi thì sẽ trở ngại vô cùng cho sự tu học của họ.

Citta

Citta là một trong số đại cư sĩ của Phật. Ông là một nhà buôn giàu có ở Savatthi. Cuộc sống và phẩm giá của ông trong sạch đến nỗi lúc lâm chung, ông mong muốn mình là một minh Vương giúp mọi người sống trong an vui hạnh phúc, điều này đã được hội ứng. Tuy nhiên ông từ chối ý nguyện này chỉ vì có tính cách tạm thời, thay vì trở thành vị thánh và ông không trở lại trần thế nữa!

Cunda

Thuần Đà - Cunda (skt): Cunda or Chunda (skt)—Còn gọi là Chu Na, Chuẩn Đa, một người thợ rèn trong thành Câu Thi Na, người đã cúng dường bữa cơm cuối cùng cho Đức Phật. Theo Đức Phật thì những ai cúng dường Đức Phật bữa cơm đầu tiên ngay trước khi Ngài thành đạo, hay bữa cơm sau cùng trước khi Ngài nhập Niết Bàn, sẽ được vô lượng công đức.

5 nữ cư sĩ của đức Phật

Khujjuttara

Khujjuttara là một nữ cư sĩ đắc lực nhất của đức Phật. Nàng là người hầu cho một trong số các hoàng hậu của vua Udena, xứ Kosali, tên là Samavati. Vì bận rộn hoàng hậu không thể đi nghe Phật thuyết pháp, bà bèn gọi Khujjuttara đi nghe và trở nên người tỉnh thông đến nỗi nàng có thể nhớ lời thuyết giảng của đức Phật và kể lại cho hoàng hậu cũng 500 cung nữ đang chờ đợi trong hoàng cung. Từ những bài giảng của đức Phật Khujjuttara và hoàng hậu Samavati và 500 cung nữ thâu lượm được kết quả mỹ mãn là đạt được giác ngộ sơ khởi.

Đức Phật phát biểu chân thật rằng các Ni cư sĩ có lòng tin nên khuyến khích con gái của mình noi theo gương của ba Khujjuttara...

Velukandakiya

Velukandakiya là một trong hai Ni cư sĩ tiêu biểu của đức Phật, Ni cư sĩ kia là Khujjuttara. Bà được biết là mẹ của Nanda (xin đừng nhầm lẫn với Nanda là em họ của đức Thế tôn). Bà được sự khen ngợi là Ni cư sĩ tiêu chuẩn như trong kinh Samyutta Nikaya nói về đứa con gái duy nhất: "Quý Ni cư sĩ, quý vị nên trở thành Ni cư sĩ tiêu biểu như bà Khujjuttara và bà Velukandakiya..."

Visakha

Ngôi tự viện nằm phía Đông thành Savatthi là do bà Visakha, vị nữ thí chủ nhiệt thành của Đức Phật, dâng cúng.

Bà được Đức Phật ngợi khen là đứng hàng đầu các bà tín nữ. Những lời dạy bảo của ông cha bà cho thấy rằng vào thời bấy giờ người ta đối xử rất nghiêm khắc đối với hàng phụ nữ. Mặc dầu thái độ gắt gao đối với nữ giới và mặc dầu cuộc sống của người phụ nữ có rất nhiều giới hạn, nhờ đức tin dũng mãnh nơi Giáo Huấn của Đức Phật, bà Visakha đã có khả năng vượt lên trên những giới hạn ấy.

Rohini

Rohini là một trong số Ni cư sĩ đệ tử của đức Phật, bà là em họ của đức Phật và là em gái của tôn giả Anuruddha. Bà bị khước từ gia nhập Ni tăng đoàn của bà Kiểu Đàm Di. Nhưng sau đó nhờ sự can thiệp của tôn giả Ananda bà được chấp thuận và trở thành Ni cư sĩ của đức Phật. Bà giác ngộ chứng quả sơ khởi và ngay sau khi nhập diệt bà được lên cõi trời...

Sujata

Sujata (skt & pali) - Người con gái của một điền chủ trong vùng Senani gần thị trấn Ưu Lâu Tần Loa trong thời Đức Phật còn tại thế, nay là làng Urel cách thị trấn Gaya 6 dặm trong quận Gaya thuộc tiểu bang Bihar trong vùng đông bắc Ấn Độ. Nàng Tu Già Đa phát tâm hứa sẽ dâng cúng cho vị thần cây đa cạnh nhà một bữa ăn cháo sữa nếu như nàng sanh được con trai. Lòng mong ước của nàng được mãn nguyện sau khi nàng hạ sanh một cháu trai. Nàng sai người hầu gái sửa soạn nơi cho cô đến lễ bái tạ ơn. Khi ra đến nơi, người hầu gái thấy thái tử Sĩ Đạt Đa ngồi dưới gốc cây đa, tưởng Ngài là vị thần cây hiện ra để thọ nhận lễ vật, bèn chạy về thông báo cho Tu Già Đa. Tu Già Đa rất vui mừng, mang thức ăn đựng trong bát vàng đến cúng dường cho Ngài. Đây là bữa ăn duy nhất của Đức Phật trước khi Ngài chứng đạo giác ngộ sau 49 ngày ngồi thiền định dưới cội cây Bồ Đề tại làng Bồ Đề Đạo Tràng (Phật Đà Ca Da) trong tiểu bang Bihar, miền đông bắc Ấn Độ. ---oOo---

Lecherous – phóng đảng, dâm đảng

Lector – reader of the lessons in church service

Ledge – rìa tường, rìa cửa

Leery – ranh mãnh, láu cá

Lenient – nhân hậu, khoan dung

Leper - người bệnh phong

Lethal – làm chết người, gây chết người

Lethargy – the state of sleepiness. This sleep like state is the reason we do not remember our spiritual identities = trạng thái hôn mê

Lethe – (in Greek mythology: the river of forgetfulness) The word lethe has the same root as lethargy meaning a state of sleepiness = sông mê

Lethe - the river of forgetfulness, was one of the five rivers of the Greek underworld, the other four being Styx (the river of hate), Akheron (the river of sorrow), Kokytos (the river of lamentation) and Phlegethon (the river of

fire). According to Statius, it bordered Elysium, the final resting place of the virtuous. Ovid wrote that the river flowed through the cave of Hypnos, god of sleep, where its murmuring would induce drowsiness. “Plato wrote about reincarnation some 2400 years ago and said that souls must travel over lethe, the River of Forgetfullness, whose water produce a loss of memory from our true nature.” ---ooOoo--- Levitate – rise and float in the air = bay lên không trung

Levity – tính coi nhẹ, khinh suất

Lewd – lust, sexual desire = dâm

Libation - rải rượu cúng, lễ rượu

Licchavi (Tộc Ly-xa-tỳ) - Licchavi (also Lichchhavi, Lichavi) was an ancient kingdom in Nepal, which existed in the Kathmandu Valley from approximately 400 to 750 CE. Centuries earlier, at the start of the Buddhist era a powerful republic known as Licchavi existed in what is today Kathmandu. There is no conclusive evidence of any ethnic or historic links between the two states. The language of Licchavi inscriptions is Sanskrit, and the particular script used is closely related to official Gupta scripts, suggesting that the other major kingdoms of the Classical Period to the south were a significant cultural influence.

Licchavi (clan)

The Licchavis were the most famous clan amongst the ruling confederate clans of the Vajji Mahajanapada of ancient India. Vaishali (a city in modern- day northern Bihar) the capital and homeland of the Licchavis, was the capital of the Vajji mahajanapada also. It was later occupied by Ajatashatru, who annexed the Vajji territory into his kingdom.

Kautilya in his Arthasastra, describes the Licchavis as a tribal confederation (gana sangha), whose leader uses the title of raja (rajasabdopajivinah). A Buddhist text, the Mahaparinibbana Suttanta refers them as Kshatriyas and one of the claimants of the relics of Buddha. They have claimed Kshatriya status themselves. According to the Digha Nikaya, the Licchavis were of the Vasistha gotra. Buhler assumes that, in the Manusmriti, the Licchavis are placed in the category of the Vratya Kshatriyas.

Buddhaghosa in his Paramatthajotika, traced the origin of the Licchavis to Benaras. The date of the establishment of the Licchavi domination over the area consisting of present-day north Bihar and Terai region of Nepal is not known. By the time of Mahavira and Gautama Buddha this clan was already well settled in the area around their capital Vaisali. Buddhist tradition has preserved the names of a number of eminent Licchavis, which include prince Abhyaya, Otthaddha (Mahali), generals, Siha and Ajita, Dummukha and Sunakkhata. The Kalpasutra of Bhadravahu refers to the nine Licchavi ganarajas (chieftains) who along with the nine Malla ganarajas and the eighteen Kasi-Kosala ganarajas formed a league against Magadha. The leader of this alliance was Chetaka, whose sister Trishala was the mother of Mahavira...

Dòng tộc Li-thiếp-tì - Licchavi

Một đoạn lịch sử nói về cuộc châu du của Đức Phật tại xứ Licchavi, nhưng không ghi rỏ vào thời kỳ nào. Xứ Licchavi ở vào hướng Bắc xứ Magadha, thuộc quyền cai trị của nhiều vị Tiểu vương; kinh đô là thành Vesali (Tỳ Da Ly), nằm trên tả ngạn sông Găng (bên hữu ngạn là thành Pataliputta, kinh đô mới của xứ Magadha), rất giàu có thạnh mậu. Nơi đây hiện giờ còn nhiều di tích của Đức Phật, nhất là thạch trụ của vua A Dục.

Tỳ Xá Ly (Vesali) là thủ đô của bộ tộc Licchavi, nước cộng hoà đầu tiên trên thế giới, nơi mà có nhiều sự kiện lịch sử trọng đại liên quan đến Phật giáo. Chính nơi đây, là điểm dừng chân lần cuối của đức Phật để thuyết pháp và chúc phúc cho toàn dân thành Vesali, vì Ngài thừa biết rằng mình không bao giờ trở lại nơi này thêm một lần nào nữa. Khi rời Tỳ Xá Ly, đức Phật đã ngoái đầu nhìn lại và tán thán: "Ôi xinh đẹp thay thành phố Tỳ Xá Ly! Ôi xinh đẹp thay những điện thờ và những khu lâm viên của Tỳ Xá Ly." Thành phố Tỳ Xá Ly còn là quê hương của Ngài Duy Ma Cật, một vị cư sĩ Bồ Tát nổi tiếng mà đức Phật đã đề cập như một nhân vật giác ngộ chính trong Kinh Duy Ma Cật*. Thành phố này còn là nơi nhận một phần tám xá lợi của đức Phật ngay sau lễ Trà Tỳ của Ngài. Những năm trước khi nhập diệt, đức Phật thường hay lưu trú tại thành Tỳ Xá Ly này.

The Vimalakirti Sutra - By Barbara O'Brien

The Vimalakirti Nirdesa Sutra, also called the Vimalakirti Sutra, probably was written nearly 2,000 years ago. Yet it retains its freshness and humor as well

as its wisdom. Modern readers especially appreciate its lesson on the equality of women and the enlightenment of laypeople.

Like most Mahayana Buddhist Sutras, the origins of the text are not known. It is generally believed that the original was a Sanskrit text dating to about the 1st century CE. The oldest version that survives to the present day is the translation into Chinese made by Kumarajiva in 406 CE. Another Chinese translation, considered to be more accurate, was completed by Hsuan Tsang in the 7th century. The now-lost Sanskrit original also was translated into Tibetan, most authoritatively by Chos-nyid-tshul-khrims in the 9th century.

The Vimalakirti Sutra contains more subtle wisdom than can be presented in a short essay, but here is a brief overview of the sutra.

Vimalakirti's Story

In this allegorical work, Vimalakirti is a layman who debates a host of disciples and bodhisattvas and demonstrates his deep enlightenment and understanding.

Only the Buddha himself is his equal. So, the first point made in the sutra is that enlightenment does not depend on ordination.

Vimalakirti is a Licchavi, one of the ruling clans of ancient India, and he is held in high esteem by all. The second chapter of the sutra explains that Vimalakirti feigns illness (or takes illness into himself) so that many people, from the king to the commoners, would come to see him. He preaches the dharma to those who come, and many of his visitors realizes enlightenment.

In the next chapters, we find the Buddha telling his disciples, as well as transcendent bodhisattvas and deities, to go see Vimalakirti also. But they are reluctant to go and make excuses, because in the past they had all been intimidated by Vimalakirti's superior understanding.

Even Manjusri, bodhisattva of wisdom, feels humbled by Vimalakirti. But he agrees to go visit the layman. Then a great host of disciples, buddhas, bodhisattvas, gods and goddesses decide to go along to witness, because a conversation between Vimalakirti and Manjusri would be incalculably illuminating.

In the narrative that follows, Vimalakirti's sick room expands to take in the countless beings who had come to see him, indicating they had entered the boundless realm of inconceivable liberation. Although they hadn't intended to speak, Vimalakirti draws the Buddha's disciples and other visitors into a dialogue in which Vimalakirti challenges their understanding and gives them instruction.

Meanwhile, the Buddha is teaching in a garden. The garden expands, and the layman Vimalakirti appears with his host of visitors. The Buddha adds his own words of instruction. The sutra concludes with a vision of the Buddha Akshobhya and the Universe Abhirati and an epilogue that includes a version of the Four Reliances.

The Dharma-Door of Nonduality

If you had to summarize the main teaching of the Vimalakirti in one word, that word might be "nonduality." Nonduality is a deep teaching especially important to Mahayana Buddhism. At its most basic, it refers to perception without reference to subject and object, self and other.

Chapter 9 of the Vimalakirti, "The Dharma-Door of Nonduality," is possibly the best known section of the sutra. In this chapter, Vimalakirti challenges a group of transcendent bodhisattvas to explain how to enter the dharma-door. One after another, they give examples of dualism and nondualism. For example (from page 74,

Robert Thurman translation):

The bodhisattva Parigudha declared, "'Self' and 'selflessness' are dualistic. Since the existence of self cannot be perceived, what is there to be made 'selfless'? Thus, the nondualism of the vision of their nature is the entrance into nonduality."

The bodhisattva Vidyuddeva declared, "'Knowledge' and 'ignorance' are dualistic. The natures of ignorance and knowledge are the same, for ignorance is undefined, incalculable, and beyond the sphere of thought. The realization of this is the entrance into nonduality."

One after another, the bodhisattvas seek to outdo one another in their understanding of nonduality. Manjusri declares that all have spoken well, but even their examples of nonduality remain dualistic. Then Manjusri asks Vimalakirti to offer his teaching on the entrance into nonduality.

Sariputra remains silent, and Manjusri says, "Excellent! Excellent, noble sir! This is indeed the entrance into the nonduality of the bodhisattvas. Here there is no use for syllables, sounds, and ideas."

The Goddess

In a particularly intriguing passage in Chapter 7, the disciple Sariputra asks an enlightened goddess why she does not transform out of her female state. This may be a reference to a common belief that women must transform to become men before they enter Nirvana.

The goddess responds that "female state" has no inherent existence. Then she magically causes Sariputra to assume her body, while she assumes his. It's a scene similar to the gender transformation in Virginia Woolf's feminist novel Orlando, but written almost two millennia earlier.

The goddess challenges Sariputra to transform from his female body, and Sariputra answers there is nothing to transform. The goddess responds, "With this in mind, the Buddha said, 'In all things, there is neither male nor female.'"

*Duy-ma-cật sở thuyết kinh (SKT. vimalakirtinirdesa) là một tác phẩm quan trọng của Phật giáo Đại thừa, có ảnh hưởng rất lớn đến nền Phật giáo tại Trung Quốc, Việt Nam và Nhật Bản. Kinh xuất hiện khoảng thế kỷ thứ 2 sau Công nguyên, mang tên của Duy-ma-cật (SKT. vimalakirti), một cư sĩ giàu có, sống cuộc đời thế tục nhưng vẫn đi trên con đường Bồ Tát. Nhờ kinh này mà người ta có thể xem cư sĩ và tăng sĩ có một mục đích như nhau trên đường tiến đến giác ngộ.

Tóm tắt nội dung 12 chương bản tiếng Phạn:

Chương I

Sự kiện xảy ra tại rừng Am-la-vệ (SKT. amrapalivana), nơi Phật Thích-ca Mâu-ni thuyết pháp cho Pháp hội với rất nhiều Thanh Văn, Bồ Tát và chư thiên tham dự. Một đồng tử với tên Bảo Tích (SKT. ratnakara) cùng với 500 đồng tử thuộc dòng tộc Li-thiếp-tì (SKT.

Licchavi) đến dự pháp hội, tán thán Phật qua một bài kệ khá dài được ghi lại dưới dạng tiếng Phạn lai (hybrid Sanskrit). Sau đó, Phật giải thích thế nào là sự thanh tịnh của Phật độ và sự thanh tịnh tâm của một vị Bồ Tát. Cuối cùng, Phật xua tan hoài nghi của Xá- lợi-phất và những vị khác, nói lý do vì sao thế giới này không thanh tịnh mặc

dù Phật xuất hiện, và sau đó, ngài thi triển thần thông để pháp hội có thể chứng kiến được điều này.

Chương II

Cảnh tượng được chuyển đến nhà một vị cư sĩ với tên Duy-ma-cật. Cư sĩ không rời nhà được vì thụ bệnh. Những nhân vật quan trọng trong thành phố Quảng Nghiêm đều đến thăm ông và nhân dịp này, ông ta trình bày cho họ những khuyết điểm của thân thể, đặc điểm của thân Phật và vì sao ta nên gắng sức tu tập để đạt được thân Phật.

Chương III (III & IV)

Duy-ma-cật suy tư tại sao Phật không gửi ai đến hỏi bệnh an ủi. Phật Thích- ca, lúc này vẫn còn trú tại rừng Am-la-vệ, biết ý của ông, lần lượt yêu cầu 10 đại đệ tử: Xá-lợi-phất, Ma-ha Mục-kiền-liên, Ma-ha-ca-diếp, Tu-bồ-đề, Phú- lâu-na, Ca-chiên-diên, A-na-luật, Ưu-ba-li, La-hầu-la và A-nan-đà đến thăm và hỏi bệnh Duy-ma-cật. Tuy nhiên, tất cả những vị này đều từ chối đi thăm với lý do là đã bàn luận với ông và hổ thẹn vì không đủ khả năng đối đầu tài biện luận của vị cư sĩ này. Và cũng như vậy, bốn vị Bồ Tát Di-lặc (SKT. maitreya), Quang Nghiêm (SKT. prabhavyuha), Trì Thế (SKT. jagatindhara) và Tô-đạt-đa (SKT. sudatta) đều khước từ đi thăm.

Chương này được ba bản Hán phân làm hai chương, tức là III và IV với phần thứ nhất miêu tả hoàn cảnh của mười đại đệ tử hàng Thanh Văn và phần hai bao gồm cuộc nói chuyện với bốn vị Bồ Tát.

Chương IV (V)

Cuối cùng, Bồ Tát Văn-thù-sư-lợi chấp nhận yêu cầu của Phật. Khung cảnh được chuyển về nhà của cư sĩ Duy-ma-cật, một căn phòng nhỏ bé nhưng có thể dung nạp vô số người viếng thăm. Nơi đây, cuộc đàm thoại giữa Văn-thù- sư-lợi và Duy-ma-cật bắt đầu. Rất nhiều Bồ Tát, thiên, nhân và vô số chúng sinh khác đến nghe cuộc đàm thoại vô song giữa hai người được tán thán là trí huệ đệ nhất. Các đề tài được đàm luận ở đây là tính không (SKT. sunyata), một cái nhìn phân tích sâu sắc về bệnh tình của Duy-ma-cật và lĩnh vực hoạt động (SKT. gocara) của một Bồ Tát.

Chương V (VI)

Xá-lợi-phất suy nghĩ là pháp hội lớn như thế làm sao có chỗ ngồi trong căn phòng nhỏ. Duy-ma-cật biết ý khuyên tôn giả Xá-lợi-phất không nên tìm chỗ ngồi mà phát tâm cầu pháp, và sau đó ông ta giải thích ý nghĩa của việc cầu pháp này. Pháp hội ngồi trên những toà sư tử to lớn, được Như Lai Tu-di Đăng Vương (SKT. merupradiparaja) ở cõi Tu-di tướng (SKT. merudhvaja) gửi đến. Sau đó, Duy-ma-cật diễn giảng sự giải thoát bất khả tư nghị (SKT. acintyavimokṣa) cho các vị Như Lai và Bồ Tát.

Chương VI (VII)

Cuộc luận đàm giữa Văn-thù-sư-lợi và Duy-ma-cật được tiếp nối và lần này, những điểm quan trọng dành cho một Bồ Tát được đề cập đến. Ví dụ như Duy-ma-cật giải một trường hợp nghịch lý là Bồ Tát một mặt xem chúng sinh không thật hiện hữu, nhưng mặt khác vẫn phát triển lòng đại bi (SKT. mahamaitri) dành cho chúng sinh. Sau đó, một thiên nữ (SKT. devata) xuất hiện và bắt đầu một luận đàm nghịch lý với Xá-lợi-phất với nội dung nhấn mạnh bản chất ưu việt của Đại thừa. Sau khi giảng tám điều huyền diệu nơi nhà Duy-ma-cật, thiên nữ thi triển thần thông, hoán chuyển hình tướng giữa chính mình với Xá-lợi-phất để làm tôn giả tin vào tính phi nam phi nữ của các pháp. Cuối cùng, Duy-ma-cật cho biết thiên nữ này trước đây đã phụng sự nhiều vị Phật nên giờ đây đạt được những năng lực siêu nhiên, thi triển thần thông một cách ung dung tự tại (SKT. abhijnajnanavikridita).

Chương VII (VIII)

Cuộc đàm luận giữa Văn-thù-sư-lợi và Duy-ma-cật được tiếp nối và bây giờ, Duy-ma-cật giảng thế nào là theo Phật đạo mặc dù không trực tiếp đi trên đường này, cũng như giảng thế nào là chủng tính Như Lai. Thêm vào đó, ông còn dùng bài kệ được ghi lại bằng tiếng Phạn lai (hybrid Sanskrit) để ứng đáp vị Bồ Tát tên Hiện Nhất Thiết Sắc Thân (SKT. sarvarupasamdarsana).

Chương VIII (IX)

Theo lời yêu cầu của Duy-ma-cật, ba mươi mốt vị Bồ Tát trình bày quan điểm của mình về pháp môn bất nhị. Khi Văn-thù-sư-lợi trình bày quan điểm của mình và yêu cầu Duy-ma-cật trình bày kiến giải, ông ta chỉ lặng thinh.

Chương IX (X)

Xá-lợi-phất nghĩ đến giờ ăn và thức ăn cho các vị trong hội. Duy-ma-cật biết ý, hiện thần thông cho đại chúng thấy cảnh ẩm thực ở Phật độ Nhất Thiết Diệu Hương (SKT. sarvagandhasugandha) của Phật Tối Thượng Hương Đài (SKT. gandhottamakuta). Duy-ma-cật dùng thần lực tạo một vị Bồ Tát uy nghiêm, bảo vị này đến Phật độ kia khất thực. Vị Bồ Tát này trở về bát khất thực đầy thức ăn và được 90.000 Bồ Tát hộ tòng. Duy-ma-cật trao đổi ý kiến với các vị Bồ Tát từ cõi Nhất Thiết Diệu Hương về cách dạy của Phật Tối Thượng Hương Đài và của Phật Thích-ca Mâu-ni.

Chương X (XI)

Sự việc lại chuyển đến khu rừng Am-la-vệ tại thành Quảng Nghiêm. Toàn pháp hội tại nhà Duy-ma-cật được chuyển đến rừng Am-la-vệ, ngay trước mặt Phật Thích-ca. Sau khi hỏi Duy-ma-cật, A-nan-đà bạch Phật rằng thức ăn tại nhà Duy-ma-cật có cùng hiệu quả như hiệu quả của Phật (SKT. buddakrtya). Phật Thích-ca đồng ý và thuyết một bài pháp tên Ngộ nhập nhất thiết Phật pháp pháp môn (SKT. sarvabuddhadharmapravesa), giải thích những điểm sau: những điểm dị biệt và giống nhau của Phật độ, tính bình đẳng và bất khả tư nghị của Phật, tính chất siêu việt của các vị Bồ Tát so với hàng Thanh Văn. Thể theo yêu cầu của các vị Bồ Tát từ Phật độ

Nhất Thiết Diệu Hương (SKT. sarvagandhasugandha), Phật Thích-ca giảng thêm pháp môn Tận vô tận vô ngại giải thoát pháp môn (SKT. ksayaksayo nama vimoksah). Các vị Bồ Tát nghe bài thuyết pháp (SKT. dharmaparyaya) xong hoan hỉ trở về Phật độ của họ.

Chương XI (XII)

Được Phật hỏi quán Như Lai như thế nào, Duy-ma-cật trình bày cách quán Như Lai, tức là quán thân Như Lai như thể không hiện hữu. Xá-lợi-phất trao đổi vài lời với Duy-ma-cật và sau đó, Phật cho Xá-lợi-phất biết rằng Duy-ma- cật đến từ cõi Diệu Hỉ (SKT. abhirati) của Phật Bất Động (SKT. aksobhya). Biết pháp hội muốn chứng kiến cõi Diệu Hỉ, Phật Thích-ca yêu cầu Duy-ma- cật chỉ cho họ. Duy-ma-cật liền dùng thần thông nắm lấy cõi Diệu Hỉ bằng bàn tay mặt mang đến cho pháp hội xem. Sau khi thụ ký là những người trong pháp hội sẽ tái sinh tại Phật độ Diệu Hỉ này, Duy-ma-cật mang Phật độ Diệu Hỉ đưa về chỗ cũ. Sau đó, Phật Thích-ca nhấn mạnh đến công đức đạt được khi bảo trì bài kinh (SKT. dharmaparyaya) này.

Chương XII (XIII & XIV)

Đế Thích thiên (SKT. sakra) hứa sẽ bảo hộ kinh và những ai thụ trì đọc tụng kinh này. Phật tán thán và kể lại mẩu truyện của Chuyển luân thánh vương tên Bảo Cái (SKT. ratnacchattra) và các người con trai của ông, nói về việc cúng dường pháp (SKT. dharmapuja). Sau đó, Phật phó chúc pháp vô thượng chính đẳng chính giác cho Bồ Tát Di-lặc và cuối cùng, A-nan-đà được Phật yêu cầu thụ trì và truyền bá kinh này rộng rãi. (Bách khoa toàn thư) ---ooOoo--- Ligature – dây buộc, mối ràng buộc

Limbo – lãng quên, bỏ quên; điệu vũ

Linchpin – đinh chốt cuả trục xe

Lineage – dòng dỏi, nòi giống

Linger - chần chừ, kéo dài

Lingo - tiếng lóng, tiếng lạ khó hiểu

Lipikas (Sanskrit) – Celestial recorders or scribes, has been used in reference to the Lord of Karma and are responsible for recording and managing the book of life for humanity.

Lipikas - Celestial beings who are the recorders of karmic actions, hence often called the “Lords of Karma.” The word comes from the Sanskrit root lip meaning “write, anoint, smear, etc.”

The Secret Doctrine describes them thus:

Mystically, these Divine Beings are connected with Karma, the Law of Retribution, for they are the Recorders or Analysts who impress on the invisible tablets of the Astral Light “the great picture-gallery of eternity” - a faithful record of every act, and even thought, of man, of all that was, is, or ever will be, in the phenomenal Universe. As said in “Isis,” this divine and unseen canvas is the BOOK OF LIFE - The Lipika - project into

objectivity from the passive Universal Mind the ideal plan of the universe, upon which the “Builders” reconstruct the Kosmos after every Pralaya…

Thus the Lipikas are spoken of as Spirits of the universe, whereas the so-called “Builders” are Planetary Spirits. They are divided into three chief groups and each has seven sub-groups.

They are identical to the four Recording Angels of the Kabbalah and Chitra- Gupta in Hinduism, and the four “Immortals” in Atharva Veda who are guardians of the four quarters. In the New Testament, they are identified with the “Book of Life” in Revelation. This recording process of the Lipikas must not be understood to be judgmental in any sense, but more as photographic records of all actions.

The Secret Doctrine states that the Lipikas also separate the plane of pure spirit and matter by placing an impassable barrier between the personal ego and the impersonal Self. This is the circle of the “Ring Pass-Not” which cannot be crossed by human beings until the end of the manvantara or on the day “Be-With-Us,” unless they have qualified themselves to “return into their primal Element”. ---oOo--- CÁC ĐẤNG CHĂM NOM LUẬT NHƠN QUẢ, SỰ CHẤM DỨT NHƠN QUẢ

Các Đấng chăm nom luật Nhơn quả là các Lipikas và Maharajas.

Lipikas

Các Ngài ghi chép tất cả, biết rõ nhân và quả của mỗi người. Các Ngài giữ cho mỗi người một hồ sơ, một trương mục. Chính các Ngài quyết định đời sống của chúng ta.

Maharajas

Các Ngài thi hành mạng lịnh của các Đấng Lipikas. Các Ngài chọn cha mẹ thích hợp và điều chỉnh nghiệp quả tùy hành động của mỗi người. Các Ngài chủ trị bốn yếu tố: đất, nước, gió, lửa. Trong quyển Giáo lý bí truyền, các Ngài được tả như các bầu tròn có cánh và những bánh xe phun lửa.

Chấm dứt nghiệp quả

Làm sao chấm dứt nghiệp quả vì hằng ngày chúng ta vừa trả quả cũ vừa tạo quả mới? Anh A hại anh B, anh B trở lại hại anh A và liên tiếp mãi như thế

thì làm sao cắt đứt sợi dây nhân quả? Nó có thể cắt đứt nhờ sự hiểu biết, nhờ tình thương. Nếu B hiểu biết và nhơn từ, y sẽ không trả thù. Nghiệp quả được chấm dứt không phải bằng sự oán ghét mà bằng khoan dung và tình thương.

Nên trả quả như thế nào?

Chúng ta phải chấp nhận các hạn chế về thông minh, sức khỏe, ký ức, hạnh kiểm v.v. . . mà ta đã tạo ra. Kế đó, ta cố gắng hủy diệt nó. Bằng cách nào? Hằng ngày, ta phải suy gẫm lý tưởng của chúng ta và sống một ngày một thanh cao. Nhờ vậy, chúng ta tạo những động lực mới để thay đổi các động lực cũ nghĩa là thay đổi các nghiệp quả và cải thiện số mệnh của chúng ta. Ví dụ, ta nhận thấy ta ích kỷ. Ta hãy suy gẫm hạnh vị tha

và nhờ đó, tánh ích kỷ tai hại sẽ tiêu dần. Thế là nghiệp quả được cải thiện.

Chiến đấu với dục vọng

Vào lúc linh hồn còn non dại, dục vọng cần cho sự tiến hóa; nhưng về sau, y phải loại trừ chúng nó. Ví dụ, nếu chúng ta ham ăn, chúng ta phải ghi nhận các tai hại của sự ăn uống vô độ như phát phì, đau gan, đau bao tử v. v. . . để tạo cho ta sự chán ghét. Sự chán ghét nầy sẽ diệt trừ tánh ham ăn.

Người mộ đạo tuân hành giáo lý của Đức Giáo chủ về sự tiết độ và suy gẫm hạnh nầy.

Từ bỏ kết quả

Mọi hoạt động gồm ba yếu tố: dục vọng, suy tư và hành động. Ta có dục vọng rồi mới suy tư và hành động để thỏa mãn; vậy mục đích của ta là thỏa mãn dục vọng nghĩa là hưởng thụ kết quả của hành động. Vì muốn hưởng thụ kết quả mà ta hành động. Chính sự ham muốn nầy (chớ không phải hành động) trói cột chúng ta.

Vậy khi ta từ bỏ kết quả của hành động, ta sẽ cắt đứt dây nhân quả và được giải thoát. Các bậc hiền triết hoạt động để làm tròn phận sự chớ không thiết tha đến kết quả. Vô vi, bất động trong hành động đó là bí quyết của sự giải thoát.

Nhưng chúng ta đừng nghĩ rằng từ bỏ kết quả có nghĩa là đừng hoạt động. Trái lại, chúng ta phải hoạt động nhiều hơn lúc nào cả.

Diệt trừ nghiệp quả

Để diệt trừ quả cũ, chúng ta nên xem trong đời ta, ta có hành động sái quấy với ai không và cố gắng chuộc tội. Nếu ta biết được các kiếp trước, ta cũng phải cư xử tốt đẹp với những kẻ mà ta làm phiền lòng. Dù sao, nếu hằng ngày ta cố gắng hành thiện thì quả cũ sẽ tiêu mòn.

Kết kuận

Bây giờ, chúng ta biết rõ ta chỉ gặt hái những điều ta đã gieo. Những điều đến cho ta là do ta đã tạo. Vậy ta phải vui vẻ nhận chịu các nghiệp quả.

Trong những xứ tin ở luân hồi và nhân quả, ai ai cũng chấp nhận số phận mình và nhờ thế mà họ nhẫn nại, bền chí, không oán trời, ghét người và xã hội được thanh bình, ổn định. Ngoài ra, họ còn cố gắng hành thiện để đào tạo tương lai của mình.

Như thế là không có sự bất công. Trái lại, chúng ta sẽ ý thức một trật tự đương nhiên mà chúng ta phải tôn trọng chớ không nên chống đối. (trích trong - Thông Thiên Học Dẫn Giải) ---oOo--- Liquorice – cam thảo

Litany – prayer

Literal - thuộc, theo nghiã cuả chữ, theo nghiã đen

Literati – các nhà văn, giới trí thức

Litigation - kiện tụng, tranh chấp

Liturgy – nghi thức tế lễ

Loathing – ghê tởm

Loathsome – hateful, disgusting = ghê tởm, gớm ghiết

Lode - mạch mỏ, rãnh nước

Loggerhead - người ngu xuẩn, ngu đần

Loggia – hành lang ngoài

Lokeshvara - Thế tự tại - (Sanskrit: "Lord who looks down") is a bodhisattva who embodies the compassion of all Buddhas, also referred to as Padmapani ("Holder of the Lotus") or Lokeshvara ("Lord of the World"). In Tibetan, Avalokitesvara is known as Chenrezig…

Sukhavati-vyuha Sutra Lớn kể về chuyện Cõi Tịnh Độ Cực Lạc xảy ra như thế nào. Vô lượng kiếp trước, một vị tu sĩ gọi là Dharmakara – người mà định mạng trở thành Phật A Di Đà – đã phát triển thái độ giác ngộ (Phạn, bồ đề tâm) và lập một nguyện trước vị thầy Ngài, Đức Phật Lokeshvara, rằng Ngài sẽ phục vụ tất cả chúng sanh. Vào lúc đó, Dharmakara cũng lập nguyện khao khát đặc biệt để tạo ra cõi tịnh độ vô song của Ngài với một số phẩm tính hiếm thấy. Khi Ngài đạt được Phật quả, nguyện của Ngài đã kết quả trong vũ trụ của Cõi Tịnh Độ Cực Lạc…

Loot – rob = cướp

Lore - sự hiểu biết, học vấn

Losar – Tibetan New Year, falling on the first day of the first month (the first new moon in February), critical time for the entire country and exorcisms took place to drive out harmful spirits from old year.

"Losar" là tên gọi dịp lễ đón mừng năm mới của người Tây Tạng, được phát sinh từ tiếng Tây Tạng "lo" - mới và "sar" - năm. Tết Losar là ngày lễ quan trọng nhất theo lịch của người Tây Tạng. Dịp lễ này thường kéo dài trong 15 ngày, bắt đầu từ ngày đầu tiên của tháng đầu tiên cho đến ngày thứ 15 trong tháng. Các hoạt động đón mừng năm mới chủ yếu rơi vào 3 ngày đầu tiên. (Năm 2016, Tết Losar cũng bắt đầu từ ngày 8/2 như nhiều nước châu Á).

Trong đó, hoạt động quan trọng nhất với người Tây Tạng đó là người dân địa phương mặc áo choàng trang trí thật đẹp, tham gia vào các tiết mục biểu diễn lớn như hát, nhảy, biểu diễn trang phục. Những màn biểu diễn này mang đậm đặc trưng của văn hóa Tây Tạng truyền thống như những điệu múa nghi lễ, múa mũ đen, múa kiếm, hoạt cảnh về cuộc chiến giữa thiện và ác...Các hoạt động đón mừng năm mới chủ yếu rơi vào 3 ngày đầu tiên.

The Spiritual Symbolism of the Lotus Flower - Lee Laughton

Lotus Flower Symbolism

As one of the most revered spiritual symbols, the lotus flower is held sacred by many cultures and people throughout the world. Of all the lotus flower symbolism, rebirth and purity are perhaps the most powerful symbols of all. This is because the lotus rises from muddy waters and blooms as a brilliantly pure, gorgeous flower. The lotus is also thought of as a symbol of human consciousness on the path to spiritual enlightenment.

No Mud, No Lotus…

For centuries, the lotus has been seen as a symbol of human consciousness on the path to enlightenment. Just as this sacred flower goes through so much before it blossoms, so does the human spirit before it can let go of the things that stand in the way of reaching enlightenment. Without going through the sometimes very difficult lessons of being human (the mud), a person would never be able to reach higher states of consciousness (the lotus). It's for this reason that the lotus flower also represents spiritual development.

Buddhism and the Lotus Flower

The lotus flower is held so sacred in Buddhist tradition that the Buddha himself is often depicted sitting on a lotus. To Buddhists, the lotus is connected with spiritual awakening and purity. According to the Mahayana branch of Buddhism, all souls emerge from the lotus. It is known as one of the eight auspicious signs of Buddhism, and the eight petals of the white lotus represent the Noble Eightfold Path.

Om Mani Padme Hum, one of the most powerful and well-known of all Buddhist mantras, is sometimes referred to as the "jewel in the lotus". Om is known as the sound of the universe, mani means "jewel" or "bead", padme means "lotus flower" and hum means "enlightenment".

It is said the jewel in the lotus is representative of the divinity of human consciousness, as well as the divinity of the entire universe. It represents the divine, limitless potential that each person possesses, as well as their connection to the cosmos.

Hinduism and the Lotus Flower

The lotus is also a holy symbol that can be seen throughout Hinduism, and is also one of the eight auspicious symbols of this ancient religion. So sacred is the lotus considered throughout Hindu culture, that it is often used as an offering to the divine. Just as Buddha is often found sitting on the lotus flower, Lord Brahma (creator of the Universe) and Lord Vishnu (preserver of the Universe) are often depicted sitting within the lotus. Hindu legend has it that Lord Brahma was born from the lotus that was growing from Lord Vishnu. Lakshmi, goddess of wealth, fortune, and prosperity, is also depicted standing on a lotus.

In Hinduism, the unfolding lotus flower petals are suggestive of the awakening of the soul. Much like the symbolism in Buddhist tradition, the lotus flower rising from the mud denotes spiritual expansion and personal growth.

Chakras and the Lotus Flower

The lotus flower is also extremely symbolic in regards to a person's chakra system. These seven major energy centers located within a person's body are represented by a lotus flower, each with a specific number of lotus petals for each individual chakra.

The lotus flower was chosen long ago to symbolize the chakras because of the way it rises through the most difficult circumstances to become a thing of pure and unadulterated beauty. The more lotus petals a chakra contains, the higher the vibration or frequency of that particular chakra.

Chakra One (Root): 4 petals
Chakra Two (Sacral): 6 petals
Chakra Three (Solar Plexus): 10 petals
Chakra Four (Heart): 12 petals
Chakra Five (Throat): 16 petals
Chakra Six (Third Eye): 96 petals
Chakra Seven (Crown): 972 petals (also known as "the thousand-petaled lotus")
When each chakra becomes activated, each lotus petal of the chakra can be thought of as opening and "blooming" along with a person's energy.

Ancient Egyptians and the Lotus Flower

The spiritual symbolism of the lotus also had strong meaning amongst the ancient Egyptians. There are countless hieroglyphics that depict the lotus flower, and as with many other cultures, it is a symbol of rebirth. Because the lotus flower closes its petals at night and emerges back into the murky waters from which it came, then rises up again out of the water at dawn to bloom, the spiritual traditions of the Egyptians hold the lotus to represent the sun. This moves even deeper in symbolism to represent creation and the idea of rebirth. According to the ancient Egyptians, it was the lotus that gave birth to the sun.

The Lotus as a Symbol of Sacred Spirituality

The beauty and mysticism of the lotus flower is one that has touched the lives of countless people throughout time. As one of the most important spiritual symbols revered by two of the world's oldest religions and one of the world's most ancient cultures, the lotus flower is something that embodies a pure essence of untouched spirituality.

The lotus is the symbol of the purity we find when we begin to raise our consciousness and touch upon our own divinity. Just like the lotus flower working its way through the muddy waters, we too work through our own limitations until we discover the bliss found in the enlightened mind.

The lotus is a symbol of sacred spirituality that shows us we can overcome even the most difficult of circumstances and feel the innate beauty life can offer. The lotus is

vibrant cosmic energy, the purity of consciousness, and the promise of spiritual renewal.

The Symbol of the Lotus

Lotuses are symbols of purity and 'spontaneous' generation and hence symbolize divine birth. According to the Lalitavistara, 'the spirit of the best of men is spotless, like the new lotus in the [muddy] water which does not adhere to it', and, according to esoteric Buddhism, the heart of the beings is like an unopened lotus: when the virtues of the Buddha develop therein the lotus blossoms. This is why the Buddha sits on a lotus in bloom. In Tantrism, it is the symbol of the feminine principle. The lotuses are usually differentiated by their colour and grouping, in three or five flowers, which may or may not be combined with leaves.

White lotus

This symbolizes Bodhi, the state of total mental purity and spiritual perfection, and the pacification of our nature. It generally has eight petals corresponding to the Noble Eightfold Path of the Good Law. It is the lotus found at the heart of the Garbhadhatu Mandala, being the womb or embryo of the world. It is characteristic of the esoteric sects, and the lotus of the Buddhas.

Red lotus

This symbolizes the original nature of the heart (hrdaya). It is the lotus of love, compassion, passion, activity and all the qualities of the heart. It is the lotus of Avalokitesvara.

Blue lotus

This is the symbol of the victory of the spirit over the senses, of intelligence and wisdom, of knowledge. It is always represented as a partially opened bud, and (unlike the red lotus) its centre is never seen. It is the lotus of Manjusri, and also one of the attributes of Prajnaparamita, the embodiment of the 'perfection of wisdom'.

Pink lotus

This is the supreme lotus, generally reserved for the highest deity, sometimes confused with the white lotus it is the lotus of the historical Buddha.

Purple lotus

This is the mystic lotus, represented only in images belonging to a few esoteric sects. The flowers may be in full bloom and reveal their heart, or in a bud. They may be supported by a simple stem, a triple stem (symbolizing the three divisions of Garbhadhatu: Vairocana, lotus and vajra), or a quintuple stem (symbolizing the Five Knowledges of Vajradhatu). The eight petals represent the Noble Eightfold Path and the eight principal acolyte deities of the central deity on the mandalas. The flowers may also be depicted presented in a cup or on a tray, as a symbol of homage.

Ý nghĩa hoa sen trong Phật giáo - Bàng Ẩn / Văn hóa Phật giáo

Hoa sen (tên khoa học là Nelumbo Nucifera) là loại hoa mọc lên từ rễ củ nằm dưới lớp bùn đất ở dưới nước, hoa thường có màu trắng, hồng, có khi phơn phớt vàng, xanh, tím...

Hoa nở vươn khỏi mặt nước, lộ bày đài hoa, nhụy và hạt. Hoa đẹp hương thơm tinh khiết, nên được mọi người ưa chuộng. Ấn Độ giáo có truyền thuyết cho rằng lúc khởi đầu vũ trụ một hoa sen mọc lên từ rốn của thần Vishnu, giữa hoa có Phạm thiên ngồi kiết già. Hoa sen lại là một trong tám biểu tượng của Phật giáo, khó có thể kể hết kinh sách Phật giáo nói về hoa sen, sau đây chỉ là phần khái lược.

Truyền thuyết kể rằng khi Đức Thích-ca đản sinh, Ngài đi bảy bước và có bảy hoa sen đỡ bàn chân Ngài. Chư Phật, Bồ-tát thường được miêu tả ngồi hay đứng trên đài sen tay cầm hoa sen. Kinh Diệu Pháp Liên Hoa lấy hoa sen làm đề kinh.

Các tu viện, chùa chiền, hội đoàn Phật giáo thường trang trí hoặc lấy hoa sen làm biểu tượng. Sở dĩ như thế vì hoa sen đẹp tinh khiết, có hương thơm không nhiễm bùn bên trong hoa có đàn có hạt...

Hoa được ví như cái âm thanh tịnh không ô nhiễm, đức hạnh, kết quả viên mãn. Hoa sen còn được ví với quá trình tu tập, phát triển tâm thức: cây sen mọc dưới bùn được ví cho cái tâm bị che lấp vì phiền não sinh tử; cây vươn lên trong nước, được ví cho quá trình tu tập, thanh tịnh hóa; hoa nở bên trên mặt nước phô sức hương dưới ánh mặt trời được ví cho cái tâm đã giác ngộ viên mãn.

Tông Thiên Thai giải thích về Tích môn (giáo lý phương tiện) và Bổn môn (giáo lý chân thật) của Kinh Pháp Hoa có đưa ra ba ẩn dụ về hoa sen qua đó, hạt sen được ví với sự chân thật, hoa sen được ví với sự quyền biến; do hạt mà có hoa, hoa nở thì hạt bày ra, hoa rụng thì hạt hình thành. Tức là do có chân thật nên có quyền biến (tạm dùng cho phù hợp với đời), quyền biến được khai mở thì chân thổ lộ ra, quyền biến mất đi thì chân thật hình thành viên mãn.

Kinh Trữ Cái Chướng Bồ Tát Sở Vấn nêu lên 10 ẩn dụ về hoa sen để chỉ 10 thiện pháp tu hành của Bồ-tát. Đó là:

1. Lìa tất cả ô nhiễm (như hoa sen không nhiễm bùn),

2. Không cùng chung với cái xấu ác (như hoa sen không dính nước bùn),

3. Giữ đủ giới luật (như hương sen tỏa khắp, xua tan mùi ô uế),

4. Bản thể thanh tịnh (như hoa sen tinh khiết).

5. Về mặt an vui hòa dịu (như hình ảnh hoa sen nở),

6. Nhu nhuyễn, không thô tháp (như hình ảnh hoa sen),

7. Làm an lòng người (như hình ảnh mùi thơm của hoa sen),

8. Tu hành viên mãn, phước trí tròn đầy (như hoa sen nở rộ bày hương sen, hạt sen),

9. Thành thục, thanh tịnh sáng ngời trí tuệ (như hình ảnh mùi thơm của hoa sen).

10. Mới sinh ra đã có người tưởng đến hoan hỷ (như hoa sen mới nhú, ai cũng chờ đợi hoa nở).

Kinh Phạm Võng miêu tả thế giới Liên hoa tạng như một đóa sen bao gồm toàn bộ thế giới trong đó có Đức Phật Tỳ-lô-xá-na ngồi kiết già và từ đó hóa hiện ra vô số chư Phật Bồ-tát...

Tông Tịnh Độ quan niệm rằng thế giới Cực lạc là Liên hoa tạng của Đức Phật A-di-đà. Phật giáo Mật tông xếp bộ Hoa sen vào một trong ba bộ Thai tạng giới, tượng trưng cho tâm Bồ-đề thanh tịnh vốn có, không bị ô nhiễm sinh tử của chúng sinh, là tam-muội Đại bi của Đức Như Lai.

Mật tông cũng có các thủ ấn hoa sen với hai bàn tay chắp lại, các ngón tay co duỗi khác nhau tạo thành các án Kim cương ngũ cổ, Nhị trùng ngũ cổ, Cửu phong...

Phật giáo còn phân biệt bốn màu hoa sen với các ý nghĩa như sau:

1. Sen trắng (Phạn: Pundarika - Tạng: Pad ma dkar tro) tượng trưng trí tuệ tuyệt đối;

2. Sen hồng (Padme - Pad me dmar tro) tượng trưng Đức Phật lịch sử và sự tôn quý tối thượng chư Phật Bồ-tát....

3. Sen đỏ (Padma - Pad ma chu skyes) tượng trưng cho âm tính vốn thanh tịnh, từ bi, thường chỉ Đức Quán Thế âm.

4. Sen xanh (Utpata - Ut pa la) tượng trưng cho trí tuệ tối thắng Bát-nhã Ba- la-mật, thường chi Ngài Văn-thù.

Chúng ta nên quán tưởng hoa sen để tưởng nhớ chư Phật Bồ-tát... để nhắc nhở tâm mình vốn tinh khiết như hoa sen, để thấy hoa sen đẹp đẽ thế kia nhưng rồi cùng héo úa, thân ta cũng vậy, đó là lý vô thường.

Ta còn quán tưởng hoa sen để thấy rằng hoa sen cống hiến hương sắc cho đời không ô nhiễm trước mọi sự; từ đó ta phát triển lòng từ, không mong được đáp trả, thanh tịnh an vui vượt khỏi các phiền não như thị phi, đam mê, nóng giận, âu lo... ---oOo--- Lovey-dovey – yêu thương, âu yếm, trìu mến

Lucidity – tính minh bạch, rõ rang

Lucrative – có lợi, sinh lợi

Ludicrous – đáng cười, lố lăng

Lug – earth worm = giun đất

Lukewarm – âm ấm; lãnh đạm, thờ ơ

Lull - thời gian yên tĩnh, tạm lắng

Lumbini - vườn Lâm-tỳ-ni, nơi Phật đản sanh - In the Buddha's time, Lumbini was situated between Kapilavastu and Devadaha (both in current Nepal). It was there, that

the Buddha was born. In the Sutta Nipata, it is stated that the Buddha was born in a village of the Sakyans in the Lumbineyya Janapada. The Buddha stayed in Lumbinívana during his visit to Devadaha and there preached the Devadaha Sutta.

Lumbini - the Birthplace of the Lord Buddha

Siddhartha Gautama, the Lord Buddha, was born in 623 B.C. in the famous gardens of Lumbini, which soon became a place of pilgrimage. Among the pilgrims was the Indian emperor Ashoka, who erected one of his commemorative pillars there. The site is now being developed as a Buddhist pilgrimage centre, where the archaeological remains associated with the birth of the Lord Buddha form a central feature...

Nơi Phật Đản Sinh được các nhà khảo cứu đào xới...

Nói đến ngày Phật Đản hay là ngày Đản Sanh của đức Phật thích Ca, là chúng ta nghĩ ngay đến vườn Lâm-tỳ-ni.

Lâm-Tỳ-Ni - là khu vườn nằm giữa Câu-lợi và Ca-tỳ-la thuộc Trung Ấn Độ, vốn do Hoàng hậu Lâm-tỳ-ni của vua Thiện Giác thiết lập. Năm 1986 nhà khảo cổ người Anh Cunningham đã khai quật được trụ đá trong 4 trụ đá do vua A Dục chôn để ghi lại dấu tích lịch sử của đức Phật. Trên trụ đá có ghi: - Năm Thiện Ái Thiện Kiến thứ 25 vua A Dục đích thân tới đây chiêm bái. - Đức Phật Đà, dòng họ Thích Ca đi xuất gia, Đản sinh nơi đây. - Thôn Lâm-tỳ-ni, nơi Phật sinh được miễn thuế. - Đó là hồng ân Phật đối với nơi Ngài đản sanh. Y cứ vào trụ đá được khai quật, Tây phương xóa bỏ quan niệm cho rằng đức Phật là nhân vật huyền thoại. Trụ đá đó giờ chính là bản khai sinh của đức Phật. Truyền thuyết kể lại khi Hoàng hậu Ma Da, nằm chiêm bao thấy voi trắng 6 ngà từ trên không bay xuống và chui vào hông phải, sau đó bà thọ thai.

Voi là tượng trưng cho sức mạnh, hùng dũng luôn hướng về phía trước. Voi trắng 6 ngà biểu tượng của Bồ tát thành tựu Lục độ Ba-la-mật để cứu đời. Chữ Đản Sanh dùng để ca tụng một bậc Tôn quí ra đời; chữ Thị Hiện hàm ý Phật luôn hiện hữu, nhưng vì mắt người không thấy; chữ Giáng Sanh hàm ý đức Phật từ cảnh giới cao hơn mà hạ xuống cảnh giới này. Hạ xuống không có nghĩa là bị nghiệp nhân câu thúc, mà do nơi lòng từ bi, muốn lợi lạc cho chúng sanh, nên tự nguyện ứng thân xuất hiện ra đời. Thị hiện ở đây là khai thị, chỉ bày cho chúng sanh thấy tánh thành Phật, tức là trở về với tự tánh sáng suốt của chính mình. Như vậy khi nói đến Phật là nói đến trí tuệ siêu việt và bậc toàn giác. Một triết gia hiện đại đã nói: “Cho dù Thượng đế có tạo ra con người chăng nửa thì sự hiện hữu của Thượng đế cũng phải biểu hiện qua sự hiện hữu của con người”. Là Phật tử, chúng ta phải hiểu chính xác về cuộc đời Ngài để không mang tội phỉ báng. Như trong một bài kinh đức Phật có nói rằng những ai tin mà không hiểu Ngài tức là phỉ báng Ngài!

Lump – cục, tảng, miếng; cái bướu

Lurid – xanh nhợt, tái mét, khủng khiếp

Lust – tham dục, dục lạc

Luxuriate - sống sung sướng, sống xa hoa Gotama và kế mẫu

M

Macabre – rùng rợn, khũng khiếp

Machismo - thể hiện nam tính

Macrocosm – the universe = thế giới vĩ mô hay Đại thế giới The great world; the universe, or the visible system of worlds. The macrocosm is everything that exists: it's another word for the universe or cosmos.

Đại Thế Giới - Một đại thiên thế giới gồm có 1000 x 1000 x 1000 (tức là một tỉ) tiểu thế giới, do đó có tên tam thiên đại thiên thế giới. Tam thiên ở đây không có nghĩa là ba nghìn mà là ba số nghìn nhân với nhau. Cõi Ta-bà do đức Thích-Ca chăm sóc là một đại thiên thế giới. Có rất nhiều đại thiên thế giới. Mỗi đại thiên thế giới do một đức Phật chịu trách nhiệm, hóa độ chúng sinh. Trong Kinh A-Di-Đà có câu: “Này Xá-Lợ-Phất, từ đây đi về phương Tây hơn mười vạn ức phật độ, có thế giới tên là Cực lạc, nơi đó có đức Phật hiệu là A-Di-Đà đang thuyết pháp...”. Phật độ, Phật quốc, Phật địa, Phật sát là những chữ đồng nghĩa [mười vạn là một ức. Một vạn vạn cũng là một ức (theo Đào Duy Anh)].

Madhyamika – the most influential of the four major philosophical schools of India Buddhism, based on the Perfection of Wisdom Sutras of Shakyamuni Buddha and founded by Nagarjuna. The term means ‘Middle Way’, taking the path between the extremes of nihilism (Thuyết hư vô) and eternalism (Thuyết vĩnh cữu) using the wisdom or realization of emptiness. - Theory of emptiness

Madhyamaka Buddhist Philosophy

Madhyamaka and Yogacara are the two main philosophical trajectories associated with the Mahayana stream of Buddhist thought. According to Tibetan doxographical literature, Madhyamaka represents the philosophically definitive expression of Buddhist doctrine. Stemming from the second- century writings of Nagarjuna, Madhyamaka developed in the form of

commentaries on his works. This style of development is characteristic of the basically scholastic character of the Indian philosophical tradition. The commentaries elaborated not only varying interpretations of Nagarjuna’s philosophy but also different understandings of the philosophical tools that are appropriate to its advancement. Tibetan interpreters generally claim to take the seventh-century commentaries of Candrakirti as authoritative, but Indian commentators subsequent to him were in fact more influential in the course of Indian philosophy. Madhyamaka also had considerable influence (though by way of a rather different set of texts) in East Asian Buddhism, where a characteristic interpretive concern has been to harmonize Madhyamaka and Yogacara. Although perhaps most frequently characterized by modern interpreters as a Buddhist version of skepticism, Madhyamaka arguably develops metaphysical concerns. The logically elusive

character of Madhyamaka arguments has fascinated and perplexed generations of scholars. This is surely appropriate with regard to a school whose principal term of art, “emptiness” (sunyata), reflects developments in Buddhist thought from the high scholasticism of Tibet to the enigmatic discourse of East Asian Zen. (Dan Arnold - University of Chicago Divinity School USA)

Madhyamika (Trung Quán Tông)

Phái này do đạo sư Long Thọ (150-250) (Nagarjuna) sáng lập. Phái Trung quán tập trung vào chủ đề tính không. Đây là thuộc tính của vạn vật. Vạn vật chỉ do nhân duyên sinh ra, cho nên những sự vật hiện thấy có là không thực sự tồn tại. Phái này có tên là Trung quán là vì nó chỉ ra con đường ở giữa chủ nghĩa hằng cửu (mọi vật tồn tại vĩnh viễn) và chủ nghĩa hư vô (không có gì tồn tại). Chủ thuyết này nhìn nhận sự hiện hữu thông thường của các đối tượng xuất hiện trong dòng chảy liên tục của các nhân duyên. Không vật gì có thể tồn tại một cách độc lập với mọi điều kiện bên ngoài (tính hỗ tương tồn tại). Đồng thời, có sự liên hệ phụ thuộc giữa thành phần và toàn thể trong mỗi sự vật. Thêm vào đó, do tính chất vô thường trên từng khoảnh khắc, không vật gì có thể hiện hữu tuyệt đối kể cả tâm và thế giới vật lý bởi vì chúng thiếu vắng đối tượng thực sự của sự hiện hữu. Như vậy tính không ở đây so với trường phái Duy Thức, đã được nới rộng áp dụng lên vạn vật.

Magadha - Magadha, ancient kingdom of India, situated in what is now west- central Bihar state, in northeastern India. It was the nucleus of several larger kingdoms or empires between the 6th century bce and the 8th century ce. The early importance of Magadha may be explained by its strategic position in the Ganges (Ganga) River valley, enabling it to control communication and

trade on the river. The river further provided a link between Magadha and the rich ports in the Ganges delta.

Under King Bimbisara (reigned c. 543–c. 491 bce) of the Haryanka line, the kingdom of Anga (eastern Bihar) was added to Magadha. Kosala was annexed later. The supremacy of Magadha continued under the Nanda (4th century bce) and Mauryan (4th–2nd century bce) dynasties; under the Mauryan dynasty the empire included almost the entire subcontinent of India. The early centuries ce saw the decline of Magadha, but the rise of the Gupta dynasty in the 4th century brought it once more to a position of preeminence. Not only did these imperial dynasties begin by establishing their power in Magadha but in each case Pataliputra (adjacent to modern Patna) was the imperial capital, thus adding to the prestige of Magadha.

Lively accounts of Pataliputra and Magadha are available in the Indica of the Greek historian Megasthenes (c. 300 bce) and in travel diaries of the Chinese Buddhist pilgrims Faxian and Xuanzang (4th–5th and 7th centuries ce). Many sites in Magadha were sacred to Buddhism. Toward the close of the 12th century, Magadha was conquered by the Muslims.

Magadha – Magadha (Hán-Việt: Ma Kiệt Đà) là một vương quốc hùng mạnh ở miền Trung Ấn Độ từ thế kỷ 6 trước Công nguyên đến thế kỷ 6 Công nguyên. Là một vương quốc cổ đại tập trung ở Đồng bằng sông Hằng thuộc bang Bihar ngày nay, vương quốc này đã vươn lên vị trí nổi trội dưới thời vua đầu tiên Bimbisara (543 - 491 TCN), và nó đã được con trai ông là Ajatashatru (491 - 459 TCN) mở rộng thêm nữa. Đến thế kỷ 4 trước Công nguyên, Magadha đã kiểm soát phần lớn miền Nam Ấn Độ. Trong một thời gian ngắn nó bị rơi vào sự thống trị của Alexandros Đại đế và các vua Macedonia kế tục, đến năm 321 trước Công nguyên Chandragupta Maurya đánh đuổi quân Macedonia, lên ngôi và chọn Magadha trung tâm của triều đại Maurya của mình. Dù Magadha suy giảm sau khi triều đại Maurya suy vong vào năm 185 Công nguyên, nó lại vươn lên đỉnh cao vinh quang dưới triều đại Gupta (320- 550? sau Công Nguyên), mà dưới thời trị vì của triều đại này vương quốc này đã trải qua một thời kỳ thái bình thịnh trị, cổ vũ khuyến khích cho những thành tựu về nghệ thuật và tri thức. Với sự tan rã của triều đại Gupta vào thế kỷ 6, Magadha đã đánh mất vị trí hàng đầu là một cường quốc Ấn Độ. Tạm thời hồi sinh dưới thời vua Dharmapala (trị vì khoảng thời gian 770-810 Công nguyên), nó rơi vào tay những người Hồi giáo vào cuối thế kỷ 12, sau đó nó đã trở thành một tỉnh của vương quốc Hồi giáo Delhi.

Maggot – con giòi; ý nghiã ngông cuồng

Magistrate – quan toà, quan hành chánh địa phương

Magma – đá nhão trong lòng đất

Magnanimous – hào hiệp, cao thượng

Magnum opus - kiệt tác, tác phẩm vĩ đại - from the Latin meaning "great work", refers to the largest, and perhaps the best, greatest, most popular, or most renowned achievement of an artist.

Maha Kassapa - Two thousand and five hundred years ago, in the village of Magadha Kingdom, there was a rich Brahmin whose wealth and property were estimated to be more than those of the king. Venerable Maha Kassapa was born in this Brahmin family.

Like Buddha, Maha Kassapa was also born under the tree. He was named Pipphali which meant " born under the tree". As he was the only son in the family, he received every care and love from his parents. At the age of eight, he learned painting, arithmetic, literature, music and so on. Unlike the other kids, he had no desire for material comfort and pleasures, and he preferred to be alone.

Time passed quickly, Maha Kassapa had grown into a handsome young man and his parents wanted him to get married. Maha Kassapa expressed his wish to practise a religious life. But his parents did not approve him to do so. Maha Kassapa thought out a plan to stop his parents from forcing him to get married. He hired a famous sculptor to sculpture a statue of a beautiful lady out of gold.

He then took the statue to his parents and said, "If you want me to get married, you must find a lady as pretty as this statue to be my wife."

His parents were troubled by his request and finally they followed the advice of a Brahmin who placed the golden statue under a great umbrella and sent it to every corner of Magadha. Whenever the statue was brought to a place, the Brahmin would tell the crowd, "Ladies, give offerings to this goddess and you will get your wish."

He later sailed across the Ganges (or the Holy River) and reached a city called Vaisali. There lived a rich Brahmin who had a pretty daughter named Subhadra. One day, Subhadra, noted for her great beauty, was invited by her friends to worship the golden goddess. She was so pretty that the golden goddess was overshadowed by her. The Brahmin was very delighted. He then paid a visit to her family and her parents gladly approved of the marriage.

Everything was arranged and Subhadra was brought to the family of Maha Kassapa. On the wedding night, both of the groom and the bride looked worried and sat aside. Finally Maha Kassapa broke the silence and asked Subhadra what troubled her. Subhadra replied, "I have no desire for the five passions and I would like to practise a religious life. But my father was tempted by the wealth of your family and agreed to this marriage. Now my hope of practicing a religious life was dashed."

Maha Kassapa was glad to learn this and both agreed to sleep on separate beds.

Their parents were very unhappy when they came to know their son and daughter-in-law slept separately. They ordered one bed to be removed from their room. Maha Kassapa dared not oppose his parents and he comforted Subhadra: "Don't be depressed, we can take turns to sleep. As I am the only son, I don't want to disappoint my parents. Do be patient, our ambition will be fulfilled one day."

Maha Kassapa looked for a religious teacher everywhere, but none could satisfy him. Two years later, he was told that Sakyamuni Buddha was the Great Enlightened One who was dwelling in Venuvana (Bamboo-grove) with His thousand disciples. Hence Maha Kassapa followed the devotees to Venuvana to listen to the preaching of the Buddha and was deeply moved by the virtues and wisdom of Buddha. One day, after listening to the preaching

of Buddha, he went home. On his way home, he saw the Buddha sitting under a tree, as stately as a golden mountain. He was surprised to see the Buddha there as he remembered that the Buddha was still in Venuvana before he left there. He prostrated himself before the Buddha and said, "Lord Buddha, my great teacher, please take me as your disciple."

The Buddha said, "Maha Kassapa, no one in this world is qualified to be your teacher unless he had attained enlightenment. Do come with me."

The Buddha rose and went in the direction of Venuvana. Walking behind the Buddha, Maha Kassapa shed tears of joy. Buddha turned his head and said, "I have heard about

you for a long time and I know you will come to see me one day. You will be a great help to the propagation of Buddhism. Do take good care of yourself."

Maha Kassapa attained enlightenment seven days after he was ordained as a monk.

Three years after the Buddha attained the Way, His foster mother Mahaprajapati was allowed to enter the Order and thus a religious group of nuns was formed. This reminded Maha Kassapa of what he had promised Subhadra. Two years after Maha Kassapa renounced the world, Subhadra had actually also renounced the world and became an ascetic of another religion. Maha Kassapa then asked a nun to fetch her.

After Subhadra joined the Order of Bhikkhunis, her surpassing beauty became the topic of gossipers. She hence isolated herself from the masses and stopped begging for food.

Maha Kassapa felt pity for her and with the approval of the Buddha, he shared the food that he begged with her. This however became the topic of gossipers, some even accused them of having an intimate relationship. Maha Kasssapa did not take all this gossip to heart, but in order to encourage Subhadra to practise the Way, he left her alone.

Subhadra devoted every effort to practicing the Way and she finally attained enlightenment. The Buddha advised Maha Kassapa to stop the austerities practicise, but Maha Kassapa said, "Lord Buddha, I need to continue on in these practices as I am not as able as Sariputra, Maha Mollagana and Purna in Teaching. But I will

not forget the kindness of the Buddha and can repay the kindness of the Buddha in this way. One who is propagating the Dharma must set a good example to people, and virtue can be cultivated through the austere life. If one can get used to such an austere life, it shows one's ability for tolerance and the spirit of utter devotion to the Dharma and the people. My practice of the austerities will exert a subtle influence on people's thinking and will indirectly help them. Lord Buddha, for the consolidation of the Buddha's Order and the salvation of all living beings, I feel I can not give up the practice. Please forgive my obstinacy."

After hearing that, the Buddha was pleased, He said to the Bhikkhus, "What Maha Kassapa has said is correct. To propagate the Dharma we must consolidate the Order. To consolidate the Order, we must allow some people if they wish to follow these practices. People like Maha Kassapa can inspire one in the practice of the Dharma. Maha Kassapa, you may do as you wish."

The Buddha decided to enter Parinirvana at the age of eighty. During the same year, Maha Mollagana died and entered Nirvana and Sariputra went back to his home town to enter Nirvana. The most suitable persons who could take over the task of Buddha were Maha Kassapa and Ananda.

When Buddha entered Nirvana in the city of Kusinagara, Maha Kassapa was still propagating the Dharma in the northern country. He immediately returned to

Kusinagara when he received the news. Everyone was deeply grieved by the departure of the Buddha.

Seven days after Lord Buddha entered Parivirvana. Maha Kassapa finally arrived. When he saw the feet of the Buddha stretching out from the coffin, he made an obeisance to the Buddha and said, "Lord Buddha, the Great Saviour, we will follow your steps."

After that, the feet of the Buddha were back into the coffin and He finally entered Nirvana. Thereupon, Maha Kassapa took the responsibility for the spreading of the Dharma.

Ninety days after the Buddha entered Parinirvana, a Great Assembly was held to agree upon the text of the Buddha's Teachings.

The First Council headed by Maha Kassapa, Ananda, Aniruddha, Upali and Purna was formed and was preside over by Maha Kassapa. When the Buddha

was alive, Sariputra and Maha Mollagana were the Buddha's right-hand men. Maha Kassapa seldom participated in religious activities, but he practised the Way diligently. When the Buddha and His two chief disciples entered Nirvana, Maha Kassapa unexpectedly took the responsibility of leading the Order. Thus it can be seen that his attainment and virtue were indeed great.

About thirty years after the assembly of the First Council, Maha Kassapa entered Nirvana. He entrusted his duties to Ananda, then he leaped into the air and went to the Buddha's pagoda to pay homage and make offerings.

When he returned to Savatthi, he paid a visit to King Ajatasatru to make his farewell. But the guards said that the King was asleep and should not be disturbed. Hence he left the palace and came to the Kukkutapada Mountain. The Kukkutapada resembled the shape of the three feet of a cock as there were three small mountains standing on it.

When Maha Kassapa arrived at this mountain, the three mountains split and formed a seat to receive him. Maha Kassapa covered it with grass and sat on it. He said to himself: "I will preserve my body with my miraculous power and cover it with my rag robes. The three mountains enclosed his body. King Ajatasatru was deeply grieved by the news of Maha Kassapa's departure. He went to Kukkutapada Mountain with Ananda. When they reached there, the three mountains opened up and they saw Maha Kassapa sitting up straight and meditating. In addition, his body was covered with Mandara flowers. They both paid homage and made offerings to Maha Kassapa. When they left, the three mountains closed again.

Maha Kassapa – Maha Ca-Diếp

Ông Maha Ca-Diếp là con của một triệu phú gia trong xứ Magadha. Tài sản, ruộng đất, tôi tớ của ông không thua kém sự nghiệp của vua Bimbisara. Ông Maha Ca-Diếp là bậc trí tuệ hiếm có trong đời. Vừa lớn lên, ông đã tỏ ra người không màng của cái, lại còn

nhờm gớm ái tình nhục dục. Vâng lời cha mẹ, ông buộc lòng phải cưới một người vợ rất xinh đẹp tại thành Vesali. Gặp cô này cũng đồng tánh nhờm ghét ái tình nên hai vợ chồng sống chung nhau tròn 12 năm mà không gần gũi nhau. Hai vợ chồng ông Maha Ca-Diếp cũng đồng có chí nguyện xuất gia tìm đạo giải thoát, nên hằng tập tánh ăn ở giản dị. Ngủ chung trong một căn phòng rộng lớn, trên hai cái sạp nhỏ thấp: một đêm nọ, ông chồng thấy một con rắn đen vô phòng, lại xâm xâm phóng ngay cánh tay của bà vợ đang bỏ thòng xuống đất trong lúc ngủ quên.

Ông Maha Ca-Diếp lật đật chạy lại kéo tay vợ lên giường. Giật mình thức dậy, bà vợ nghi chồng mình có tư tưởng không tốt. Hai vợ chồng mới nghĩ rằng nếu kéo dài sự sống chung như thế này, ắt có ngày sẽ nguy hại cho sự trinh khiết đã giữ gìn từ lâu, nên định tách ra mỗi người đi một hướng, tìm nơi ẩn dật tu hành. Cha mẹ đã qua đời, vợ chồng ông Maha Ca-Diếp giải quyết cuộc xuất gia rất dễ dàng. Hai ông bà phóng thích tôi-trai tớ-gái, bán hết gia tài sự nghiệp lấy tiền bố thí cho người nghèo khổ, rồi chia tay nhau ra đi, mỗi người một hướng tìm thầy học đạo.

Khi đức Phật đến Vương Xá, ông Maha Ca-Diếp đến xin qui y thọ giáo chẳng bao lâu ông đắc quả A-La-Hán và trở thành một vị Đại Đệ-tử, tín cẩn nhất của Đức Bổn-Sư. Sau bà vợ được xuất gia làm Tỳ-Kheo-ni đắc quả A-La-Hán. Kinh sách ghi rằng, đức Phật tặng y Ca-sa của Ngài cho Đại-Đức Maha Ca- Diếp và đối đãi ông như người bạn thân.

Khi đức Phật 80 tuổi, ngài nhập diệt tại rừng cây sa-la song thọ ở Câu-Thi- Na. Lúc đó các đại đệ tử như các ngài Xá-Lợi-Phất, Mục-Kiền-Liên, La-Hầu- La ..., bà Da-Du-Đà-La đều đã nhập diệt rồi. Ngài Ca-Diếp đang đi hoằng hóa nơi xa cùng mấy trăm tỳ-khưu, khi nghe tin thì vội đi về Câu-Thi-Na ngay. Ai ai cũng tỏ vẻ buồn bã, có người than khóc; duy có một người thuộc nhóm Lục quần tỳ-khưu tỏ vẻ vui thích vì cho rằng từ nay không còn có ai kiềm chế bắt bẻ mình nữa. Mấy tỳ-khưu định cho kẻ ấy một bài học nhưng ngài Ca-Diếp ngăn lại, chỉ giảng cho họ hiểu mà thôi.

Bẩy ngày sau, khi ngài Ca-Diếp về tới Câu-Thi-Na thì mọi người đang lo làm lễ trà tỳ nhưng đốt lửa mà lửa không bốc lên nổi! Ngài Ca-Diếp không cầm được nước mắt. Đức Phật ló hai chân ra cho ngài thấy, sau đó thâu hai chân lại và dùng chân hỏa tam muội cho ngọn lửa nổi lên tự trà tỳ kim thân.

Từ đó trở đi, tất cả gánh nặng của Giáo Hội đè nặng lên vai vị đầu đà gần 80 tuổi. Ai cũng tưởng rằng ngài là một vị bảo thủ, không giống như hai vị Mục- Kiền-Liên và Xá -Lợi-Phất đầy tài năng, thần thông và đức độ, nhưng kỳ thật, lúc vào việc mới biết được tài điều khiển giỏi giang và tế nhị của ngài.

Và chính ngài đã đứng ra chủ trì Kết tập pháp lần thứ nhất ba tháng sau khi Phật nhập diệt. Có chỗ nói rằng ngài không hòa với ngài A-Nan vì trong kỳ Kết tập ấy ngài đã bắt bẻ ngài A-Nan nhiều tội. Thật ra, ngài muốn giúp ngài A-Nan bằng cách khích cho gắng tập trung hết năng lực thiền quán trong ngày hôm đó, đến đêm chứng quả la-hán và tới sáng thì dùng thần thông mà vào dự

hội nghị. Đến khi trên 100 tuổi, ngài trao y bát cho ngài A-Nan, để ngài A- Nan kế thừa làm đệ nhị Tổ sư của Phật giáo.

Việc tịch diệt của ngài là một sự lạ mà ai cũng nhắc đến: Khi ngài quyết định nhập diệt thì ngài dùng thần thông đi đảnh lễ những nơi thờ xá-lợi của đức Phật rồi về từ biệt vua A-Xà-Thế là một người hết lòng ủng hộ Phật pháp, nhưng gặp lúc vua đang ngủ. Ngài lên núi Kê Túc (núi có hình chân con gà), núi tách ra cho ngài vào ngồi nhập định, đợi khi nào đức Di-Lặc xuống thì sẽ ra bái kiến, giúp ngài giáo hóa chúng sinh. Rồi núi khép lại. Khi vua A-Xà- Thế cùng ngài A-Nan chạy lên núi thì núi mở ra cho hai vị thấy ngài Ca-Diếp đang nhập định, hoa rải xung quanh. Hai vị đảnh lễ xong thì núi khép lại!

Đẹp thay, cuộc đời tu hành và phụng sự Đạo pháp của ngài Đại Ca-Diếp! ---oOo---

Maha-Maya – Maha Hoàng hậu, mẹ cuả Thái tử Tất-đạt-ta

Maha-Maya - More than 2,500 years ago, there was a king called Suddhodana. He married a beautiful Koliyan princess named Maha Maya. The couple ruled over the Sakyas, a warrior tribe living next to the Koliya tribe, in the north of India, in what is now known as Nepal. The capital of the Sakya country was laid out across the foothills of the Himalayas and called Kapilavatthu.

Queen Maha Maya was the daughter of King Anjana of the Koliyas. Such was her beauty that the name Maya, meaning "vision" was given to her. But it was Maya's virtues and talents that were her most wonderful qualities, for she was endowed with the highest gifts of intelligence and piety. King Suddhodana was indeed worthy of his lovely wife. He himself was called "King of the Law" because he ruled according to the law. There was no other man among the Sakyas more honored and respected. The king was admired by his nobles and courtiers, as well as by the householders and merchants. Such was the noble family from which the Buddha was to arise.

One full moon night, sleeping in the palace, the queen had a vivid dream. She felt herself being carried away by four devas (spirits) to Lake Anotatta in the Himalayas. After bathing her in the lake, the devas clothed her in heavenly cloths, anointed her with perfumes, and bedecked her with divine flowers. Soon after a white elephant, holding a white lotus flower in its trunk, appeared and went round her three times, entering her womb through her right side.

Finally the elephant disappeared and the queen awoke, knowing she had been delivered an important message, as the elephant is a symbol of greatness in Nepal. The next day, early in the morning, the queen told the king about the dream. The king was puzzled and sent for some wise men to discover the meaning of the dream.

The wise men said, "Your Majesty, you are very lucky. The devas have chosen our queen as the mother of the Purest-One and the child will become a very great being." The king and queen were very happy when they heard this.

They were so pleased that they invited many of the noblemen in the country to the palace to a feast to tell them the good news. Even the needy were not forgotten. Food and clothes were given to the poor people in celebration. The whole kingdom waited eagerly for the birth of the new prince, and Queen Maya enjoyed a happy and healthy

pregnancy, living a pure life for herself and her unborn child...

According to Buddhist tradition, the Buddha-to-be was residing as a bodhisattva in the Tusita heaven, and decided to take the shape of a white elephant to be reborn on Earth for the last time. Maya gave birth to Siddharta c. 563 BCE. The pregnancy lasted ten lunar months. Following custom, the Queen returned to her own home for the birth. On the way, she stepped down from her palanquin to have a walk under the Sal tree (Shorea robusta), often confused with the Ashoka tree (Saraca asoca), in the beautiful flower garden of Lumbini Park, Lumbini Zone, Nepal. Maya Devi was delighted by the park and gave birth standing while holding onto a sal branch. Legend has it that Prince Siddhartha emerged from her right side. It was the eighth day of April. Some accounts say she gave him his first bath in the Puskarini pond in Lumbini Zone. But legend has it that devas caused it to rain to wash the newborn baby. He was later named Siddhartha, "He who has accomplished his goals" or "The accomplished goal".

Scholars generally agree that most Buddhist literature holds that Maya died seven days after the birth of Buddha, and was then reborn in the Tusita Heaven. Seven years after the Buddha's enlightenment, she came down to visit Tavatimsa Heaven, where the Buddha later preached the Abhidharma to her. Her sister Prajapati (Pali: Pajapati or Mahapajapati Gotami) became the child's foster mother.

After Siddhartha had attained Enlightenment and become the Buddha, he visited his mother in heaven for three months to pay respects and to teach the Dharma.

Hoàng Hậu Maha Maya

Căn cứ theo sách xưa Đại Đường Tây Quốc Ký của ngài Huyền Trang: Vua Tịnh Phạn (Suddhodana), đã trị vì vương quốc nhỏ của bộ tộc Sakya (Thích Ca), phía Bắc Ấn Độ có chu vi khoảng chừng 4.000 lý (1.880 km2) có vợ là Bà hoàng hậu Maha Maya (Mahamaya), trong lúc ngủ đã nằm mơ thấy một luồng ánh sáng của một con voi quý màu trắng (bạch tượng) có sáu chiếc ngà (*) bay đến nhập vào thân thể bà, làm bà thụ thai với một niềm hoan hỷ tràn đầy.

(*) Voi trắng có 6 ngà được biện giải như sau: Bởi vì, Voi trắng có 6 ngà rất quý hiếm khó tìm, (vì thông thường Voi chỉ có 2 Ngà và rất ít thấy Voi màu trắng), nó có sức mạnh rất hùng dũng lúc nào cũng đi tới. Sáu ngà biểu tượng Bồ Tát với hạnh nguyện cứu nhân độ thế, bởi Lục Độ Ba La Mật là: Bố thí, Trì giới, Nhẫn nhục, Tinh tấn, Thiền định và Trí tuệ.

Cách đây 2.633 vào năm 624 trước công nguyên, khi Bà hoàng hậu sắp đến ngày sanh, có xin phép nhà vua trở về quê nhà để sanh theo đúng cổ tục của Ấn Độ, đàn bà có chồng lúc sanh nở phải trở về nhà cha mẹ, khi đi đến khu Vườn Ngự Uyển Lâm Tỳ-Ni (Lumbini), cách thành Ca-tỳ-la-vệ (Kapilavastu) khoảng 15 km, của vua Thiện Giác, thuộc nước Ấn Độ, nay là xứ Ruminidhehi, thuộc quản hạt Aouth, phía Tây Nam thuộc xứ Népal, Bà cho đoàn xa giá ngừng lại để nghỉ ngơi, Bà nhìn thấy một đóa hoa Vô Ưu màu trắng tuyệt đẹp nở ra duy nhất sau cả ngàn năm cây cổ thụ đã tồn tại ở công viên này (theo người địa phương kể lại), rồi đưa tay trái ra để định hái hoa này làm động

bào thai, từ đó trong nách trái Bà hạ sanh ra thái tử Tất Đạt Đa (Siddhartha - nghĩa là "toại nguyện"), lúc mặt trời vừa mọc, nhằm đúng ngày có đêm trăng tròn tháng hai (Vesak) của Ấn Độ, Theo lịch Ấn Độ, tháng Vesak tương đương với tháng 4 âm lịch Trung Hoa.

Do vậy, ngày sanh của thái tử Tất Đạt Đa tức Đức Phật Thích Ca sau này phải là ngày 15 (rằm) trăng tròn tháng 04 âm lịch từ năm 624 trước công nguyên và được biết Ngài nhập niết bàn vào rằm tháng 2 năm 544 trước công nguyên, cho nên Phật Lịch năm 2016 sẽ là 2560. Bởi vì, lấy 544 + 2016 = 2560. Còn Đại Lễ Phật Đản năm 2016 sẽ là 2640. Bởi vì, lấy 624 + 2016 = 2640 hay nói khác đi, lấy 2560 + 80 (tuổi thượng thọ của Đức Phật) = 2640.

Sau khi sanh ra được 7 ngày thì Hoàng Hậu tức thân mẫu của Ngài qua đời, cho nên Ngài được bà dì Maha Ba Xà Ba Đề (Maha Pajapati Gotami), trực tiếp nuôi nấng, dạy dỗ theo lời trăng trối của Hoàng Hậu, tên riêng của Ngài là Si Đác Ta (Tất Đạt Đa), tên giòng họ Ngài là Gotama (Cồ Đàm). Vì giòng họ nầy thuộc bộ lạc Sakya (Thích Ca), cho nên sau nầy có danh hiệu Sakya Muni (Thích Ca Mâu Ni) thuộc bộ lạc Thích Ca.

Ngài sanh ra đi 7 bước, mỗi bước có hiện ra một hoa sen nâng đở chân Ngài và tay phải chỉ lên trời, tay trái chỉ xuống đất bằng ngón tay trỏ, Ngài đọc bài kệ như sau:

Thiên thượng thiên hạ
Duy ngã độc tôn
Nhất thiết chúng sanh
Giai hữu Phật tánh
Tạm dịch:
Trên trời và dưới đất
Chỉ có ta trên hết
Tất cả chúng sanh đều
Có tánh thể trí huệ.
Các học giả sau này thường đồng ý rằng phần lớn kinh điển Phật giáo cho rằng hoàng hậu qua đời sau khi sinh thái tử 7 ngày, và tái sinh vào cõi trời Đạo Lợi, nơi mà sau đó Phật đã thuyết Vi diệu pháp cho bà. Em gái Maha Pajapati trở thành mẹ kế của thái tử.

Sau khi thái tử đắc đạo và trở thành Phật, ngài đã đến thăm mẹ ở cõi trời trong 3 tháng để thể hiện sự kính trọng và thuyết pháp. ---oOo---

Mahamudra – meaning ‘great seal’, a profound system of meditative practice (SKT) - where the primary focus is the nature of mind itself. The term ‘Mahamudra’ is Sanskrit. ‘Maha’ means ‘great’ and refers to great bliss, and ‘mudra’ here means ‘non-deceptive’ and refers to emptiness. Mahamudra is the union of great bliss and emptiness.

Mahamudra Tantra is defined as a mind of fully qualified clear light that experiences great bliss and realizes emptiness directly. Actual Mahamudra is necessarily a realization of Highest Yoga Tantra.

Mahamudra Tantra is a single mind that is both bliss and wisdom: it experiences great bliss and realizes emptiness directly. It is a collection of merit that is the main cause of a Buddha's Form Body, and a collection of wisdom that is the main cause of a Buddha's Truth Body, or Dharmakaya. When we train in the meditations of Mahamudra Tantra we are transforming our continuously residing body and mind into a Buddha's Form Body and Truth Body. Mahamudra Tantra, therefore, gives inconceivable meaning to our life.

Mahamudra - Đại Thủ Ấn - có nghĩa là Dấu Ấn Lớn và là pháp môn đưa tới chứng ngộ rằng tất cả những phương diện của kinh nghiệm đã được đóng dấu ấn bởi niết bàn (tức đại an lạc) hay là tánh không. Nó còn được gọi là Đại Biểu Tượng, có nghĩa là tất cả các trạng thái và hình thức và thế giới đều là biểu tượng được hiển lộ của tánh không và niết bàn. Đại Thủ Ấn là pháp môn nhìn thẳng vào tánh của tâm.

Zasep Tulku Rinpoche đã nói rằng "Đại Thủ Ấn không có gì đặc biệt. Nó chỉ là nhìn tâm. Nó không thực sự là một thứ gì của Ấn Độ hay Tây Tạng. Nó không phải là văn hóa hay tôn giáo. Chỉ là nhìn tâm thôi."

Đại Thủ Ấn – Mahamudra: là một phép thiền quán khảo sát nội tâm, nhằm loại trừ tất cả ảo tưởng và phú chướng từ đời vô thỉ đã bao phủ dầy đặc bản tâm. Tuy nhiên trước khi thực sự tiến bước trên con đường quán chiếu, hành giả cần trải qua một sự "dự bị tu tập". Có dự bị kỹ càng thì tiến tu mới thuận lợi và chắc chắn.

Điều trước tiên là phải ý thức rằng có được thân người là một điều hy hữu. Trong các Kinh, đức Phật vẫn thường nhắc nhở: thân người khó được, nhưng lại dễ mất. Cái chết luôn luôn đến quá sớm, quá bất ngờ. Khi nó đến thì ngay cả gia đình, bạn bè, tài sản, danh vọng đều bất lực không cứu giúp gì được cho ta, chỉ có những hành động tạo tác trong lúc sống là đi theo ta như hình với bóng mà thôi. Do đó, trong lúc thân thể còn khoẻ mạnh, lưng chưa còng, mắt chưa lòa, ta hãy cố gắng sống một cuộc đời ý nghĩa bằng cách đem lại an vui và hạnh phúc cho mọi người, thương yêu và thông cảm lẫn nhau. Được vậy, ngày ra đi ta có thể mỉm cười với tâm hồn thanh thản.

Tiếp theo ta quán chiếu rằng không phải chỉ có riêng một mình ta chịu đau khổ, mà tất cả chúng sanh đều như vậy. Ngay cả một con bọ nhỏ cũng cố gắng vùng vẫy chạy thoát khi bị lùng bắt. Hãy nghĩ lại xem, đời sống và hạnh phúc của ta đều liên quan và tùy thuộc rất nhiều người, do đó ta không thể làm ngơ

đi tìm hạnh phúc cá nhân và bỏ quên những người khác. Suy nghĩ được vậy mới có thể khởi lòng thương yêu và cứu giúp tất cả mọi người. Khởi tâm xong chưa đủ, ta cần phải thực hiện. Nhưng làm sao thực hiện được khi chính bản thân ta chưa trừ được tham sân si, phiền não, chưa làm chủ được thân tâm. Do đó điều quan trọng thứ hai là làm sao đạt được giác ngộ giải thoát một cách nhanh chóng hầu cứu giúp tất cả chúng sanh. Muốn vậy ta cần phát Bồ Đề Tâm (Bodhicitta), tức phát nguyện thành Phật để cứu độ chúng sanh.

Hai điều trên, phát nguyện giải thoát khỏi luân hồi và nguyện thành Phật để cứu độ chúng sanh, là những nền tảng căn bản nhưng tối quan trọng trong việc chuẩn bị và

chuyển hướng tâm linh cho hành giả. Sau khi phát nguyện mạnh mẽ, ta có thể bước sang phần thực tập sơ khởi, hay dự bị tu tập. Phần này nhằm mục đích thanh lọc, tiêu trừ những nghiệp chướng thô kệch, giúp ta tích tụ thêm nhiều công đức để sau này ít gặp trở ngại và tiến nhanh đến đạo quả. Phần thực tập sơ khởi đầu tiên là lạy Phật. Trong lúc lạy Phật, ta phải quán chiếu luôn sự quy y Tam Bảo, khởi lòng tin chắc rằng nương về Tam Bảo là phương tiện duy nhất giúp ta thoát khỏi sự lặn hụp trong đau khổ của luân hồi. Lạy Phật cũng giúp ta chừa bỏ tánh cống cao ngã mạn, và sự kham nhẫn chịu đựng sẽ tẩy trừ bớt những nghiệp xấu của ta.

Bài thực tập kế là thiền quán về Kim Cang Tát Đỏa (Vajrasattva méditation). Pháp này cũng nhằm tẩy trừ nghiệp xấu. Tiếp theo sau là cúng dường Mạn Đà La (offrande du Mandala), phần này giúp ta tích tụ rất nhiều công đức. Cuối cùng là bài tập về Guru Yoga, phần này củng cố mối giây liên hệ giữa ta với vị Thầy (Lama hay Guru) và tất cả những vị Tổ trong tông phái. Qua trung gian bài thực tập này ta tiếp nhận được sự chân truyền và gia hộ của chư Tổ.

Sau khi hoàn tất phần tu tập dự bị cũng như nghe giảng giáo lý và suy tư về những chỉ thị của vị Thầy, ta có thể bước vào phần chính của thiền Đại Thủ Ấn: đó là tu tập miên man về pháp Định Tâm (Samatha) và quán chiếu thâm sâu (Vipasyana). Thành tựu pháp Định Tâm sẽ giúp ta nhận ra (hay nhận lại) bổn tánh của tâm. Quán chiếu thâm sâu sẽ giúp ta thực chứng "tánh Không" (Vacuité, Sunyata) hay thực tướng của vạn pháp. Tu tập đứng đắn và thành tựu được hai pháp này chắc chắn sẽ gột sạch vô minh và tất cả phiền não từ lâu đã phủ dày tâm ta. ---oOo---

Mahanama - A Sakiyan raja, son of Amitodana; he was elder brother of Anuruddha and cousin of the Buddha. When the Sakiyan families of Kapilavatthu sent their representatives to join the Order of their distinguished

kinsman, Mahanama allowed Anuruddha to leave the household, he knowing nothing of household affairs. but according to Northern sources he was son of Dronodana. Ananda was a brother (or, at least, a step brother) of Mahanama, for there Ananda"s father is given as Amitodana, where Mahanama"s father is called Sukkodana and Ananda"s Amitodana.

Mahanama showed great generosity to the Sangha, and was proclaimed best of those who gave choice alms to the monks. Once, with the Buddha"s permission, he supplied the Order with medicaments for three periods of four months each. The Chabbaggiya, always intent on mischief, tried in vain to discourage him, adds that this was during the period of want experienced by the Buddha and his monks at Veranja. At the end of the year, Mahanama wished to continue the supply of good food to the Buddha and his monks, but the Buddha refused his permission.

Mahanama was a devoted follower of the Buddha and wished to understand the Doctrine. The books record several conversations between him and the Buddha, and Ananda, Godha, and Lomasavangisa (see Mahanama Sutta and Lomasavangisa). Once when the Buddha arrived at Kapilavatthu he asked Mahanama to find him lodging for

the night. Mahanama tried everywhere without success...

Mahanama - A member of the Shakya tribe in Kapilavastu, India. He gave his maidservant's daughter away in marriage to Prasenajit, the king of Ko- sala, claiming her to be his own daughter. Virudhaka, the son of Prasenajit and this woman, motivated by a grudge he bore against the Shakyas because of this deception, later killed the majorty of the Shakyas. According to the “Increasing by One Agama Sutra”, when King Virudhaka attacked the Shakyas, Mahanama asked the king to grant him one wish. That was that the king allow the Shakyas to escape for as long as he, Mahanama, could remain under water. Virudhaka granted his wish, and Mahanama remained under water for so long the king wondered what had happened. The king sent some attendants into the water to find him, and they discovered Mahanama tied his hair to the root of a tree and drowned. Mahanama had sacrificed his life to save the Shakyas. It is also said that Mahanama frequently offered medicine to the Buddhist monks. According to The Fivefold Rules of Discipline, Mahanama was Shakyamuni's cousin and Aniruddha's brother.

Hộ Pháp Maha-Nama - Mahanama

Cư sĩ Mahanama một vương tử trong lãnh thổ Sakyan (Thích-Ca). Ông là “con nuôi” của hoàng thân Amitodana (em vua Tịnh Phạn, Suddhodana), và là anh cả Thánh Tăng A-Nậu-Lâu-Đà (Anuruddha), tức là anh em chú bác ruột với đức Phật.

Khi mọi gia đình trong họ tộc Thích-Ca lần lượt gởi người đại diện, tham gia vào tăng đoàn đạo Phật, thì Mahanama khuyên em minh làm việc đó. Một vài tư liệu tiết lộ rằng, chính Mahanama muốn theo chân Phật, nhưng nhận thấy Anuruddha (A-Nậu-Lâu-Đà, hay A-Na-Luật) vóc dáng thư sinh, thân thể ốm yếu, không đãm trách nổi việc nặng nhọc, cai quản gia tài và chăm sóc mẹ già, nên ông khuyến khích em noi gương đức Phật. Còn ông thì khoẻ mạnh, lực lưỡng hơn, có thể gánh vác trách nhiệm nặng nề ấy.

Nhưng có nguồn tư liệu khác lại nói rằng, Mahanama vốn là con của hoàng thân Dronodana, hay có thể là anh em cùng cha khác mẹ với A-Nan-Đa (Ananda), người cháu ruột được hoàng thân Amitodana nhận làm con nuôi. Mahanama không xuất gia được, vì “mẹ để” ngăn cản, và vì ông là một đứa con chí hiếu, không dám cưỡng lại thân mẫu.

Còn lý do trên nói rằng, Mahanama là người có thân thể cường tráng, tình nguyện nhận lãnh trách nhiệm cai quản gia tài thay thế em, xem ra không thuyết phục cho lắm. Nhưng chúng tôi vẫn ghi vào, đúng như những gì được tìm thấy. Như vậy, tên cha thật của Ngài A-Nan-Đa là Dronodana, và tên cha thật của Mahanama là Sukkodana. Hai hoàng thân nầy không phải là ai xa lạ, mà họ là hoàng đệ của vua Tịnh Phạn (Suddhodana Raja).

Khi còn tại gia, Mahanama đã tỏ ra vô cùng rông rãi, trên phương diện dâng cúng bốn thứ cần dùng đến đức Phật và tăng chúng. Ông được khen tặng là người bố thí các vật dụng dồi dào nhất. Một lần nọ, với sự cho phép của đức Phật, ông đã cung cấp thuốc

men cho tăng chúng liên tiếp ba lần, mỗi lần suốt bốn tháng.

Sự rông rãi của Mahanama đã làm cho nhóm "sáu luận sư ngoại đạo" (Chabaggiya)* ganh tị. Họ tìm mọi cách để làm cho ông nãn lòng, giảm đi hay không nhiệt thành ủng hộ Phật giáo, nhưng họ đã thất bại.

(*Chabaggiya, hay nhóm sáu luận sư ngoại đạo gồm : 1/Assaji, 2/Punabhava, 3/Panduka, 4/Libhitaka, 5/Mettiya, và 6/Bhummajaka). (Chú ý: "Assaji" nầy không phải là một trong 5 vị Kiều-Trần-Như).

Và để gây tiếng đồn không tốt cho đạo Phật, nhóm sáu luận sư (Chabaggiya) ấy đã tuyên truyền rằng, "Đó là thời gian, ông Cồ-Đàm và đám đệ tử có mặt tại Veranja, muốn dùng Mahanama làm gương mẫu bố thí, để kích động lòng ham danh "mạnh thường quân" của những người giàu có khác".

Khi dân chúng nhẹ dạ bắt đầu tin những lời đồn ấy. Họ, bàn tán xôn xao, nên cuối cuộc làm phước (dâng thuốc) trọn năm đó, đức Phật đã khuyên Mahanama không nên tiếp tục nữa.

Mahanama là một tín đồ thuần thành của đức Phật. Ông lúc nào cũng không chán nghe và hiểu giáo lý giải thoát. Kinh điển đã ghi lại nhiều cuộc đàm thoại, giữa ông và đức Phật, cũng như giữa ông và A-Nan-Đa, hay giữa ông và tỳ-khưu Godha lẫn Lomasavangisa, hai sa-môn quen thân khác. (Theo Mahanamasutta và Lomavangisa).

Một lần nọ, đức Thế Tôn trở lại kinh đô Ca-Tỳ-La-Vệ (Kapilavatthu), Phật nhờ Mahanama tìm chỗ để Ngài nghỉ qua đêm. Mahanama tìm khắp nơi, nhưng không thấy chỗ thích hợp. Ông bèn yêu cầu Phật tạm ngự trong "biệt thự" của một người thuộc giòng họ, tên là Bharandu Kalama.

Và dường như ông không muốn bị khó xử, trước sự "bất đồng ý kiến", giữa Phật và người bà con nầy, nên sau khi đưa Phật đến nơi, Mahanama liền về nhà, thay vì ở lại hầu chuyện cùng đức Phật. Sáng hôm sau Mahanama đến thăm Phật, thì hay rằng Bharandu đã rời Ca-Tỳ-La-Vệ, và sẽ không bao giờ trở lại.

Một dịp khác, Mahanama đến thăm Phật ở chùa Nigrodha, nơi đức Phật đang nghĩ dưỡng, sau một cơn bệnh nặng. Vì không biết tình hình sức khỏe hiện tại của Phật, nên vừa gặp Phật ông đã đặt câu hỏi liên quan đến vấn đề "định tâm có trước hay trí tuệ có trước". Lúc đó A-Nan-Đa (Ananda) cũng hiện diện, và không muốn Phật bị mệt, ông liền mời Mahanama đi chỗ khác, để ông giảng giải thế. (Theo Sakka sutta).

Về "đời tư", thì Mahanama đã dang díu với một cô gái nô lệ, tên là Nagamunda, sinh ra một ái nữ xinh đẹp, tên Vasabhakhattiya. Khi vua Ba-Tư- Nặc (Pasenadi) có nhã ý muốn cưới một thứ phi thuộc vọng tộc Thích-Ca (Sakyan), thì phía đàng gái không tiện từ chối. Hai bên đã đồng ý, bằng cuộc thõa thuận ở sảnh đường Mote.

Nhưng sau đó Mahanama lại khuyên phía vương tộc Thích-Ca nên gả Vasabhakhattiya (có mẹ là nô lệ) cho vua Ba-Tư-Nặc. Khi đưa dâu đến nơi, Mahanama làm bộ ngồi chung bàn, ăn với cô dâu vài miếng lấy lệ, thì có người mang tin "đặc biệt" đến, làm

cho Mahanama không kịp nuốt miếng cơm đầu. Ông phải xin lỗi đàng trai, để từ giã. Trước khi đi, ông còn bảo Vasabhakhattiya cứ tiếp tục dùng bữa, như có mặt ông vậy.

Sự gả cưới bất minh ấy chính là một trong những nguyên nhân gây ra thù hận sau nầy. Đó cũng là lý do Mahanama từ đó cảm thấy lương tâm không yên. Ông đã tìm cách "bồi bổ tinh thần" trong giáo lý của Phật, để hy vọng hóa giải sạch sẽ, những gì đeo dính nơi tâm. Khi gặp Phật Mahanama là người vấn đạo nhiều nhất.

Hai bài kinh Cula Dukkhakkhandha Sutta và Sekha Sutta, là hai bài kinh mà đức Phật đã thuyết riêng cho Mahanama nghe.

Chỗ dựa trong thâm tâm của Mahanama là chuộc lỗi bằng cách trở thành người cúng dường thực phẩm dồi dào, và thường xuyên nhất đến chư tăng. Như nguyện vọng của ông đã từng đeo đuổi nhiều lần trong những tiền kiếp cũng không phải nhỏ. Nhất là vào thời Phật Pudumuttara. Khi ấy, tiền thân Mahanama là một gia chủ giàu sang, và chứng kiến Phật ban bố vai trò ấy cho một đệ tử nhiều đức hạnh. Và tiền thân (của Mahanama) ấy đã phát nguyện sẽ hành động để đạt được phẩm vị đó.

Trong Tam tạng kinh điển (Tipitaka), cái tên "đại thí chủ Mahanama" được xếp hạng cao với những Tín Đồ thuần thành của đức Phật, cở Tu-Đà Cấp Cô Độc (Sudatta Anathapindika), và đại tín nữ Visakha.

Kinh Samantapasadika nói rằng Mahanama lớn hơn Phật một tuổi, và sau cùng ông đã đắc quả Tư-Đà-Hàm (Sakadagami).

(Tuệ Lạc - Phật Học Theo Kinh Điển Pali)

---oOo---

Maha-Pajapati Gotami – Ma-ha Ba-xà-ba-đề kế mẫu cuả Thái tử Tất-Đạt-ta

Maha Pajapati Gotami, Founder of the Order of Nuns

Pajapati Gotami was the Buddha's foster mother as well as his maternal aunt. King Suddodhana married both sisters Maya and younger sister Gotami. When queen Maha Maya died on the 7th day of the birth of Prince Siddattha her younger sister from that day became the queen and foster mother of the prince.

She felt miserably and lonely when Prince Siddhartha, Rahula his son and her own son Nanda renounced the worldly life for the higher life by entering the Noble Order. King Suddhodana also had passed away on attaining Arahatship. Ordination was now foremost in her mind.

She approached the Buddha on his visit to Kapilavathu and asked for the boon of forming the Order of the Nuns. But three times the Buddha turned down the request. She was dejected and returned home. Soon 500 maidens gathered round her. They too, felt the urge either through bereavement or following their beloved kith and kin to seek ordination.

So she determined to make amends. She shaved her hair and donned the yellow robe. Her 500 followers followed her example. Kapilavastu was separated from Jetavana monastery by a distance of 357 miles. She covered the distance with her followers by foot although various chieftains and lords placed chariots at their disposal. The dusty roads in those days were quite unlike the roads of the present day. There were no pavements or sealed surfaces. The gentle feet of Maha Pajapati Gotami were unused to such rough conditions. At the end of the journey they were thoroughly exhausted and travel-worn. The march caused a great stir in the district through which they passed. Such a walk attracted attention and soon the crowds lined the route. She felt that in the circumstances it was not fitting that she should court a refusal by the Buddha. So she and her 500 companions lingered at the entrance of Jetavana monastery when to their great good fortune Venerable Ananda appeared. He was amazed to see his aunt in such a sorry state. He inquired whether any calamity had befallen the royal house of the Sakyans or whether there was a revolt. She assured him there was nothing of the kind but told him the purpose of her mission. Venerable Ananda was eminently fit to play the role of a mediator. Again and again Venerable Ananda entreated the Lord but only to be refused.

Finally, Venerable Ananda asked whether it was not possible for a woman to attain the bliss of sainthood. The Buddha responded by saying that a woman

could attain as well as a man and then consented to the establishment of the Order for Nuns, but only on eight conditions.

These were the 8 conditions:

1.A Bhikkuni even if she was in the Order for 100 years must respect a Bhikkhu even of a day's standing.

2. A Bhikkuni should reside within 6 hours of travelling distance to and from the monastery where Bhikkhus reside for advice.

3. On Observance days a Bhikkhuni should consult the Bhikkhus.

4. A Bhikkhuni should spend the Vassa (rains retreat) under the orders of both Bhikhus and Bhikkhunis.

5. A Bhikkhuni should ply her life by both the orders.

6.A Bhikkhuni should on two years obtain the higher ordination (Upasampatha) by both Orders.

7. A Bhikkhuni cannot scold a Bhikkhu.

8. A Bhikkhuni cannot advise a Bhikkhu rather it should be the other way about.

When Venerable Ananda broached the news to Maha Pajapati Gotami she was glad. She wholeheartedly accepted the conditions laid down by the Buddha. She was true to her destiny, as not long afterwards she became an Arahant. So likewise did her companions on listening to the discourse called the Nandakovada Sutta by the Buddha.

The King of Lichchavis built a residence for her and her followers at Vesali.

One day the Buddha accompanied by eighty Maha Arahants and a huge concourse of Bhikkhus visited Pinnacle Hall in the city of Vesali.

At such a sight Venerable Maha Pajapati Gotami was exceedingly glad. The disciples were fully worthy of the Lord as he was of them. She saw that Anna Kondanna, Sariputta, Mogallana, Khema, Uppalawanna, Nanda, Rahula and his mother Yasodhara (Bimba Devi) were to predecease the Lord. She was

determined not to tarry but that she should be the first to go. Although she was 120 years old yet signs of old age were not visible. Her hair and teeth resemble those of a girl of 16 years. At the moment of her resolution of obtaining Parinibbana the earth trembled and quaked. The thunder in the sky rent the air. Her companion's likewise sought release.

She and her companions proceeded to meet the Lord. Compliments were exchanged. Although from the 7th day the prince was reared by her the Buddha amply repaid the debt due to her by her ordination. She gave a graphic picture of the infancy of Prince Siddhartha. How she has fed and bathed the prince.

In the meantime people from far and near flocked to the scene as the news spread. Diverse deities came. Visva Kamma deity who by his psychic power came to the rescue to provide much needed accommodation.

The Buddha requested Venerable Maha Pajapati Gotami to clear doubts about her sainthood. Then she paid tribute by performing many miraculous acts and all present including the Maha Arahants marvelled.

She and her companions underwent the great release - Parinirvana. At last the cremation came to pass. The Lichchavi Princes brought sandalwood for the funeral pyre and the caskets containing the remains were made ready. The whole sky was overcast with the heavenly host during the day. The stars and the moon shone brilliantly overhead as night followed. People laid carpets and the deities held a canopy overhead. It was a unique ceremony the Buddha and the Maha Arahants graced, so the pyre was lit and only the relics of Venerable Maha Pajapati Gotami remained like pearls and those of others vanished from the scene. These relics were placed in the Buddha's bowl and given to him. The Buddha extolled the virtues of this great Arahant. He himself had ordained her and been her teacher and this was said to dispel any doubts.

The Buddha had a stupa built by the Lichavi Prince and the relics enshrined and the Buddha Himself joined the funeral procession. This was a unique honour paid by the Tathagata.

The Buddha addressing the Monks and laity declared that Venerable Maha Pajapati Gotami was foremost in attainments among the female Maha Arahants of the Noble Order.

Kiều-Đàm-Di - Khi bà mới sinh ra thì theo như tục lệ Ấn-Độ thời bấy giờ, các thày tướng số được mời đến coi cho bà. Họ tiên đoán rằng về sau bà sẽ cầm đầu một tổ chức lớn, vì thế tên bà mới có thêm chữ Ma-Ha Ba-Xà-Ba- Đề; Ma-Ha nghĩa là lớn, Ba-Xà là một nhóm đông người và Ba-Đề là người cầm đầu. Vì vậy, tên đầy đủ của bà là: Ma-Ha Ba-Xà-Ba-Đề Kiều-Đàm-Di.

Khi vua Tịnh-Phạn biết rằng đức Phật đã thành đạo thì ngài phái nhiều vị sứ thần đến thỉnh đức Phật về kinh đô Ca-Tì-La-Vệ, nhưng vị nào được nghe đức Phật thuyết pháp xong cũng xin xuất gia, không trở về cung! Vị cuối cùng tuy cũng làm như vậy nhưng còn nhớ lời dặn của nhà vua, nên thành khẩn xin Phật về thăm cha nay đã già yếu. Đức Phật nhận lời. Khi về đến kinh đô, Ngài cùng các đệ tử đi trì bình trên đường phố. Nhà vua nghĩ rằng làm như vậy là hạ uy tín của hoàng gia và tỏ ý không vui về việc này. Đức Phật khuyên giải vua cha và nhờ đó nhà vua đắc quả tu-đà-hoàn (nhập lưu). Nhà vua bèn thỉnh Phật và đoàn tùy tùng về cung trai tăng. Xong, đức Phật lại giảng pháp, nhà vua nghe xong thì đắc quả tư-đà-hàm (nhất lai). Vào lúc ấy, hoàng hậu Ba-Xà-Ba-Đề cũng có mặt, được nghe pháp và bà đắc quả tu-đà-hoàn (nhập lưu). Và sau khi được nghe một phần của kinh Trì pháp Túc sanh truyện, nhà vua đắc quả a-na-hàm (bất lai).

Về sau, khi hay tin nhà vua sắp băng hà, đức Phật về thuyết pháp cho nhà vua nghe lần chót và nhà vua đắc quả a-la-hán (bất sinh). Đức Phật chủ lễ trà tỳ của vua cha và lưu lại công viên Ni-Câu-Đà ở gần kinh đô Ca-Tì-La-Vệ ba tháng để hóa độ chúng sinh.

Hoàng hậu Ba-Xà-Ba-Đề đến công viên Ni-Câu-Đà khẩn cầu đức Phật cho phép bà và phái nữ được xuất gia. Khi nói đến phái nữ thì người ta thường nhắc đến năm trăm phụ nữ, phu nhân của năm trăm vị vương tôn công tử dòng họ Thích-Ca đã xin xuất gia khi đức Phật trở về kinh đô, thi triển thần thông và thuyết pháp độ sanh. Khi nói năm trăm thì ta nên hiểu là số nhiều, không nên chấp là đếm đủ số năm trăm. Ngoài ra, có tài liệu nói rằng trong số năm trăm này có cả các góa phụ của các chiến sĩ tử trận trong cuộc chiến giữa hai bộ tộc Thích-Ca và Câu-Lị khi tranh chấp về việc sử dụng nước sông Rohini ngăn cách hai nước. Đức Phật từ chối dù rằng dì mình, mà cũng là mẹ nuôi của mình, khẩn cầu đến ba lần. Những người không biết hết các chi tiết về quan niệm và thái độ của đức Phật đối với phụ nữ có thể nghĩ rằng Ngài từ chối vì còn nhiều e dè, chưa coi trọng vai trò của phụ nữ, nhưng thật ra không phải như vậy!

Sau đó đức Phật trở lại thành Tì-Xá-Li (còn gọi là thành Quảng Nghiêm, kinh đô vương quốc Bạt-Kỳ của bộ tộc hùng mạnh Lê-Xa), ngài ngụ trong tu viện Trùng Các thuộc rừng Đại Lâm.

Dù đức Phật từ chối lời khẩn cầu của mình ba lần, bà Ba-Xà-Ba-Đề cũng không nản chí, bà cùng các phu nhân còn giữ ý định xuất gia, quyết định bỏ mọi thứ xa hoa, đồ trang sức và y phục lịch sự, rồi xuống tóc, khoác y vàng, đi chân không. Tất cả coi thái hậu Ba-Xà-Ba-Đề là thủ lãnh của họ. Rồi mọi người cương quyết cùng đi bộ từ thành Ca-Tì-La-Vệ đến thành Tì-Xá-Li (hành trình khoảng hai trăm cây số, kéo dài rất nhiều ngày). Trong số các mệnh phụ phu nhân muốn xuất gia, có cả công chúa Da-Du-Đà-La;

nhưng thái hậu khuyên nên ở trong cung chờ coi tin tức ra sao đã. Cuối cùng, sau bao nhiêu ngày vất vả, xin ăn dọc đường, nghỉ dưới gốc cây, đoàn người tới được Đại Lâm, mệt mỏi suy yếu, áo quần lấm bụi, bàn chân rướm máu, đứng đợi ngoài tu viện của đức Phật.

Sáng sớm hôm ấy, ngài A-Nan vừa ở trong tu viện ra ngoài thì trông thấy thái hậu và đoàn người đứng ở ngoài cổng. Trước sự ngạc nhiên của ngài, thái hậu giải thích cho ngài biết mục đích và quyết tâm của đoàn phụ nữ và cầu xin ngài bạch với đức Thế tôn chấp thuận cho đoàn phụ nữ được xuất gia.

Tôn giả A-Nan nhận lời và vào tu viện trình với đức Phật, xin đức Phật chấp thuận cho thái hậu và đoàn phụ nữ được xuất gia. Đức Phật không chấp thuận. Tôn giả A-Nan bạch:

- Bạch Thế Tôn, nếu người phụ nữ từ bỏ đời sống gia đình, sống không nhà cửa, tu theo giáo pháp và giới luật thì có thể chứng được bốn thánh quả tu-đà- hoàn, tư-đà-hàm, a-na-hàm và a-la-hán hay không?

- Này A-Nan! Người nữ xuất gia cũng có thể chứng ngộ bốn thánh quả.

Nghe như vậy, tôn giả A-Nan cố gắng trình bày mọi lý lẽ để xin cho thái hậu và đoàn phụ nữ được xuất gia. Đức Phật trả lời rằng Ngài sẽ chấp thuận cho quý bà xuất gia làm tỳ-kheo-ni nếu như chịu chấp thuận tám điều mà sau này kinh sách gọi là bát kính pháp hay bát kính giới, tóm tắt như sau:

1/ Một vị tỳ-kheo-ni phải cung kính đứng dậy và chào hỏi một vị tỳ-kheo, dù rằng có lớn hơn cả về tuổi đời lẫn tuổi đạo.

2/ Hàng năm, đến mùa an cư, ni chúng phải tìm đến nơi an cư của chúng tỳ- kheo để nương tựa và học hỏi.

3/ Đến kỳ bố tát, ni chúng phải cử người đến xin chúng tỳ-kheo định ngày giờ và cử người sang giáo huấn và khuyến khích việc tu học của ni chúng.

4/ Kết thúc kỳ an cư, mỗi tỳ-kheo-ni phải thọ lễ tự tứ trước tăng chúng tỳ- kheo và ni chúng.

5/ Khi phạm giới luật, vị tỳ-kheo-ni phải sám hối trước tăng chúng và ni chúng.

6/ Những sa-di-ni đã thọ giới thức xoa-ma-na hai năm phải cầu xin thọ đại giới trước cả hai chúng tăng và ni.

7/ Tỳ-kheo-ni không bao giờ được khiển trách hay nặng lời với một tỳ-kheo.

8/ Tỳ-kheo-ni không được vạch lỗi của tỳ-kheo nhưng tỳ-kheo được vạch lỗi của tỳ-kheo-ni.

Khi thái hậu được tôn giả A-Nan báo tin thì bà hoan hỉ chấp thuận tuân hành "nghiêm trì bát kính pháp và nguyện trọn đời không vi phạm. Sau đó bà xuất gia. Bà đến trước đức Phật và đảnh lễ. Đức Bổn sư thuyết giảng cho bà một thời pháp và ban truyền cho bà một đề mục hành thiền. Bà chứng đắc đạo quả a-la-hán. Sau, năm trăm vị phu nhân

khác cũng được gia nhập ni đoàn. Đó là các tỳ-kheo-ni đầu tiên của giáo đoàn. Các bà cũng đắc quả a-la-hán khi ngài trưởng lão Nandaka chấm dứt một thời pháp cho các bà".

Đức Phật Thích-Ca là vị giáo chủ đầu tiên trong lịch sử nhân loại đã cho thành lập một nữ đoàn thể bao gồm các vị xuất gia với đầy đủ giới luật và tổ chức nghiêm minh. Cánh cửa đã rộng mở để cho hàng phụ nữ được xuất gia, đặc ân cho phái nữ gia nhập một Giáo Hội Nữ Tu Sĩ đã được ban hành. Nhiều bà, cỡ tuổi khác nhau, điều kiện xã hội khác nhau, từ các địa phương khác nhau, đã gia nhập Giáo Hội và ngay từ thời đức Phật còn tại thế, có cả ngàn vị tỳ- kheo-ni đắc quả a-la-hán. Trong kinh Trưởng Lão Ni Kệ, các vị tỳ-kheo-ni này đã viết ra "những lời tán dương, những bài thánh thi để nói lên mức độ phỉ lạc mà các bà đã kinh nghiệm trong khi xuất gia và sau đó thì thành đạt kết quả".

Thái hậu Ba-Xà-Ba-Đề trở thành Ni sư Ma-Ha Ba-Xà-Ba-Đề Kiều-Đàm-Di, được đức Phật giao phó trách nhiệm ni trưởng để lãnh đạo ni đoàn. Như vậy là có hai hội chúng tồn tại song song. Bên Tăng Bộ có hai vị Đại trưởng lão là hai tôn giả Xá-Lợi-Phất và Mục-Kiền-Liên. Bên Ni Bộ cũng có hai ni sư trưởng là Khema và Uppalavanna.

Ni sư trưởng Kiều-Đàm-Di lo mọi chi tiết không những trong việc tu học mà còn cả về nhiều phương diện khác như cách ăn mặc của ni chúng chẳng hạn. Bà vận động các thí chủ xây dựng các ni viện; nhờ uy tín của bà mà ni viện dần dần được thành lập tại nhiều nơi. Có một chi tiết mà chúng ta nhận thấy là các ni viện không bao giờ được tạo dựng nơi rừng vắng; đó là nhằm bảo vệ cho các phụ nữ yếu đuối.

Như trên đã ghi, ni sư đã được đức Phật trực tiếp giảng dạy giáo pháp và giáo hạnh, và đã đắc quả a-la-hán. Tất cả chư ni cùng xuất gia với bà cũng chứng quả a-la-hán cả, trong số đó có bà Da-Du-Đà-La là người gia nhập ni đoàn sáu tháng sau khi ni đoàn được thành lập. Có một chi tiết nói rằng: một số ni sư đã nêu ra vấn đề thọ giới của ni sư Kiều-Đàm-Di không được tiến hành theo đúng quy tắc nên từ chối dự lễ bố tát với ni sư. Đức Phật phải đích thân can thiệp, tuyên bố rằng Ngài là người đã truyền giới cho ni sư. Mọi chuyện nhờ đó được êm đẹp.

Theo kinh Trưởng Lão Ni Kệ thì: Khi ni sư trưởng Kiều-Đàm-Di được 120 tuổi thì bà biết mình sắp tịch diệt. Bà nghĩ: "Nay đã đến thời ta nhập Bát-niết- bàn, không chứng kiến được việc Đại-bát-niết-bàn của đức Thế Tôn, việc Bát- niết-bàn của hai vị đại đệ tử, của La-Hầu-La, A-Nan và Nan-Đà, ta cần phải xin phép đức Phật". Năm trăm vị tỳ-kheo-ni cũng có suy nghĩ tương tự.

Các tín nữ biết tin ni sư sắp nhập Bát-niết-bàn thì tỏ ra sầu muộn, bà và chư ni khuyên giải họ rồi cùng đi đến chỗ đức Phật, đảnh lễ Ngài và xin Ngài cho phép nhập Bát-niết-bàn. Bà nói: "Kính bạch bậc Cao Quý của thế gian, thông thường các phụ nữ gây nên những lỗi lầm rồi mệnh chung, nếu con có lỗi lầm gì, xin Ngài từ bi tha thứ".

Kế đó, bà trình bạch việc nhập Bát-niết-bàn trước chư tăng, rồi đảnh lễ tôn giả La-Hầu-La, tôn giả A-Nan, tôn giả Nan-Đà. Tôn giả Nan-Đà và La-Hầu-La là bậc đã ly sầu, hiểu rõ các pháp hữu vi là vô thường. Riêng tôn giả A-Nan còn là bậc hữu học nên

ràn rụa nước mắt, bà phải ngỏ lời an ủi.

Đức Phật dạy: “Một số người còn nghi ngờ khả năng của phụ nữ tu thành quả vị a-la-hán. Nay đã đến lúc bà nên thi triển thần thông cho họ thấy để mà từ bỏ tà kiến”. Ni sư vâng lời, bay lên không, thi triển nhiều phép thần thông, hiện một thân thành nhiều thân, nhiều thân thành một thân, xuất hiện, biến mất, đi qua tường, đứng trên không v...v... cho đại chúng thấy rồi hạ xuống đất, đảnh lễ bậc Đạo Sư. Các ni đồ chúng của trưởng lão ni cùng nhau bay lên hư không, trổ uy lực thần thông rồi từ hư không hạ xuống đất, đảnh lễ đức Đạo Sư, xin Ngài cho phép nhập Bát-niết-bàn. Đức Phật nói: “Này các tỳ- kheo-ni, khi các vị ngỏ lời xin Bát-niết-bàn, Như Lai còn gì để nói, nay các vị hãy làm những gì nghĩ là hợp thời”.

Sau đó, Ni trưởng và chư ni phủ phục dưới chân bậc Đạo Sư, diện kiến lần cuối rồi lui về tịnh xá. Các ngài cùng nhập Bát-niết-bàn, yên lặng như ngọn đèn hết dầu.

Đám tang rất trọng thể, tôn nghiêm. Đức Phật xưa nay không bao giờ đi sau ai cả, thế mà trong đám tang này, Ngài đi sau cỗ xe chở quan tài của ni trưởng Kiều-Đàm-Di. Rõ ràng là Ngài, vị Thiên Nhân Sư, đấng Thế Tôn, đã làm tròn chữ hiếu đối với người mà Ngài coi là mẹ ruột của mình.

Nhục thể được thiêu trên hỏa đài đầy bột thơm, chỉ còn lại xá-lợi. Đức Phật dạy tôn giả A- Nan nhặt xá-lợi của ni sư đặt vào bát của bà, ngài A-Nan tuân lời rồi dâng bát lên đức Phật. Ngài cầm bát đựng xá lợi và phán rằng: “... Trưởng lão ni Kiều-Đàm-Di đã vượt qua biển luân hồi, đã đoạn trừ nhân phiền não, trở thành bậc an tịnh. Kiều-Đàm-Di là bậc hiền trí, bậc đa tuệ, bậc quảng tuệ và là bậc kỳ cựu trong hàng ni chúng...”

Cái quyền lớn và đặc ân mà bà Ma-Ha Ba-Xà-Ba-Đề đã tranh đấu và thành công, tức quyền của nữ giới được gia nhập Giáo Hội Thánh Thiện, quả là quan trọng trong lịch sử tôn giáo. Chí đến ngày nay còn nhiều hệ thống tôn giáo hưng thạnh trên thế giới chưa chịu nhượng quyền cho hàng phụ nữ thọ giới tu sĩ...Đức Phật nổi bật là một trong số ít các vị giáo chủ của nhân loại đã nâng cao hàng phụ nữ lên một vị trí xứng đáng trong đời sống, bằng cách cho phép nữ giới gia nhập vào Giáo Hội Tỳ-Kheo-Ni và như vậy, mở ra một chương sách hoàn toàn mới trong lịch sử giải phóng của người phụ nữ...

---oOo---

Mahasthamaprata - Bồ Tát Đại thế chí

Mahasthamaprapta is a bodhisattva mahasattva that represents the power of wisdom, often depicted in a trinity with Amitabha and Avalokitesvara (Guanyin), especially in Pure Land Buddhism. His name literally means "arrival of the great strength".

Mahasthamaprapta is one of the Eight Great Bodhisattvas in Mahayana Buddhism, along with Manjusri, Samantabhadra, Avalokitesvara, Akasagarbha, Kshitigarbha, Maitreya and Sarvanivarana-Vishkambhin.

In Chinese Buddhism, he is usually portrayed as a woman, with a likeness similar to Avalokitesvara. He is also one of the Japanese Thirteen Buddhas in Shingon. In Tibetan Buddhism (Tantrism), Mahasthamaprapta is equated with Vajrapani, who is one of his incarnations and was known as the Protector of the Buddha.

Bodhisattva Mahasthamaprapta – A Powerful Bodhisattva That Gives Us Inner Strength!

The powerful and highly revered Bodhisattva that is usually mistaken as Bodhisattva Kuan Yin (also spelled as Guan Yin, or known as Avalokitesvara, Kannon, Cannon, Guan Shi Yin, Kuan Shi Yin).

Mahasthamaprapta Bodhisattva, like Kuan Yin Bodhisattva is actually a Bodhisattva Mahasattva, which means he is one of those higher Bodhisattvas. Mahasthamaprapta Bodhisattva is also known in Chinese as Da Shi Zhi Pu Sa. He is actually one of the three sages in Pure Land Buddhism that can be differentiated from by Guan Yin Bodhisattva with the jeweled pitcher adorning his/her crown. In Pure Land Buddhism, Mahasthamaprapta Bodhisattva is usually depicted in his/her female form.

A lot of Buddhist lineage considers Bodhisattva Mahasthamaprapta as representing wisdom, which makes him/her similar to Bodhisattva Manjushri. However, the difference, as his/her name means “arrival of great strength”, her form of wisdom is more in the form in inner strength in times of adversity.

Mahasthamaprapta Bodhisattva or Da Shi Zhi Pu Sa is part of the Amita Trinity, which consists of Amitabha Buddha, Guan Yin Bodhisattva, and Mahasthamaprapta Bodhisattva. He/She is also one of the Eight Great Bodhisattvas in Mahayana Buddhism, here he/she is along with Bodhisattva Kuan Yin, Bodhisattva Ksitigarbha, Bodhisattva Manjushri, Bodhisattva

Samantabhadra, Bodhisattva Akasagarbha, Bodhisattva Sarvanjyarana – Vishkambhin, and Bodhisattva Maitreya or is more popularly known as the Happy Fat Buddha.

Some Buddhist lineages sometime equate Bodhisattva Mahasthamaprapta with Bodhisattva Vajrapani, which makes her a very powerful Bodhisattva. Like Vajrapani Bodhisattva, she is also considered as a PROTECTOR OF THE BUDDHA. The SUTRA OF INFINITE LIFE talks about Mahasthamaprapta Bodhisattva in high regards.

From left to right: Mahasthamaprapta Bodhisattva, Amitabha Buddha, Kuan Yin Bodhisattva

The Chinese Buddhist Encyclopedia has this to say about Mahasthamaprapta Bodhisattva:

In the Shurangama Sutra, Mahasthamaprapta tells of how he gained enlightenment through the practice of Buddha recitation, or continuous pure mindfulness of Amitabha, to obtain samadhi. In the Contemplation Sutra,

Mahasthamaprapta is symbolised by the moon while Avalokitesvara is represented by the sun.

Mahasthamaprapta (Sanskrit, “One Who Has Obtained Great Power”) awakens in humans their need to be liberated from Samsara. In Pure Land Buddhism he is often paired with Avalokiteshvara in association with Amitabha Buddha; Avalokiteshvara enacts Amitabha’s compassion, and Mahasthamaprapta brings to humanity the power of Amitabha’s wisdom.

By chanting her mantra, we will definitely get some blessings. But more than that Mahasthamaprapta Bodhisattva’s is a great Bodhisattva to help us overcome addictions, or problems that has something to do with inner determination.

Bodhisattva Mahasthamaprapta’s mantras are the following:

HUM VAJRA PHAT (pronounced as Pay) OM VAJRA CHANDA (pronounced as Zhanzha) MAHA RO (pronounced as Luo) KHA NA HUM PHAT (pronounced as Pay).

also NAMO DA SHI ZHI PU SA ---oOo--- Bồ-tát Đại Thế Chí – Trong các buổi lễ tại các chùa phần cuối có xướng lễ ba đức Phật Thích Ca, Di Lặc, A Di Đà, và trong số năm vị Bồ-tát, có ngài Đại Thế Chí tượng trưng cho ý chí mạnh mẽ giáo hóa chúng sinh. Hiện Ngài là bậc Đẳng Giác, ở cõi Cực lạc của Phật A Di Đà để tiếp dẫn chúng sinh trong mười phương về thế giới cực lạc.

SỰ TÍCH ĐẠI THẾ CHÍ BỒ TÁT

Đức Đại Thế Chí khi chưa xuất gia học đạo, thì Ngài chính là con thứ hai của vua Vô Tránh Niệm tên là Ni Ma Thái Tử.

Ngài vâng lời phụ vương khuyên bảo, phát tâm cúng dường Phật Bảo Tạng và đại chúng trọn trong ba tháng.

Quan Đại thần là Bảo Hải thấy vậy, bèn khuyến thỉnh rằng: “Thưa Điện hạ! Trong sự tu phước có hai thứ: một là tu phước hữu lậu hai là tu phước vô lậu.

Song phước hữu lậu dầu có to tát thế nào, thì chỗ cảm báo cũng chỉ ở trong cõi Nhơn Thiên hưởng phần khoái lạc mà thôi: chớ không thoát khỏi luân hồi sanh tử.

Còn như phước vô lậu, thì chỗ kết quả ở ngoài ba cõi bốn dòng, kiếp kiếp đời đời tiêu diêu tự tại.

Vậy xin Điện hạ nên vì tất cả chúng sanh mà cầu đặng “Nhứt Thiết Trí” đem công đức ấy hồi hướng về đạo Vô Thượng Bồ Đề, thì sự phước báu không khi nào cùng tận, mà lại đặng viên mãn cái tâm nguyện nữa.

Ni Ma Thái Tử nghe quan Đại Thần khuyên nói rành rẽ như thế, liền chấp tay thưa với Phật Bảo Tạng rằng: “Bạch Đức Thế Tôn! Nay tôi xin đem công đức cúng dường Phật và chúng Tăng trong ba tháng, và những hạnh tu tập của tôi đã từng làm, như là:

Ba nghiệp của thân

1- Không sát hại chúng sanh, 2- Không trộm cắp của người và 3- Không tà dâm

Bốn nghiệp của miệng.

1- Không nói láo xược
2- Không nói thêu dệt
3- Không nói hai lưỡi
4- Không nói độc dữ thô tục
Và ba nghiệp của ý

1- Không tham nhiễm danh lợi và sắc dục 2- Không hờn giận oán cừu 3- Không si mê ám muội, cùng các món hạnh tu thanh tịnh của tôi, mà hồi hướng về Đạo Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác và cầu đặng một thế giới rất trang nghiêm đẹp đẽ, như cõi Phật Biến Xuất Nhứt Thiết Công Đức Quan Minh Sang Vương Như Lai, mà Ngài đã thọ ký cho huynh trưởng tôi đó vậy.

Khi Đức Phật ấy thành đạo, trước hết tôi ra khuyến thỉnh Ngài nói đủ Pháp Tam Thừa liễu nghĩa mà hóa độ chúng sanh.

Trong khi đó, tôi cũng còn tu Bồ Tát Đạo, làm việc Phật sự, dạy dỗ mọi người và làm những sự lợi ích cho các loài hữu tình, mà cầu mau đặng hoàn mãn các món công hạnh đã thệ nguyện.

Đến chừng Phật Biến Xuất Nhứt Thiết Công Đức Quang Minh Sang Vương Như Lai diệt độ rồi, thì tôi sẽ thành đạo, kế ngôi Phật truyền Chánh Pháp mà hóa độ chúng sanh.

Những sự trang nghiêm đẹp đẽ trong quốc độ tôi, cùng là thời kỳ diệt độ và kiếp sơ trụ thế của Chánh Pháp tôi, đều nguyện y như công cuộc ứng hóa của Đức Biến Xuất Nhứt Thiết Công Đức Quang Minh Sang Vương Như Lai vậy".

Phật Bảo Tạng nghe mấy lời của Ni Ma Thái Tử nguyện, liền thọ ký rằng: "Theo như lòng của ngươi muốn thành tựu một thế giới rộng lớn trang nghiêm, thì qua đời vị lai, trải hằng hà sa kiếp, người sẽ được hoàn mãn các sự cầu nguyện ấy.

Vì người có lòng mong cầu một thế giới rất đẹp rất lớn như thế, nên ta đặt hiệu cho ngươi là "Đắc Đại Thế", tức là Đại Thế Chí Bồ Tát.

Sau khi Phật Biến Xuất Nhứt Thiết công Đức Quang Minh Sang Vương Như Lai nhập Niết Bàn rồi, người bổ xứ làm Phật, hiệu là: Thiện Trụ Trân Bảo Như Lai, kế tiếp ra đời mà hóa độ mọi loài hàm thức".

Ni Ma Thái Tử nghe Phật Bảo Tạng thọ ký rồi liền thưa rằng: "Bạch Đức Thế Tôn! Nếu sự nguyện cầu của tôi quả đặng như lời Ngài thọ ký đó, tôi xin kính lễ Ngài và nhờ Ngài làm sao cho các thế giới đều vang động và ở giữa hư không có rải xuống nhiều thứ hoa thơm đẹp, lại có các Đức Phật ở các thế giới mười phương cũng đều thọ ký cho tôi như vậy nữa".

Ni Ma Thái Tử thưa rồi, vừa cúi lạy Phật, tức thì các thế giới mười phương, cả núi sông, cây cối, và những vật có hình chất, đều rung động ra thành tiếng vang rền khắp cả, còn

giữa hư không lại có các thứ bông rất thơm tho và tốt đẹp rơi xuống như mưa.

Các Đức Phật ở mười phương đều đồng tình thọ ký rằng: “Tại cõi Tán đề lam, có người đệ tử của Phật Bảo Tạng Như Lai tên là Ni Ma, con thứ hai của Vua Vô Tránh Niệm, có phát tâm cúng dường Phật và đại chúng trót ba tháng, đem công đức ấy mà hồi hướng về Đạo Vô Thượng Bồ Đề và nguyện đặng ở cõi thế giới trang nghiêm.

Vì vậy nên trải qua hằng sa kiếp, người ấy sẽ bổ xứ thành Phật, sau khi Đức Biến Xuất Nhứt Thiết Công Đức Quan Minh Sang Vương Như Lai đã nhập Niết Bàn”

Ni Ma Thái Tử nhờ Phật Bảo Tạng và các Đức Phật mười phương thọ ký rồi, lòng rất vui mừng, hằng chăm tu tập công hạnh vô lậu mà cầu cho mau thỏa mãn những điều tâm nguyện.

Từ đó về sau, Ni Ma Thái Tử mạng chung rồi đầu thai ra thân khác đời khác, kiếp nào cũng hằng giữ bổn nguyện, quyết chí tu hành, học đạo Đại Thừa, làm hạnh Bồ Tát, mở mang trí huệ cho chúng sanh và làm những sự nhiễu ích, đặng dìu dắt các loài ra khỏi sông mê mà bước lên đường giác.

Hiện nay, Ngài Đại Thế Chí (tức là Ni Ma Thái Tử) đương làm một vị Đẳng Giác Bồ Tát, hầu gần Đức Phật A Di Đà ở cõi Cực Lạc, trợ đương Phật hóa, tiếp dẫn chúng sanh, chờ đến thời kỳ quả mãn công viên mới bổ xứ làm Phật.

Tượng Bồ-tát Đại Thế Chí (thường đứng), tay trái cầm cành hoa sen, lòng tay phải quay ra duỗi xuôi ở thế tiếp dẫn chúng sinh, cách mặc cũng giống như Bồ-tát Quán Thế Âm, nhưng đứng trên hoa sen ở bên tay phải đức Phật A Di Đà. Trên chóp mũ thường có hình ngôi chùa đại diện cho trí huệ của Ngài.

Ngài thường cùng Phật A Di Đà và Bồ-tát Quán Thế Âm đến mười phương tiếp đón chúng sinh về cõi Cực Lạc để giáo hóa cho họ thành Phật... ---oOo---

Mahayana - Phật giáo Bắc truyền (Nhật, Trung Hoa, Đại Hàn, Mông Cổ, Tây Tạng, Bhutan và Việt nam)

Phật giáo Bắc Tông hay Đại thừa (SKT. mahayana), dịch âm Hán-Việt là Ma- ha-diễn-na hay Ma-ha-diễn, tức là "cỗ xe lớn" hay còn gọi là Đại Thặng tức là "bánh xe lớn" là một trong hai trường phái lớn của đạo Phật - phái kia là Tiểu thừa hay Tiểu Thặng, nghĩa là "cỗ xe nhỏ" hay "bánh xe nhỏ" (SKT. hinayana). Ngoài ra còn một trường phái Phật giáo thứ ba là Kim cương thừa, còn gọi là Mật tông hoặc Chân ngôn.

Divisions in Buddhism

Mahayana Buddhism, also known as the Great Vehicle, is the form of Buddhism prominent in North Asia, including China, Mongolia, Tibet, Korea, Japan and Vietnam.

The most distinctive teaching of the Mahayana is that the great compassion that is an inherent component of enlightenment is manifest in bodhisattvas (enlightenment beings); these beings postpone nirvana (final enlightenment) in order to assist and guide those beings still suffering in the cycle of rebirths.

The Hinayana, or Lessor Vehicle, is directed toward freedom from the misery of life in the cycle of rebirths within which we all find ourselves. The Hinayana practitioner pursues his or her liberation from within the fetters of samsara.

A third vehicle is sometimes distinguished. The Vajrayana or Tantric vehicle is practiced through the repetition of mantras along with advanced methods of visualization and concentration by which one cultivates a particularly subtle state of consciousness that enables quicker progress along the path to full enlightenment. However, as Vajrayana meditative techniques are aimed at the attainment of Buddhahood for the sake of all sentient beings – the myriad variety of possessors of consciousness and a sense of self, which would include people and animals – this vehicle is actually contained within the Mahayana.

BẮC TÔNG: Dùng tất cả kinh: Trường Bộ kinh, Trung Bộ Kinh, Tương Ứng Bộ Kinh, Tăng Chi Bộ kinh, Tiểu Bộ kinh gọi chung là kinh A Hàm (Agamai Bộ kinh A Hàm chữ Hán được dịch từ chữ Sanskrit) cộng thêm rất nhiều kinh nữa như: Hoa Nghiêm, Pháp Hoa, Viên Giác, Lăng nghiêm, Lăng Già, Bát Nhã…

Bắc tông hay Bắc truyền nghĩ rằng có thể tu thành Phật, nghĩa là lên ngang hàng với giáo chủ của mình. Bắc tông nhằm đạt tới hai điều ngã không và pháp không và đưa ra lý thuyết Bồ Tát Đạo....

NAM TÔNG: Theo quan niệm của Phật giáo Nam Tông, tức Phật giáo Nguyên Thủy, họ cho rằng, đức Phật Thích Ca Mâu Ni là một con người bình thường như bao nhiêu con người bình thường khác. Ngài cũng có những nhu cầu cho đời sống: ăn, mặc, ở… và cũng chịu chung một định luật vô thường chi phối, phải trải qua những nỗi thống khổ của kiếp nhơn sinh là sanh, già, bịnh, chết. Tuy nhiên, Ngài chỉ khác hơn người thường là ở chỗ, Ngài đã hoàn toàn giác ngộ, do sau khi xuất gia nỗ lực tu hành mà thành đạt được đạo quả.

Ngược lại, chúng sanh vì còn mê, nên tạo nghiệp thọ khổ trong vòng sanh tử luân hồi. Phật đã thoát hẳn sanh tử luân hồi. Khác nhau ở điểm căn bản giữa mê và ngộ đó thôi.

Theo Nam Tông, thì ngoài đức Phật Thích Ca ra, không có một vị Phật nào khác. Do đó, họ chỉ tôn thờ một hình tượng Phật Thích Ca và tạc hình tượng giống như người Ấn Độ, bởi lẽ, Phật là người Ấn Độ đi tu thành Phật. Đó là một quan niệm dứt khoát thực tiễn của hệ phái Phật giáo Nguyên Thủy, xuất phát từ bốn bộ kinh Nikaya.

Vấn Đề Đại Thừa và Tiểu Thừa

Trước đây ta thường cho rằng giáo lý Tiểu thừa không đưa đến quả vị tối hậu thành Phật, chỉ có giáo lý Đại thừa mới là giáo lý chân chính của Phật. Ngược lại, các nhà sư Tiểu thừa thì cho rằng giáo lý Tiểu thừa mới chính là giáo lý nguyên thủy của Phật, còn giáo lý Đại thừa là ngoại đạo. Sự bất đồng quan điểm ấy đã làm băng giá mối quan hệ của hai truyền thống cả ngàn năm. Ngày nay với những phương tiện tiến bộ, mọi mặt trong xã hội đều thay đổi, những quan điểm Tiểu thừa và Đại thừa không còn thích hợp. Qua nghiên cứu, cho thấy rằng:

1. Thời kỳ Phật giáo Nguyên thủy cho đến thời kỳ Bộ phái (sau Đức Phật 400 năm) chưa có danh từ Đại thừa hay Tiểu thừa.

2. Danh từ Tiểu thừa nên hiểu là Thượng tọa bộ và Thuyết nhất thiết hữu bộ. Ngày nay chỉ còn 2 hệ Tiểu thừa này có mặt trên thế giới.

3. Từ ít lâu nay người ta có khuynh hướng tránh dùng từ ngữ "Tiểu thừa" vì một số người không thông hiểu Phật pháp kỹ càng có thể cảm thấy bị tổn thương. Do đó, 2 khái niệm Phật giáo Bắc Tông và Phật giáo Nam Tông ra đời.

4. Giáo lý được phân làm hai truyền thống theo địa lý, truyền thừa, và được gọi là Phật giáo Bắc tông và Phật giáo Nam tông. Sử dụng từ ngữ Bắc tông và Nam tông nói lên tính xuyên suốt của cây đại thọ, giáo lý đạo Phật.

5. Mặc dù truyền thống Bắc Tông và Nam Tông có những khác biệt, tuy nhiên, những khác biệt ấy không cơ bản. Trái lại, những điểm tương đồng lại rất cơ bản như sau:

a/. Cả hai đều nhìn nhận Đức Phật là bậc Đạo sư.

b/. Cả hai đều chấp nhận và hành trì giáo lý Tứ thánh đế, Bát chính đạo, Duyên khởi...; đều chấp nhận Tam pháp ấn Vô thường, Khổ, Vô ngã; đều chấp nhận con đường tu tập: Giới-Định-Tuệ.

c/. Cả hai đều từ chối về một đấng tối cao sáng tạo và ngự trị thế giới.

Tóm lại, Kinh tạng Nguyên thủy, nếu còn hiện hữu, phải là kinh tạng ghi chép lại những lời Phật và Thánh chúng một cách đầy đủ nhất. Kinh tạng này mang tính thiết thực gần gũi với tâm lý con người và sự sinh hoạt của xã hội. Đây là cơ sở giáo lý mà chúng ta lấy làm nền tảng cho mọi nghiên cứu, thực tập và nhất là hiểu một cách đúng đắn tư tưởng đạo Phật phát triển.

Tuy nhiên, trải qua hơn 400 năm khẩu truyền và hơn 2000 năm truyền bá, kinh giáo không tránh khỏi sự thiếu sót hoặc thêm thắt của người thọ trì, nghĩa là vẫn không mang tính Nguyên thủy thuần túy. Thực vậy, hiện nay không còn kinh điển nào có thể gọi là "kinh điển nguyên thuỷ". Vì thế, đừng nên lầm lẫn mà cho rằng đó là kinh điển của Thượng toạ bộ!

Nghiên cứu kinh điển Phát triển mà không nắm vững hệ thống Nguyên thủy thì độ chuẩn xác không cao. Nếu coi Kinh tạng Nguyên thủy là "thấp kém" thì rất là sai lầm và nguy hiểm. Cây đại thọ giáo pháp phải là một cây hoàn hảo từ gốc rễ cho đến ngọn ngành. Và vì kinh điển nguyên thuỷ không còn hiện hữu, người nghiên cứu kinh điển nên tham khảo và đối chiếu kinh điển của mọi tông phái, trước khi đi đến kết luận dứt khoát về một chủ đề nào đó trong giáo lý Phật đà.

MẬT TÔNG: Mật tông hay Kim cương thừa. Khác với các bộ phái khác, Mật tông thường có khuynh hướng giữ bí mật các thông tin nên khó xác định được chính xác thời điểm ra đời của tông này. Nó xuất hiện vào khoảng thế kỷ thứ 6, hay chắc chắn hơn là thế kỷ thứ 7. Phái này chia sẻ chung nhiều tư tưởng với Đại thừa nhưng có nhấn mạnh trong việc thực hành. Các truyền giảng được tập trung vào nhiều phương pháp tu học thực

nghiệm mãnh liệt để đẩy nhanh việc thăng tiến và có thể ngay trong cuộc sống hiện tại sẽ đạt được giác ngộ các thực nghiệm này thường được gọi là phương tiện. Trong Mật tông, việc tu tập không thể tự tiến hành theo sách vở mà phải có một đạo sư đã giác ngộ gọi là "guru" để chỉ dẫn thực hành. (Chữ guru này nay đã trở thành phổ biến trong Anh ngữ và có nghĩa là người thấu triệt toàn bộ một việc gì đó).

Mật tông có rất nhiều phương tiện trong đó bao gồm cả những kỹ thuật được nhiều người biết đến là:

Mandala - Một nghệ thuật đặc thù của Phật giáo Tây Tạng. Mật tông cho rằng có sự tương đương giữa bản thể người và vũ trụ. Đó là hệ thống đại vũ trụ (macrocosm) và hệ thống tiểu vũ trụ (microcosm). Về hình thức thì mandala là các đồ hình nghệ thuật bao gồm các hoa văn tròn hay vuông đồng tâm được làm hoàn toàn bằng tay với cát màu do nhiều người họp lại và tiến hành trong vài ngày. Về ý nghĩa thì các vòng hoa văn là các hành trình tinh thần và sự quan sát hoàn tất các hành trình làm thức tỉnh các năng lực tinh thần đang bị chôn sâu trong tàng thức của hành giả. Mandala được xem là nghệ thuật độc đáo của Phật giáo.

Mantra - Đây là các chú (hay thần chú). Nội dung trong các chú được viết nguyên gốc tiếng Phạn (Sanskrit) được tin là có chứa đầy đặc các ý nghĩa thâm sâu và năng lực huyền diệu. Chúng có thể được đọc, minh họa hình, hay viết ra. Thần chú nổi tiếng nhất là "Om Mani Padme Hum". Theo Mật tông, mantra sẽ hiệu nghiệm nếu như hành giả theo đúng các qui luật của nó.

Mudra - Là các thủ ấn (hay nôm na là "bắt ấn"). Thủ ấn được coi là một biểu tượng cho Phật hay Bồ tát. Số lượng thủ ấn là không đếm được vì nó ứng với số lượng Phật hay Bồ tát. Thủ ấn không chỉ là biểu tượng mà còn có khả năng phát huy năng lực tinh thần. Tuy nhiên, muốn tiến hành một thủ ấn thì phải đồng bộ quá trình này với tâm.

Các pháp môn hành trì khác ít được biết đến hơn là Chân ngôn, Thần thể, Đại thủ ấn, Ngũ Trí Như Lai, Kim cương chử và Kiền trùy.

CHÙA BẮC TỐNG - Việc thờ phượng như sau:

Trên cùng: thờ tượng tam thế gồm 3 vị Phật giống nhau tượng trưng cho Phật Quá Khứ, Hiện Tại và Vị Lai.

Bậc thứ nhì, thờ tượng Phật A-Di-Đà với 2 phụ tá là Quan Thế Âm và Bồ Tát Đại Thế Chí. Đó là Di Đà Tam Tôn hay Tây Phương Tam Thánh.

Bậc thứ ba là tượng Phật Thích Ca, 2 bên là Bồ Tát Văn Thù (Đại Trí) cưỡi sư tử xanh, và Bồ Tát Phổ Hiền (Đại Hạnh) cưỡi voi trắng. Đó là Tam Thánh.

Có chùa thờ đức Thích Ca tay cầm hoa sen (gọi là tượng Niêm Hoa), 2 bên có 2 đệ tử đứng: Ngài Ca Diếp (già) và Ngài A-Nan (trẻ). Đó là Thích Ca Tam Thánh.

Tượng Đức Di Lặc, vị Phật Tương Lai, chung quanh có 6 đứa trẻ, đó là 6 tên giặc tức lục tặc; tượng trưng cho 6 căn: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý là những thứ làm cho con người chạy theo cảnh, do đó mà gây nên nghiệp (nếu thấy có 5 tên giặc, bớt đi ý, vì nó vô

hình).

Tượng Tuyết sơn: tượng Thích Ca gầy gò khi đang tu khổ hạnh. Ít khi thấy 2 vị phụ tá cuả ngài Di Lặc: 2 Bồ Tát Pháp Hoa Lâm và Đại Diệu Tường. Nếu có cả 3 thì gọi là Di Lặc Tam Tôn.

Ngoài ra còn tượng Thích Ca sơ sinh, một tay chỉ lên trời, một tay chỉ xuống đất.

Hai bên có 2 vị ngồi trên ngôi, y phục vua, đội mũ vuông, đó là vua Đế Thích coi 32 tầng trời miền Đao Lỵ và vua Đại Phạm Thiên coi tam thiên đại thiên thế giới cõi Ta Bà (kinh Tàu gọi là Ngọc Hoàng Thượng Đế). Có chùa thay

bằng Nam Tào và Bắc Đẩu. Hai bên chánh điện thường là 2 vị Bồ Tát: Đức Quan Thế Âm và Đức Địa Tạng.

Ngài Địa Tạng cưỡi con lân, tay phải cầm kích trượng để phá địa ngục cứu tội đồ, tay trái cầm hạt minh châu soi đường. Ở đầu kích trượng là 4 vòng bán nguyệt, tượng trưng Tứ Diệu Đế; mỗi vòng mang 3 khoen, tất cả 12 khoen, tượng trưng Thập Nhị Nhân Duyên. Nếu thấy Ngài Quan Âm với 1000 tay, mỗi tay có 1 con mắt: tượng Quan Thế Âm Thiên Thủ, Thiên Nhãn…

Hai bên bái đường có tượng 2 vị Hộ Pháp mặc võ phục: ông Khuyến Thiện và ông Trừng Ác. Gọi tắt là ông Thiện, ông Ác.

Bàn thờ Đức Ông chính là bàn thờ Thổ Thần trông nôm đất đai, tài sản của chùa…Bàn thờ Long Vương thờ vua Rồng đã quy y Phật.

Sau bái đường có bàn thờ Tổ Đề Đạt Ma, bàn thờ các vị tổ sáng lập tông phái và chùa, và bàn thờ vong thờ những Phật tử quá vãng, có cả bàn thờ Phật tử vị pháp vong thân…

Chùa nào rộng, cho vẽ thêm hình Thập Điện Diêm Vương và Thập Lục hoặc Thập Bát La Hán…

Thousand Arms Avalokiteshvara - THIÊN THỦ THIÊN NHÃN

Avalokiteshvara , in the beginning of his Bodhisattva career, took a great vow “Should He Ever become disheartened in saving sentient beings, may his body shatter into a thousand pieces.” and due to this vow, he became the symbol of Overwhelming compassion and determination. But despite his great effort and will, many countless beings are suffering and they are yet to saved. He became so disheartened that despite his vow he couldn’t fulfill them. His head shattered in 11 pieces but seeing his great difficulty, Amitabha Buddha gave him 11 heads so that he could hear the cries and needs of sentient beings of the world who are still suffering. He just didn’t give up but his two hands were limited to provide aid to those needed and his hands shattered into pieces. Once again Amitabha Buddha, with his miraculous power gave Avalokiteshvara, a new form, where he has 1000 hands of Compassion and eye of Wisdom in each palm and 11 heads to hear the cries of sentient beings.

THIÊN THỦ THIÊN NHÃN

Tương truyền vô lượng kiếp về trước có một ngàn thái tử phát tâm Bồ đề nguyện thành Phật. Một vị nguyện thành Phật, đó là Phật Thích Ca như đã biết. Nhưng Quán Tự Tại thì nguyện sẽ không đạt thành Chính giác khi cả ngàn thái tử chưa thành! Với tâm đại bi vô biên, ngài còn nguyện giải thoát tất cả chúng sinh ra khỏi chỗ sinh tử luân hồi trong lục đạo. Trước mười phương chư Phật, ngài phát nguyện: ”Nguyện cho con cứu giúp được tất cả hữu tình, và nếu có khi nào con mệt mỏi trong công việc lớn lao này thì nguyện cho thân con tan thành ngàn mảnh”.

Đầu tiên ngài xuống cõi địa ngục, tiến lên dần đến cõi ngạ quỷ, cho đến các cõi trời. Từ đấy ngài tình cờ nhìn xuống và trông thấy than ôi, mặc dù ngài đã cứu vô số chúng sinh thoát khỏi địa ngục, vẫn còn vô số khác đang sa vào! Điều này làm cho ngài đau buồn vô tận, trong lúc ngài gần như mất tất cả niềm tin vào lời nguyện vĩ đại mà ngài đã phát dạo nào thì thân thể ngài nổ tung thành ngàn mảnh…Trong cơn tuyệt vọng ngài kêu cứu tất cả chư Phật, những vị này từ mười phương thế giới đều bay đến như mưa tuyết để tiếp cứu. Với thần lực mầu nhiệm, chư Phật làm cho ngài hiện toàn thân trở lại và từ đấy Quán Tự Tại có 11 cái đầu, một ngàn cánh tay. Trên mỗi lòng bàn tay có một con mắt. Ý nghĩa sự phối hợp giữa trí tuệ và phương tiện thiện xảo là dấu hiệu của đại bi chân thực. Vì thế ngài còn sáng chói rực rỡ và có nhiều năng lực hơn trước để cứu giúp tất cả chúng sinh. Tâm đại bi của ngài càng mãnh liệt hơn và ngài phát lời nguyện này trước chư Phật: “con nguyền không thành Chánh giác khi tất cả chúng sinh chưa thành”.

Cũng tương truyền rằng vì đau buồn trước nỗi khổ sinh tử luân hồi. hai giọt nước mắt đã rơi từ đôi mắt ngài, và chư Phật đã làm phép biến hai giọt nước mắt ấy thành hai nữ thần Tara. Một nữ thần có màu xanh lục (Green Tara): năng lực cuả tâm đại bi, và một nữ thần có màu trắng (White Tara): tượng trưng mẹ hiền cuả tâm đại bi. Tara có nghiã là người giải cứu, người giúp chúng ta vượt qua biển sinh tử.

Theo kinh điển đại thừa, chính Quán Tự Tại đã cho đức Phật câu thần chú và đức Phật trở lại giao phó cho ngài công việc cao quý đặc biệt là cứu giúp tất cả chúng sinh tiến đến giác ngộ. Vào lúc ấy, chư thiên tung hoa xuống ca ngợi hai ngài, quả đất chấn động, và không trung vang lên âm thanh OM MANI PADME HUM HRIH. Chủng tự HRIH là tinh yếu tâm đại bi cuả tất cả chư Phật, là chất xúc tác đã khởi động tâm đại bi chư Phật để chuyển hóa các phiền não của ta thành bản chất trí tuệ của các ngài… Có câu thơ về ngài, ý nghiã như sau:

“Quán Thế Âm như vầng trăng, với ánh sáng mát dịu, dập tắt những thiêu đốt cuả sinh tử. Trong ánh sáng ấy, đóa sen từ bi - loại hoa nở về đêm- mở ra những cánh trắng tinh khôi ”.

CHÚ ĐẠI-BI

Thiên thủ thiên nhãn vô ngại đại-bi tâm đà-la-ni. Nam-mô hắc ra đát na, đa ra dạ da.

Nam-mô a rị da, bà lô yết đế, thước bát ra da, Bồ-đề tát đỏa bà da, ma ha tát đỏa bà da, ma ha ca lô ni ca da, án, tát bàn ra phạt duệ số đát na đát tỏa. Nam-mô tất kiết lật đỏa y mông a rị da, bà lô kiết đế thất Phật ra lăng đà bà. Nam-mô na ra cẩn trì hê rị ma ha

bàn đa sa mế, tát bà a tha đậu thâu bằng, a thệ dựng, tát bà tát đa, na ma bà già, ma phạt đạt đậu, đát điệt tha. Án a bà lô hê, lô ca đế, ca ra đế, di hê rị, ma ha bồ-đề tát đỏa, tát bà tát bà, ma ra ma ra, ma hê ma hê, rị đà dựng, cu lô cu lô kiết mông, độ lô độ lô, phạt xà da đế, ma ha phạt xà da đế, đà ra đà ra, địa rị ni, thất Phật ra da, dá ra dá ra. Mạ mạ phạt ma ra, mục đế lệ, y hê y hê, thất na thất na a ra sâm Phật ra xá-lợi, phạt sa phạt sâm, Phật ra xá da, hô lô hô lô ma ra, hô lô hô lô hê rị, ta ra ta ra, tất rị tất rị, tô rô tô rô, bồ-đề dạ, bồ-đề dạ, bồ-đà dạ, bồ-đà dạ, di đế rị dạ, na ra cẩn trì địa rị sắc ni na, ba dạ ma na ta bà ha. Tất đà dạ ta bà ha. Ma ha tất đà dạ ta bà ha. Tất đà du nghệ thất bàn ra dạ, ta bà ha. Na ra cẩn trì ta bà ha. Ma ra na ra ta bà ha. Tất ra tăng a mục khê da, ta bà ha. Ta bà ma ha, a tất đà dạ, ta bà ha. Giả kiết ra a tất đà dạ, ta bà ha. Ba đà ma yết tất đà dạ, ta bà ha. Na ra cẩn trì bàn đà ra dạ, ta bà ha. Ma bà lị thắng yết ra dạ, ta bà ha.

Nam-mô hắc ra đát na, đa ra dạ da. Nam-mô a rị da, bà lô yết đế, thước bàng ra dạ, ta bà ha. Án tất điện đô, mạn đa ra, bạt đà dạ, ta bà ha. (3 lần)

Chú Đại Bi giảng giải

1. Nam Mô Hắc La Đát Na Đa La Dạ Gia.

"Nam Mô Hắc La Đát Na Đa La Dạ Gia": Nam Mô: Là "quy mạng kính đầu", Hắc La Đát Na: Là "Bảo"; Đa La Dạ: Là "Tam"; Gia: Là "lễ". Hợp lại nghĩa là nói dùng thân tâm tính mạng của chúng ta quy y cho mười phương ba đời vô tận vô tận Tam Bảo, chúng ta cúi đầu đảnh lễ Tam Bảo.

2. Nam Mô A Lợi Gia.

"Nam Mô": Nghĩa vẫn giống như ở trước, tức là "quy y kính đầu". "A Lợi Gia": ‘A Lợi’ dịch là "bậc Thánh"; Bậc Thánh còn có một ý nghĩa là "xa lìa tất cả pháp ác bất thiện". Pháp ác bất thiện là đủ thứ các điều ác. "Gia" vẫn là "lễ". Kính lễ bậc Thánh, đó là ý nghĩa "A Lợi Gia".

3. Bà Lô Yết Đế Thước Bát La Gia.

"Bà Lô Yết Đế": Dịch ra nghĩa là gì? Tức là "Quán" của Quán Thế Âm Bồ Tát, còn dịch là "quang", tức là quang minh biến chiếu. Còn có một lối dịch khác nữa gọi là "sở quán sát"; sở quán sát cảnh giới này. "Thước Bát La Gia": Nghĩa là "tự tại", câu này hợp lại là "Quán Tự Tại", cũng là Bồ Tát Quán Tự Tại.

4. Bồ Đề Tát Đỏa Bà Gia.

"Bồ Đề": Chúng ta ai cũng biết bồ đề tức là giác, tiếng Phạn gọi là "bồ đề", giác ở đây là giác ngộ. "Tát Đỏa": Tức là "độ". Bồ Đề Tát Đỏa nói đơn giản là "Bồ Tát", tức là chúng sinh tự giác tự độ; tự mình giác ngộ, tự mình độ mình. "Bà Gia": Là "đảnh lễ"; "Gia": Nghĩa là cúi đầu đảnh lễ. Cúi đầu đảnh lễ ai? Cúi đầu đảnh lễ Bồ Tát tự giác tự độ". Câu này nói về "Bất Không La Tác Bồ Tát áp đại binh". Khi bạn tụng câu Chú này thì Bồ Tát Bất Không La Tác mang thiên binh thiên tướng đến để bảo vệ bạn.

5. Ma Ha Tát Đỏa Bà Gia.

"Ma Ha": Là "đại", là "nhiều", là "thắng". "Ma Ha" là nói người phát đại bồ đề tâm; rất nhiều người phát đại bồ đề tâm, đều đắc được thành tựu, được thắng lợi. Có ba ý nghĩa này.

"Tát Đỏa": "Tát Đỏa" ở đây với Tát Đỏa ở trước nghĩa chẳng giống nhau. "Tát Đỏa" ở trước nghĩa là "độ"; "Tát Đỏa" ở đây nghĩa là "bậc dũng mãnh", tức cũng là 'bậc tinh tấn', chúng sinh tu hành rất dụng công tinh tấn.

"Bà Gia": Tức là "hướng về Ngài đảnh lễ". Tôi hướng về vị Bồ Tát phát bồ đề tâm đó, vị dũng mãnh tinh tấn đó để cúi đầu đảnh lễ. Đây là ý nghĩa mấy đoạn Chú ở trên đây, tức là nói về Bồ Tát hay tự mình giác ngộ rồi, chúng sinh tự mình độ mình và còn giác ngộ kẻ khác, độ tất cả chúng sinh khác.

6, Ma Ha Ca Lô Ni Ca Gia.

"Ma Ha": Nghĩa vẫn là "đại, nhiều, thắng", ba ý nghĩa. "Ca Lô": Là "bi", "Ni Ca": Là "tâm". Hợp lại tức là "Đại Bi Tâm". "Gia": Vẫn là "đảnh lễ". Ý nói chúng ta phải đảnh lễ Đại Bi Tâm Đà La Ni Thần Chú.

7. Án.

Chữ "Án" này dịch ra gọi là "bổn mẫu", "bổn" tức là căn bổn, mẫu tức là mẫu thân. "Bổn mẫu" này tức cũng là "Chú mẫu"; "Chú mẫu" tức cũng là "Phật mẫu"; "Phật mẫu" tức cũng là "tâm mẫu của chúng sinh". Vì tâm mẫu của chúng sinh đầy đủ bổn mẫu trí huệ; nhờ sức của Chú này mà hay sinh ra mười thứ pháp môn.

8. Tát Bàn La Phạt Duệ.

"Tát Bàn La": Dịch là "tự tại". Bạn tụng trì câu Chú này thì Tứ Đại Thiên Vương đều đến làm hộ pháp. "Phạt Duệ": Nghĩa là "Thế Tôn", cũng gọi là "Thánh Tôn". Đây là Tự Tại Phật, câu Chú này là Phật Bảo.

9. Số Đát Na Đát Toả.

"Số Đát Na": Là "Pháp". Pháp gì ? Tức gọi là "diệu thắng xứ", tức cũng là "diệu thắng pháp". Lại gọi là "cao thượng thắng sinh". Cao ở đây chẳng có gì cao hơn được; thượng cũng chẳng có gì sánh với Pháp thượng thắng này; thắng sinh là do thắng lực sinh ra pháp.

"Đát Tỏa": Tức là dùng giáo lý để sai khiến tất cả quỷ thần, tức cũng là dùng câu Chú này để sai bảo tất cả quỷ thần, tức có hai ý nghĩa.

10.Nam Mô Tất Kiết Lật Đỏa Y Mông A Lợi Gia.

Trên cũng Nam Mô, dưới cũng Nam Mô, Nam Mô, Nam Mô, cứ Nam Mô người mà chẳng Nam Mô mình. Người tu đạo chẳng cần đi Nam Mô người mà phải Nam Mô chính mình. Nam Mô ở đây vẫn là chính mình tự quy y mười phương vô tận Tam Bảo. "Tất Kiết Lợi": Là "hoàn toàn"; nghĩa là "hoàn toàn đảnh lễ".

"Đỏa Y Mông": Nghĩa là gì? Tức là "ta"; kêu bạn hoàn toàn đảnh lễ bạn. Cái "ta" ở đây là "ta" chẳng phải ta (vô ngã), chẳng phải ta "có cái ngã". Sao chẳng có bạn? Tức là họ

đánh bạn, bạn cũng chẳng biết đau; họ mắng bạn, bạn cũng vẫn tự nhiên, cũng giống như chẳng có việc gì xảy ra, không nhất định phải nhẫn, nếu bạn dùng "nhẫn nhục" thì đã rơi vào ‘đệ nhị nghĩa’; cho dù nhẫn cũng chẳng cần, căn bản chẳng có nhẫn để nhẫn, đó gọi là ta chẳng phải ta.

"A Lợi Gia": Ở trước đã giảng qua, tức là "Bậc Thánh"; nghĩa là phải hoàn toàn đảnh lễ Bậc Thánh của ta, tức là tất cả Bồ Tát Ma Ha Tát, tất cả Thiên Long Bát Bộ. Nghĩa là phải đảnh lễ Bậc Thánh của ta chẳng phải ta. Bậc Thánh đó rất nhiều, là ai? Sẽ nói với bạn ở sau.

11.Bà Lô Kiết Đế Thất Phật La Lăng Đà Bà.

"Bà Lô Kiết Đế": Nghĩa cũng là "Quán"; "Thất Phật La": Là "Tự Tại", còn gọi là "Thế Âm". Câu này nghĩa là "Quán Thế Âm", cũng là "Quán Tự Tại". "Quán Tự Tại", "Quán Thế Âm" này, không nhất định nói Quán Thế Âm Bồ Tát mới gọi là Quán Thế Âm, Quán Tự Tại.

"Lăng Đà Bà": Dịch là "hải đảo", tức là nơi trụ xứ của Bồ Tát Quán Thế Âm, tức cũng là "Phổ Đà Sơn" ở Trung Quốc.

Những gì nói ở trước là ‘người từ bi’, "Lăng Đà Bà" ở sau tức là ‘cung từ bi’; cung điện từ bi, là cung điện trụ xứ của Bồ Tát Quán Thế Âm.

12.Nam Mô Na La Cẩn Trì.

"Nam Mô": Ở đây vẫn là "quy mạng kính đầu". "Na La" dịch là "hiền"; "Cẩn Trì" dịch là "ái". Đây gọi là người tu hành hiền ái thiện hộ. Hiền ái thiện hộ

tức cũng là đại từ bi tâm, tức cũng là tâm cung kính, tức cũng như ở trước có nói về vô thượng bồ đề tâm.

Na La Cẩn Trì: Là đại từ bi tâm, Na La Cẩn Trì cũng là tâm cung kính, Na La Cẩn Trì còn là vô thượng bồ đề tâm. Ý nghĩa câu này đại biểu cho ba thứ tâm.

13. Hê Rị Ma Ha Bàn Đa Sa Mế.

"Hê Rị": Dịch ra nghĩa là "tâm". Tâm này là tâm gì? Tức là tâm chẳng nhiễm ô. Tâm chẳng nhiễm ô, tức cũng là tâm thanh tịnh. Nếu bạn có tâm tham, sân, si, mạn, nghi, đủ thứ tâm chẳng thanh tịnh thì biến thành tâm nhiễm ô. Hiện tại là tâm chẳng nhiễm ô.

"Ma Ha Bàn Đa Sa Mế". "Ma Ha": Ý nghĩa vẫn là ‘đại’ (lớn). "Bàn Đa Sa Mế": Nghĩa như thế nào? Tôi không nói ra thì chắc chắn bạn chẳng biết, cho nên tôi nói ra thì bạn mới biết. Một khi tôi nói ra thì bạn nói: "Ồ! Thì ra là thế". Bạn sẽ biết ngay. Đại gì? Đại quang minh. Còn có lối dịch khác nữa, nghĩa là gì? Chữ "Ma Ha" đại này cũng có thể dịch thành chữ "trường", trường chiếu minh, luôn luôn chiếu sáng.

14. Tát Bà A Tha Đậu Du Bằng.

"Tát Bà" : là tiếng Phạn, dịch là "tất cả". Tất cả ở đây nghĩa là "bình đẳng", do đó "Tát Bà" tức là nói "tâm bình đẳng".

"A Tha Đậu": Cũng là tiếng Phạn, dịch là "giàu sướng không nghèo". Giàu là giàu có, sướng là sung sướng. Tại sao giàu có sung sướng? Vì không nghèo. Đó là một lối dịch. Còn có một lối dịch khác là "như ý bất diệt". Như ý tức là bạn nghĩ gì thì theo ý của bạn mà thành tựu; bất diệt, nghĩa là thành tựu theo như ý, vĩnh viễn không tiêu diệt. Ở trong mười thứ tâm này, là nói về "tâm vô vi". Tâm vô vi này tức là giàu sướng không nghèo, cũng là như ý bất diệt.

"Du Bằng": Cũng là tiếng Phạn, dịch ra là "nghiêm tịnh vô ưu". Nghiêm tức là trang nghiêm; tịnh là thanh tịnh. Tức trang nghiêm lại thanh tịnh, thanh tịnh lại trang nghiêm, cho nên chẳng có ưu sầu. Nghĩa là nói về "tâm vô kiến thủ", kiến thủ là thuộc về một trong năm lợi sử, bạn nhìn thấy thì trong tâm có sự thủ trước nên gọi là tâm kiến thủ.

15. A Thệ Dựng.

"A Thệ Dựng": Cũng là đại Phạm Thiên, dịch ra là nghĩa gì? Tức là "pháp vô tỷ", pháp này chẳng có pháp nào sánh với nó. Còn gọi là "giáo vô tỷ", giáo này cũng chẳng có tôn giáo nào có thể sánh được. Trong mười thứ tâm thì thuộc về "tâm thấp kém", thấy ai cũng đều khiêm cung hòa mục và "tâm chẳng tạp loạn". Pháp này là pháp thanh tịnh chẳng nhiễm ô, tức cũng là Bát Nhã tâm pháp của Bồ Tát Quán Thế Âm. Chiếu theo Kinh Đại Bi Đà La Ni mà nói thì mười thứ tâm này là tướng mạo của Đà La Ni. Cho nên chúng ta hãy chiếu theo Kinh Đà La Ni để tu hành, chiếu theo Kinh Đà La Ni để thành đạo chứng quả.

16. Tát Bà Tát Đa, Na Ma Bà Tát Đa, Na Ma Bà Già.

"Tát Bà Tát Đa" là tiếng Phạn, dịch là "Bồ Tát Đại Thân Tâm". "Na Ma Bà Tát Đa" cũng là tiếng Phạn, dịch là "Đồng Trinh Khai Sĩ". Đồng Trinh Khai Sĩ là gì? Tức cũng là một tên khác của Pháp Vương Tử. Phật là Đấng Pháp Vương, Bồ Tát là con của Đấng Pháp Vương. Đồng Trinh, tức là "bản tánh". Khai Sĩ cũng là tên khác của Bồ Tát; Bồ Tát có khi gọi là Đại Sĩ, có khi gọi là Khai Sĩ. Bồ Tát nhập vào Phật vị, cho đến Bồ Tát Thập Địa cũng đều gọi là Pháp Vương Tử.

"Na Ma Bà Già": Na Ma cũng là tiếng Phạn, dịch là "Vô Đẳng Đẳng Chú". Trong Tâm Kinh có phải có "Vô Đẳng Đẳng Chú" chăng? Vô đẳng tức là chẳng có gì có thể bình đẳng được với Ngài, Ngài là ai? là "Bà Già". Bà Già cũng là tiếng Phạn, dịch là "Thế Tôn", tức cũng là mười phương chư Phật.

17. Ma Phạt Đạt Đậu.

"Ma Phạt Đạt Đậu" là tiếng Phạn, dịch là "thiên thân thế hữu". Ý nghĩa câu Chú này là Bồ Tát gia bị cho ta, hộ trì ta, làm thiên thân với ta; thế hữu là bằng hữu thế gian, thành tựu tất cả các pháp, hết thảy tất cả các pháp lành đều có thể thành tựu. Câu Chú này là cầu chư Phật Bồ Tát đến gia hộ cho mình.

18. Đát Điệt Tha, Án.

"Đát Điệt Tha" lại là Tiếng Phạn, dịch ra là gì? Tức là trong Tâm Kinh có nói "Tức Thuyết Chú Viết". Tức Thuyết Chú Viết tức là Đát Điệt Tha; Đát Điệt Tha cũng là Tức Thuyết Chú Viết (Chú ấy nói rằng). Đát Điệt Tha lại dịch là "sở vị".

"Án": Ở trên đã giảng rồi. Bạn đọc chữ Án này thì tất cả quỷ thần đều chắp tay cung kính, nghe hiệu lệnh của bạn. Chữ Án này sinh ra những ý nghĩa dưới đây.

19. A Bà Lô Hê.

"A Bà Lô Hê" cũng là tiếng Phạn, dịch là "Quán Âm". A Bà Lô Hê tức là Quán Âm; Quán Âm cũng là A Bà Lô Hê, tôi tin rằng A Bà Lô Hê tức là Avalokite, âm cũng gần giống nhau.

20. Lô Ca Đế.

"Lô Ca Đế" cũng là tiếng Phạn, dịch ra là "Quán Tự Tại", lại dịch là "Thế Tôn". Hợp lại với câu Chú ở trên là "Quán Âm Tự Tại".

21. Ca La Đế.

"Ca La Đế" dịch ra là "Bậc Đại Bi". Bậc Đại Bi này Ngài hay cứu tất cả mọi khổ nạn thế gian, hay giải trừ tất cả khổ nạn của hết thảy chúng sinh. Lại có lối dịch khác là "Tác Giả", Ngài hay làm đạo nghiệp hưng lên, khiến cho tất cả chúng sinh đều phát tâm bồ đề, làm Phật sự lớn mà thành tựu đạo nghiệp.

22. Di Hê Rị.

"Di Hê Rị" cũng là tiếng Phạn, dịch ra là "Thuận giáo", nghĩa là nói ta nhất định nghe đại Bồ Tát Quán Thế Âm giáo hóa, ta nhất định thuận theo sự giáo hóa của Bồ Tát Quán Thế Âm đi giáo hóa chúng sinh; ta nhất định sẽ y giáo phụng hành, y theo sự giáo hóa của Bồ Tát Quán Thế Âm để thực hành.

23. Ma Ha Bồ Đề Tát Đỏa.

Ma Ha: Là "đại". Bồ Đề: Là "giác đạo". Tát Đỏa: Là "Bậc Đại Dũng Mãnh". Câu này là một vị Bồ Tát đại giác ngộ, dũng mãnh, phát đại bồ đề tâm, tu hạnh đại bồ đề. Phát đại bồ đề tâm tức là trồng nhân đại bồ đề; tu hạnh đại bồ đề tức là vun bồi tưới nước mầm bồ đề của bạn, sẽ kết quả đại bồ đề, đắc được đạo bồ đề.

24. Tát Bà Tát Bà.

Các bạn có biết câu Chú này thuộc về Thủ Nhãn nào chăng? "Tát Bà Tát Bà", là tiếng Phạn, dịch ra là "Nhất thiết lợi lạc". Nhất thiết là tất cả, bạn tu Thủ Nhãn (tay mắt) này thì có thể lợi lạc cho tất cả chúng sinh.

25. Ma La Ma La.

Hai câu Chú này là tiếng Phạn, dịch ra nghĩa là "tăng trưởng", cũng gọi là "như ý", cũng gọi là "tùy ý". Tăng trưởng cái gì? Tăng trưởng phước huệ. Như ý về cái gì? Tức là tùy tâm như ý, cát tường như ý.

26. Ma Hê Ma Hê, Rị Đà Dựng.

"Ma Hê Ma Hê" là tiếng Phạn, dịch ra là "vô ngôn cực ý". Vô ngôn là không cần nói; cực ý là ý niệm đã đến cực điểm, tức cũng là "diệu", lại dịch ra là "tự tại". Có ai tự tại chăng? Có vị Đại Phạm Thiên Vương rất tự tại, chẳng sầu chẳng lo, chẳng suy chẳng nghĩ, suốt ngày đều hoan hỉ. Thủ Nhãn này là Ngũ Sắc Vân Thủ Nhãn, trong tay nâng mây năm màu, cho nên rất tự tại. Nghĩ ra thì dụng đồ này cũng vô lượng vô biên, cũng tự tại diệu dụng vô cùng.

"Rị Đà Dựng" là 'Thanh Liên Hoa Thủ', dịch ra là "liên hoa tâm". Nếu bạn tu Liên Hoa Thủ này thành công thì sẽ có hương thơm thanh liên hoa (hoa sen xanh), hay đến khen ngợi mười phương chư Phật, cũng rất vi diệu, không thể nghĩ bàn; thật có thể nói là: "Diệu pháp thâm sâu vô thượng, trăm ngàn ức kiếp khó gặp được".

27. Câu Lô Câu Lô Yết Mông.

"Câu Lô Câu Lô" cũng là tiếng Phạn, dịch ra là "tát pháp", còn có ý nghĩa nữa là "tát dụng trang nghiêm", còn có một ý nghĩa nữa là "thổi loa kiết giới". Đây là Bảo Loa Thủ Nhãn.

Yết Mông" cũng là tiếng Phạn, đây là tiếng Phạn của Đại Phạm Thiên, chứ chẳng phải tiếng Phạn Ấn Độ, vì văn Ấn Độ cũng căn cứ Phạm văn của Đại Phạm Thiên. Tiếng Phạn gọi là Yết Mông, dịch ra là nghĩa gì? Tức gọi là "biện sự". Biện là biện lý, sự là tất cả mọi sự việc. Còn có lối dịch khác là "công đức". Biện sự gì? Tức làm việc công đức, làm việc công đức này là việc công đức lợi ích cho người. Lợi ích cho người cũng là lợi ích chính mình, cũng là việc của Bồ Tát tự lợi lợi tha, tự giác giác tha. Làm các việc công đức, các công đức tức là hết thảy tất cả lục độ vạn hạnh đều bao quát ở trong đó. Dùng gì để tu lục độ vạn hạnh? Tức là dùng Bạch Liên Hoa Thủ Nhãn.

28. Độ Lô Độ Lô, Phạt Xà Gia Đế.

"Độ Lô Độ Lô" cũng là tiếng Phạn, dịch ra là "độ hải". Độ hải là gì? Tức là qua khỏi biển khổ sinh tử. Còn có lối dịch khác nữa nghĩa là "minh tịnh", quang minh mà thanh tịnh. Còn có lối dịch khác nghĩa là "đến bờ", tức là qua khỏi biển khổ sinh tử, đến được bờ kia. Bạn có trí huệ quang minh thì đắc được bổn thể thanh tịnh, đến được bờ Niết Bàn bên kia. "Độ Lô Độ Lô" tức là ý nghĩa này.

"Phạt Xà Gia Đế". Đây là Bàng Bài Thủ. Phạt Xà Gia Đế là tiếng Phạn, dịch ra nghĩa là "quảng bác nghiêm tịnh", tức là vừa quảng bác vừa nghiêm tịnh. Còn có lối dịch khác nghĩa là "quảng đại". Lại có lối dịch khác nữa, nghĩa là "độ sinh tử". Nếu bạn tu Bàng Bài Thủ thì có thể độ sinh tử; bạn chẳng tu Bàng Bài Thủ thì không thể độ sinh tử. Cho nên có Bàng Bài Thủ thì bạn có thể qua được biển khổ sinh tử, xuyên qua dòng phiền não, đạt đến bờ Niết Bàn bên kia.

29. Ma Ha Phạt Xà Gia Đế.

"Ma Ha Phạt Xà Gia Đế", dịch ra nghĩa là "tối thắng, quảng đại, pháp đạo". Trong đó nói pháp cũng lớn, cũng tối thắng, đạo cũng lớn, cũng tối thắng; là pháp đạo tối thắng, quảng đại.

30. Đà La Đà La.

Đà La Đà La dịch ra là "năng tổng ấn trì". Nghĩa là hay tổng ấn trì tất cả tâm chúng sinh. Bồ Tát Quán Thế Âm dùng Cam Lồ Thủ Nhãn, Dương Chi Thủ và Tịnh Bình Thủ hợp lại để cứu độ khắp tất cả chúng sinh.

31. Địa Lị Ni.

"Địa Lị Ni" cũng là tiếng Phạn, dịch ra có rất nhiều nghĩa. Nghĩa thứ nhất là "thâm dũng", rất có dũng khí, còn có ý nghĩa là "tịch diệt". Thâm dũng là tướng động, còn tịch diệt là tướng tĩnh. Còn có ý nghĩa nữa là "khiết tịnh", ý nghĩa nữa gọi là "giá trì", còn gọi là "tồi khai". Tức là tất cả các điều ác, nghiệp chướng đều phá sạch; giá trì tất cả điều bất thiện, phụng hành tất cả các điều thiện.

32. Thất Phật La Gia.

"Thất Phật La Gia" là tiếng Phạn, bạn niệm một tiếng "Thất Phật La Gia" thì trong vũ trụ đều có một luồng điện sáng. Bạn niệm một tiếng "Thất Phật La Gia" thì giống như sẹt một ánh chớp, phóng một luồng điện sáng. "Thất Phật La Gia" dịch ra nghĩa là "phóng quang", còn gọi là "Quán Tự Tại". "Thất Phật La Gia" tôi tin rằng là chữ Shvara của Avalokiteshvara, ý nghĩa là "tự tại". Quán Tự Tại, bạn phải quán thì mới có thể tự tại; bạn không quán thì chẳng tự tại. Quán cái gì? Chẳng phải hướng ra ngoài quán, mà là hướng vào bên trong để quán; quán tự tại tức là quán sát chính bạn tại hay bất tại. Bạn tự quán sát chủ nhân ông của bạn tại hay bất tại? Bạn quán sát tự tính của bạn tại hay bất tại? Bạn quán sát chân tâm của bạn tại hay bất tại? Thường trụ chân tâm, tính tịnh minh thể này tại hay bất tại? Nếu tại thì tự tại, nếu bất tại thì chẳng tự tại. Nếu chẳng tự tại, đã chạy đi đâu thì bạn tự hỏi mình "bạn chạy đi đến đâu?" tức là quán tự tại.

33. Giá La Giá La.

"Giá La Giá La" cũng là tiếng Phạn, dịch ra gọi là "hành động", tức là ta có hành động. Có hành động gì? Tức là "có những hiệu lệnh". Ở trong quân đội hành quân thì gọi là hành động, chúng ta đi đường cũng gọi là hành động. Hành động của chúng ta là một thứ mệnh lệnh, kêu chúng ta đi làm việc gì, thì đó là một thứ "hiệu lệnh". Hiệu lệnh kêu bạn đi làm việc gì đó thì bạn phải đi làm, nếu bạn không đi làm thì trái ngược với mệnh lệnh.

34. Ma Ma, Phạt Ma La.

"Ma Ma" cũng là tiếng Phạn, dịch ra nghĩa là "ngã sở". Ở trên là một thứ âm nhạc, có sự hành động, đây là ngã sở, việc của tôi làm đều phải thành tựu.

"Phạt Ma La": Câu này là "hàng ma kim cang", trong tay cầm một cái kim luân, vì đây là một vị Kim Cang, thân có thể biến lớn như núi Tu Di.

35. Mục Đế Lệ.

"Mục Đế Lệ" cũng là tiếng Phạn, dịch ra nghĩa là "giải thoát". Giải thoát cái gì? Giải thoát tất cả khổ nạn, giải thoát tất cả bệnh tật, giải thoát tất cả việc bất như ý. Cho nên Bồ Tát Quán Thế Âm dùng nhành dương liễu để giải thoát mọi bệnh tật của chúng sinh,

giải thoát những hoạn nạn của chúng sinh, giải thoát những việc bất như ý của chúng sinh.

36. Y Hê Di Hê.

"Y Hê Di Hê" là "Độc Lâu Trượng Thủ", dịch ra là "thuận triệu, thuận giáo". Tức là bạn kêu họ thì họ sẽ nghe lời kêu của bạn, bạn dạy họ thì họ cũng y giáo phụng hành. Còn có một ý nghĩa nữa là "tâm đáo", tức là trong tâm bạn nghĩ đến cái gì thì sẽ thành tựu cái đó.

37. Thất Na Thất Na.

"Thất Na Thất Na" cũng là tiếng Phạn, dịch ra nghĩa là "đại trí huệ", còn gọi là "hoằng thệ nguyện".

38. A La Sâm, Phật La Xá Lị.

"A La Sâm" cũng là tiếng Phạn, dịch ra nghĩa là "chuyển luân pháp vương". Chuyển là vận chuyển, luân là bánh xe pháp, tức là Đấng Pháp Vương chuyển bánh xe pháp. Chuyển đại pháp luân là luôn luôn diễn nói diệu pháp đại thừa, đạo lý nói ra rất thâm sâu vi diệu, những người khác nói không được vi diệu pháp mà bạn giảng giải rất tỉ mỉ, đó gọi là chuyển luân pháp vương.

39. Phạt Sa Phạt Sâm.

"Phạt Sa Phạt Sâm" cũng là tiếng Phạn, dịch ra nghĩa là "hoan ngữ hoan tiếu", tức là thích nói, rất hoan hỉ nói. Còn có một ý nghĩa nữa, dịch ra là "Đại Trượng Phu"; còn có một ý nghĩa nữa, dịch ra là "Vô Thượng Sĩ", đó là ba ý nghĩa.

40. Phật La Xá Gia.

"Phật La Xá Gia". Ở trên là "Phật La Xá Lị", dịch ra nghĩa là "giác thân tử", còn "Phật La Xá Gia" dịch ra nghĩa là "tượng". Ý ở đây nói là nếu trong tâm của bạn giác ngộ thì làm con của Đấng Tượng Vương. Con của Đấng Tượng Vương tức cũng là Pháp Vương Tử (con của Đấng Pháp Vương), tương lai sẽ làm Đấng Pháp Vương tối cao, cho nên nói "giác tâm giác tượng vương", là ý nghĩa đại khái của câu Chú này.

41. Hô Lô Hô Lô Ma La.

"Hô Lô Hô Lô Ma La" cũng là tiếng Phạn, dịch ra nghĩa là "tác pháp, như ý", còn có ý nghĩa nữa là "tố pháp mạc ly ngã". Câu Chú này là "Kim Chạc Ngọc Hoàn Thủ Nhãn". Chúng ta tu 42 Thủ Nhãn gọi là "tác pháp". "Như ý" là toại tâm như ý. Bạn tu Thủ Nhãn này thành công rồi thì sẽ toại tâm như ý.

42. Hô Lô Hô Lô Hê Lị.

"Hô Lô Hô Lô Hê Lị": Câu Chú này cũng là tiếng Phạn, dịch ra nghĩa là "tác pháp vô niệm". Còn gọi là "tác pháp tự tại". Ở trên là tác pháp như ý, đây là tác pháp vô niệm. Như ý thì vẫn còn có một ý niệm; bây giờ vô niệm thì dù một niệm cũng chẳng có, tác pháp thì chẳng có bất cứ một niệm gì. Còn một niệm thì còn vọng tưởng, bạn chẳng còn niệm thì chẳng còn vọng tưởng; chẳng còn vọng tưởng cho nên tác pháp tự tại, biến

thành Quán Tự Tại.

43. Sa La Sa La.

"Sa La Sa La": Bạn nghe âm thanh này rất là lợi hại. Đây là tiếng Phạn, dịch ra nghĩa là "kiên cố lực". Sức lực này đặc biệt kiên cố, chẳng có ai phá hoại được. "Sức kiên cố" này có thể phá tan tất cả thiên ma ngoại đạo, hàng phục tất cả thiên ma ngoại đạo. ---oOo---

Mahayanist – claims to be faithful to the Buddha's later teachings, which detail wider opportunities for enlightenment and refer to a pantheon of celestial beings (thờ các vị Bồ Tát) available to help the efforts of mortals. The Mahayanist ideal of the bodhisattva, the person who has achieved enlightenment but who, through pure compassion, returns to the world in countless incarnations until all can enter nirvana together. It is perhaps the purest symbol of selfless altruism available to the human kind. (Tibet, India and the Far East countries) ---oOo--- Maitreya - Phật Di Lặc

Maitreya (Sanskrit) - The Buddha of the Future (Phật Di Lặc)

Just as there have been Buddhas before the Buddha Shakyamuni. It is believed that when Shakyamuni's teachings decline into extinction a new Buddha will emerge to teach the Dharma and usher in a new age of peace and enlightenment. According to all Buddhist traditions, the Buddha to be in the bodhisattva Maitreya whose name is derived from the Sanskrit word "mitra", meaning "friend" or "friendliness", one of the basic Buddhist virtues. Maitreya is said to dwell in a heaven called Tushita (Cõi Trời đâu

suất) where he awaits a suitable moment to make his entry into the world. Mahayana and non-Mahayana Buddhists alike believe that it is possible to visit this heavenly abode (cõi thiên đàng) and many prays to be reborn there. Even in the current age, however Maitreya descends to the world from time to time to help others and to teach. Unlike most figures of Buddhas or bodhisattvas, who are shown cross-legged, he is generally represented sitting as on a chair or bench, with his feet on the ground. This posture indicates his readiness for action, as he awaits the right time to descend permanently into the world. His hands are usually depicted in the "teaching gesture" (Dharmachakra mudra).

Maitreya Buddha - Buddha of a Future Age

Maitreya (Sanskrit) or Metteyya (Pali) is a future Buddha of this world in Buddhist eschatology. In some Buddhist literature, such as the Amitabha Sutra and the Lotus Sutra, he is referred to as Ajita Bodhisattva. Maitreya is a bodhisattva who in the Buddhist tradition is to appear on Earth, achieve complete enlightenment, and teach the pure dharma. According to scriptures, Maitreya will be a successor of the historic Sakyamuni Buddha, the founder of Buddhism. The prophecy of the arrival of Maitreya is found in the canonical literature of all Buddhist sects (Theravada, Mahayana, Vajrayana) and is accepted by most Buddhists as a statement about an actual event that will take place in the distant future.

Characteristics

One mention of the prophecy of Maitreya is prophesied in the Sanskrit text, the Maitreyavyakarana (The Prophecy of Maitreya), stating that gods, men, and other beings will worship Maitreya; it implies that he is a teacher of trance sadhana: "will lose their doubts, and the torrents of their cravings will be cut off: free from all misery they will manage to cross the ocean of becoming; and, as a result of Maitreya's teachings, they will lead a holy life. No longer will they regard anything as their own, they will have no possession, no gold or silver, no home, no relatives! But they will lead the holy life of chastity under Maitreya's guidance. They will have torn the net of the passions, they will manage to enter into trances, and theirs will be an abundance of joy and

happiness, for they will lead a holy life under Maitreya's guidance." (Trans. in Conze 1959:241)

General description

Maitreya is typically pictured seated, with either both feet on the ground or crossed at the ankles, on a throne, waiting for his time. He is dressed in the clothes of either a Bhiksu or Indian royalty. As a bodhisattva, he would usually be standing and dressed in jewels. Usually he wears a small stupa in his headdress that represents the stupa of the Buddha Sakyamuni's relics to help him identify it when his turn comes to lay claim to his succession, and can be holding a dharmachakra resting on a lotus. A khata is always tied around his waist as a girdle. In the Greco-Buddhist art of Gandhara, in the first centuries CE in northern India, Maitreya is represented as a Central Asian or northern Indian nobleman, holding a 'water phial' (Sanskrit: Kumbha) in his left hand. Sometimes this is a 'wisdom urn' (Sanskrit: Bumpa). He is flanked by his two acolytes, the brothers Asanga and Vasubandhu.

Maitreya's Tusita Heaven

The future Buddha Maitreya, Gandhara, 3rd century CE. Maitreya currently resides in the Tusita Heaven (Pali: Tusita), said to be reachable through meditation. Sakyamuni Buddha also lived here before he was born into the world as all bodhisattvas live in the Tusita Heaven before they descend to the human realm to become Buddhas. Although all bodhisattvas are destined to become Buddhas, the concept of a bodhisattva differs slightly in Theravada and Mahayana Buddhism. In Theravada Buddhism, a bodhisattva is one who is only destined to one day become a Buddha, whereas in Mahayana Buddhism, a bodhisattva is one who has already reached a very advanced state of grace or enlightenment but holds back from entering nirvana so that he may help others. Once Maitreya becomes a Buddha, he will rule over the Ketumati Pure Land, an earthly paradise sometimes associated with the Indian city of Varanasi (also known as Benares) in Uttar Pradesh. (All Buddhas preside over a Pure Land; the Buddha Amitabha presides over the Sukhavati Pure Land, more popularly known as the Western Paradise.)

Activity of Maitreya in the current age

In Mahayana schools, Maitreya is traditionally said to have revealed the Five Treatises of Maitreya through Asanga. These important texts are the basis of

the Yogachara tradition and constitute the majority of the Third Turning of the Wheel of Dharma.

The future coming of Maitreya

Maitreya's coming will occur after the teachings of the current Gautama Buddha, the Dharma, are no longer taught and are completely forgotten. Maitreya is predicted to attain Bodhi in seven days (which is the minimum period), by virtue of his many lives of preparation for Buddha-hood (similar to those reported in the Jataka stories of Shakyamuni Buddha). Maitreya's coming is characterized by a number of physical events. The oceans are predicted to decrease in size, allowing Maitreya to traverse them freely. The event will also allow the unveiling of the "true" dharma to the people, in turn allowing the construction of a new world. The coming also signifies the end of the middle time in which humans currently reside (characterized as a low point of human existence between the Gautama Buddha and Maitreya.)

Origins

The name Maitreya or Metteyya is derived from the word maitri (Sanskrit) or metta (Pali) meaning "loving-kindness", which is in turn derived from the noun mitra (Pali: mitta) in the sense of "friend". The earliest mention of Metteyya is in the Cakavatti (Sihanada) Sutta in the Digha Nikaya 26 of the Pali Canon. He occurs in no other sutta, and this casts doubt as to the sutta's authenticity. Most of the Buddha's sermons are presented as preached in answer to a question, or in some other appropriate context, but this one has a beginning and an ending in which the Buddha is talking to monks about something totally different. This leads Gombrich to conclude that either whole sutta is apocryphal, or it has at least been tampered with. Maitreya is sometimes represented seated on a throne Western-style, and venerated both in Mahayana and non-Mahayana Buddhism. Some have speculated that inspiration for Maitreya may have come from the ancient Indo-Iranian deity Mithra. The primary comparison between the two characters appears to be the similarity of their names. According to a book entitled The Religion of the Iranian Peoples, "No one who has studied the Zoroastrian doctrine of the Saoshyants or the coming saviour-prophets can fail to see their resemblance to the future Maitreya. Paul Williams claims that some Zoroastrian ideas like Saoshyant influenced the cult of Maitreya, such as "expectations of a heavenly helper, the need to opt for positive righteousness, the future millennium, and universal salvation". Possible objections are that these characteristics are not

unique to Zoroastrianism, nor are they necessarily characteristic of the belief in Maitreya. It is also possible that Maitreya Buddha originated with the Hindu Kalki, and that its similarities with the Iranian Mithra have to do with their common Indo-Iranian origin. In the Greco-Buddhist art of Gandhara, in the first centuries CE in northern

India, Maitreya was the most popular figure to be represented, together with the Buddha Sakyamuni. In China, in the 4th-6th Centuries "[Buddhist artisans] used the names Shakyamuni and Maitreya interchangeably... indicating both that the distinction between the two had not yet been drawn and that their respective iconographies had not yet been firmly set". An example is the stone sculpture found in the Qingzhou cache dedicated to Maitreya in 529 CE as recorded in the inscription (currently in the Qingzhou Museum, Shandong). The cult of Maitreya seems to have developed around the same time of that of Amitabha, as early as the 3rd century CE.

Maitreya claimants

Close-up of a statue depicting Maitreya at the Thikse monastery in Ladakh, India. Depictions of Maitreya vary among Buddhist sects. Since his death, the Chinese monk Budai (Hotei) has been popularly regarded as an incarnation of the bodhisattva Maitreya. His depiction as the Laughing Buddha continues to be very popular in East Asian culture.[dubious – discuss] While a number of persons have proclaimed themselves to be Maitreya over the years following the Buddha’s parinirvana, none have been officially recognized by the sangha and Buddhists. A particular difficulty faced by any would-be claimant to Maitreya's title is the fact that the Buddha is considered to have made a number of fairly specific predictions regarding the circumstances that would occur prior to Maitreya's coming- such as that the teachings of the Buddha would be completely forgotten, and all of the remaining relics of Sakyamuni Buddha would be gathered in Bodh Gaya and cremated.

Non-Buddhist views

Since the growth of the theosophist movement in the 19th century, non- Buddhist religious and spiritual movements have adopted the name and selected characteristics of Maitreya for teachers in their traditions. Share International, which equates Maitreya with the prophesied figures of multiple religious traditions, claims that he is already present in the world, but is preparing to make an open declaration of his presence in the near future. They claim that he is here to inspire mankind to create a new era based on sharing

and justice. Since the beginning of the 1930s, the Ascended Master Teachings have placed Maitreya in the "Office" of "World Teacher" until 1956, when he was described as moving on to the "Office" of "Planetary Buddha" and "Cosmic Christ" in their concept of a Spiritual Hierarchy. Some muslim scholars who studied buddhist texts believe that Maitreya is "Rahmatu lil- 'alameen" (Mercy for The Worlds), which is the name for prophet Muhammad as it is said in Qur'an. According to the research on the book Antim Buddha - Maitreya scholars have summarized that Maitreya Buddha is Muhammad. After examining the Buddhist texts researchers concluded that Muhammad had been the last and final awakened Buddha to come into existence long after the current teachings. The 19th Century religious reformer, Mirza Ghulam Ahmad, is believed in by the members of the Ahmadiyya Muslim Community (the faith

he brought) as fulfilling expectations regarding the Maitreya Buddha. Baha'is believe that Baha'u'llah is the fulfillment of the prophecy of appearance of Maitreya. Baha'is believe that the prophecy that Maitreya will usher in a new society of tolerance and love has been fulfilled by Baha'u'llah's teachings on world peace. This view has been of some effect, for example in Vietnam Baha'u'llah was identified with the Maitreya. Before the Communist government, the Baha'i Faith grew in part with the coversion of a number of Buddhist monks. The Baha'i Faith has recently been able to re-register as a religion and there are some signs of large scale growth from the 50's-60's resuming.

More self-proclaimed Maitreyas

The following people listed are just a small portion of the several people who claimed themselves to be Maitreya. Many have either used the Maitreya incarnation claim to form a new Buddhist sect or have used the name of Maitreya to form a new religious movement or cult. Gung Ye, a Korean warlord and king of short-lived state of Taebong during the 10th century, claimed himself as living incarnation of Maitreya and ordered his subjects to worship him. His claim was widely rejected by most Buddhist monks and later he was dethroned and killed by his own servants. In 613 the monk Xiang Haiming claimed himself Maitreya and adopted imperial title. In 690 Empress Wu inaugurated the Second Zhou dynasty, proclaimed herself an incarnation of the future Buddha Maitreya, and made Luoyang the "holy capital." In 693 she replaced the compulsory Dao De Jing in the curriculum temporarily with her own Rules for Officials. Lu Zhong Yi, the 17th patriarch of I-Kuan Tao, claimed to be an incarnation of Maitreya. L. Ron Hubbard, founder of Dianetics and Scientology, suggested he was "Metteya" (Maitreya) in the

1955 poem Hymn of Asia. His editors indicated, in the book's preface, specific physical characteristics said to be outlined -- in unnamed Sanskrit sources -- as properties of the coming Maitreya; properties which Hubbard's appearance supposedly aligned with. Raël's Maitreya claims center on the content of the Agama Sutra (Japanese: Agon Sutra), supposedly a very ancient text written by Buddha himself, but which has been deemphasized or forgotten by the majority of Buddhist cultures. Raël has claimed directly to people attending Asia Raëlian Church seminars, that someone born in France, a country which is often symbolized by the cock (or rooster), west of the Orient, meets the criteria of the Maitreya. Raël himself claims to be this individual. (Buddha World)

Phật Di-Lặc

Truyền thuyết và kinh điển

Theo kinh điển Phật giáo, Di Lặc là vị Phật sẽ xuất hiện trên Trái Đất, đạt được giác ngộ hoàn toàn, giảng dạy Phật Pháp, giáo hóa chúng sinh, và chứng ngộ thành Phật. Phật Di Lặc sẽ là vị Phật kế tiếp Đức Phật lịch sử Thích Ca Mâu Ni. Cõi giáo hóa của Bồ Tát hiện nay là nội viên của cõi trời Đâu-suất (skt. tusita). Bồ Tát Di-lặc được tiên tri sẽ giáng sinh trong kiếp giảm của tiểu kiếp kế tiếp, khi nhân thọ là 80.000 năm, tức khoảng

hàng trăm triệu năm nữa theo năm Trái Đất, khi Phật Pháp đã hoàn toàn bị loài người lãng quên.

Sự tích về Phật Di Lặc được tìm thấy trong các tài liệu kinh điển của tất cả các tông phái Phật giáo (Nguyên thủy, Đại thừa, Kim cương thừa), và được chấp nhận bởi hầu hết các Phật tử như là một sự kiện sẽ diễn ra khi Phật Pháp

đã bị lãng quên trên Trái Đất, và Bồ Tát Di-lặc sẽ là bậc giác ngộ Pháp và thuyết lại cho chúng sinh, tương tự như những vị Phật lịch sử đã làm trong quá khứ.

Nếu năm đức Phật xuất hiện trên Trái Đất được xem là hóa thân của Ngũ Phật thì Bồ Tát Di-lặc được xem như hóa thân của Thành sở tác trí.

Có thuyết cho rằng, chính Bồ Tát Di-lặc là người khởi xướng hệ phái Duy thức của Đại thừa. Một số học giả cho rằng, vị này chính là Maitreyanatha (skt. Maitreya-natha), thầy truyền giáo lý Duy thức cho Vô Trước (skt. asanga). Truyền thống Phật giáo Tây Tạng cho rằng, Ngài là tác giả của năm bài luận, được gọi là Di Lặc (Từ Thị) ngũ luận:

1.Đại thừa tối thượng luận hoặc Cứu cánh nhất thừa bảo tính luận (skt. mahayanottaratantra) 2.Pháp pháp tính phân biệt luận (skt. dharmadharmatavibanga) 3.Trung biên phân biệt luận (skt. madhyantavibhaga-sastra) 4.Hiện quán trang nghiêm luận (skt. abhisamayalankara) 5.Đại thừa kinh trang nghiêm luận (skt. mahayanasutralankara)

Như đã nêu ở trên, Phật Di Lăc chỉ giáng sinh sau 1 thời gian rất dài về sau, khi Phật Pháp đã hoàn toàn bị loài người lãng quên. Tuy nhiên trong quá khứ, một số người đã tự xưng mình là Phật Di Lặc giáng thế để thực hiện các mưu đồ chính trị. Năm 689, Võ Tắc Thiên đã hạ lệnh cho Pháp Lãng ngụy tạo Đại Vân Kinh, cho rằng Võ Hậu là Di-lặc hạ sanh. Khoảng năm 713-755, Vương Hoài Cổ cũng tự xưng là Tân Phật (Phật Di-lặc) rồi khởi binh làm loạn. Năm 1022-1063 đời Bắc Tống, Vương Túc thống lãnh giáo đồ Di-lặc làm phản ở Bối Châu...

Nguồn gốc

Tên Từ Thị (Maitreya trong tiếng Phạn, hay là Metteyya trong tiếng Pali) xuất phát từ truyền thuyết: vì muốn giáo hóa các chúng sanh nên từ lúc mới phát tâm, Ngài đã không ăn thịt chúng sanh. Còn theo Đại Nhật Kinh Sớ, Từ Thị nghĩa là chủng tính từ bi, gồm hai chữ: Từ trong Tứ vô lượng tâm (Từ, Bi, Hỷ, Xả) của Phật, Thị là chủng, họ, tộc, do lòng Từ đó sanh ra từ chủng tính Như Lai, có năng lực làm cho tất cả thế gian không đoạn dứt Phật chủng.

Còn theo phẩm Tùy Hỷ trong Kinh Pháp Hoa và Kinh Bình Đẳng Giác, Di- lặc chính là A-dật-đa (tiếng Phạn: Ajita, Hán dịch là Vô Thắng, Vô Năng

Thắng hoặc Vô Tam Độc). Ngài là một vị đệ tử của Phật Thích-ca. Nhưng theo Kinh Thuyết Bản trong Trung A-hàm 13, Kinh Xuất Diệu 6 và Luận Đại Tỳ-bà-sa 178, Di-lặc và A-dật-đa là hai nhân vật khác nhau. Trong bài kệ tựa phẩm Bỉ Ngạn Đạo (Parayana) của Kinh Tập (Sutta - nipata) thuộc Đại Tạng Kinh Pali đều nêu cả hai tên A-dật-đa

(Ajita) và Đế-tu Di-lặc (Tissametteyya), tức hoàn toàn cho đó là hai người khác nhau.

Từ Thị được đề cập sớm nhất ở Cakavatti (Sihanada) Sutta, Digha Nikaya 26 trong Kinh tạng Pali. Một số kinh Pali khác không có sự xuất hiện của Ngài, dẫn đến việc nghi ngờ tính xác thực của một số bài kinh. Hầu hết các bài giảng của Đức Phật được trình bày ở dạng hỏi đáp, trong đó, đức Phật giải đáp các thắc mắc của đệ tử, hoặc trong một số bối cảnh thích hợp khác. Nhưng kinh này có một khởi đầu và kết thúc, trong đó Đức Phật đang nói chuyện với các nhà sư về một cái gì đó hoàn toàn khác. Điều này dẫn Gombrich đến kết luận rằng một trong hai loại kinh là ngụy tạo, hoặc ít nhất bị giả mạo.

Hình tượng

Trong tranh hay tượng, Di-lặc ngồi trên mặt đất, biểu tượng sẵn sàng đứng dậy đi giáo hóa chúng sinh.

Tại Trung Quốc, Bồ Tát Di-lặc cũng hay được trình bày với tướng mập tròn vui vẻ, trẻ con quấn quýt xung quanh. Người ta tin rằng đó chính là hình ảnh của Bố Đại Hòa thượng, một hóa thân của Di-lặc ở thế kỷ thứ 10.

Phật Di Lặc (Truyền thuyết khác) – Hòa thượng Bố Đại, một hiện thân của Ngài Di-Lặc, sống vào thế kỷ thứ 10 tại Trung Hoa. Hòa thượng này mập mạp, bụng phệ, tươi cười, người sau tạc tượng Ngài Di-Lặc theo hình ảnh đó. Một ngày kia, hòa thượng Thảo Đường hỏi rằng: “Đại ý Phật Pháp thế nào?” Hòa thượng Bố Đại chẳng trả lời, chỉ bỏ cái bị ở trên vai xuống. Được hỏi thêm: “Chỉ có thế thôi hay còn đường tiến lên?”. Ngài cũng không trả lời, chỉ nhặt cái bị vác lên vai và bước đi.

Đại ý Phật Pháp rất là đơn giản, chỉ một chữ xả là xong, y như việc quăng cái bị xuống đất, đó là xả, xả hết!

Xả chứ không chấp. Không chấp gì cả, pháp cũng không chấp, ngã cũng chẳng chấp. Nói theo kinh Kim Cương thì xả bỏ hết mọi tướng, tướng ngã, tướng nhân, tướng chúng sinh, tướng thọ giả. Xả rồi thì còn đường nào tiến lên không? Hòa thượng Bố Đại quảy cái bị lên vai mà đi có ý nghĩa gì? Đó là được tất cả, thâu tóm tất cả vào cái bị mà quảy lên vai. Được tất cả? Tu rồi còn nói được, được cái gì, e rằng mắc phải tham lam không; được đây là được ngộ, được giác ngộ. Giác ngộ rồi, tu thành Phật rồi, thế là được tất cả. Tại sao lại được tất cả? Vì bây giờ không còn cái ta nhỏ bé này nữa, bây giờ đã “đồng thân pháp tính”, đã hòa vào bản thể của vũ trụ, đã là một với vũ trụ rồi…Đức Di-Lặc là vị Phật thời vị lai, chúng ta hãy gắng tu tập để cho Phật tánh trong chúng ta hiển bày. Chớ để cho lục tặc phá mình, phải coi lục tặc là trẻ con, không theo chúng, không chấp chúng, để cho tâm được an, được vui; an thật sự, vui thật sự. Muốn vậy thì phải tu hạnh xả, xả trong niềm vui, xả hết phiền não; thế mới đạt đến hạnh phúc thực sự, trên mọi thứ hạnh phúc của thế gian… Tượng Phật Di-Lặc tại Trung Tâm Phật Học Đài Loan

Phật Nói Kinh Di Lặc Hạ Sanh Thành Phật

Hán-dịch: Tam Tạng Pháp Sư Nghĩa Tịnh Việt-dịch: HT Thích Huyền Vi

Ngài Xá Lợi Phất là đệ tử thượng túc của đức Thích Ca Thế Tôn, một hôm phát khởi lòng từ nghĩ đến việc lợi lạc chung của thiên hạ, Tôn giả đi đến chỗ đức Phật đang ngự, quỳ gối chấp tay thưa Phật: Thế Tôn thường nói sau khi Ngài diệt độ lâu xa, sẽ có Bồ Tát Di Lặc giáng sanh, chúng con cùng tất cả chúng sanh, muốn nghe việc quan trọng ấy, cúi xin Thế Tôn từ bi giảng nói cho.

Đức Phật hoan hỷ hứa khả, Ngài nói:

Đến thời kỳ Bồ Tát Di Lặc giáng sinh, trong châu Nam Diêm Phù Đề đất đá, cây cối, rừng rú đều được như nhiên. Mỗi khu vực thạnh mậu, giáp khắp 60 muôn dặm, khi Di Lặc ra đời, tại châu Diêm Phù Đề, đông tây bề dài 40 muôn dặm, nam bắc bề rộng có 32 muôn dặm, đất đai đều sinh trưởng năm thứ hoa quả, khắp trong bốn biển không có núi non, hầm hố, mặt đất bằng phẳng, cây cối đều sinh trưởng xanh tươi.

Nhân dân trong thời ấy ít có tham lam, dâm dục, giận tức và ngu si; rất đông dân chúng cư trú nơi thành ấp tụ lạc, tương trợ lẫn nhau. Mỗi người dân sống lâu 84.000 tuổi. Người phụ nữ đến 500 tuổi mới lập gia đình. Nhân dân khó mà đau ốm bịnh hoạn. Khắp cõi nước có ba việc đáng lo: một là ý ham muốn nhiều khó đặng; hai là đôi khi bị đói khát và ba là tuổi già lụm cụm; sắc mặt của mỗi người dân giống như hoa đào, họ đối xử với nhau rất là kính trọng. Cõi nước ấy có một thành trì tên là Kê Đâu Mạt, thành này là nơi của vị quốc- vương đang trị vì, chu vi thành trì có 480 dặm, xây toàn chất đá cứng, có nhiều cây danh mộc chống đỡ, tô điểm nội thành toàn bằng vàng, bạc, ngọc lưu ly, thủy tinh và các loài trân bửu khác. Bốn phía mỗi bên có 12 gian cửa lớn, chạm trổ rất tinh vi, cũng toàn bằng các thứ vàng, bạc, lưu ly, thủy tinh để mà trang trí. Vị quốc vương nước ấy tên là Tăng-La, bốn biển đều có bà con quyến thuộc của Ngài. Nhà vua đi đến đâu đều được tiếp đón nồng hậu. Nhân dân cùng quỉ thần thảy đều kính phục.

Ngôi thành vua có bốn món báu: một là vàng ròng, có thần gìn giữ, thần ấy tên là Nghê Phùng. Hai là bạc nén, cũng có người thủ hộ. Ba là ngọc châu minh nguyệt, chỗ sản xuất ngọc châu này gọi là Tu-Tiệm, vị đứng ra gìn giữ ngọc châu này tên là Tân-Kiệt. Bốn là ngọc lưu ly, thứ này chiếu sáng khắp soi và quí giá nhất trong thiên hạ. Có một vị tu hành rất là phạm hạnh tên là Tu-Phàm sẽ vì Bồ Tát Di Lặc làm cha, mẹ của Ngài tên là Ma Ha Việt Đề. Di Lặc có một thân tướng kỳ diệu đầy đủ 32 tướng tốt và 80 vẻ đẹp, thân hình cao lớn 16 trượng. Di Lặc sẽ giáng sinh trong thành đã nói trên, mắt của Bồ Tát thấu triệt trong muôn dặm, trong đầu của Di Lặc có nhiều tia sáng nhiệm mầu, chiếu soi 4000 dặm. Khi Bồ Tát Di Lặc đắc đạo thành Phật, sẽ ngồi dưới gốc cây Long Hoa. Cây ấy bề cao 40 dặm, bề rộng cũng 40 dặm. Thời gian Bồ Tát Di Lặc thành Phật có 84.000 vị Bà Là Môn, thành tâm đi đến chỗ Ngài, xin thế phát xuất gia, tu hạnh Sa Môn. Di Lặc an tọa dưới gốc cây, đến ngày 8 tháng 4, khi sao mai lố mọc sẽ ngộ đạo thành Phật, hiệu là Maitreya Buddha. Vị quốc vương tên là Tăng-La nghe tin Bồ-Tát Di Lặc thành Phật, liền hướng dẫn 84 người bạn thân bỏ nhà thế gian cầu đạo giải thoát, trong số đó có các vị quốc-vương, trao ngôi vị lại cho con cháu, đồng đến chỗ Phật Di Lặc xin xuất gia, cạo bỏ râu tóc làm thầy Sa Môn. Lại có 1800 vị Bà La Môn đều đến

chỗ Phật Di Lạc xin làm Sa Di, cha mẹ Di Lặc cũng ở trong số đó. Ngoài ra còn có các vị Bà Là Môn chứng thánh, gồm 1084 người, cũng đều đến chỗ Phật Di Lặc xin xuất gia thọ giới. Trong nước có ông đại hào phú tên là Tu- Đàn mà người đời thường kêu là Tu-Đạt, cũng có tên khác là Nhân Dân, ông thành tâm mang vàng bạc cúng dường Phật Di Lặc cùng các vị Sa Môn để làm phương tiện hoằng hóa đạo mầu, tiếng tốt này bủa khắp bốn phương. Sau đó trưởng giả Tu-Đàn lại đem 14.000 người đến chỗ Phật Di Lặc, cầu xin học đạo xuất thế.

Lại có hai anh em một nhà, người anh tên là Cổ-Đạt, em là Phò-Lan. Anh em đồng thảo luận con đường tu tiến, họ tự đặt câu hỏi: Tại sao chúng ta cứ chạy theo giòng đời biến chuyển, mà không chịu phát tâm đến chỗ Phật Đà, cầu đạo xin xuất gia? Hai anh em nghỉ xong lập tức đến chỗ Phật Di Lặc, xin thọ giáo để xuất gia hành đạo.

Lại nữa, có một số đông thiếu nữ độ chừng 84.000 người, thân tướng xinh đẹp, trang sức các đồ y phục lộng lẫy, kể cả vàng ngọc, chuổi anh lạc v.v... đồng phát thiện-tâm, kéo đến chỗ Phật Di Lặc, tự đem các đồ quí giá để trên mặt đất, rồi đồng thanh bạch với Phật rằng: Chúng con xin hoan hỷ dâng các thứ này lên đức Phật cùng các vị Sa-môn để hộ trì ngôi Tam Bảo; chúng con muốn theo Phật xuất gia, thọ giới Tỳ kheo ni. Phật Di Lặc nhận lời cầu xin ấy và truyền trao giới pháp cho các vị phụ nữ kia, trở thành Sa di ni rồi Tỳ kheo ni.

Một hôm Phật Di Lặc vân tập lại các hàng Tỳ kheo Tăng cũng như Tỳ kheo ni, và long trọng tuyên bố như vầy: Các vị hiện diện nơi đây đều là những người lo chuyên tâm tu-tiến trong thời kỳ Phật Thích Ca Mâu Ni. Những người đã tụng kinh; những người đã phát từ tâm; những người đã bố thí; những người đã tu hạnh nhẫn nhục; những người đã cất chùa và xây tháp; những người đã thỉnh cốt Phật vào thờ trong các Tự Viện; những người đốt hương, thắp đèn; những người đã treo tràng phang, bảo cái; những người rải hoa, dâng quả. Trong số các Tỳ kheo Tăng và Tỳ kheo Ni hiện diện, đều là những vị đã tu tập trong thời kỳ đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Những ai giữ giới, những ai chí thành lúc trước, giờ đây đều câu hội chỗ này để nghe pháp tiến tu. Các vị Tỳ kheo Tăng cũng như Tỳ kheo ni đã nghe pháp trước kia đều được đắc đạo ở dưới cây Long Hoa, ba hội:

Phật Di Lặc thuyết pháp trong hội thứ nhất sẽ có 96 ức người đều đặng đạo A La Hán.

Thuyết pháp hội thứ hai sẽ có 94 ức Tỳ kheo đều chứng đặng quả A La Hán.

Thuyết pháp hội thứ ba sẽ có 92 ức Sa Môn đều đặng quả A La Hán.

Chư thiên các cõi trời đều sẽ mang hoa thơm mà rải trên thân hình Di Lặc cúng dường. Phật Di Lặc sẽ hướng dẫn các vị A La Hán đến thành vua Kê Đầu Mạt, nơi mà quốc vương đang trị vì; vua cùng toàn thể ở trong cung ăn uống, khắp hoàng thành yến sáng chiếu soi, đêm cũng như ngày, Phật Di Lặc sẽ được thỉnh ngồi trong cung thuyết kinh giảng đạo, có đoạn như vầy: lời nói không thể không làm; đạo lý không thể không học; cũng như kinh điển không thể không đọc tụng v.v...

Đức Phật đã cho biết Bồ Tát Di Lặc sẽ hạ sanh hơn muôn năm, sau khi giáo pháp Ngài bị đình trệ không lưu chuyển...

Ngài Xá Lợi Phất, các Tỳ kheo, quốc vương cùng với trăm quan nghe đức Phật giảng nói rồi đều rất hoan hỷ, tỏ ngộ phần nào rồi phụng hành lời Phật giảng nói rồi đều rất hoan hỷ, tỏ ngộ phần nào rồi phụng hành lời Phật dạy và đem hết khả năng giúp đời cứu thế ở hiện tại cũng như tương lai. ---oOo--- Majestically - một cách tráng lệ, huy hoàng (Majesty - vẻ uy nghi, bệ hạ)

Majordomo – chương trình majordomo

Mala – a mala containing 108 beads, a number with astrological significance in India, is frequently used with a repetition of the mantra as each bead is fingered in turn (tràng hạt).

Buddhist prayer beads - or malas (Sanskrit: mala "garland") are a traditional tool used to count the number of times a mantra is recited, breaths while meditating, counting prostrations, or the repetitions of a buddha's name. They are similar to other forms of prayer beads used in various world religions and therefore the term "Buddhist rosary" also appears.

Malas are used for keeping count while reciting, chanting, or mentally repeating a mantra or the name or names of a deity. This sadhana (practice) is known in Sanskrit as japa. Malas are typically made with 18, 27, 54 or 108 beads.

In Tibetan Buddhism, malas of 108 beads are used. Some practitioners use malas of 21 or 28 beads for doing prostrations. In Tibetan Buddhism, malas are mainly used to count mantras. These mantras can be recited for different purposes linked to working with mind. The material used to make the beads can vary according to the purpose of the mantras used. Some beads can be used for all purposes and all kinds of mantras. These beads can be made from the wood of Ficus religiosa (bo or bodhi tree), or from "bodhi seeds", which come from rudraksha.

Another general-purpose mala is made from rattan seeds; the beads themselves called "moon and stars" by Tibetans, and variously called "lotus root", "lotus seed" and "linden nut" by various retailers. The bead itself is very hard and dense, ivory-coloured (which gradually turns a deep golden brown with long use), and has small holes (moons) and tiny black dots (stars) covering its surface.

Pacifying mantras should be recited using white colored malas. Materials such as crystal, pearl, shell/conch or nacre are preferable. These are said to purify the mind and clear away obstacles like illness, bad karma and mental disturbances. Using pearls is not practical however, as repeated use will destroy their iridescent layer. Most often, pearl malas are used for jewelry. Increasing mantras should be recited using malas of gold, silver, copper and amber. The mantras counted on these can "serve to increase life span, knowledge and merit."

Mantras for magnetizing should be recited using malas made of saffron, lotus seed, sandalwood, or other forms of wood including elm, peach, and rosewood. However, it is said the most effective is made of precious coral, which, due to a ban on harvesting, is now very rare and expensive.

Mantras to tame by forceful means should be recited using malas made of Rudraksha beads or bone. Reciting mantras with this kind of mala is said to tame others, but with the motivation to unselfishly to help other sentient beings. Malas to tame by forceful means or subdue harmful energies, such as "extremely malicious spirits, or general afflictions", are made from rudraksha seeds, or even human bones, with 108 beads on the string. It is said that only a person that is motivated by great compassion for all beings, including those they try to tame, can do this.

Mantras and chants are typically repeated hundreds or even thousands of times. The mala is used so that one can focus on the meaning or sound of the mantra rather than counting its repetitions.[citation needed] One repetition is usually said for each bead while turning the thumb clockwise around each bead, though some traditions or practices may call for counterclockwise motion or specific hand and finger usage. When arriving at the Guru bead, both Hindus and Tibetan Buddhists traditionally turn the mala around and then go back in the opposing direction. Other traditions emphasize that this is not important.

Within the Buddhist tradition, this repetition of the beads serves to remind practitioners of the teaching that it is possible to break the cycle of birth and death.

Tràng hạt – Mala khởi nguồn từ Ấn Độ và đã trở thành một vật quan trọng trong đời sống tín ngưỡng, văn hóa của tín đồ các tôn giáo và trong xã hội Ấn Độ cổ. Với Phật giáo, tràng hạt là vật tùy thân giúp cho hành giả dễ dàng chú tâm vào đối tượng trì niệm, là một sợi dây xâu suốt các ý tưởng thành một trật tự, từ đó hành giả có thể đi sâu hơn vào các trạng thái của định để làm phát khởi tuệ giác.

Như vậy, có thể thấy, dù trong truyền thống văn hóa cổ xưa của Ấn Độ và trong các nền văn minh khác của nhân loại, chuỗi hạt đã có từ lâu và gắn với mỗi cộng đồng xã hội nó có một ý nghĩa biểu trưng hay giá trị thẩm mỹ khác nhau. Nhưng với Phật giáo, tràng hạt được đề cập với vai trò của pháp phương tiện, là pháp khí, là công cụ để hỗ trợ việc tu hành đạt giác ngộ.

Cũng như chuông mõ, tràng hạt là một phương tiện trong muôn ngàn phương tiện tu tập của Phật giáo. Trong Phật giáo, mọi hình thức pháp khí hay vật thể đều là những phương tiện. Tuy nhiên, không phải vô cớ mà người ta bày ra. Dĩ nhiên, mỗi một hình thức của một vật thể đều có một ý nghĩa biểu trưng đặc biệt của nó.

NGUỒN GỐC CỦA CHUỖI HẠT

Không chỉ Phật giáo mới đề cập đến chuỗi hạt và hướng dẫn việc sử dụng chuỗi hạt để đạt được những giá trị trên con đường tu tập. Người ta có thể thấy, pháp môn lần tràng hạt niệm Phật của Phật giáo rất gần gũi với phương pháp lần tràng hạt trong lúc cầu

nguyện của Bà la môn giáo, một lối cầu nguyện rất thịnh hành của những vị Bà la môn. Bên cạnh đó, người Ấn giáo

theo phái thờ thần Siva cũng dùng một loại hạt gọi là rudraka để xâu thành tràng hạt.

Trong quan niệm của người Ấn Độ, vô hoạn tử và rudraka đều là những loại hạt thiêng, có khả năng trừ ma chướng. Điều này có lẽ một phần do dược tính của chúng, như vô hoạn tử, còn có tên là bồ đề tử, là một vị thuốc chủ trị nhiệt, đàm, sát trùng…

Trong truyền thống văn hóa cổ xưa của Ấn Độ và trong các nền văn minh khác của nhân loại, chuỗi hạt đã có từ lâu và gắn với mỗi cộng đồng xã hội nó có một ý nghĩa biểu trưng hay giá trị thẩm mỹ khác nhau. Nhưng với Phật giáo, tràng hạt được đề cập với vai trò của pháp phương tiện, là pháp khí, là công cụ để hỗ trợ việc tu hành đạt giác ngộ.

SỐ LƯỢNG CỦA CHUỖI HẠT

Theo Kinh Mộc Hoạn Tử nêu ở trên, tràng hạt của Phật giáo gồm có 108 hạt, con số này cũng giống với các giáo phái khác ở Ấn Độ. Tuy nhiên, về sau, để tiện lợi cho các nghi thức hành lễ, tràng hạt được xâu bởi chuỗi hạt với những số lượng ít hơn, như 54, 27 hạt hoặc 36, 18 hạt.

Con số 108 này tượng trưng cho 108 phiền não gồm 88 kiến hoặc, 10 tư hoặc và 10 triền. Ngoài ra, con số 108 còn được giải thích theo nhiều cách khác nữa.

Người ta nhận thấy rằng số hạt thường là tương đương với số lượng của đối tượng được niệm, trong niệm danh hiệu Phật thì có 108 danh hiệu, trong Ấn giáo thì có 108 bộ Áo nghĩa thư.

108 = 6x3x2x3. Đó là 6 trần (sắc, thanh, hương, vị, xúc và pháp) x 3 thời (quá khứ, hiện tại và vị lại) x 2 trạng thái của tâm (nhiễm và tịnh) x 3 trạng thái của thọ (ưa, không ưa và trung lập).

108 còn là con số = 1 x 4 x 27. Đây có lẽ là những quan niệm liên quan đến vấn đề số học của người Ấn Độ xưa.

Trong hình ngôi sao năm cánh, góc bù được tạo nên bởi 2 cạnh cắt nhau là 108 độ. Người ta nói rằng ở Ấn Độ có 108 điệu múa. Trong thân thể chúng ta có 108 luân xa.

Các nhà chiêm tinh cho rằng đường kính mặt trời lớn bằng 108 lần đường kính trái đất.

Trong con số 108, số 1 biểu trưng cho sự hợp nhất, tức là nhất; số 8 là vô cùng, tức là dị; số 0 là trung gian, là trung đạo với nghĩa không, tánh không. Tựu trung, con số 108 được giải thích dưới nhiều góc độ khác nhau và rõ ràng nó mang ý nghĩa tượng trưng rất quan trọng trong quan niệm người Ấn Độ. Ở chừng mực nào đó, có thể nói rằng con số 108 này cũng kỳ diệu như chỉ số PHI (φ) 1.618 trong truyền thống Hi Lạp.

Trong tràng hạt có một hạt gọi là hạt Sumeru hay Meru, chúng ta thường gọi là hạt Tu di hoặc hạt Di đà, đó là hạt thứ 109, là chỗ giáp nối của vòng tròn. Theo nghi thức, khi lần tràng, không được vượt qua hạt này, lần đến hạt này thì lần ngược trở lại, như

trong kinh Kim cương đỉnh du già niệm châu có câu: “Hạt giữa tiêu biểu Phật Di đà, chớ lần qua, phạm tội việt pháp”. Tuy nhiên, trong việc xâu chuỗi hạt, tùy cách xâu mà có thể có hoặc không có hạt thứ 109 này.

Ý NGHĨA CỦA CHUỖI HẠT

Căn cứ vào những pháp số tổng thành mà nó biểu trưng theo quan niệm của phật giáo, việc sử dụng tràng hạt có số hạt khác nhau, thì ý nghĩa biểu trưng của nó cũng có những khác biệt:

- Chuỗi 108 hạt là biểu thị cho cầu chứng 108 pháp Tam Muội mà đoạn trừ 108 phiền não.

- Chuỗi 54 hạt là biểu thị cho 54 cấp vị quá trình tu hành của Bồ Tát, tức là Thập Tín, Thập Trú, Thập Hạnh. Thập Hồi Hướng, Thập Địa và Tứ Thiện Căn Nhân Địa.

- Chuỗi 42 hạt là biểu thị cho 42 cấp vị quá trình tu hành của Bồ Tát, tức là Thập Trú, Thập Hạnh, Thập Hồi Hướng, Thập Địa và Đẳng Giác, Diệu Giác.

- Chuỗi 27 hạt là biểu thị cho 27 cấp vị của Tiểu Thừa tu hành Tứ Hướng Quả, tức là 18 bậc Hữu Học của Tứ Hướng Tam Quả trước, với 9 bậc Vô Học của Đệ Tứ Quả A La Hán.

- Chuỗi 21 hạt là biểu thị cho 21 vị, tức là Thập Địa, Thập Ba La Mật và quả vị Phật.

- Chuỗi 14 hạt là biểu thị cho 14 Pháp Vô Úy của Bồ Tát Quán Thế Âm.

- Chuỗi 1.080 hạt là biểu thị cho 10 cảnh giới, mỗi cảnh giới đều có 108, cho nên cộng thành 1.080.

Ý nghĩa của chuỗi 36 hạt và 18 hạt có nhiều người cho là không biểu trưng cho pháp số nào trong Phật giáo, và cho rằng nó tương đồng với chuỗi 108 hạt. Theo đó, để tiện cho sự mang đeo, bèn chia chuỗi 108 hạt ra thành 3 chuỗi, mỗi chuỗi có 36 hạt, hoặc chia chuỗi 108 hạt ra làm 6 xâu, mỗi xâu có 18 hạt, mà không phải có thâm nghĩa nào cả.

Tuy vậy, chúng ta cần biết rằng, sự khác biệt của số hạt với những ý nghĩa biểu trưng khác nhau trên đây, là do các vị Bồ tát, hiền thánh tăng, sau khi đức Phật nhập diệt, đã tùy duyên giao phó làm phương tiện giáo hóa, mà không phải bắt nguồn từ văn của Kinh điển gốc đã nêu. Nghĩa là số lượng các hạt trên tràng hạt là không cố định và bắt buộc.

Tràng hạt là một vật dụng phổ biến trong nhiều nền văn hóa trên thế giới. Nó được dùng như một thứ trang sức hoặc như một pháp khí tùy theo đối tượng sử dụng." (Yên Sơn)

---oOo--- Maladaptive – không thích nghi

Maleficent – hay làm hại, hiểm ác

Malevolence – ác tâm, ác ý

Malicious – ác độc

Malunkyaputta - The Questions Of Malunkyaputta

THUS have I heard:

The Lord was once dwelling near Savatthi, at Jetavana in the park of Anathapindika.

Now the elder Malunkyaputta had retired from the world, and as he meditated the thought arose:

"These theories have been left unexplained by the Lord, set aside, and rejected, whether the world is eternal or not eternal, whether the world is finite or not, whether the soul (life) is the same as the body, or whether the soul is one thing and the body another, whether a Buddha (Tathagata) exists after death or does not exist after death, whether a Buddha both exists and does not exist after death, and whether a Buddha is non-existent and not non-existent after death - these things the Lord does not explain to me, and that he does not explain them to me does not please me, it does not suit me.

I will approach the Lord, and ask about this matter... If the Lord does not explain to me, I will give up the training, and return to a worldly life."

When Malunkyaputta had approached and put his questions the Lord replied:

"Now did I, Malunkyaputta, ever say to you, 'Come, Malunkyaputta, lead a religious life with me, and I will explain to you whether the world is eternal or not eternal and so on with the other questions?'"

"You did not, reverend sir."

"Anyone, Malunkyaputta, who should say 'I will not lead a religious life with the Lord, until the Lord explains to me whether the world is eternal or not eternal etc.... ' that person would die, Malunkyaputta, without its being explained.

It is as if a man had been wounded by an arrow thickly smeared with poison, and his friends, companions, relatives, and kinsmen were to get a surgeon to heal him, and he were to say, 'I will not have this arrow pulled out, until I know by what man I was wounded, whether he is of the warrior caste, or a brahmin, or of the agricultural, or the lowest caste.'

Or if he were to say, 'I will not have this arrow pulled out until I know of what name or family the man is ... or whether he is tall, or short, or of middle height ... or whether he is black, or dark, or yellowish ... or whether he comes from such and such a village, or town, or city ... or until I know whether the bow with which I was wounded was a chapa or a kodanda, or until I know whether the bow-string was of swallow-wort, or bamboo-fibre, or sinew, or hemp, or

of milk-sap tree, or until I know whether the shaft was from a wild or cultivated plant ... or whether it was feathered from a vulture's wing or a heron's or a hawk's, or a peacock's, or a sithilahanu-bird's ... or whether it was wrapped round with the sinew of an ox, or of a buffalo, or of a ruru-deer, or of a monkey ... or until I know whether it was an ordinary arrow, or a razor- arrow, or a vekanda, or an iron arrow or a

calf-tooth arrow, or one of a karavira leaf.'

That man would die, Malunkyaputta, without knowing all this.

"It is not on the view that the world is eternal, Malunkyaputta, that a religious life depends; it is not on the view that the world is not eternal that a religious life depends.

Whether the view is held that the world is eternal, or that the world is not eternal, there is still re-birth, there is old age, there is death, and grief, lamentation, suffering, sorrow, and despair, the destruction of which even in this life I announce.

It is not on the view that the world is finite ...

It is not on the view that a Tathagata exists after death ...

Therefore, Malunkyaputta, consider as unexplained what I have not explained, and consider as explained what I have explained.

And what, Malunkyaputta, have I not explained?

Whether the world is eternal I have not explained, whether the world is not eternal ... whether a Tathagata is both non-existent and not nonexistent after death I have not explained.

And why, Malunkyaputta, have I not explained this?

Because this, Malunkyaputta, is not useful, it is not concerned with the principle of a religious life, does not conduce (Đưa đến) to aversion (ác cảm), absence of passion, cessation, tranquillity, supernatural faculty, perfect knowledge, Nirvana, and therefore I have not explained it.

"And what, Malunkyaputta, have I explained?

Suffering have I explained, the cause of suffering, the destruction of suffering, and the path that leads to the destruction of suffering have I explained.

For this, Malunkyaputta, is useful, this is concerned with the principle of a religious life; this conduces to aversion, absence of passion, cessation, tranquillity, supernatural faculty, perfect knowledge, Nirvana, and therefore have I explained it.

Therefore, Malunkyaputta, consider as unexplained what I have not explained, and consider as explained what I have explained."

Thus spoke the Lord, and with joy the elder Malunkyaputta applauded the words of the Lord. (Translated from the Pali by E. J. Thomas, M.A.)

Malunkyaputta - Tiểu kinh Malunkya (Cula Malunkya sutta)

Như vầy tôi nghe:

Một thời, Thế Tôn trú ở Savatthi, Jetavana, tại tịnh xá ông Anathapindika (Cấp Cô Độc).

Rồi Tôn giả Malunkyaputta, trong khi độc trú tịnh cư, khởi lên sự suy tư như sau: Có một số vấn đề này, Thế Tôn không trả lời, bỏ một bên, loại bỏ ra: "Thế giới là thường

còn, thế giới là vô thường, thế giới là hữu biên, thế giới là vô biên; sinh mạng này và thân này là một, sinh mạng này và thân này là khác; Như Lai có tồn tại sau khi chết, Như Lai không có tồn tại sau khi chết, Như Lai có tồn tại và không có tồn tại sau khi chết. Như Lai không có tồn tại và không không tồn tại sau khi chết". Thế Tôn không trả lời cho ta những vấn đề ấy. Vì Thế Tôn không trả lời cho ta những vấn đề ấy, nên ta không được hài lòng, không được thỏa mãn. Vậy ta hãy đi đến Thế Tôn, và sẽ hỏi ý nghĩa này. Nếu Thế Tôn trả lời cho ta: "Thế giới là thường còn, thế giới là vô thường, thế giới là hữu biên, thế giới là vô biên; sinh mạng này và thân này là một, sinh mạng này và thân này là khác; Như Lai có tồn tại sau khi chết, Như Lai không có tồn tại sau khi chết; Như Lai có tồn tại và không có tồn tại sau khi chết, hay Như Lai không có tồn tại và không không tồn tại sau khi chết", thời ta sẽ sống Phạm hạnh dưới (sự chỉ dẫn của) Thế Tôn. Còn nếu Thế Tôn không trả lời cho ta: "Thế giới là thường còn, thế giới là vô thường... (như trên)... Như Lai không có tồn tại và không không tồn tại sau khi chết", thời ta sẽ bỏ học pháp và hoàn tục.

Rồi Tôn giả Malunkyaputta vào buổi chiều, từ Thiền tịnh đứng dậy, đi đến Thế Tôn; sau khi đến, đảnh lễ Thế Tôn rồi ngồi xuống một bên. Sau khi ngồi xuống một bên, Tôn giả Malunkyaputta bạch Thế Tôn:

-- Ở đây, bạch Thế Tôn, trong khi độc trú tịnh cư, con khởi lên ý nghĩ như sau: Có một số vấn đề này, Thế Tôn không trả lời, bỏ một bên loại bỏ ra: "Thế giới là thường còn, thế giới là vô thường... (như trên)... Như Lai không có tồn tại và không không tồn tại sau khi chết". Thế Tôn không trả lời cho ta những vấn đề ấy. Vì Thế Tôn không trả lời cho ta những vấn đề ấy, nên ta không được hài lòng, không được thỏa mãn. Vậy ta hãy đi đến Thế Tôn và sẽ hỏi ý nghĩa này. Nếu Thế Tôn trả lời cho ta: "Thế giới là thường còn, thế giới là vô thường... (như trên)... Như Lai không có tồn tại và không không tồn tại sau khi chết", thời ta sẽ sống Phạm hạnh dưới (sự chỉ dẫn của) Thế Tôn. Còn nếu Thế Tôn không trả lời cho ta: "Thế giới là thường còn, thế giới là vô thường... (như trên)... Như Lai không có tồn tại và không không tồn tại sau khi chết", thời ta sẽ bỏ học pháp và hoàn tục.

Nếu Thế Tôn biết: "Thế giới là thường còn", Thế Tôn hãy trả lời cho con: "Thế giới là thường còn". Nếu Thế Tôn biết: "Thế giới là vô thường". Thế Tôn hãy trả lời cho con: "Thế giới là vô thường". Nếu Thế Tôn không biết: "Thế giới là thường còn" hay "Thế giới là vô thường", thời không biết, không thấy, hãy thẳng thắn trả lời: "Ta không biết, Ta không thấy".

Nếu Thế Tôn biết: "Thế giới là hữu biên", Thế Tôn hãy trả lời cho con: "Thế giới là hữu biên". Nếu Thế Tôn biết: "Thế giới là vô biên", Thế Tôn hãy trả lời cho con: "Thế giới là vô biên". Nếu Thế Tôn không biết: "Thế giới là hữu biên" hay "Thế giới là vô biên," thời không biết, không thấy, hãy thẳng thắn trả lời: "Ta không biết, Ta không thấy".

Nếu Thế Tôn biết: "Sinh mạng này và thân này là một", Thế Tôn hãy trả lời cho con: "Sinh mạng này và thân này là một". Nếu Thế Tôn biết: "Sinh mạng này và thân này là khác," Thế Tôn hãy trả lời cho con: "Sinh mạng này và thân này là khác". Nếu Thế Tôn

không biết: "Sinh mạng này và thân này là một" hay "Sinh mạng này và thân này là khác," thời không biết, không thấy, hãy thẳng thắn trả lời: "Ta không biết, Ta không thấy".

Nếu Thế Tôn biết: "Như Lai có tồn tại sau khi chết", Thế Tôn hãy trả lời cho con: "Như Lai có tồn tại sau khi chết". Nếu Thế Tôn biết: "Như Lai không có tồn tại sau khi chết", Thế Tôn hãy trả lời cho con: "Như Lai không có tồn tại sau khi chết". Nếu Thế Tôn không biết: "Như Lai có tồn tại sau khi chết," hay

"Như Lai không có tồn tại sau khi chết", thời không biết, không thấy, hãy thẳng thắn trả lời: "Ta không biết, Ta không thấy".

Nếu Thế Tôn biết: "Như Lai có tồn tại và không tồn tại sau khi chết", Thế Tôn hãy trả lời cho con: "Như Lai có tồn tại và không tồn tại sau khi chết", Thế Tôn hãy trả lời cho con: "Như Lai không tồn tại và không không tồn tại sau khi chết". Nếu Thế Tôn không biết: "Như Lai tồn tại và không tồn tại sau khi chết," hay "Như Lai không tồn tại và không không tồn tại sau khi chết", thời không biết, không thấy, hãy thẳng thắn trả lời: "Ta không biết, Ta không thấy".

-- Này Malunkyaputta, Ta nào có nói với Ông: Này Malunkyaputta, hãy đến và sống Phạm hạnh theo Ta, Ta sẽ trả lời cho Ông: "Thế giới là thường còn," hay "Thế giới là vô thường... (như trên)... Như Lai không có tồn tại và không không tồn tại sau khi chết"?

-- Thưa không, bạch Thế Tôn.

-- Hay Ông có nói với Ta như sau: Bạch Thế Tôn, con sẽ sống Phạm hạnh theo Thế Tôn, nếu Thế Tôn sẽ trả lời cho con: "Thế giới là thường còn" hay "Thế giới là vô thường... (như trên)... Như Lai không có tồn tại và không không tồn tại sau khi chết" ?

-- Thưa không, bạch Thế Tôn.

-- Như vậy, này Malunkyaputta, Ta không nói với Ông: Này Malunkyaputta, hãy đến và sống Phạm hạnh theo Ta và Ta sẽ trả lời cho Ông: "Thế giới là thường còn" hay "Thế giới là vô thường... (như trên)... Như Lai không có tồn tại và không không tồn tại sau khi chết", và Ông cũng không nói với Ta: Bạch Thế Tôn, con sẽ sống Phạm hạnh theo Thế Tôn nếu Thế Tôn sẽ trả lời cho con: "Thế giới là thường còn" hay "Thế giới là vô thường... (như trên)... Như Lai không có tồn tại và không không tồn tại sau khi chết". Sự tình là như vậy, thời này kẻ ngu kia, Ông là ai, và Ông phủ nhận cái gì ?

Này Malunkyaputta, nếu có ai nói như sau: Ta sẽ sống Phạm hạnh theo Thế Tôn khi nào Thế Tôn sẽ trả lời cho ta: "Thế giới là thường còn" hay "Thế giới là vô thường... (như trên)... Như Lai không có tồn tại và không không tồn tại sau khi chết", thời này Malunkyaputta, người ấy sẽ chết (và) vẫn không được Như Lai trả lời. Này Malunkyaputta, ví như một người bị mũi tên bắn, mũi tên được tẩm thuốc độc rất dày. Bạn bè và bà con huyết thống của người ấy mời một vị y sĩ khoa mổ xẻ đến săn sóc. Nhưng người ấy lại nói: "Tôi sẽ

không rút mũi tên này ra khi nào tôi chưa biết được người đã bắn tôi thuộc giòng hoàng tộc, hay Bà-la-môn, hay buôn bán, hay người làm công". Người ấy có thể nói như sau: "Tôi sẽ không rút mũi tên này ra khi nào tôi chưa biết được người đã bắn tôi tên là gì, tộc tánh là gì?" Người ấy có thể nói như sau: "Tôi sẽ không rút mũi tên này ra khi nào tôi chưa biết được người đã bắn tôi là cao hay thấp, hay người bậc trung". Người ấy có thể nói như sau: "Tôi sẽ không rút mũi tên này ra khi nào tôi chưa biết được người đã bắn tôi là da đen, da sẫm hay da vàng". Người ấy có thể nói như sau: "Tôi sẽ không rút mũi tên này ra khi nào tôi chưa biết được người đã bắn tôi thuộc làng nào, thuộc thị trấn nào, thuộc thành phố nào". Người ấy có thể nói như sau: "Tôi sẽ không rút mũi tên này ra khi nào tôi chưa biết cái cung mà tôi bị bắn, cái cung ấy thuộc loại cung thông thường hay loại cung nỏ". Người ấy có thể nói như sau: "Tôi sẽ không rút mũi tên này ra khi nào tôi chưa biết được dây cung mà tôi bị bắn, dây cung ấy làm bằng cây leo, hay cây lau, hay một thứ gân, hay một thứ dây gai, hay một thứ cây có nhựa". Người ấy có thể nói như sau: "Tôi sẽ không rút mũi tên này ra khi nào tôi chưa biết cái tên mà tôi bị bắn, cái tên ấy thuộc một loại cây lau này hay cây lau khác". Người ấy có thể nói như sau: "Tôi sẽ không rút mũi tên này ra khi nào tôi chưa biết cái tên mà tôi bị bắn, mũi tên ấy có kết lông gì, hoặc lông con kên, hoặc lông con cò, hoặc lông con ó, hoặc lông con công, hoặc lông một loại két". Người ấy có thể nói như sau: "Tôi sẽ không rút mũi tên này ra khi nào tôi chưa biết cái tên mà tôi bị bắn, cái tên ấy được cuốn (parikkhittam) bởi loại gân nào, hoặc là gân bò cái, hoặc là gân trâu, hoặc là gân nai, hoặc là gân lừa". Người ấy có thể nói như sau: "Tôi sẽ không rút mũi tên này ra khi nào tôi chưa biết cái tên mà tôi bị bắn, cái tên ấy thuộc loại tên nhọn, hay thuộc loại tên móc, hay thuộc loại tên như đầu sào, hay thuộc loại tên như răng bò, hay thuộc loại tên như kẽm gai". Này Malunkyaputta, người ấy sẽ chết và vẫn không được biết gì.

Cũng vậy, này Malunkyaputta, ai nói như sau: "Ta sẽ sống Phạm hạnh theo Thế Tôn khi nào Thế Tôn trả lời cho ta: "Thế giới là thường còn hay thế giới là vô thường... (như trên)... Như Lai không có tồn tại và không không tồn tại sau khi chết", thời này Malunkyaputta, người ấy sẽ chết (và) vẫn không được Như Lai trả lời.

Này Malunkyaputta, đời sống Phạm hạnh không thể nói là tùy thuộc với quan điểm "Thế giới là thường còn". Này Malunkyaputta, đời sống Phạm hạnh không thể nói là tùy thuộc với quan điểm "Thế giới là vô thường". Này Malunkyaputta, dầu cho có quan điểm "Thế giới là thường còn", hay dầu cho có quan điểm "Thế giới là vô thường", thời vẫn có sanh, có già, có chết, có sầu, bi, khổ, ưu, não, mà Ta giảng dạy sự đoạn trừ ngay trong hiện tại.

Này Malunkyaputta, đời sống Phạm hạnh không thể nói là tùy thuộc với quan điểm "Thế giới là hữu biên". Này Malunkyaputta, đời sống Phạm hạnh không thể nói là tùy thuộc với quan điểm "Thế giới là vô biên". Này Malunkyaputta, dầu cho có quan điểm "Thế giới là hữu biên", hay dầu cho có quan điểm "Thế giới là vô biên" thời vẫn có sanh, có già, có chết, có sầu, bi, khổ, ưu, não, mà Ta giảng dạy sự đoạn trừ ngay trong hiện tại.

Này Malunkyaputta, đời sống Phạm hạnh không thể nói là tùy thuộc quan điểm "Sinh mạng này và thân này là một". Này Malunkyaputta, đời sống Phạm hạnh không thể nói là tùy thuộc quan điểm "Sinh mạng này và thân này là khác". Này Malunkyaputta, dầu cho có quan điểm "Sinh mạng này và thân này là một", hay dầu cho có quan điểm "Sinh mạng này và thân này là khác", thời vẫn có sanh, có già, có chết, có sầu, bi, khổ, ưu, não mà Ta giảng dạy sự đoạn trừ ngay trong hiện tại.

Này Malunkyaputta, đời sống Phạm hạnh không thể nói là tùy thuộc quan điểm "Như Lai có tồn tại sau khi chết". Này Malunkyaputta, đời sống Phạm hạnh không thể nói là tùy thuộc quan điểm "Như Lai không có tồn tại sau khi chết". Này Malunkyaputta, dầu cho có quan điểm "Như Lai có tồn tại sau khi chết" hay dầu cho có quan điểm "Như Lai không có tồn tại sau khi chết," thời vẫn có sanh, có già, có chết, có sầu, bi, khổ, ưu, não mà Ta giảng dạy sự đoạn trừ ngay trong hiện tại.

Này Malunkyaputta, đời sống Phạm hạnh không thể nói là tùy thuộc vào quan điểm "Như Lai có tồn tại và không tồn tại sau khi chết". Này Malunkyaputta, đời sống Phạm hạnh không thể nói là tùy thuộc với quan điểm "Như Lai không có tồn tại và không không tồn tại sau khi chết". Này Malunkyaputta, dầu cho có quan điểm "Như Lai có tồn tại và không có tồn tại sau khi chết", hay dầu cho có quan điểm: "Như Lai không có tồn tại và không không tồn tại sau khi chết", thời vẫn có sanh, có già, có chết, có sầu, bi, khổ, ưu, não mà Ta giảng dạy sự đoạn trừ ngay trong hiện tại".

Do vậy, này Malunkyaputta, hãy thọ trì là không trả lời những gì Ta không trả lời. Hãy thọ trì là có trả lời những gì Ta có trả lời. Và này Malunkyaputta, điều gì Ta không trả lời? "Thế giới là thường còn", này Malunkyaputta là điều Ta không trả lời. "Thế giới là vô thường" là điều Ta không trả lời. "Thế giới là hữu biên" là điều Ta không trả lời. "Thế giới là vô biên" là điều Ta không trả lời. "Sinh mạng này và thân này là một" là điều Ta không trả lời. "Sinh mạng này và thân này khác" là điều Ta không trả lời. "Như Lai có tồn tại sau khi chết" là điều Ta không trả lời. "Như Lai không có tồn tại sau khi chết" là

điều Ta không trả lời. "Như Lai có tồn tại và không tồn tại sau khi chết" là điều Ta không trả lời. "Như Lai không có tồn tại và không không tồn tại sau khi chết" là điều Ta không trả lời.

Và này Malunkyaputta, vì sao điều ấy Ta không trả lời? Này Malunkyaputta, vì điều ấy không liên hệ đến mục đích, điều ấy không phải là căn bản Phạm hạnh, điều ấy không đưa đến yểm ly, ly tham, đoạn diệt, an tịnh, thắng trí, giác ngộ, Niết-bàn, cho nên điều ấy Ta không trả lời.

Và này Malunkyaputta, điều gì Ta trả lời? "Đây là khổ", này Malunkyaputta là điều Ta trả lời". "Đây là khổ tập" là điều Ta trả lời. "Đây là khổ diệt" là điều Ta trả lời. "Đây là con đường đưa đến khổ diệt" là điều Ta trả lời.

Và này Malunkyaputta,vì sao điều ấy Ta trả lời? Này Malunkyaputta, vì điều ấy có liên hệ đến mục đích, điều ấy là căn bản Phạm hạnh, điều ấy đưa đến yểm ly, ly tham, đoạn diệt, an tịnh, thắng trí, giác ngộ, Niết-bàn, vì vậy điều ấy Ta trả lời. Do vậy, này Malunkyaputta, hãy thọ trì là không trả lời những điều Ta không trả lời. Hãy thọ trì là

trả lời những điều Ta có trả lời. Thế Tôn thuyết giảng như vậy. Tôn giả Malunkyaputta hoan hỷ tín thọ lời Thế Tôn dạy. (Hòa thượng Thích Minh Châu dịch Việt)

---oOo---

Manacle - sự trói buộc, kiềm hãm

Mandala – a circle or wheel representing the universe or the dwelling of a deity…The visualization of a mandala plays a crucial role in tantric meditation…

Mandala (Skt Mandala, 'circle') is a spiritual and ritual symbol in Hinduism and Buddhism. The basic form of most mandalas is a square with four gates containing a circle with a center point. Each gate is in the general shape of a T. Mandalas often exhibit radial balance… In common use, "mandala" has become a generic term for any diagram, chart or geometric pattern that represents the cosmos metaphysically or symbolically; a microcosm of the universe.

In various spiritual traditions, mandalas may be employed for focusing attention of practitioners and adepts, as a spiritual guidance tool, for establishing a sacred space, and as an aid to meditation and trance induction.

Mạn-đà-la (dịch âm theo tiếng Trung; gốc tiếng Phạn: mandala, "tinh túy" + "chứa đựng") là một hình vẽ biểu thị vũ trụ trong cái nhìn của một bậc giác ngộ. Trong tiếng Phạn, mandala có nghĩa là một trung tâm (la) đã được tách riêng ra hay được trang điểm (mand). Có thể coi Mạn-đà-la là một đồ hình vũ trụ thu nhỏ. "Mandala" dịch nghĩa theo chữ Hán là "luân viên cụ túc", nghĩa là vòng tròn đầy đủ. Theo ý nghĩa thực tiễn thì Mạn đà la là đàn tràng để hành giả bày các lễ vật hay pháp khí cho nghi thức hành lễ, cầu nguyện, tu luyện...

Các tín đồ Ấn giáo, Phật giáo, sử dụng Mạn đà la như một pháp khí tạo linh ảnh, còn đối với các tín đồ Đại thừa, Kim cương thừa thì Mạn đà la là một mô hình về vũ trụ hoàn hảo, trong đó có một hay nhiều vị thần ngự trị.

Mật giáo đã thiết lập hai Mạn đà la: Thai tạng giới Mạn đà la và Kim cương giới Mạn đà la, có nguồn gốc xuất phát từ tư tưởng của hai bộ kinh Đại Nhật và Kim Cương Đỉnh và theo quan điểm tư tưởng của Phật giáo thì vũ trụ gồm hai phần. Một phần là nhân cách và phần kia là thế giới của nhân cách, là những pháp sở chứng và thọ dụng của Phật. Hai Mạn đà la này là sự hội nhập giữa thụ tri và sở tri.

Phần lớn các Mạn đà la Phật giáo được vẽ, in hoặc thêu những mẫu hoa văn kỷ hà. Một trong những loại Mạn đà la lớn thường bắt gặp là Mạn đà la bằng cát. Những mạn đà la này được tạo ra trong nhiều tuần lễ và sau đó lại được quét bỏ đi để nói lên tính vô thường của hiện hữu. Ngoài ra, ở Tây Tạng còn có các mạn đà la ba chiều giống như cung điện.

Mani – indicates that…

Manicheanism – believer in religious or philosophical Dualism (Thuyết Nhị Nguyên)

Manicheanism taught an elaborate dualistic cosmology describing the struggle between a good, spiritual world of light, and an evil, material world of darkness.

Thuyết nhị nguyên - hay nhị nguyên luận, là một học thuyết triết học thừa nhận sự tồn tại độc lập của hai thực thể. Có nhiều dạng nhị nguyên, một trong số đó là thuyết nhị nguyên về triết học xem vật chất và ý thức (hay tinh thần), tạo thành hai nguồn gốc của thế giới. Đây là quan điểm của một số nhà triết học trong việc giải quyết mặt thứ nhất vấn đề cơ bản của triết học: ý thức và vật chất thì cái nào có trước, cái nào có sau, cái nào quyết định cái nào.

Manifest – tuyên ngôn, kê khai

Manifesto - bản tuyên ngôn

Majolica - đồ gốm, đồ sành

Manjushri – Lord of wisdom = Văn Thù Sư Lợi Bồ-Tát

If Avalokiteshvara embodies the compassion of all the Buddhas, Manjushri (Jampal Yang in Tibetan) is believed to be the embo- diment of their wisdom. Similarly, just as Avalokiteshvara is de- scribed enacting deeds of great compassion, so Manjushri is linked to accounts concerning ultimate truth and knowledge. Manjushri is revered by all the traditions of Tibetan Buddhism and is always depicted as an internal youth of sixteen, white in color and wearing the robes of a bodhisattva. In his right hand, he wields a sword representing the knowledge or wisdom that cuts through the fetters of delusion (gong cùm cuả sự mê mờ) that bind (cột chặt) one to the world of suffering. In his left hand, he holds a lotus upon which rests a book representing the eight thousand verse Prajnaparamita Sutra (Sutra of the perfection of wisdom = Kinh Bát Nhã Ba La Mật Đa) a funda- mental Mahayana scripture. It is common each morning in Tibetan monasteries for the monks to recite a text called the Manjushri Nama Sangiti (“Chanting the Names of Manjushri”) in the belief that it will grant the power of knowledge and wisdom. This is considered so important that is often the first text that a monk will memorize in its entirety… The mantra of Manjushri “Om A Ra Pa Cha Na Dhi” is also frequently recited in the hope of producing the same results. (The Tibetan Way of Life, Death & Rebirth – John Peacock)

Manjushri - By Gaurav Manandhar

Manjushri is one of the most important iconic figures in Mahayana Buddhism and is known as the Bodhisattva of Great Wisdom. He is worshipped as the “ Meditational Deity ” in Esoteric Buddhism. The Sanskrit name of Manjushri is “ Prajna ” which means “gentle glory”, “He who is noble and gentle”, “soft glory”, “Wondrous Auspiciousness” and so on. The meditation halls, libraries,

and studies room of Buddhist monasteries often consists of image of Manjushri Bodhisattva. Manjushri is one of the famous Bodhisattva who has been respected greatly in Chinese, Esoteric, and Tibetan Buddhism and so on.

“Manjushri is the bodhisattva of wisdom and insight, penetrating into the fundamental emptiness, universal sameness, and true nature of all things. Manjushri, whose name means 'noble, gentle one,' sees into the essence of each phenomenal event.” – Zen Teacher Taigen Daniel Leighton

Manjushri is represented as a male Bodhisattva with this right hand wielding a flaming sword “ Vajra Sword of Discriminating Light ” that represents the sharpness of Prajna, and his left hand wielding beautiful blue lotus flower in full bloom. The Vajra Sword of Discriminating Light or Wisdom is believed to cut through ignorance and entanglements of conceptual views. This sword also represents light of transformation when the sword is in flames. The magnificent Lotus flower is believed to hold the Prajnaparamita Sutra (Great Wisdom Sutra) and contains the essence of the great Wisdom of Lord Buddha.

Manjushri in Different Buddhism

Manjushri is identified as the oldest and most significant Bodhisattva in Mahayana Buddhism literature. In early Mahayana texts called “Prajnaparamita Sutra”, referred Manjushri as the embodiment of transcendent wisdom. Vimala, a pure land assigned to him by Lotus Sutra, is considered as the one of two best pure lands existed in the past, present, and future. Manjushri is considered as a fully enlightened Bodhisattva and is greatly respected and worshipped as a “ Meditational Deity ”.

In Chinese Buddhism , Manjushri is respected as one of the Four Great Bodhisattvas and is paired with Bodhisattva Samantabhadra. The other three Great Bodhisattvas are Bodhisattva Avalokiteshvara, Bodhisattva Ksitigarbha and Bodhisattva Samantabhadra. In Tibetan Buddhism , Manjushri is worshipped as great trinity Bodhisattva with Avalokiteshvara and Vajrapani.

Manjushri in Different Countries

In China, Manjushri is popularly known as Wenshu. Mount Wutai Shan in Shanxi is believed by many Chinese Buddhists monks as Manjushri Bodhimanda (position of awakening) and is one of the Four Sacred Mountains

of Buddhism in China. The other three Sacred Mountains are Mount Putuo (Avalokiteshvara Bodhimanda), Mount Emei (Samantabhadra Bodhimanda), and Mount Jiuhua (Ksitigarbha Bodhimanda). It is written in Sutra that Lord Buddha in Final Nirvana predicted that Manjushri Bodhisattva would reside on Wutai Mountain in China and would start teaching Dharma in Mount Wutai. Foguang Temple in Wutai Shan is one of the famous temples which are dedicated to Manjushri Bodhisattva.

In Tibetan Buddhism , Manjushri is believed to manifests many different tantric forms. Some of the famously manifested forms of Manjushri are Yamantaka, Guhya-Manjushri, Guhya-Manjuvajra, Manjuswari and so on. Yamantaka is popular within the Gelug School of Tibetan Buddhism and is considered as the wrathful manifestation of Manjushri. Jamgon Ju Mipham Gyatso is considered as the human

manifestation of Manjushri.

Manjushri holds magnificent tale in Nepal. Kathmandu Valley was believed to be a lake and hold a beautiful and magnificent lotus flower in the middle of the lake according to Swayambhu Purana. And it is said that Manjushri cut the gorge at the Chovar and allow the lake to drain. And the lotus flower was believed to reside on the top of a mountain and the mountain became Swayambhunath Stupa and the valley became habitable.

Manjushri Bodhisattva - Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát: Biểu tượng trí tuệ

Bồ-Tát Văn Thù Sư Lợi - thường gọi tắt là Bồ Tát Văn Thù, có nghĩa là Diệu Đức. Ngài là Thượng thủ của Phật Thích Ca trong hàng Bồ Tát. Trong Kinh Duy Ma Cật nói về Đại Bồ Tát Duy Ma Cật thị hiện tại cõi Ta Bà để giáo hóa chúng sinh dưới hình thức là một người bệnh. Một hôm, Đức Phật Thích Ca muốn cử một đệ tử đại diện hướng dẫn bổn chúng đi thăm bệnh Duy Ma Cật. Nhưng khi được hỏi, hết thảy từ hàng đại đệ tử đến hàng Bồ Tát đều khiêm cung không dám nhận. Chỉ có Bồ Tát Văn Thù nhận lời Phật trao phó, vì vậy Ngài còn được gọi là “Đại Trí Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát”.

Hình hay tượng Ngài ngồi kết già trên bệ có 12 tay:

Phía trước có 6 tay: hai tay dưới trong thế thiền định, bưng bình nước cam lộ. Hai tay giữa nhúng trong bình chuẩn bị vẩy cam lộ, tượng trưng cứu khổ cho vui. Hai tay trên bắt ấn chuyển phép luân trước ngực: ngón trỏ và ngón cái làm thành vòng tròn, các ngón khác duỗi thẳng lên, lòng tay phải quay ra, lòng tay trái quay vào.

Phía sau có 6 tay: Hai tay trên bắt ấn tối thượng Bồ Đề bên trên đầu: hai bàn tay chắp lồng vào nhau, các ngón tay nọ nắm mu bàn tay kia, trừ ngón trỏ và ngón cái để thẳng.

Hai tay giữa dang ra hai bên: tay trái cầm cung, tay phải cầm tên, tượng trưng giết phiền não.

Hai tay dưới dang ra hai bên: tay trái cầm giá đựng kinh, tay phải cầm kiếm, tượng trưng diệt vô minh.

Lại có tượng thờ Ngài ngồi trên lưng sư tử, sư tử rống lên các loài đều sợ, đó là biểu tượng trí tuệ diệt trừ tất cả phiền não của chúng sinh. Tay phải cầm gươm, mũi gươm cao tới ngang đầu Ngài, tay trái cầm Kinh Bát Nhã trước ngực. Tượng trưng diệt Vô minh, được Trí huệ…

Bồ tát Văn Thù Sư Lợi ngồi trên lưng sư tử xanh có ý nghĩa gì?

Bồ tát Văn Thù Sư Lợi nói cho đủ theo âm Hán là Đại trí Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát Ma Ha Tát. Đại Trí là trí tuệ (prajna) thấu triệt tường tận chân lý tuyệt đối. Trí này có khả năng soi rọi, chuyển hóa vô minh, phiền não, dục ái, nhiễm ô thành thanh tịnh, đưa nhận thức vượt lên mọi phạm trù đối đãi, đạt giải thoát toàn diện.

Bồ tát Văn Thù Sư Lợi ngồi trên lưng con sư tử xanh và cầm kiếm

"Nam Mô Đại Trí Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát"

Văn Thù Sư Lợi là dịch âm từ tiếng Phạn Manjusri. Các nhà cựu dịch gọi là Văn Thù Thi Lị, còn tân dịch gọi là Văn Thù Thất Lị, gọi tắt là Văn Thù. Còn nếu dựa trên cơ sở các kinh Đại Thừa, chúng ta lại thấy rằng: Ngài có rất nhiều tên gọi khác nhau.

Như kinh Vô Lượng Thọ, Kinh Niết Bàn gọi là "Diệu Đức". Hoặc kinh Vô Hành gọi là "Diệu Thủ". Đối với kinh Quán Sát Tam Muội, kinh Đại Tịnh Pháp Môn thì gọi là "Phổ Thủ". Còn kinh A Mục Khư, kinh Phổ Siêu có danh xưng là "Như Thủ". Hay kinh Đại Nhật gọi là "Diệu Cát Tường",...

Căn cứ vào kinh Văn Thù Sư Lợi Bát Niết Bàn, thì Bồ tát này đã sinh vào nhà Bà La Môn Phạm Đức, ở tụ lạc thuộc nước Xá Vệ. Khi Bồ tát thị hiện, ngôi nhà bỗng hóa thành hoa sen. Điều đặc biệt là Bồ tát cũng sanh từ hông phải. Và sau đó đã xuất gia, học đạo với đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Tuy nhiên, kinh này không nói rõ thời gian và niên đại xuất hiện của Bồ tát nên cũng khó xác chứng cụ thể. Vì vậy, nhân vật trên có phải là Bồ tát Văn Thù được giới thiệu trong các kinh Đại Thừa hay không vẫn còn là câu hỏi dành cho các nhà sử học Phật giáo.

Trong Phật giáo, nhất là Phật Giáo Đại thừa, những nhân vật và hình tượng, ngoài ý nghĩa lịch sử, truyền thuyết, nó còn mang tư tưởng triết học, ẩn dụ và biểu trưng. Người học Phật chúng ta nếu không nắm bắt được tinh thần này, thì chắc chắn sự nhận thức sẽ dễ rơi vào định kiến, cực đoan và bị các quan niệm tôn giáo hữu thần đồng hóa.

Ở đây Bồ tát Văn Thù ngồi trên con sư tử xanh đều có những tính cách ẩn dụ và biểu trưng. Thế thì, Bồ tát Văn Thù Sư Lợi là biểu trưng cho ý nghĩa gì?

Căn cứ vào sự luận giải của các vị cổ đức, chúng ta thấy rằng: Bồ tát Văn Thù là tiêu biểu cho căn bản trí hay nói cách khác là biểu thị cho trí, tuệ, tâm chứng. Căn bản trí là trí tuệ nhận thức các pháp, thấy được tính bình đẳng không hai, chứng đắc thật tướng. Lại nữa, tay cầm kiếm là tượng trưng cho trí tuệ sắc bén.

Theo đó, hình ảnh con sư tử xanh là biểu thị cho uy lực của trí tuệ. Vì con sư tử xanh là loài thú chúa ở rừng xanh, có sức mạnh và uy lực hơn tất cả các loài thú khác. Cho nên, lấy con sư tử để biểu trưng cho năng lực vô cùng của trí tuệ. Đó cũng là trí của Phật. Bồ tát Văn Thù nhờ trí này nên đã chuyển hóa

những vô minh, phiền não, những ý niệm chấp ngã, pháp trở về vô lậu và chứng chân thật tính.

Điều này được chứng minh qua kinh Thủ Lăng Nghiêm, như khi Ngài A Nan bị Ma Đăng Già (Matanga), đức Phật đã bảo Bồ tát Văn Thù đem thần chú đến để cứu giải. Ở đây chúng ta thấy tại sao đức Phật không sai vị Bồ Tát khác mà lại bảo Bồ tát Văn Thù. Trên cơ sở đó chỉ có ý nghĩa đơn giản là nhờ trí tuệ siêu việt của Bồ tát Văn Thù mới có khả năng chuyển hóa được tất cả những tâm lý mê lầm lúc ấy của Ngài A Nan.

Trên tinh thần giáo dục và chuyển hóa, chân dung và phẩm tính của Bồ tát Văn Thù đã trở thành bài học ứng dụng trong đời sống thực tiễn. Do đó, tư cách của Bồ tát Văn Thù thường có ý nghĩa khai thị và thức tỉnh cho tất cả chúng sinh.

Tuy nhiên, nếu đặt vấn đề khai thị của Bồ tát Văn Thù thì lẽ đương nhiên phải khẳng định rằng: Tất cả chúng ta đều có đầy đủ căn bản trí, đầy đủ trí, tuệ, chứng nhưng căn bản trí hay trí, tuệ, chứng đó sở dĩ không phát huy hết công dụng.

Tại sao lại vậy? Bởi vì chúng ta không chịu tỉnh thức, không chịu trở về nhận ra kho tàng trí tuệ của chính mình. Khi hành giả nhận ra kho tàng trí tuệ tức là nhận ra đức tính Văn Thù ở chính tự tâm, nhận ra được niệm tỉnh sáng của bản giác tự tại vô ngại. Vì vậy, đồng là căn bản trí, đồng là trí, tuệ, chứng nhưng Bồ tát Văn Thù đã thắp sáng và thể hiện đến tận cùng, còn ngược lại chúng ta thì vẫn cứ nằm trong vô minh, phiền não, khổ đau.

Chính vì thế, để xây dựng một xã hội ổn định và phát triển, hơn bao giờ hết tất cả chúng ta phải tự hóa thân mình thành những vị Bồ tát Văn Thù để dẫn đạo tình thương, trí tuệ làm cho xã hội hướng đến đời sống an lạc và hạnh phúc. Đây không phải là sự kêu gọi cho lý tưởng mà mục đích là thực tiễn hóa đời sống. Nếu con người đã hóa thân được như vậy, sẽ đem lại phúc lạc cho xã hội hiện tại và tương lai biết bao nhiêu!

Nếu chúng ta sống với trí tuệ từ bi như thế, bất cứ xã hội nào cũng sẽ rất cần. Vì chúng ta đi vào cuộc đời là để trao truyền bức thông điệp “hiểu biết và tình thương”, thực hiện lý tưởng bình đẳng trong đời sống giữa người với người, giữa người với đời sống xã hội. Và chỉ khi nào người đệ tử của đức Phật (bao gồm xuất gia, tại gia) thể hiện được điều đó thì Phật giáo mới xây dựng được niềm tin, hy vọng và nguồn an lạc cho mọi người. (Tịnh Phương)

BỒ TÁT VĂN THÙ SƯ LỢI

Lưỡi Gươm Vàng Trí Tuệ Tâm Hà Lê Công Đa

Qua kinh sách thuộc truyền thống Đại thừa ta được biết mỗi vị Phật thường có hai vị Bồ tát làm thị giả. Nếu như Đức Phật A Di Đà có Bồ Tát Quán Thế Âm và Đại Thế Chí làm thị giả thì một trong hai vị thị giả chính của Đức Phật Thích Ca là Văn Thù Sư Lợi, đại biểu cho trí tuệ siêu việt. Bồ Tát Văn Thù đã xuất hiện hầu như trong tất cả các kinh điển quan trọng của Phật giáo Đại thừa: Hoa Nghiêm, Thủ Lăng Nghiêm, Pháp Hoa, Duy Ma Cật,... như là một nhân vật thân cận nhất của Đức Phật Thích Ca, khi thì chính thức thay mặt Đức Thế Tôn diễn nói Chánh pháp, có lúc lại đóng vai tuồng làm người điều hành chương trình để giới thiệu đến thính chúng một thời pháp quan trọng của Đức Bổn Sư. Vì vai trò đặc biệt quan trọng đó mà Bồ Tát Văn Thù đã được tôn xưng là vị Pháp Vương Tử, và hình ảnh của Ngài không những đã rất quen thuộc, gần gũi với quần chúng Phật tử theo truyền thống Đại thừa cổ điển từ Ấn Độ đến Trung Hoa, Triều Tiên, Nhật Bản, Tây Tạng, Việt Nam,... trong suốt gần hai thiên niên kỷ qua mà ngay cả với những truyền thống Đại thừa hiện đại của Tây phương. Phật tử Hoa Kỳ, Âu Châu, Úc Đại Lợi,... ngày nay hoặc tụng niệm danh hiệu của Ngài hoặc dùng hình ảnh của Ngài như là một đối tượng quán chiếu, xem đó như là một trong những phương pháp hành trì tu tập hiệu quả nhất nhằm đạt đến tuệ giác.

Là vị Bồ Tát tiêu biểu cho Trí Tuệ, Bồ Tát Văn Thù thường được miêu tả với dáng dấp trẻ trung ngồi kiết già trên một chiếc bồ đoàn bằng hoa sen. Trên tay phải của Ngài, dương cao lên khỏi đầu là một lưỡi gươm đang bốc lửa -một biểu tượng đặc thù của Bồ Tát Văn Thù để phân biệt với các vị Bồ Tát khác- mang hàm ý rằng chính lưỡi gươm vàng trí tuệ này sẽ chặt đứt tất cả những xiềng xích trói buộc của vô minh phiền não đã cột chặt con người vào những khổ đau và bất hạnh của vòng sinh tử luân hồi bất tận, đưa con người đến trí tuệ viên mãn. Trong khi đó, tay trái của Bồ Tát đang cầm giữ cuốn kinh Bát Nhã- trong tư thế như đang ôm ấp vào giữa trái tim mình suối nguồn và biểu trưng của tỉnh thức, giác ngộ. Chính vì tính cách biểu trưng này mà những nhân vật kiệt xuất về mặt trí tuệ trong lịch sử Phật giáo thế giới, cụ thể như Bồ Tát Long Thọ và đặc biệt là Phật giáo Mật Tông Tây Tạng, đã được xem như là những hóa thân của Bồ Tát Văn Thù Sư Lợi, với hai nhân vật đặc sắc: Vị quân vương Phật tử Trisong Detsen (742-797), người góp công đầu trong việc hoằng dương Chánh pháp tại Tây Tạng với việc sáng lập Phật học viện Samye và Đại sư Tông Khách Ba (1357-1419), người sáng lập tông phái Mũ

Vàng (Geluk) của Phật giáo Tây Tạng mà Đức Đạt Lai Lạt Ma đời thứ 14 hiện nay là kẻ truyền thừa. Trong tự truyện của Đại sư Tông Khách Ba có kể lại câu chuyện thân phụ của Ngài trong một giấc mơ đã thấy một nhà sư trẻ từ Ngũ Đài Sơn –nơi trụ tích của Bồ Tát Văn Thù- tìm đến với ông, trước khi Ngài chào đời, như là một điềm báo trước rằng Tôn giả Tông Khách Ba sẽ là một nhà học giả vĩ đại không phải chỉ riêng đối với Phật giáo Tây Tạng mà là cả Phật giáo thế giới nói chung.

I. Đi Tìm Nguồn Gốc của Bồ Tát Văn Thù.

Có thể nói rằng ý niệm Bồ Tát gắn liền với truyền thống Đại Thừa và bởi vì Bồ Tát Văn Thù không hề thấy xuất hiện trong các kinh tạng Pali Nguyên Thủy cũng như ngoài Đại Thừa, những nhà học giả nghiên cứu về Phật giáo đã gặp phải rất nhiều khó khăn trong việc tìm hiểu về nguồn gốc, lai lịch của Bồ Tát Văn Thù. Một số giả thuyết đã được đưa ra để lý giải về xuất xứ cũng như sự hiện hữu của Bồ Tát Văn Thù. Trong số những giả thuyết này có cái thấm đẩm tính chất truyền thuyết, huyền thoại như thường được thấy trong bất cứ truyền thống tín ngưỡng nào, bên cạnh đó cũng không thiếu những công trình nghiên cứu của các nhà học giả Phật giáo mang tính khoa học. Sau đây ta sẽ lần lượt điểm qua một vài giả thuyết đáng lưu ý.

1. Bồ Tát Văn Thù, Người Tạo Dựng Vương Quốc Nepal.

Theo Benoytosh Bhattachary, Bồ Tát Văn Thù là một nhân vật xuất chúng, người đã mang ánh sáng văn minh của Trung quốc đến cho vương quốc Nepal và do đó Ngài đã được tôn sùng kính ngưỡng tại đây. Nguồn tài liệu chính mà Bhattachary dựa vào là truyền thuyết Svayambhu Purana, kể lại rằng Bồ tát Văn Thù đã đến từ Trung quốc và chính là người tạo dựng nên vương quốc Nepal, lúc bấy giờ chỉ bao gồm khu vực chung quanh thung lủng Kathmandu, bằng cách làm khô cạn hồ nước đã phủ lên thung lủng này trước đây. Theo truyền thuyết này thì Bồ Tát Văn Thù Sư Lợi đang cùng một số môn đệ trú ngụ trên ngọn núi Pancasirsa (Ngũ Đài) của Trung Quốc, do thần thông mà

biết được rằng có một vị Phật hiệu "Tự Tại" Adibudha hiện đang ra đời và hoằng hoá trên một ngọn đồi nằm kế cận hồ Kali của xứ Nepal. Bồ Tát Văn Thù liền vội vàng dẫn môn đồ đến Nepal để đảnh lễ Ngài, nhưng khi đến nơi, Bồ tát khám phá ra rằng ngọn đồi này không ai có thể đến được vì bị bao bọc chung quanh bởi một hồ nước đã bị nhiễm độc bởi Long vương. Ngài liền dùng thần lực của lưỡi kiếm mang theo cắt chia thung lủng ra làm sáu mảnh, đồng thời xẻ núi cho nước thoát ra làm khô cạn hồ nước này ngay lập tức. Cùng một lúc Ngài cũng đã dùng thần thông đào nên một chiếc hồ khác để

cho Long vương của hồ Kali có nơi trú ẩn. Xong xuôi Ngài dựng lên một ngôi tự viện thờ phượng Phật Adibudha ở trên đồi này, (ngày nay là đồi Svayabhunath) còn mình thì lưu trú cạnh đó. Hiện nay trên đồi Svayabhunath của xứ Nepal vẫn còn lưu dấu ngôi cổ tháp thờ Phật Adibudha và cách đó không xa là Thánh điện thờ Đức Văn Thù Sư Lợi. Sau khi hoàn tất xong mọi việc, Ngài đã để cho một môn đệ ở lại làm vua của vương quốc tân lập Nepal, còn mình thì trở về Trung Quốc trút bỏ xác phàm, lưu lại nhục thân, trở thành một vị Bồ Tát thánh hóa.

Là một truyền thuyết dĩ nhiên khó đảm bảo được tính xác thực, hơn thế nữa, truyền thuyết Svayambhu Purana mà Bhattachary dựa vào để xác định nguồn gốc của Bồ Tát Văn Thù Sư Lợi cũng chỉ mới xuất hiện gần đây, sớm nhất là vào khoảng thế kỷ thứ 16, nên không thể là một nguồn tài liệu đáng tin cậy về xuất xứ của Bồ tát Văn Thù, vì như ta biết, Bồ Tát Văn Thù đã xuất hiện khá sớm trong các kinh sách Đại Thừa. Giả thuyết về nguồn gốc này cũng không được xây dựng trên một cơ sở vững chắc vì theo học giả John Brough, phần lớn truyền thuyết liên quan đến vương quốc Nepal đều xuất phát từ nước Vu Điền (Khotan) và đã được người Tây Tạng sau này truyền vào Nepal vào khoảng thế kỷ thứ 10 CE. Brough đã đưa ra một số chi tiết cho thấy truyền thuyết liên quan đến việc lập quốc của xứ Vu Điền cũng có những điểm tương đồng và hiện hữu song hành với truyền thuyết liên quan đến việc tạo dựng xứ Nepal, trong đó có hai chi tiết rất giống nhau: Thứ nhất, xứ Vu Điền cũng được tạo dựng nên do việc làm khô cạn một hồ nước. Truyền thuyết Gosrnga Vyakarana kể lại rằng "Đức Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni khi đi đến đồi Gosrnga, Ngài trông thấy hồ nước liền bảo hai đệ tử là Ngài Xá Lợi Phất và Đa văn thiên hãy làm cho thấy biên giới của đất liền. Vâng lời Phật, hai vị Thánh tăng này đã dùng thiền trượng và giới đao làm khô cạn hồ nước đồng thời chuyển toàn bộ hồ nước và các sinh vật đang sinh sống trong đó đến một cái hồ kế cận. Thứ hai, Đức Văn Thù Sư Lợi đã ban ân sủng đặc biệt nhằm bảo hộ một khu vực ở trên đồi Gosrnga mà tại địa điểm này về sau một tu viện Phật giáo đã được xây dựng lên. Gosrnga là một trung tâm Phật giáo quan trọng đầu tiên của xứ Vu Điền cũng giống như ngọn đồi Svayambhu của thung lủng Kathmandu (Nepal). Theo Brough, nguồn gốc lai lịch của những truyền thuyết này chính ra là được xuất phát từ Vu Điền hơn là Nepal vì ngay cả trong truyền thuyết Svayambhu Purana cũng đã nêu lên rằng Gosrnga là tên ban đầu của đồi Svayambhu. Sở dĩ có sự chuyển đổi những truyền thuyết này từ Vu Điền sang Nepal là vì văn tự cổ của Tây Tạng gọi xứ Vu Điền là Li-Yul, nhưng sau này khi xứ Vu Điền bị xoá tên không còn là một vương quốc độc lập nữa, người Tây Tạng có thể đã không còn biết chắc chắn vị trí của xứ Vu Điền nằm ở đâu.

Thế nên vào thời điểm mà kinh điển Tạng ngữ được kết tập (Kanjur),

Li-Yul đã được gán cho là Nepal, chính vì vậy mà những truyền thuyết liên quan đến xứ Li-Yul cũ, (Vu Điền) đã trở nên gắn bó với Li-Yul mới (Nepal) và người Nepal sau này đã xem những truyền thuyết này là của chính họ.

Như vậy, một cách tóm tắt, giả thuyết cho rằng Bồ Tát Văn Thù là người đến từ Trung Quốc và đã tạo dựng nên xứ Nepal, đã không phù hợp cả về mặt lịch sử cũng như tính luận lý.

2. Bồ Tát Văn Thù và Nhạc Thần (Càn Thát Bà) Pancasikha:

Trong khi đó một nhà học giả Pháp, Marcelle Lalou, cho rằng đã có những mối tương quan mật thiết giữa Bồ Tát Văn Thù và danh hiệu của một Càn Thát Bà -nhà nhạc thần của các cung trời –Pancasikha, thường được đề cập đến trong các kinh tạng cả Pali lẫn Sanskrit. Học giả Lalou lập luận rằng một trong những quan hệ này là ý nghĩa tương đương giữa danh hiệu Pancasikha và một từ thỉnh thoảng được dùng khi miêu tả sự xuất hiện của Bồ Tát Văn Thù: Pancaciraka. Pancaciraka có nghĩa là "người có mái tóc kết thành năm búi", trong khi đó Pancasikha có nghĩa là "Năm Chòm" mà theo ngài Phật Hộ thì danh hiệu này liên hệ đến một kiểu búi tóc năm chòm rất thịnh hành của giới trẻ thời xưa.

Một lãnh vực khác có mối tương quan giữa Bồ Tát Văn Thù và Pancasikha theo Lalou, là phẩm chất của thanh âm giọng nói và tài biện thuyết. Văn Thù Sư Lợi được biết là vị Bồ tát có biện tài vô ngại và thường được miêu tả là người có giọng nói đặc biệt êm dịu, ngọt ngào, thế nên Ngài còn mang một danh hiệu khác là Diệu Âm (Manjughosa hay Manjusvara) và được coi là "Vị Chủ Tể của Thuyết Giảng" (Vadiraja hoặc Vagisvara). Trong khi đó, Pancasikha là một Càn Thát Bà với biệt tài ca hát, đương nhiên là phải có một giọng nói hết sức quyến rũ, êm dịu. Kinh Sakkapanha đã nêu rõ biệt tài này của Pancasikha: Vị Phạm thiên Đế Thích, chủ của Cung Trời thứ ba mươi ba muốn được thỉnh giáo Đức Thế Tôn nhưng ngại ngùng không biết Phật có sẵn sàng để tiếp xúc hay không nên đã nhờ Pacasikha làm trung gian với hy vọng là với tài ca hát của vị Nhạc thần này sẽ tạo ra một bầu khí thuận lợi. Trong Kinh Sakkapana, Đức Thế Tôn đã tán thán tài nghệ của vị Càn thát bà này như sau:

"Âm thanh tiếng đàn của ông hoà hợp thật tuyệt diệu với lời ca, ông Pacasikha! Cũng vậy, lời ca của ông rất hoà hợp với tiếng đàn. Lại nữa ông Pacasikha, thanh âm của tiếng đàn không át chế giọng ca của ông cũng như thanh âm của giọng ca không hề át chế tiếng đàn."

Nên nhớ rằng Đức Thế Tôn lúc chưa xuất gia là một vị Hoàng tử tài hoa và rất được cưng chiều. Cung điện của Ngài vì thế là nơi tập trung tất cả những nhạc sĩ và ca sĩ tài ba nhất của vương quốc CaTỳ La Vệ đương thời nên trình độ thưởng ngoạn âm nhạc của Ngài là của một người hiểu biết, có kiến thức về nghệ thuật thẩm âm.

Mối tương quan thứ ba giữa Bồ Tát Văn Thù và Pancasikha là sự trẻ trung. Pancasikha là vị Nhạc Thần sống ở thiên cung, "nơi hoa xuân không hề tàn" và cái già không hề có

mặt. Biểu tượng chính của vị Thiên vương này là sự tươi trẻ cùng với dung mạo phong lưu tuấn tú. Nét tươi trẻ cũng là một biểu hiệu của Bồ Tát Văn Thù khi một trong những đặc tính mô tả về Ngài là kumarabhuta bao hàm hai ý nghĩa, trẻ trung và là hoàng tử. Thế nên theo Lalou, tính cách phổ thông chung của hai nhân vật này đều được bắt nguồn từ một huyền thoại là các vị thần tiên, các Thiên vương không bao giờ già. Điều này có thể đúng với nhân vật Pancasikha, tuy nhiên yếu tố trẻ trung – kumarabhuta- không phải là đặc tính chính yếu của Bồ Tát Văn Thù Sư Lợi, như sau này, đặc biệt là dưới thời Đường của Trung Quốc, Bồ Tát thường được mô tả là đã xuất hiện như một ông già hoặc đôi khi như một người ăn xin.

Cuối cùng, cả Bồ Tát Văn Thù cũng như Pancasikha đều đóng vai trò của một người giới thiệu, nêu câu hỏi mở đầu để chuẩn bị cho một thời pháp quan trọng của Đức Thế Tôn. Kinh Điển Tôn (Mahagovinda) trong bộ Trường A Hàm kể lại, lúc Phật đang ở núi Linh Thứu thì vị Nhạc thần Pancasikha -tức Bát-giá-Dực- đã hiện đến với Phật và tường trình cùng Ngài những gì mà ông ta đã được chứng kiến tại cung trời Đao Lợi trước đây . Tích truyện này cũng đã được kể lại trong bộ Đại Sự (Mahavastu) mà trong đó ở phần cuối, Pancasikha đã đóng vai trò của người giới thiệu chương trình, giống như vai trò của Bồ Tát Văn Thù Sư Lợi trong các kinh điển Đại Thừa.

Dựa trên những mối tương quan gần gũi về danh hiệu, hình tướng, phẩm chất và vai trò của hai người, phải chăng hình ảnh của nhân vật Pancasikha chính là hình ảnh của Bồ tát Văn Thù Sư Lợi ở buổi sơ khai? Học giả David Snellgrove đã đưa ra giả thuyết như vậy và cho rằng Pancasikha lúc ban đầu được gọi là Pancasikha Manjughosa, trong đó Manjughosa (Diệu Âm) là thuộc tính nêu bật phẩm chất về giọng nói của Pancasikha. Cũng theo Snellgrove, sau này danh hiệu trên đã được đảo ngược vị trí thành Manjughosa Pancasikha trong đó Pancasikha trở thành thuộc tính của nhân vật Manjughosa và Manjughosa không ai khác hơn chính là danh hiệu nguyên thủy của Bồ Tát Văn Thù Sư Lợi.

Tuy nhiên cả Lalou lẫn Snellgrove đã không nêu ra được một kinh sách nào để dẫn chứng cho lập luận của mình cho thấy rằng có sự quan hệ giữa Manjughosa và Nhạc thần Pancasikha. Mối liên hệ này hoàn toàn không thấy xuất hiện trong kinh tạng Pali, duy chỉ có một phẩm trong Kinh Trường A Hàm khi đề cập đến một đỉnh núi của dãy Hi Mã Lạp Sơn, Ghandhamadana, có miêu tả: “Diệu Âm (Manjughosa), vua của các Càn-thát-bà, bao quanh bởi 500 vị Càn thát bà, trụ xứ ở đó.” Thế nhưng, phẩm kinh này chỉ có bản dịch bằng tiếng Trung quốc là còn tồn tại, thế nên tên Diệu Âm có thể đã được diễn dịch ra theo ngôn ngữ Trung quốc và chưa chắc là đã đúng với nguyên văn Phạn ngữ. Hơn thế nữa, danh từ pancasikha mà Ngài Phật Hộ cho rằng có ý nghĩa là năm búi tóc, trong Phạn ngữ còn có một ý nghĩa khác là năm đỉnh núi, hay năm ngọn núi, sẽ được nói đến trong phần tiếp theo sau đây.

3. Núi Ghandhamadana, Trú Xứ của Bồ Tát

Trong phẩm kinh Trường A Hàm như đã dẫn chứng ở trên có đề cập đến ngọn núi Ghandamadana như là nơi trú xứ của vua Càn-thát-bà Diệu Âm. Ghandhamadana là

một phần của dãy Hy Mã Lạp Sơn bao quanh hồ nước Anavatapa nổi tiếng, vì là nơi phát tích các dòng sông quan trọng của Ấn Độ: Hằng hà, Ấn hà và Oxus, thường được nói đến trong kinh điển truyền thống Phật giáo. Trong phần chú giải phẩm Tự Thuyết (Udana) của Tiểu Bộ Kinh, hồ nước và những dảy núi bao quanh này đã được chi tiết hoá như sau:

Hồ Anavatapa được bao quanh bởi năm ngọn núi là Sudarsana, Citra, Kala, Ghandhamadana, và Kailasa.

Như vậy Gandhamadana là tên của một trong năm ngọn núi – mà Phạn ngữ gọi là pancasikha hay pancasirsa. Thế nên, có thể đã có mối liên hệ giữa danh từ pancasikha (đỉnh núi) với địa phương nơi trú xứ của vị vua Càn-thát-bà. Vị Nhạc thần cai quản các Càn thát bà này đã lấy tên địa phương nơi mình cư ngụ làm danh hiệu cho chính mình, Pancasikkha. Trong truyền thống Ấn Độ, người ta cũng thấy rằng Hy Mã Lạp Sơn được mô tả như là trú xứ của các Càn-thát-bà và vị Nhạc thần Pancasika đã thường xuyên lui tới chốn này. Chuyện tiền thân của Bồ Tát Văn Thù (Manjari Jataka) trong bộ Đại Sự có kể lại rằng vị Nhạc thần này đã từng đến thăm viếng vị sơn thần cai quản Hi Mã Lạp Sơn để thuyết phục ông ta phát khởi lòng khoan dung rộng lượng, và trong bộ Khổng Tước Minh Vương kinh (Mahamayuri) cũng nêu rõ rằng trú xứ của Pancasikha là vùng Kế Tân (Kashmir), phía Tây Bắc của dãy Hi Mã Lạp Sơn kế cận với năm ngọn núi bao quanh hồ nước Anavatapa nổi tiếng.

Bồ Tát Văn Thù đồng thời cũng có quan hệ mật thiết với ngọn núi Ghandhamana. Trong bộ kinh ngắn, “Bồ Tát Văn Thù Sư Lợi Nhập Niết Bàn”, Bồ Tát đã được mô tả là đã từng đến thăm viếng dảy Hi Mã Lạp Sơn để chuyển hoá 500 vị địa tiên cư trú tại đây trở về với Phật giáo. Và sau đó, cũng trong bộ kinh này đã mô tả cảnh Bồ Tát nhập Niết bàn, khi dùng lửa tam muội tự thiêu đốt xác thân của mình. Xá lợi của Ngài được đưa về đỉnh núi Hương Sơn, nơi mà vô số lượng các Thiên, Long, qủy thần sẽ tụ tập đến để làm lễ tôn kính Ngài. Núi Hương Sơn này đã được nhà học giả Pháp Lamotte xác định là Gandhamadana, “ngọn núi tỏa thơm mùi hương báu”.

Khi mà tiếng tăm của Bồ tát Văn Thù Sư Lợi ngày càng phổ biến trong đại chúng, tên tuổi của Ngài thường được gắn liền với những danh sơn trong các quốc gia Phật giáo, cụ thể như Gosrnga của xứ Vu Điền (Khotan) và Ngũ Đài Sơn của Trung Quốc. Cả Gosrnga và Ngũ Đài Sơn đều có hồ nước gần kề và đặc biệt Ngũ Đài Sơn, như tên gọi của nó, bao gồm năm ngọn núi quần tụ lại với nhau, phần nào liên hệ đến thuộc tính pancacira -tóc năm búi- của Bồ Tát Văn Thù, mà bất cứ nơi nào có liên hệ đến con số năm đều có thể được coi như là nơi trú xứ thích hợp của Bồ Tát. Trong tinh thần này, Ngũ Đài Sơn là nơi trụ tích lý tưởng của Bồ Tát Văn Thù vì phần nào liên hệ đến vùng năm núi trong đó có ngọn Ghandhamadana nổi tiếng.

II. Ngũ Đài Sơn, Trung Quốc, Nơi Trụ Tích của Bồ Tát Văn Thù.

Tượng Bồ Tát Văn Thù Sự Lợi tại Ngũ Đài Sơn, Trung Quốc

Ngũ Đài Sơn thuộc địa phận tỉnh Sơn Tây, sở dĩ được gọi là Ngũ Đài vì có năm ngọn núi cao quây quần lại với nhau là Đông đài, Tây đài, Nam đài, Bắc đài và Trung ương đài,

phong cảnh rất thanh tú với hồ nước lung linh, những dòng sông trong veo uốn khúc, và những cảnh quan thiên nhiên kỳ thú như những bức tranh thủy mặc, nên từ lâu được coi là chốn bồng lai tiên cảnh, trú xứ của những vị Tiên theo truyền thuyết Trung Hoa. Sở dĩ Ngũ Đài Sơn được

xem là nơi trụ tích của Bồ Tát Văn Thù vì kinh Hoa Nghiêm có nói rằng: Ngài Văn Thù Bồ Tát trụ ở núi Thanh Lương phía Đông Bắc và hiện đang thuyết pháp cho chư Bồ Tát nghe. Núi Thanh Lương sau này được ám chỉ là núi Ngũ Đài, cho nên núi Ngũ Đài cũng được gọi là núi Thanh Lương mà theo tin tưởng của Phật tử, trong núi này hiện có Đức Văn Thù thuyết pháp cho hàng vạn Bồ Tát nghe. Núi Ngũ Đài từ đời Tùy đã được coi như là cõi Tịnh Độ của Bồ Tát Văn Thù và đến giữa đời Đường, tức là vào cuối thế kỷ thứ bảy, thì đã trở thành một trung tâm tín ngưỡng lớn, một địa điểm hành hương có tầm vóc quốc tế.

Đã có rất nhiều truyền thuyết cũng như Kinh sách còn lưu truyền lại nói rằng Bồ Tát Văn Thù đã nhiều lần hoá hiện ra tại Ngũ Đài Sơn cho những ai có tâm thành hành hương đến đây để tìm cầu Ngài. Nổi tiếng nhất là chuyện đại sư Phật Hộ, người nước Kế Tân (Kashmir), đã hành hương đến Ngũ Đài Sơn vào năm 676 chỉ với một hy vọng duy nhất là được nhìn thấy Bồ Tát Văn Thù xuất hiện. Khi đến nơi Sư đã phủ phục nằm vóc xuống đất và khấn cầu Bồ Tát. Sau khi đảnh lễ xong đứng dậy thì ngài Phật Hộ thấy một lão trượng đang đi lại hướng mình. Người này hỏi Sư là có mang theo mình thần chú Buddhosnisavijaya hay không, mà theo ông lão thì chỉ có thần chú này mới có năng lực giải trừ người Phật tử Trung Quốc ra khỏi những cám dỗ ma quỷ. Sư Phật Hộ thú nhận rằng mình đã không mang theo thần chú này và được ông già khuyến cáo là phải quay trở về Ấn Độ thỉnh thần chú này rồi khi trở lại đây chắc chắn sẽ được gặp Bồ Tát Văn Thù Sư Lợi. Tâm tràn đầy hân hoan, sư Phật Hộ kính cẩn cúi đầu cảm tạ lời chỉ dẫn và khi ngẩng lên thì ông già đã biến mất! Sư quay trở về Ấn Độ và khi trở lại Ngũ Đài Sơn cùng với thần chú, Ngài đã gặp Bồ tát Văn Thù một lần nữa và lần này Bồ Tát đã hướng dẫn ngài Phật Hộ tham quan Ngũ Đài Sơn cũng như cho biết những bí mật ẩn tàng ở đây.

Một câu chuyện khác cũng không kém quan trọng vì đã dẫn đến việc xây dựng một ngôi đạo tràng trang nghiêm vĩ đại nhất tại Ngũ Đài Sơn, Kim Các tự. Chuyện kể rằng Thiền sư Đạo Nhất, một cao tăng nổi tiếng đời Đường, cho rằng mình vì thiếu phước duyên nên mới sinh ra vào thời mạt pháp, may ra chỉ đến Ngũ Đài Sơn mới có thể thấy được sự hóa hiện của Bồ Tát. Trong niềm tin thành như thế, Sư đã thực hiện một chuyến hành hương thăm viếng thánh địa của Ngài vào năm 736 cùng với một tăng sĩ đồng hành. Trên con đường lên núi bỗng dưng Sư trông thấy một lão tăng cưỡi trên mình một con voi trắng xuất hiện ở hướng đối diện. Sau khi hai bên cung kính vái chào nhau, vị lão tăng này cho biết là ông ta đã hiểu rõ lai lịch cùng tâm nguyện của Đạo Nhất và hứa hẹn rằng nếu Sư trở lại vào ngày hôm sau thì có thể gặp được Bồ

Tát Văn Thù. Sư Đạo Nhất vô cùng cảm ơn hảo ý của vị lão tăng, chưa kịp hỏi han thêm thì vị lão tăng này bỗng dưng biến mất như một làn gió, để lại trong không gian một mùi hương thoang thoảng. Sư quá đổi vui mừng và suốt đêm nghỉ lại tại chùa Thanh

Lương, trung tâm của núi Ngũ Đài, Sư cứ trằn trọc mãi mong cho trời mau sáng để có thể diện kiến và đảnh lễ Bồ Tát. Sáng hôm sau vào lúc tinh mơ, Sư đã vội thức dậy một mình nhắm hướng Tây lên núi. Trong làn gió lạnh của buổi sớm mai, Sư bỗng thấy trên không hiện ra một ngôi cổ tháp toả ra những ánh sáng rực rỡ. Tiếp tục hành trình, Sư một lần nữa gặp lại vị lão tăng cưỡi con voi trắng của ngày hôm trước. Vị Tăng khuyến khích Sư cứ nên tiếp tục và khi đi thêm một đổi đường nữa, Sư ngạc nhiên thấy một nhóm đông tăng chúng đang tụ tập thọ trai tại một ngôi phạn đường. Tự nhắc nhở mình rằng mục đích chính là gặp gỡ Bồ Tát Văn Thù, Sư thấy mình không nên nấn ná lại chỗ này mà tiếp tục dấn bước và rồi bất chợt trước mặt Sư một đồng tử trạc chừng 13, 14 tuổi xuất hiện, tự xưng là Thiện Tài Đồng Tử, chúc mừng Sư: “Chào tăng sĩ, Ngài đã bước đến ngưỡng của của Kim Các Tự”. Sư theo chân vị đồng tử này khoảng chừng vài ba trăm bước về hướng Tây Bắc, đi qua một cây cầu thì bước chân vào một dảy dinh thự hùng vĩ trang nghiêm của tu viện, tất cả đều bằng vàng, ở đó Sư gặp lại vị lão tăng cưỡi con voi trắng. Đến đây thì không còn nghi ngờ gì nữa, Sư biết rằng vị lão tăng này chẳng ai khác hơn chính là Bồ Tát Văn Thù hoá hiện! Khỏi nói chắc mọi người cũng biết là Sư vui mừng đến độ choáng váng phải một lúc sau mới hoàn hồn tỉnh lại. Nhân cơ hội này Sư đã tham vấn Bồ Tát về những khúc mắc trong Phật pháp và Ngài cũng đã ân cần hỏi han về tình trạng Phật pháp ở quê hương Sư. Sư Đạo Nhất được mời thọ thực tại đây và sau đó vị đồng tử đã hướng dẫn Sư đi thăm viếng toàn bộ cảnh quan của tu viện. Từ giả Bồ Tát Văn Thù bước đi chừng trăm bước, Sư ngoái đầu nhìn lại, tất cả đều biến mất!

Sư Đạo Nhất đã đem tất cả những điều mình đã được chứng kiến tâu trình lên cùng Hoàng đế Huyền Tôn và nhà vua tỏ ra đã bị thu hút bởi chuyện linh ứng mầu nhiệm của Bồ Tát Văn Thù nên đã ủng hộ cho việc khởi công kiến thiết ngôi Kim Các Tự. Ngôi chùa vĩ đại này được kiến trúc theo mô hình mà Sư Đạo Nhất đã trông thấy trong lần gặp gỡ Bồ Tát Văn Thù Sư Lợi, được hoàn tất vào cuối thế kỷ thứ 8 do công lao của nhà sư Ấn Độ, Bất Không Kim Cương đã vận động Hoàng Đế Đại Tôn cung cấp ngân khoản xây chùa vào năm 766 CE.

Một nhà sư khác người Nhật Bản, Viên Nhân (Ennin), cũng đã hành hương đến Ngũ Đài Sơn vào năm 840 CE. Ông đã lưu lại đây hơn hai tháng và trong nhật ký đã ghi lại những điều chứng kiến được tại Ngũ Đài Sơn như sau: “Vào

khoảng đầu hôm, chúng tôi, một nhóm tăng chúng khoảng mười người đột nhiên trông thấy trên bầu trời hướng đông của thung lủng xuất hiện một cây đèn thần, ánh sáng ban đầu chỉ nhỏ cỡ chừng bằng một cái bình bát nhưng sau đó lớn dần lên bằng cả cái nhà. Chúng tôi quả thật là hoàn toàn rúng động trước cảnh tượng này, vội vã quỳ xuống đãnh lễ và niệm lớn danh hiệu Bồ Tát Văn Thù. Rồi thì một cây đèn khác lại hiện ra gần chúng tôi hơn, thoạt tiên cỡ bằng một chiếc nón rơm và rồi cứ tiếp tục lớn dần lên. Hai ngọn đèn này nhìn từ xa, cách nhau khoảng chừng 100 bộ, tỏa ánh sáng rất rực rỡ cho đến khoảng nửa đêm thì tàn lụi dần và biến mất.”

Trong cuốn hồi ký này, sư Viên Nhân cũng mô tả lại những kiến trúc, đền đài, những nơi thờ phượng ở trên Ngũ Đài Sơn, kể cả bức tượng Bồ Tát Văn Thù rất nổi tiếng tại

chùa Hoa Nghiêm:

“Bức tượng Bồ Tát cưỡi trên mình con sư tử lớn bằng cả một ngôi nhà năm gian. Con sư tử trông thật siêu nhiên, vĩ đại và sống động cứ như là thực. Ta có cảm tưởng như là nó đang đi và thở hơi khói ra ở miệng. Chúng tôi nhìn nó một hồi và càng nhìn càng thấy nó như đang di chuyển.”

Theo lời vị sư trú trì kể lại cùng sư Viên Chân thì bức tượng này đã phải đúc đến lần thứ bảy mới hoàn thành, tất cả những lần trước, lần nào cũng bị hư bể cả. Nghĩ rằng chắc có chuyện gì không đúng, có thể đã mạo phạm đến Bồ Tát, nhà điêu khắc chủ trì việc đúc tượng thành tâm khấn nguyện cùng Bồ Tát Văn Thù xin Ngài hiện ra chỉ cho ông hình ảnh trung thực nhất mà Bồ Tát muốn miêu tả về mình. Câu chuyện đúc tượng này đã được Sư Viên Chân tóm tắt như sau: “Sau khi cầu nguyện, nhà điêu khắc mở mắt ra và vô cùng kinh ngạc khi thấy Bồ Tát Văn Thù cỡi trên mình con sư tử màu vàng xuất hiện trước mắt. Một khoảnh khắc sau đó, Bồ Tát bay lên đám mây ngũ sắc và mất hút dần vào khoảng không. Nhà điêu khắc vô cùng vui mừng và cảm kích khi được trông thấy hình ảnh thực sự của Bồ tát nhưng đồng thời ông cũng không cầm được nước mắt vì hối hận khi đã diễn tả sai lầm về Bồ Tát từ trước đến nay.

Câu chuyện này mang một ý nghĩa vô cùng quan trọng trong lịch sử mỹ thuật Phật giáo vì kể từ đây trở về sau, hình ảnh Bồ tát Văn Thù cưỡi sư tử xuất hiện trong đám mây rực rỡ đã trở thành một khuôn mẫu cho các nghệ nhân sáng tác khi miêu tả về Bồ tát. Năm 1975, người ta khám phá ra tại Động Đôn Hoàng một bức bích họa có niên đại vào khoảng thế kỷ thứ 10 đã trình bày Bồ Tát Văn Thù với kiểu cách như trên.

Ngũ Đài Sơn như đã trình bày có quan hệ mật thiết với núi Thanh Lương được đề cập đến trong Kinh Hoa Nghiêm mà ngài Phật Đà Bạt Đà La đã phiên dịch ra Hán văn vào năm 418-420 CE. Thế nên khi nói về Bồ Tát Văn Thù người ta không thể không nói đến Hoa Nghiêm tông, một tông phái Phật giáo Trung quốc rất thịnh hành dưới đời Đường. Chính việc phổ biến rộng rãi Kinh Hoa Nghiêm đã góp phần lớn trong việc phát triển tín ngưỡng tôn thờ Bồ Tát Văn Thù trong đại chúng, bởi vì Kinh Hoa Nghiêm, đặc biệt là trong phẩm kết thúc của bộ kinh này, đã làm nổi bật vai trò của Bồ tát như là một vị thiện trí thức với những lời khuyên thích đáng và thiết thực cho những kẻ thiết tha cầu đạo, tiêu biểu là Thiện Tài đồng tử. Sự ảnh hưởng của tông Hoa Nghiêm đối với tín ngưỡng Văn Thù đã được Đại sư Pháp Tạng (643-712 CE), Đệ tam tổ của Hoa Nghiêm tông mô tả trong cuốn “Những Ghi Chú Về Truyền Thống Hoa Nghiêm”, đã chép lại một phần lai lịch cùng những truyện tích liên quan đến Ngũ Đài Sơn và Bồ Tát Văn Thù.

Một yếu tố khác có thể cũng đã góp phần vào việc củng cố tín ngưỡng tôn thờ Bồ Tát Văn Thù tại Ngũ Đài Sơn là một niềm tin khá phổ biến trong thời điểm này cho rằng thế gian đang bước vào giai đoạn mạt pháp. Trong thời kỳ chánh pháp suy tàn, ma vương tà kiến lộng hành, người ta tin rằng duy nhất chỉ có Ngũ Đài Sơn, nơi trú xứ của Bồ Tát Văn Thù là có thể giúp cho con người có được cơ hội tiếp xúc trực tiếp với Chánh pháp, với nguồn mạch giác ngộ. Niềm tin này phần nào đã được phản ảnh trong cuốn nhật ký hành hương của Đại sư Viên Chân như đã trình bày ở trên cũng như trong

“Văn Thù Sư Lợi Pháp Bảo Chân Ngôn Kinh” do ngài Bồ Đề Lưu Chí dịch ra Hán văn vào năm 710, có đưa ra lời tiên đoán của Đức Phật Thích Ca liên hệ đến Ngũ Đài Sơn. Trong cuốn kinh này, khi Bồ tát Vajraguhyaka thỉnh cầu Phật giải thích việc gì sẽ xảy đến khi Chánh pháp không còn tồn tại, Đức Thế Tôn đã trả lời: “Sau khi Ta nhập Niết bàn rồi, trong cõi Nam Thiện Bộ Châu này, ở về phía Đông Bắc có một quốc độ tên là Đại Trung quốc. Ở ngay trung tâm của quốc độ này có một ngọn núi tên là Ngũ Đài. Vị Pháp vương tử Văn Thù Sư Lợi sẽ trụ xứ ở trung tâm của ngọn núi này diễn nói Chánh Pháp để cứu độ chúng sanh. Vô số Thiên, Long, La Sát, Phi Nhân, Ma hầu la già cùng các chúng trời người và qủy thần tụ tập chung quanh Bồ Tát để cúng dường và nghe pháp”. Đức Phật Thích Ca còn cho biết thêm, khi Chánh Pháp không còn tồn tại, Bồ Tát Văn Thù Sư Lợi sẽ diễn nói pháp tương ứng cho giai đoạn này.

Như vậy, đến cuối thế kỷ thứ Bảy, tín ngưỡng tôn thờ Bồ Tát Văn Thù đã được thiết định vững chắc tại Trung Quốc và Ngũ Đài Sơn, nơi trụ tích của Bồ tát đã trở thành một thánh địa thiêng liêng thu hút khách hành hương đến từ khắp nơi trên thế giới: Kasmir, Ấn Độ, Nhật Bản, Nepal, Tích Lan, Tây

Tạng,... Tại đây, một ngôi đại tháp cao sáu thước cũng đã được dựng lên trong khuôn viên của chùa Đại Tháp Viện (Trung Đài) để thờ một bảo vật mà người ta tin là tóc của Bồ tát Văn Thù, vì theo truyền thuyết được kể lại thì dưới thời Bắc Ngụy, Bồ Tát đã hiện ra một lần dưới dạng một bà già nhà quê nghèo khó đến hành hương Ngũ Đài Sơn và vì không có gì quý báu để cúng dường, bà đã tặng chùa mái tóc của mình. Dĩ nhiên là tăng chúng trong chùa không có ai hoan hỷ để đón nhận vật phẩm cúng dường này, nếu không nói là còn tỏ ra rất khinh rẻ. Bất ngờ bà cụ già bay vọt lên không và hóa hiện ra thành Bồ Tát Văn Thù, lúc này mọi người mới kinh hoàng quỳ sụp xuống lạy và sau đó kiến tạo lên ngôi bảo tháp này để thờ di vật qúy giá của Bồ Tát mà người Trung hoa tôn kính gọi là hắc xá lợi. Ngôi đại tháp đã được trùng tu lại dưới thời Hoàng đế Thần Tôn, nhà Minh (1573-1619).

Ngài Bất Không Kim Cương (AMOGHAVAJRA) Và Sự Nghiệp Phát Triển Tín Ngưỡng Văn Thù Sư Lợi

Khi nói đến tín ngưỡng tôn thờ Bồ Tát Văn Thù ta không thể không nói đến công nghiệp lớn lao của một vị đại tăng đã đưa tín ngưỡng này phổ cập đến toàn thể lãnh thổ Trung quốc, đó là ngài Bất Không Kim Cương. Ngài Bất Không người nước Tích Lan (Trung Hoa cổ gọi là nước Sư Tử), lúc 15 tuổi theo ngài Kim Cương Trí đến Lạc Dương và được thọ giới ở đó. Trong hai mươi năm trời theo thầy học đạo, chuyên nghiên cứu về bí nghĩa của Mật giáo. Sau khi ngài Kim Cương Trí viên tịch, ngài cùng với sư Hàm Quang theo đườn

cuối thế kỷ thứ tám là một nguồn sử liệu có giá trị trong việc nghiên cứu việc phát triển tín ngưỡng tôn thờ Bồ Tát Văn Thù Sư Lợi.

Như đã nói ở trên, chính Đại sư Bất Không là người chịu trách nhiệm trong việc hoàn tất công trình xây cất Kim Các tự tại Ngũ Đài Sơn sau khi được Đại Tôn Hoàng Đế chuẩn cấp ngân sách vào năm 746. Do được vua ưu ái sùng mộ mà Ngài Bất Không đã

thuyết phục được vua ban hành sắc lệnh tôn Bồ tát Văn Thù Sư Lợi như là một vị Bồ Tát bảo hộ chính trong tất cả các chùa chiền tự viện tại Trung quốc. Trong sớ biểu dâng lên Hoàng Đế, Bất Không Đại sư đã viết về Bồ Tát Văn Thù như là "người đang bảo vệ, canh giữ Ngũ Đài Sơn", hàm ý nhấn mạnh đến vai trò bảo hộ quốc gia của Bồ Tát. Vào năm 772, cũng do yêu cầu của Ngài, Đại Tôn Hoàng Đế lại ban hành thêm một đạo dụ khác ra lệnh cho khắp các ngôi chùa trong nước đều phải thiết lập thêm một viện thờ Đức Văn Thù. Tại những điện thờ này, tăng sĩ được yêu cầu tụng đọc những kinh điển cầu "quốc thái dân an", Bồ Tát Văn Thù nghiểm nhiên đã rời khỏi nơi trụ tích Ngũ Đài Sơn để trở thành một vị thần bảo hộ quốc gia. Quan niệm tín ngưỡng đức Văn Thù ở Ngũ Đài Sơn vì thế được phổ cập khắp nơi và Ngũ Đài Sơn bỗng trở thành một nơi Linh nghiệm Đạo Tràng của toàn thể quốc dân.

Lưỡi Kiếm của Bồ Tát Văn Thù Trong Hệ Tư Tưởng Bát Nhã:

Phùng Phật Sát Phật!

Hệ tư tưởng Bát Nhã với triết lý Tánh Không được coi như là xương sống của tư tưởng Phật giáo Đại Thừa. Mục tiêu của Đại Thừa là hoàn thành Bồ tát đạo cũng đồng nghĩa với thực chứng Tánh Không. Con đường dẫn đến Bát Nhã Ba La Mật phải được khởi đi từ nỗ lực loại trừ ý thức phân biệt. Nhưng Bát Nhã Ba La Mật là gì? Ta hãy nghe Bồ Tát Văn Thù giải thích trong kinh «Bát Nhã Thất Bách Tụng» (Saptasatika Prajnaparamita):

« Phật hỏi : Này Văn Thù Sư Lợi, Ông có bao giờ quán về các pháp của một vị Phật ?

Bồ Tát Văn Thù thưa: Bạch Thế Tôn, không. Nếu con có thể trông thấy được thành tựu đặc biệt của những pháp của một vị Phật, con sẽ lập tức quán chiếu. Nhưng bạch Đức Thế Tôn, sự phát triển của Bát nhã Ba La Mật không hề được đặt cơ sở trên ý thức phân biệt về pháp để rồi nói rằng, «những cái này là pháp của kẻ phàm phu, những cái kia là pháp của hàng tỳ kheo, những cái này là pháp của Thanh văn Duyên Giác, những cái kia là pháp của bậc Giác

ngộ.» Vị thiện nam tử khi buông bỏ tất cả để đi vào đại định cầu khai mở trí tuệ bát nhã không phải chỉ ể n

trí tuệ và hạ thủ trong một cung cách không còn ý niệm về việc cầm gươm và không cả sát niệm. Này Thiên vương, với cách thức như thế, ông sẽ hiểu một cách sâu sắc rằng giết chết những ý niệm về ngã, về chúng sanh tức là thực sự giết hết mọi chúng sanh. Nếu ông làm được như thế, tôi sẽ cho phép ông cùng tu tập hạnh đức với tôi. »

Chính từ mẫu đối thoại này, cuốn kinh đã dẫn đến một bầu khí trong đó Đức Phật đã vận dụng Bồ Tát Văn Thù Sư Lợi qua một hành động đầy kịch tính là cầm gươm toan giết Phật, tạo một sự tác động mạnh mẽ lên 500 vị Bồ Tát đang thối chuyển vì đã không thể quên được những tác hành tiêu cực trong quá khứ, khiến họ đắc quả Vô Sanh Pháp Nhẫn:

« Lúc này, để giúp cho 500 vị Bồ tát trong đại chúng loại trừ ý thức phân biệt, Đức Thế Tôn đã vận dụng thần thông tạo truyền cảm ứng cho Bồ Tát Văn Thù Sư Lợi khiến Bồ Tát đã từ trong đại chúng đứng dậy, sửa lại tăng bào, trật vai áo phải, cầm lưỡi gươm

bén trong tay, tiến thẳng đến Đức Thế Tôn để giết Ngài.

Thấy vậy, Đức Phật vội vàng bảo Bồ Tát Văn Thù: Hãy ngưng! Hãy dừng tay Ông Văn Thù Sư Lợi! Không được làm chuyện quấy. Không được giết ta theo kiểu cách như vậy. Nếu ông cần phải giết ta, trước tiên ông phải nên biết cách thức tốt nhất để giết. Tại sao? Bởi vì, này ông Văn Thù Sư Lợi, ngay từ ban đầu đã không có ngã, có nhân, có tha nhân; ngay khi một người nhận thức rằng không có sự hiện hữu của tự ngã, của bản sắc cá nhân, chính họ đã giết ta; như vậy mới gọi là giết. »

Nội dung của đoạn kinh này đã dẫn đến công án « Phùng Phật Sát Phật » nổi tiếng của Thiền tông Trung Hoa và có thể là nguồn cảm hứng cho các nghệ nhân khi miêu tả Bồ Tát Văn Thù trên tay cầm lưỡi gươm trí tuệ bốc lửa. (Tâm Hà Lê Công Đa) ---oooOOooo---

Manorial - thuộc trang viên

Mantra – the recitation of primal syllables and is associated with a deity or practice = câu thần chú

Mantra – có nghĩa là: 'liên kết hết mọi pháp, nắm vững hết mọi nghiã' (Chú) The word mantra is thought to be a combination of the first syllables of the Sanskrit words "manna" (thinking) and "trana"

(liberation from the bondage of appearances), A mantra is therefore "liberation from thinking", but over the centuries the word has also come to mean "that which protect", indicating that an appropriate mantra is believed to guard against the perils of the outer world as well as taking one into the inner…

Chân ngôn – (skt. mantra, japan. shingon) hoặc Chân âm, phiên âm sang tiếng Hán là Mạn-đát-la, các cách dịch ý khác là Chú, Minh, Thần chú, Mật ngôn, Mật ngữ, Mật hiệu, cũng được đọc thẳng âm tiếng Phạn là Man-tra, có nghĩa là "lời nói chân thật", là biểu hiện của chân như. Chân ngôn có thể là một câu chú, hay một Đà-la-ni ngắn. Lời nói huyền nhiệm chứa đựng năng lực đưa đến kết quả siêu nhiên hay thế tục. Vốn xuất phát từ đạo Bà-la-môn Ấn Độ, Chân ngôn có thể là một âm tiết, một chữ hoặc câu kệ được tiết lộ cho những vị Thấu thị (skt. rsi) trong lúc thiền định. Trong Phật giáo, người ta cho rằng Chân ngôn chứa đựng sức mạnh đặc biệt của vũ trụ hoặc biểu hiện của một khía cạnh nào đó của Phật tính.

THẬP CHÚ (Các bài chú thường không dịch mà để nguyên văn)

1.- NHƯ-Ý BẢO LUÂN-VƯƠNG ĐÀ-LA-NI

Nam-mô Phật-đà-da. Nam-mô Đạt-ma-da. Nam-mô Tăng-dà-da.

Nam-mô Quán-Tự-Tại Bồ-tát ma-ha-tát, cụ đại-bi tâm giả. Đát điệt tha. Án chước yết ra phạt để chấn đa mạc ni, ma ha bát đẳng mế, rô rô rô rô, để sắc tra thước ra a yết rị, sa dạ, hồng phấn ta ha. Án, bát đạp ma chấn đa mạt ni, thước ra hồng. Án bát lặc đà, bát đẳng mế hồng.

Nghĩa: Quy y Phật, Quy Y Pháp, Quy y Tăng. Con xin quy mệnh với Đức Chuyển luân vương như ý bảo châu đại liên hoa là Bậc đã xa lìa Nội Trần và Ngoại Trần. Con xin an trụ theo ánh lửa rực rỡ của Ngài để thỉnh triệu Chư Phật, Bồ Tát, Hiền Thánh Chúng, Tám Bộ Trời Rồng, Chư Vị Hộ Pháp nhắm giúp cho con phá bại Tâm vị ngã, phát khởi Tâm bồ đề, thành tựu cát tường.

Xuất Xứ: Như Ý Tâm Đà La Ni Kinh. Nội dung kinh này nói về Bồ tát Quán Tự Tại được sự chấp thuận của Đức Phật liền tuyên thuyết Vô

Chướng Ngại Quán Tự Tại Liên Hoa Như Ý Bảo Luân Vương Đà La Ni . Đức Phật lại bảo: Nếu người nào tụng chú này 1 biến thì trừ được tội, qua được tai nạn, thành tựu sự nghiệp. Còn nếu ngày nào cũng tụng 108 biến thì sẽ có cảm ứng khiến thấy được thế giới Cực Lạc của Đức Phật A Di Đà và núi Bổ Tát La nơi Bồ tát Quán Thế Âm cư ngụ, khỏi đọa vào đường ác.

2.- TIÊU TAI CÁT TƯỜNG THẦN CHÚ

Nẳng mồ tam mãn đa, mẫu đà nẩm. Á bát ra để, hạ đa xá ta nẳng nẩm. Đát điệt tha. Án, khê khê, khê hế, khê hế, hồng hồng, nhập phạ ra, nhập phạ ra, bát ra nhập phạ ra, bát ra nhập phạ ra, để sắc sá, để sắc sá, sắc trí rị, sắc trí rị, ta phấn tra, ta phấn tra, phiến để ca thất rị duệ, ta phạ ha.

Nghĩa: Hỡi ánh lửa rực rỡ của Như Lai Vô Kiến Đỉnh Tướng đã thiêu cháy mọi năng chấp, sở chấp, hãy tỏa sáng rực rỡ khiến cho con được an trú trong sự gia trì này nhằm phá tan sự trì độn chậm chạp của Nội Chướng và Ngoại Chướng. Đồng thời khiến cho con dứt trừ được mọi tai nạn, thành tựu sự an vui tốt lành.

3.- CÔNG-ĐỨC BẢO SƠN THẦN CHÚ

Nam-mô Phật-Đà. Nam-mô Đạt-Ma. Nam-mô Tăng-Dà.

Án, tất đế hộ rô rô, tất đô rô, chỉ rị ba, kiết rị bà tất đạt rị, bố rô rị, ta phạ ha.

Nghĩa:
Quy y Phật, Quy Y Pháp, Quy y Tăng.
Vinh quang thay sự thành tựu! Hãy vui vẻ ôm giữ, khéo ôm giữ kho tàng
Chân Như! Hãy khéo giữ gìn tự tính an lạc của Đại Niết Bàn.
4.-PHẬT MẪU CHUẨN-ĐỀ THẦN CHÚ

Khể thủ quy-y Tô-tất-đế, đầu diện đảnh lễ thất cu chi. Ngã kim xưng tán Đại Chuẩn-Đề, duy nguyện từ bi thùy gia hộ. Nam-mô tát đa nẩm tam-miệu tam-bồ-đề, cu chi nẩm, đát điệt tha. Án, chiết lệ chủ lệ Chuẩn-Đề, ta bà ha.

Nghĩa: Quy mệnh Bảy trăm triệu Chính Đẳng Chính Giác - Như vậy liền nói chú rằng: Khi Thân, Khẩu, Ý hợp nhất với sự Giác Ngộ Phật Tính sẽ đi thẳng vào tự tính thanh tịnh của Tâm Bồ Đề và thọ nhận mùi vị an lạc của Đại Niết Bàn.

Xuất Xứ: Phật Mẫu Chuẩn Đề Đà La Ni Kinh Người trì tụng thần chú này đủ chín chục ngàn biến, có thể diệt được các tội thập ác, ngũ nghịch, tiêu trừ tai nạn, bịnh hoạn, tăng

nhiều phước thọ.

5.-THÁNH VÔ-LƯỢNG-THỌ QUYẾT-ĐỊNH QUANG-MINH- VƯƠNG ĐÀ-LA-NI

Án, nại ma ba cát ngỏa đế, a ba ra mật đạp, a ưu rị a nạp, tô tất nể, thiệt chấp đạp, điệp tả ra tể dã, đát tháp cả đạt dã, a ra ha đế, tam dược tam bất đạt dã, đát nể dã tháp.

Án, tát rị ba, tang tư cát rị, bót rị thuật đạp, đạt ra mã đế, cả cả nại, tang mã ngột cả đế, ta ba ngỏa, tỷ thuật đế, mã hắt nại dã, bát rị ngỏa rị tá hắt.

Nghĩa: Quy mệnh kính lễ Đức Thế Tôn VÔ LƯỢNG THỌ TRÍ QUYẾT ĐỊNH QUANG MINH VƯƠNG Như Lai Ứng Cúng Chính Đẳng Chính Giác. OM, tất cả hoạt động Tâm Ý đều là Pháp Tính cực thanh tịnh. Thanh tịnh như Tự Tính thắng thượng của Hư Không. Hãy phát khởi Thắng Nguyện rộng lớn để mau chóng đạt được sự an lạc thanh tịnh của Đại Niết Bàn.

6.-DƯỢC SƯ QUÁN-ĐẢNH CHƠN-NGÔN

Nam-mô bạt dà phạt đế, bệ sát xả, lụ rô thích lưu ly, bát lặt bà, hắt ra xà dã, đát tha yết đa da, a ra hắt đế, tam miệu tam bột đà da. Đát điệt tha. Án, bệ sát thệ, bệ sát thệ, bệ sát xã, tam một yết đế tá ha.

Nghĩa: Quy mệnh Đức Thế Tôn DƯỢC SƯ LƯU LY QUANG VƯƠNG Như Lai Ứng Cúng Chính Đẳng Chính Giác - Như vậy liền nói chú rằng: Xin Ngài hãy ban cho con thuốc diệt trừ bệnh quả báo, bệnh nghiệp ác, bệnh kiến tư, bệnh trần sa, bệnh vô minh để cho con mau chóng phát sinh được đạo quả Vô Thượng Bồ Đề.

7.-QUAN-ÂM LINH CẢM CHƠN-NGÔN

Án ma ni bác di hồng, ma hắt nghê nha nạp, tích đô đặt ba đạt, tích đặt ta nạp, vi đạt rị cát, tát nhi cáng nhi tháp, bốc rị tất tháp cát nạp, bổ ra nạp, nạp bốc rị, thưu thất ban nạp, nại ma lô kiết, thuyết ra da, tá ha.

Nghĩa: OM MA NI BÁT MÊ HÙM là tính chất mầu nhiệm của cây phướng Đại Trí. Hãy ngồi dưới cây phướng ấy, xa lìa mọi sự chấp giữ mà thành tựu trong khắp các cõi. Hãy luyện các căn cho thanh tịnh để thành tựu viên mãn các pháp và siêu việt tất cả. Con xin quy mệnh công đức nội chứng của Đức Thế Tự Tại. Nguyện cho con được thành tựu như Ngài.

8.-THẤT PHẬT DIỆT-TỘI CHƠN-NGÔN

Ly bà ly bà đế, cầu ha cầu ha đế, đà ra ni đế, ni ha ra đế, tỳ lê nể đế, ma ha dà đế, chơn lăng càn đế, ta bà ha.

Nghĩa: Mọi đường lối và tính chất của sự thấp hèn đều tuân theo sự hấp thụ điều cao quý và tính chất cao quý mà vận chuyển thành ánh sáng rực rỡ vinh quang. Đây là con đường rộng lớn hay chận đứng mọi tai họa để viên mãn Phước Trí.

9.-VÃNG SANH TỊNH-ĐỘ THẦN-CHÚ

Nam mô a di đa bà dạ.

Đa tha dà đa dạ. Đa điệt dạ tha
A di rị đô bà tỳ, A di rị đa tất đam bà tỳ,
A dị ri đa, tỳ ca lan đế, A di rị đa, tỳ ca lan đa,
Dà di nị dà dà na, Chỉ đa ca lệ ta bà ha.
Nghĩa: Quy mệnh A Di Đà Như Lai. Ngài liền nói chú rằng: Hiện lên Cam Lộ, phát sinh Cam Lộ, Cam Lộ dũng mãnh, đạt đến Cam Lộ dũng mãnh, rải đầy hư không, thành tựu cát tường.

10.-THIỆN THIÊN NỮ CHÚ

Nam-mô Phật-Đà

Nam-mô Đạt-Mạ. Nam-mô Tăng-Dà. Nam-mô thất lỵ, ma ha để tỷ da, đát nể dã tha, ba lỵ phú lầu na giá lỵ, tam mạn đà, đạt xá ni, ma ha tỳ ha ra dà đế, tam mạn đà, tỳ ni dà đế, ma ha ca rị dã, ba nể ba ra, ba nể tát rị phạ lặt tha, tam mạn đà, tu bác lê đế, phú lệ na, a rị na, đạt mạ đế, ma ha tỳ cổ tất đế, ma ha Di-Lặc đế, lâu phả tăng kỳ đế, hê đế tỷ, tăng kỳ hê đế, tam mạn đà, a tha a nậu, đà-la-ni.

Nghĩa: Quy y Phật, Quy Y Pháp, Quy y Tăng. Quy y Cát Tường Đại Thiên. Chú nói như vậy: Hỡi Đấng quyền năng hay ban bố sự viên mãn thù thắng! Đấng chủ tể Đại Tác Nghiệp hay nhìn thấy khắp nẻo rộng lớn! Hãy khéo léo làm cho tất cả đều được đầy đủ. Hãy khiến cho khắp tất cả mọi nơi đều được sự viên mãn thù thắng tối thượng. Hãy thể hiện lòng đại từ làm cho Lý pháp tính tỏa sáng màu nhiệm rộng lớn khiến cho con và chúng sinh được thích ứng với sự lợi ích chân chính. Mừng thay Đấng biểu hiện của lòng yêu thương. Đấng chân chính gìn giữ sự lợi ích. Hãy giúp cho con và chúng sinh đều gìn giữ được khắp mọi tài sản lợi ích. (Thích Trí Siêu) ---ooOoo---

Manuscript - bản thảo

Mara – God of sin: Ma Vương

Early Buddhism acknowledged both a literal and "psychological" interpretation of Mara. Mara is described both as an entity having a literal existence, just as the various deities of the Vedic pantheon are shown existing around the Buddha, and also is described as a primarily psychological force - a metaphor for various processes of doubt and temptation that obstruct spiritual practice.

"Buddha defying Mara" is a common pose of Buddha sculptures. The Buddha is shown with his left hand in his lap, palm facing upwards and his right hand on his right knee. The fingers of his right hand touch the earth, to call the earth as his witness for defying Mara and achieving enlightenment. This posture is also referred to as the 'earth-touching' mudra.

In some accounts of the Buddha's enlightenment, it is said that the demon Mara didn't send his three daughters to tempt but came willingly after Mara's set back to eliminate his quest enlightenment. Mara's three daughters are identified as Tanha (Craving), Arati (Boredom), and Raga (Passion). For example, in the Samyutta Nikaya's

Mara-samyutta, Mara's three daughters were stripping in front of Buddha; but failed to entice the Buddha:

They had come to him glittering with beauty - Tanha, Arati, and Raga - But the Teacher swept them away right there - As the wind, a fallen cotton tuft. Some stories refer to the existence of Five Daughters, who represent the Three Poisons, Attraction, Aversion and Delusion, accompanied additionally by Pride and Fear.

Mara – First, Mara is a real demon who ‘exists’ independently of Gautama, and even after Gautama’s Awakening he reappears again and again in the Discourses disguised as a farmer, a lion, a giant elephant or simply, ‘a cloud of smoke, swirl of darkness’.

Secondly. Mara is the ‘Lord of Death’, who presides over the realm of death and rebirth that is samsara. In coming to Gaya, Gautama had journeyed to a sacred centre dedicated to death rituals, and Mara’s throne – the Vajrasana, or ‘diamond throne’ – is said to have been located in Bodh Gaya itself. Where better than Bodh Gaya for one seeking ‘the deathless’ to confront the forces that shackled him? By extension, Mara is ‘the Lord of the Realm of Desires’ – the desires that produce the karma that binds people to the cycle of rebirth which Gautama wished to escape. (Gautama Buddha – The Life and Teachings of The Awakened One by Vishvapani Blomfield)

---oOo---

What did the Buddha say when he was tempted by Mara’s daughters upon achieving enlightenment?

Zen Master Thich Nhat Hạnh writes: One day Siddhartha, the Buddha-to-be, felt that he was about to have a breakthrough. Meditating under a beautiful pippala tree, he had the sense that sometime that night he would realize full enlightenment and become a Buddha. Suddenly, Mara appeared. Mara sometimes appears as doubt, sometimes as anger, darkness, jealousy, craving, or despair. When we feel doubtful or skeptical, he is there. When we feel

angry, irritated, or lacking in self-confidence, that is Mara. Siddhartha had been visited by Mara many times before, and he knew that the best way to treat him was to be very gentle. That day Mara came in the form of skepticism. He said, "Who do you think you are? Do you think you can attain great enlightenment? -- Don't you realize how much darkness, despair, and confusion there is in the world? How can you hope to dissipate all of it?" Siddhartha smiled, expressing great confidence. Mara continued, "I know you have practiced, but have you practiced enough? Who will witness that you have practiced long and hard enough? Who will testify that you can gain enlightenment?" Mara demanded that someone confirm that Siddhartha was going to become a Buddha, a fully awakened person.

- At that moment, Siddhartha touched the Earth with his right hand, very deeply, with all his mindfulness, and said, "The Earth will testify for me." Suddenly, the Earth trembled and appeared as a goddess, offering him flowers, leaves, fruits, and

perfumes. After that, Earth looked directly at Mara, and Mara just disappeared.

- Even after the Buddha attained enlightenment, Mara continued to visit him. One time, after he had been teaching for a year and a half, he returned to his hometown, Kapilavastu, to share his insight with his own family and people. One day, sitting alone, he was absorbed in the thought that there must be a nonviolent way to run a country that would avoid the kinds of suffering brought about by prisons, tortures, executions, and war and bring real happiness to people. Suddenly Mara appeared and said, "Lord Buddha, why don't you become a politician? You can apply your wisdom, knowledge, and skills as a politician." The Buddha looked directly at Mara and smiled, "Mara, my old friend, I know you well," and Mara just disappeared.

- The Buddha did not want to be a politician. He only wanted to be a monk, and he knew that it was Mara who was trying to tempt him to become a politician. All he did was recognize Mara and smile at him. When we recognize Mara as Mara, everything is all right. At times we ourselves touch the Earth, but not deeply enough.

- When the Buddha touched the Earth with his hand, he touched it with all his mindfulness. At Plum Village, when we are visited by Mara-when we feel irritated, lacking in self-confidence, angry, or unhappy-we practice walking meditation, touching the Earth deeply with our feet. When we do it mindfully and joyfully, Mara leaves us in less than an hour. The Earth, our mother, has

brought us to life many times, and each time she receives us back into her arms. She knows everything about us, and that is why the Buddha invoked her as a witness.

-She appeared as a goddess, offering flowers, leaves, fruits, and perfumes to the Buddha. Then she just looked at Mara and smiled, and Mara disappeared. Mara is not much in the presence of the Earth. Every time you are approached by Mara, if you come to the Earth and ask for help by touching her deeply, the way the Buddha did, you will be offered flowers, fruits, butterflies, and many other gifts of nature, and the Earth will look at Mara in such a way that he will disappear.

--We have so many reasons to be happy. The Earth is filled with love for us, and patience. Whenever she sees us suffering, she will protect us. With the Earth as a refuge, we need not be afraid of anything, even death. Walking mindfully on the Earth, we are nourished by the trees, the bushes, the flowers, and the sunshine.

--Touching the Earth is a very deep practice that can restore our peace and our joy. We are children of the Earth. We rely on the Earth, and the Earth relies on us. Whether the Earth is beautiful, fresh, and green, or parched, depends on our way of walking. Please touch the Earth in mindfulness, with joy and concentration. The Earth will heal you, and you will heal the Earth.

(Thich Nhat Hanh- Touching Peace)

Đức Phật đã nói gì khi Ngài bị cám dỗ bởi các cô con gái của Maras khi đạt được giác ngộ?

Thiền sư Thích Nhất Hạnh viết: Một ngày nọ, Tất Đạt Đa, Phật Tổ, cảm thấy rằng mình sắp có một bước đột phá. Ngồi thiền dưới gốc cây Bồ Đề xinh đẹp, Ngài có cảm giác rằng một lúc nào đó trong đêm đó Ngài sẽ đạt được giác ngộ hoàn toàn và trở thành một vị Phật. Đột nhiên, Mara xuất hiện. Mara đôi khi xuất hiện như sự nghi ngờ, đôi khi là sự tức giận, bóng tối, ghen tị, thèm muốn hoặc tuyệt vọng. Khi chúng ta cảm thấy nghi ngờ hoặc hoài nghi, Mara ở đó. Khi chúng ta cảm thấy tức giận, cáu kỉnh hoặc thiếu tự tin, đó chính là Mara. Siddhartha đã từng được Mara đến thăm nhiều lần trước đây, và Ngài biết rằng cách tốt nhất để đối xử với Mara là phải thật nhẹ nhàng. Hôm đó Mara đến trong bộ dạng hoài nghi. Mara nói, "Bạn nghĩ bạn là ai? Bạn có nghĩ rằng bạn có thể đạt được giác ngộ vĩ đại không? - Bạn không nhận ra rằng có bao nhiêu bóng tối, tuyệt vọng và hoang mang trên thế giới? Làm thế nào bạn có thể hy vọng tiêu tan tất cả? " Siddhartha mỉm cười, tỏ vẻ vô cùng tự tin. Mara tiếp tục, "Tôi biết bạn đã thực hành, nhưng bạn đã thực hành đủ chưa? Ai sẽ chứng kiến rằng bạn đã thực hành đủ lâu và chăm chỉ? Ai sẽ chứng minh rằng bạn có thể đạt được giác ngộ?" Mara yêu cầu ai đó xác nhận rằng Siddhartha sẽ trở thành một vị Phật, một người hoàn toàn tỉnh thức. Vào lúc đó, Siddhartha chạm vào Trái đất bằng tay phải của mình, rất sâu sắc, với tất cả sự chánh niệm của mình, và nói: "Trái đất sẽ làm chứng cho ta." Đột nhiên, Trái đất rung chuyển và xuất hiện như một nữ thần, cung cấp cho Ngài hoa, lá, trái cây và nước hoa. Sau đó, Trái đất nhìn thẳng vào Mara, và Mara biến mất. - Ngay cả sau khi Đức Phật thành đạo, Mara vẫn tiếp tục đến thăm Ngài. Một lần nọ, sau khi giảng dạy được một năm rưỡi, ông trở về quê hương của mình, Kapilavastu, < Ca Tỳ La Vệ >để chia sẻ cái nhìn sâu sắc của mình với gia đình và người dân của mình. Một ngày nọ, ngồi một mình, ông thấm nhuần ý nghĩ rằng phải có một con đường bất bạo động để điều hành một đất nước, tránh những đau khổ do nhà tù, tra tấn, hành quyết và chiến tranh mang lại và mang lại hạnh phúc thực sự cho người dân. Đột nhiên Mara xuất hiện và nói, "Lạy Đức Phật, tại sao con không trở thành một chính trị gia? Con có thể áp dụng trí tuệ, kiến thức và kỹ năng của mình như một chính trị gia." Đức Phật nhìn thẳng vào Mara và mỉm cười, "Mara, người bạn cũ của tôi, tôi biết rõ về bạn," và Mara biến mất. - Đức Phật không muốn trở thành một chính trị gia. Ngài chỉ muốn trở thành một nhà sư, và Ngài biết rằng chính Mara đang cố gắng cám dỗ Ngài trở thành một chính trị gia. Tất cả những gì Ngài làm là nhận ra Mara và mỉm cười với

Mara. Khi chúng tôi công nhận Mara là Mara, mọi thứ đều ổn. Đôi khi bản thân chúng ta chạm vào Trái đất, nhưng không đủ sâu. - Khi Đức Phật đưa tay chạm vào Trái đất, Ngài đã chạm vào nó với tất cả tâm niệm của mình. Tại Làng Mai, khi chúng ta được Mara đến thăm - khi chúng ta cảm thấy cáu kỉnh, thiếu tự tin, tức giận hoặc không vui - chúng ta thực hành thiền hành, chạm sâu vào Trái đất bằng đôi chân của mình. Khi chúng ta làm điều đó một cách có tâm và vui vẻ, Mara sẽ rời khỏi chúng ta trong vòng chưa đầy một giờ. Trái đất, Mẹ của chúng ta, đã mang chúng ta đến với cuộc sống nhiều lần, và mỗi lần Mẹ nhận chúng ta trở lại trong vòng tay của mình. Mẹ biết mọi thứ về chúng ta, và đó là lý do tại sao Đức Phật mời Mẹ làm nhân chứng. - Mẹ xuất hiện như một nữ thần, dâng hoa, lá, trái cây và nước hoa cho Đức Phật. Sau đó Mẹ chỉ nhìn Mara và mỉm cười, và Mara biến mất. Mara không có nhiều trong sự hiện diện của Trái

đất. Mỗi khi Ngài được Mara tiếp cận, nếu chúng ta đến Trái đất và yêu cầu giúp đỡ bằng cách chạm vào Trái đất thật sâu, như cách mà Đức Phật đã làm, chúng ta sẽ được dâng hoa, trái cây, bướm, và nhiều món quà khác của thiên nhiên, và Trái đất sẽ nhìn Mara khiến Mara biến mất.

--Chúng ta có rất nhiều lý do để hạnh phúc. Trái đất tràn ngập tình yêu đối với chúng ta và sự kiên nhẫn. Bất cứ khi nào Trái đất nhìn thấy chúng ta đau khổ, Trái đất sẽ bảo vệ chúng ta. Với Trái đất là nơi ẩn náu, chúng ta không cần phải sợ hãi bất cứ điều gì, ngay cả cái chết. Bước đi trong tâm trí trên Trái đất, chúng ta được nuôi dưỡng bởi cây cối, bụi rậm, hoa lá và ánh nắng mặt trời. - Chạm vào Trái đất là một thực hành rất sâu sắc có thể khôi phục lại an bình và niềm vui của chúng ta. Chúng ta là những đứa trẻ của Trái đất. Chúng ta dựa vào Trái đất, và Trái đất dựa vào chúng ta. Trái đất tươi đẹp, tươi xanh hay khô cằn, phụ thuộc vào cách chúng ta bước đi. Hãy chạm vào Trái đất trong chánh niệm, với niềm vui và sự tập trung. Trái đất sẽ chữa lành cho chúng ta, và chúng ta sẽ chữa lành cho Trái đất. (Thích Nhất Hạnh- Cảm Động Bình An)

Ma Vương là tượng trưng cho thú tánh bản năng, tật xấu, khuynh hướng theo đời, mọi sự khổ não, phiền muộn, tham muốn…

Ma Vương là những gì cột trói con người trong vòng sanh từ luân hồi, trong biển khổ trầm luân…

Ma Vương là Tử thần, là chúa của cõi trời thứ sáu trong Dục giới gọi là cõi Tự tại biến hóa.

Ma Vương đóng vai trò tương tợ như Sa tăng bên Thiên chúa giáo. Đức chúa Jesus bị Sa tăng cám dỗ trong sa mạc như thế nào, dưới cội Bồ-đề, đức Phật Gautama bị Ma Vương cám dỗ mường tượng như thế ấy.

Marauder - kẻ cướp

Marmot – any burrowing rodent (loài gặm nhấm)

Marpa – Mã nhĩ Ba

Marpa Lotsawa (1012-1097), or Marpa the translator was a Tibetan Buddhist teacher credited with the transmission of many Buddhist teachings to Tibet from India, including the teachings and lineages of Vajrayana and Mahamudra. Marpa was born near the beginning of the Chidar and enthusiastically sought Buddhist instruction in India. Although he eventually became a highly accomplished Buddhist master, Marpa neither founded nor joined a Buddhist institution, choosing instead to remain a married householder, landowner and businessman.

Born as Marpa Chokyi Lodro, in Lhodrak Chukhyer in the southern part of Tibet, to an affluent family he began studying at a young age but was wild and untamed compared to other children. Marpa first received instruction for three years at Mangkhar with Drokmi Shakya Yeshe and mastered Sanskrit. He decided to travel to India to study with renowned Indian Buddhist masters. Marpa returned home to Lhodrak and

converted his entire inheritance into gold to fund his travel expenses and to make offerings to teachers.

Marpa journeyed first to Nepal where he studied with Paindapa and Chitherpa, two famous students of Naropa. Paindapa later accompanied Marpa to Pullahari, near Nalanda University, where Naropa taught. Marpa spent twelve years studying with Naropa and other great Indian gurus. After twelve years

he set forth on his journey back to Tibet to teach and continue his dharma activities. Marpa was to travel to India two more and Nepal three more times and studied with Naropa and other great teachers including Maitripa. On his third visit to India, Naropa, who was engaged in tantric practices, proved difficult to find. However eventually Marpa found him and received the final teachings and instructions from Naropa. It was then that Naropa prophesied that a family lineage would not continue for Marpa, but that his lineage would be carried on by his disciples. Marpa now had received the full transmission, so Naropa formally declared Marpa to be his successor although he had other major disciples including Paindapa, Chitherpa, Shri Shantibhadra or Kukuripa, and Maitripa. Upon his return to Tibet, Marpa spent many years translating Buddhist scriptures and made a major contribution to the transmission of the complete buddhadharma to Tibet. Marpa continued to practice and give teachings and transmissions to many students in Tibet. After his third visit to India Milarepa became his disciple, who inherited his lineage in full. Marpa lived with his wife Dakmema and their sons in Lhodrak in the southern part of Tibet.

Marpa hay Mã nhĩ Ba

Tổ sư Marpa hay Mã nhĩ Ba (1012-1096) đản sinh ở vùng Chukhyer ở miền nam Tây Tạng. Ngài thụ nhận giáo pháp và học tiếng Phạn từ Thượng sư Drogmi Lotsawa. Không bằng lòng với tiến độ tu học của mình, Ngài bán toàn bộ gia sản và tới Ấn Độ để tìm cầu và đưa giáo pháp trở lại Tây Tạng.

Trên chuyến hành trình tới Ấn Độ đi qua Nepal, Đức Marpa đã gặp gỡ và thụ nhận giáo pháp từ hai đệ tử của Ngài Naropa là Kantapa và Pentapa. Marpa có ấn tượng sâu đậm với hai Ngài đến nỗi quyết định tìm gặp trực tiếp Đức Naropa để xin được thụ pháp. Đức Marpa tu học dưới sự chỉ giáo của Đức Naropa trong suốt nhiều năm. Ban ngày Ngài thụ pháp, ban đêm chuyên tâm hành trì, vì vậy Ngài thành thục cả hai phương diện giáo lý và thực hành của Đại thừa cũng như Kim cương thừa. Cuối cùng, Đức Naropa truyền cho Đức Marpa làm người kế tục Truyền thừa và huyền ký rằng: Truyền thừa của Ngài sẽ hưng thịnh ở Miền Đất Tuyết.

Vì lợi ích của người dân trên vùng dãy Himalaya, Đức Marpa thực hiện nhiều cuộc hành trình đến Ấn Độ, Nepal và mang rất nhiều giáo pháp về đây và chuyển dịch từ tiếng Phạn sang tiếng Tạng. Trải qua vô vàn khó khăn thử thách, nhiều khi suýt mất mạng trong cuộc hành trình gian nan tìm cầu Phật

pháp, Ngài hạnh ngộ vô số bậc đạo sư trong đó Naropa và Maitripa là hai đại đạo sư quan trọng nhất.

Mặc dù Ngài là bạch y cư sĩ, đã lập gia thất nhưng sự chứng ngộ của Ngài là vô song, thanh tịnh không chút nhiễm ô giống như hoa sen mọc lên từ bùn lầy. Đối với Ngài, Luân hồi và Niết bàn là bất nhị, hết thảy sắc tướng thế tục với Phật tính đều không khác. Vì thế, Ngài có thể vẫn sống trong cuộc đời trần lụy mà không bị nhiễm ô. Đức Marpa thực sự đã đốn chứng thể Kim Cương Trì hay Phật tính ngay trong một đời.

Ngài phiên dịch rất nhiều giáo pháp Đại Thủ Ấn Mahamudra, Kim cương thừa sang tiếng Tạng đồng thời hoằng dương giáo Pháp rộng khắp. Ngài đã chọn Đức Milarepa làm người kế tục Truyền thừa.

(Nguồn: Marpa – Lineage)

Masochistic - khổ dâm, bạo dâm

Mastectomy - mổ nhũ hoa chữa ung thư

Buddha and the Female Monk: The Story of Matanga

Among the many disciples of Buddha, Ananda had the most retentive memory. Ananda's memories of Buddha's teachings were passed on to generations before being summarized in the form of the Buddhist sutras. He was the youngest of the Shakya princes who became the Buddha's disciples. Of all the princes, Buddha liked Ananda the most and knew that he would be the one who would eventually spread his teachings to the future generations.

Growing up in Buddha's community, Ananda was loved and revered by all for his gentle and compassionate disposition. He was most respected by women because of his caring nature towards the women followers of Buddha. It was due to Ananda's efforts that Buddha accepted female monks (Bhukkhunis) in his monastery.

This story takes place when Ananda was young and still learning the ways of mindfulness meditation. Due to his good looks and gentle speech, women were usually attracted to him and this caused him great trouble during his meditation sessions. One day, while practicing walking meditation, he noticed

a peasant girl getting water from a well. As he was thirsty, he asked the girl to give him some water.

The girl recognized the young bhikkhu (Buddhist monk) as Ananda and said shyly, "Oh lord! I am just a mere peasant who is not worthy of offering you anything."

When Ananda heard this, he consoled her, "Young lady! I'm a bhikkhu and I'm equal towards the rich and the poor."

The young girl was deeply attracted to Ananda and even had a vision of marrying the young bhikkhu. In reality, Ananda too was attracted to the girl and couldn't erase the thought of her from his mind. Next day, when he passed by her house, the girl smiled affectionately and acknowledged him. Ananda began to feel confused. However at that moment, he remembered he was a bhikkhu who had to abide by the precepts given by Buddha. He thought of Buddha and his power engulfed him. He suddenly found

wisdom in that moment. It was as if Buddha had turned into a gust of wind to guide him back to the monastery.

The next day, as Ananda was walking by her house, he noticed that the girl was wearing new clothes and had a new hairdo in order to attract him. When she saw him, she followed him and refused to let him out of her sight. Ananda felt nervous and helpless. So he returned to the monastery and confided everything to Buddha. The Buddha then instructed him to bring the girl before him.

At first, the girl was shocked and scared to know that the great Buddha wanted to see her. But then she thought of Ananda and mustered enough courage to visit him.

Upon seeing her, the Buddha said, “Ananda is a practicing monk. If you wish to marry him, then you must leave home and become a bhukkhini for a year. Are you willing to do that?”

“Yes, I am, my lord,” replied the young girl hastily. She was surprised at the fact that the Buddha had made her wish come true so easily that she replied without thinking.

The Buddha continued, “As per my rule, you need to leave home with the approval of your parents. Are you willing to tell them about your wish and get their approval?”

The girl agreed happily. She felt that the conditions given by Buddha were so simple to perform that she didn’t think twice before informing her mother about her wish to become a bhukkhini. Her mother was glad to hear that she was marrying Ananda and allowed her daughter to be a bhukkhini for one year to adhere to Buddha’s conditions.

So the young girl shaved her hair to become a bhukkhini in Buddha’s monastery. She listened to Buddha’s preaching enthusiastically and practiced meditation as per Buddha’s guidance every day. Her desires and emotions calmed down with each passing day and in less than six months, she realized that in the past her pursuits of love was a shameful behaviour.

Through Buddha’s teaching of Four Noble Truths, she recognized that the three forms of desire (sense-craving, craving to be, craving not to be) were the main cause of her suffering, anxiety, and dissatisfaction (dhukkha). Her desire for Ananda had turned into an unhealthy obsession which was consuming her soul and turning her into a person she was not. She knew then that in order to be happy and peaceful, she had to be free of this desire.

She felt extreme remorse for her behavior and one day, she knelt repentantly in front of Buddha and said, “Oh Lord Buddha! I’ve been blind and ignorant. But I’m awake now. I will be ignorant no more. I’m grateful to you and your teachings. In order to convert us ignorant beings, you have put in so much effort to think of various ways! Henceforth, I will be your bhukkhini forever and follow your footsteps to be the messenger of truth and peace.”

Buddha's guidance and teachings had finally enabled the bhukkhini to be an awakened bhukkhini. The young girl, of course, was the great female Buddhist monk, Matanga. The incident of Matanga's attraction to Ananda and the turning of misfortune into happiness became a topic of great interest in those days in the Buddhist community and a charming story through the ages. (By Soulful Arogya Editoria)

Matanga - DÂM NỮ MA ĐĂNG GIÀ & BÁT KIẾT ĐẾ (trong SURAMGAMA SUTRA - BS Hồ Đắc Duy) Câu chuyện về ông A Nan và Bà Ma Đăng Già

Trong bài của TM.Tuệ" chép như sau: «Với thân hình trẻ đẹp, A Nan rất được các cô gái trẻ mê say». Ananda xin Matanga nước uống

Một hôm, sau mùa an cư, A Nan mang bát, một mình đi vào thôn xóm khất thực. Nhân trời nóng nực, khát nước, A Nan đến bên 1 cái giếng xin nước uống. Vì ham cúi xuống giếng kéo nước, không thấy A Nan. Khi đứng thẳng người, cô gái trực nhận thấy A Nan, 1 Tỳ Kheo thuộc dòng Sát Đế Lợi. Không kịp chạy trốn, vô gái tự xưng tên họ, dòng dõi và cuống quít xin lỗi A Nan. Cô gái tự khai thuộc dòng nô lệ tên là Bát Cát Đế (Praksti hay Pakati), dòng họ Ma Đăng Già (Matanga). Do đó, cô không thể tiếp xúc và dâng nước cho A Nan được. A Nan bảo là tôi xin nước chứ đâu có xin giai cấp và hơn nữa giáo pháp của Phật giảng dạy cho con người nên có tâm bình đẳng với mọi giai tầng trong xã hội.

Sau khi gánh nước về nhà, cô gái tương tư A Nan, bỏ ăn, bỏ ngủ, cơ thể xác xơ. Cha mẹ cô vặn hỏi mãi mới biết được sự tình. Vì thương con, muốn con khỏi bấn loạn tâm thần, bà mẹ cô gái xin bùa chú để bắt A Nan làm chồng con gái mình.

Một hôm khác, A Nan một mình đi vào thôn xóm của cô gái khất thực, cứ thứ tự khất thực. A Nan dừng bước trước nhà cô gái. Thấy bóng dáng A Nan cô gái mừng quýnh vội vàng chạy ra chào hỏi đủ điều và quỳ dâng A Nan bát nước. Lúc đó, A Nan lạc vào mê hồn trận, lảo đảo đi theo cô gái vào nhà. Cha mẹ anh em cô gái đều đi vắng, cô gái nghĩ là mình sẽ tự do ân ái với thầy Tỳ Kheo trẻ đẹp và thầy sẽ bỏ áo cà sa làm chồng mình. May mắn thay, khi vào trong phòng kín, A Nan từ từ tỉnh trí, vì thuốc mê cũng từ từ theo thời gian mà hết hiệu nghiệm. Dù đã tỉnh, A Nan thấy mình mắc nạn và khó thoát vì cổng ngoài và cửa phòng đều đã đóng chặt. Liền khi đó, A Nan tưởng đến Phật và mong Phật đến giải vây trừ nạn. Nhờ có thần giao cách cảm, tại Tịnh

xá, Phật quán chiếu biết A Nan mắc nạn đàn bà. Phật liền đem thần chú Lăng Nghiêm bảo Xá Lợi Phất mang đến trì tụng trước nhà Ma Đăng Già. Nhờ nhất tâm niệm chú của Xá Lợi Phất và toàn thể Tăng đoàn, cô gái Ma Đăng Già buông tha A Nan và xin theo Xá Lợi Phất về Tịnh xá cầu Phật cho xuất gia. Qua tai nạn xảy ra suýt mất phẩm hạnh, A Nan hết dám đi khất thực một mình.»

HT. Tuyên Hóa thì giảng:

" A Nan rất đẹp trai, thân thể hoàn hảo có 32 tướng tốt, da trắng như tuyết, sáng bóng như bạc, lấp lánh như có sương phủ, hầu hết người Ấn Độ có da đen nhưng A Nan lại

khác.

Bát Kiết Đế nói với mẹ là Ma Đăng Già

- Con muốn lấy A Nan

- Ông ta là đệ tử của đức Phật, làm sao con có thể cưới ông ta được, ông ta là tăng sĩ và không thể cưới vợ, con không thể cưới ông ta được

Tại sao con gái bà Ma Đăng Già có một sức hấp dẫn níu kéo A Nan như thế - Câu chuyện của A Nan và con gái bà Ma Đăng Già trong 500 đời trước đã là vợ chồng của nhau, vì họ đã kết hôn với nhau từ nhiều đời trước nên ngay khi cô thấy A Nan, tập khí cũ liền trỗi dậy, cô liền cảm thấy yêu A Nan điên cuồng, A Nan đã là chồng cô nhiều đời trước, nay cô lại dứt khoát muốn A Nan làm chồng cô ta lại.

Vì những hạt giống này đã gieo từ đời này sang đời khác, nên bây giờ nếu cần hy sinh vì A Nan cũng được thôi... ”

Còn HT. N-Hạnh trong một lần pháp thoại lại nói:

“Thời của Phật cũng có một cô gái thuộc giai cấp hạ tiện, tên là Matanga. Cô này xinh lắm và cô yêu Thầy A Nan. Chuyện bắt đầu xảy ra khi Thầy A Nan đi khất thực, khát nước, và ghé vào một cái giếng để tìm nước uống. Thầy thấy cô gái kia đang múc nước. Thầy nói: "Cô cho tôi uống một ngụm". Cô trả lời: "Con là con gái giai cấp hạ tiện. Con đâu có quyền đưa nước cho Thầy uống". Thầy A Nan thấy tội nói: "Theo giáo lý của Đức Thế Tôn dạy, tôi không phân biệt giai cấp. Cô cứ đưa cho tôi uống". Cô mừng quá, đưa nước cho Thầy uống, và từ đó cô tương tư Thầy. Cô ngủ không được. Cô bị bệnh.

Rồi cuối cùng cô bàn với bà mẹ mời Thầy tới để cô có dịp tỏ tình. Và hai mẹ con đã dùng bùa chú, dùng một thứ lá cây nào đó làm nước trà mà khi uống vào Thầy A Nan mất cả sự tỉnh táo. Thấy Thầy A Nan quá giờ mà chưa về, Phật sai các thầy khác đi tìm và may mắn kiếm được Thầy A Nan trước khi Thầy làm một cái gì sai với uy nghi và hại tới giới phẩm. Thầy A Nan uống xong thứ nước trà kia, biết là bị trúng độc, liền ngồi im vận dụng phép thở khí công. Thầy thở theo chánh niệm và đợi các thầy khác tới giải cứu. Các thầy cũng đem luôn cả cô Matanga về...”

Trong kinh Dịch thì khái niệm biến đổi sinh tồn của vũ trụ và con người " Thiên địa nhân huân, vạn vật hóa thuần; nam nữ cấu tinh, vạn vật hóa sinh" (Trời đất giao cảm mà vạn vật có đủ loại; giống đực giống cái kết hợp tinh khí mà vạn vật sinh nở biến hóa), nghĩa là trời đất cũng như giống đực giống cái, qua tính giao mà sáng tạo vạn vật.

Thượng đế sinh ra vũ trụ.

Phạm thiên là vua của cõi ta bà thế giới, người khai sinh ra vạn vật.

Âm dương biến hóa vạn vật, mở mang và phát triển. Sinh diệt là một qui luật quan sát được và khoa học của tạo hóa, một vận động không ngừng, một sự sáng tạo, là sự hình thành cuộc sống hiện tại trong kiếp đời này, không sinh không diệt lại là một chuyện khác.

Về phương diện tình dục học là một khoa học và nghệ thuật nghiên cứu và khảo sát về bản năng tính dục và chức năng tình dục của con người. Hạn chế bản năng tính dục, điều chỉnh lại các rối loạn chức năng tình dục, khám phá những biện pháp mới và phù hợp trong tiến trình phát triển văn minh và đạo đức của con người trong lãnh vực tình dục đó là mục đích của bộ môn mới mẻ này.

Câu chuyện dâm nữ Ma Đăng Già trong kinh Suramgama là tiền đề cho việc nghiên cứu về dâm thuật và chế ngự bản năng tính dục, đó là hai vấn đề lớn trong tình dục.

Rất mong quí vị thức giả chỉ giáo.

Bác sĩ Hồ Đắc Duy (Nguồn: Y Khoa) ---oooOOOooo--- Matchlock rifle – súng hoả mai

Matrimony – hôn phối, hôn nhân

Matrix – khuôn mẫu

Maverick - người không chịu theo những quy tắc; gia súc chưa đóng dấu

Mayhem – tình trạng cực kỳ lộn xộn

Meagre - gầy gò, nghèo nàn, đạm bạc

Meandering - ngoằn ngoèo, uốn éo

Meddler - người bạ việc gì cũng xen vào

Medieval - kiến trúc thời trung cổ (a person of middle Ages)

Mediocre – moderate or low quality, value, ability…= xoàng, tầm thường

Meditation – a disciplined mental process whereby one becomes familiar with different states of mind using various techniques such as breathing, visualization and single pointed concentration…

GIỚI THIỆU ĐƯỜNG LỐI TU THIỀN CỦA PHẬT GIÁO HT. Thích Thanh Từ

I.Dẫn nhập

Tu thiền là thực hiện theo nguồn gốc của đạo Phật. Vì xưa kia, Đức Phật tọa thiền suốt bốn mươi ngày đêm dưới cội bồ đề mới được giác ngộ thành Phật. Chúng ta là Tăng Ni, Phật tử học giáo lý của Phật thì phải đi theo con đường mà Phật đã đi, không đi con đường nào khác, dù đường ấy người thuyết giảng nói linh thiêng mầu nhiệm, chúng ta cũng không theo. Chúng ta cần phải giảng trạch pháp thiền nào không phải của Phật dạy và pháp thiền nào của Phật dạy, để có cái nhìn chính xác, để tu và đạt được kết quả tốt đúng với giáo lý mà mình đã tôn thờ.

II. Nội dung

A.Thiền không phải của đạo Phật

1- Thiền chuyển luân xa: Thiền này hành giả dẫn điện từ rốn ra sau lưng, lên đầu xuống rốn, từ rốn ra sau lưng, lên đầu xuống rốn, dẫn điện chạy vòng vòng như vậy là chuyển luân xa.

2- Thiền xuất hồn: Hành giả mở các khiếu huyệt trên thân rồi xuất hồn bay đi học đạo với các bậc thầy chưa từng biết, sau đó tự thực hành. Thiền này có hai cái hại: Cái hại thứ nhất là khi mở huyệt đạo để xuất hồn, có người mở không khéo phát điên. Cái hại thứ hai là xuất hồn bay đi học đạo, ai nói là minh sư liền theo, không giảng trạch chánh tà nên dễ bị thần linh đánh lừa.

3- Thiền thai tức: Hành giả thở vô, giữ hơi tại đan điền một lúc rồi mới thở ra, lâu ngày bụng dưới lớn dần như người nữ có thai, nên gọi là thiền thai tức.

4- Thiền luyện tinh hóa khí, luyện khí hóa thần: Hành giả luyện tinh hóa thành khí, luyện khí hóa thành thần. Đây là lối tu tiên, đưa người đạt được thần thông du hí khắp mọi nơi.

5- Thiền Yoga hay Du già: Thiền này có nhiều cách tu, trọng tâm thiền này luyện cho cơ thể khỏe mạnh hơn là giải thoát.

Năm loại thiền kể trên thuộc thiền ngoại đạo, không phải thiền của đạo Phật.

B. Thiền của đạo Phật

Thiền của đạo Phật trọng tâm phát huy trí tuệ, phá si mê chấp ngã chấp pháp, để giải thoát sanh tử luân hồi đau khổ. Tạm chia ra: Thiền nguyên thủy, Thiền Đại thừa phát triển, Thiền tông.

I. Thiền nguyên thủy: Thiền nguyên thủy được truyền bá ở các nước: Tích Lan, Miến Điện, Thái Lan, Lào, Campuchia... Thiền nguyên thủy có rất nhiều pháp, ở đây chỉ nêu lên những pháp thường dùng.

1- Tứ niệm xứ

* Quán thân bất tịnh: Là thấy đúng như thật về thân. Quán xét thân mình từ đầu tới chân toàn là một đãy da bao bọc não, tủy, thịt, gân, xương, máu, mủ... Những món này còn nằm trong đãy da thì dễ coi một chút, nếu nó ra khỏi đãy da thì rất nhơ nhớp. Phần đầu là quý nhất, thế mà những chất tiết ra từ mắt là ghèn, từ tai là cức ráy, từ mũi là nước mũi, từ miệng là đờm dãi đều tanh hôi nhơ nhớp, ai thấy cũng gớm ghê. Thân mình và tay chân cũng như thế; chỗ

nào trong thân bài tiết ra cũng đều tanh hôi nhơ nhớp, không có cái nào là sạch, là quý cả. Nếu bên trong thân sạch sẽ thì khi tiết ra có mùi thơm. Nhưng vì quá dơ bẩn nên tiết ra có mùi tanh hôi nhơ nhớp mà lúc nào chúng ta cũng ảo tưởng thân mình là đẹp, là sạch, là quý... Do si mê thấy thân lầm lẫn như thế, nên tự cao ngã mạn phát sanh bao nhiêu thứ phiền não. Do đó, Phật dạy chúng ta phải thấy đúng như thật về thân, để phá cái nhân si mê chấp ngã, dứt mầm luân hồi sanh tử.

* Quán thọ là khổ: Thọ là những cảm giác mà mình lãnh thọ. Mắt thấy hình sắc đẹp tâm ưa thích là cảm thọ lạc, thấy hình sắc xấu tâm chán ghét là cảm thọ khổ. Tai nghe âm thanh nhẹ nhàng trầm bổng vừa ý là cảm thọ lạc, nghe âm thanh nặng nề chát tai tâm bực bội là cảm thọ khổ. Mũi, lưỡi, thân, ý cũng như thế. Mắt thấy sắc không xấu không đẹp, tai nghe tiếng không hay không dở... tâm không ưa không ghét là cảm thọ

không khổ không lạc. Thọ khổ thì thấy khổ quá rõ, còn thọ lạc tại sao lại khổ? Ví dụ lưỡi nếm thức ăn ngon là thọ lạc, nhưng thọ lạc chỉ trong phút chốc, thức ăn qua khỏi cổ là hết, hết rồi nhưng còn muốn nữa nên khổ. Cảm thọ không khổ không lạc cũng thế, có rồi mất, nó vô thường nên khổ.

Con người có hai cái chấp nặng nhất là chấp thân thật và chấp cảm giác của thân là quý, cho nên mắt đòi sắc đẹp, tai đòi âm thanh hay, mũi đòi hương thơm... Hết đòi cái này tới đòi cái kia, không có ngày dừng. Vì không thấy thọ đúng như thật, nên say đắm theo những cái ưa thích tạm bợ vô thường nên khổ. Phật dạy chúng ta biết đúng như thật những cảm thọ là vô thường, là khổ, để không đua đòi thụ hưởng thì không bị lệ thuộc với ngoại trần, được tự do giải thoát hết khổ.

* Quán tâm vô thường: Tâm người lúc nghĩ tốt lúc nghĩ xấu, lúc nghĩ chuyện mình lúc nghĩ chuyện người, nghĩ hết chuyện này tới chuyện khác, không phút giây dừng nghỉ. Tâm nghĩ suy chợt khởi chợt diệt, không nhất định, luôn luôn chuyển biến vô thường. Thế mà ai cũng cho là thường, là cố định, là chân lý, người nào nghĩ khác, làm khác ý nghĩ mình là nổi giận. Vì chấp những nghĩ suy là thường, là chân lý nên cãi vã, đấu tranh, sát hại, gây đau khổ cho nhau. Do đó, Phật dạy quán tâm nghĩ suy chợt khởi chợt diệt là vô thường không thật, để không lầm chấp nó là thường là thật, mới phá được kiến chấp mình đúng, kẻ khác sai.

* Quán pháp vô ngã: Có hai cách quán.

a)- Pháp chỉ cho những niệm buồn, thương, giận, ghét... Những niệm này không có chủ thể, không cố định; khi thì buồn lúc thì vui, khi thì thương lúc thì ghét... làm cho con người rối rắm bất an. Phật dạy quán những pháp này là tướng không cố định, không có thật, để phá niệm chấp ngã về tâm.

b)- Pháp còn chỉ cho tất cả sự vật như bàn, ghế, nhà cửa, ruộng vườn... Với mắt người phàm tục thì thấy cái bàn thật, cái ghế thật... Nhưng với mắt người trí tuệ thì thấy cái bàn cái ghế không thật mà do các duyên như gỗ, đinh, công thợ... hợp lại tạm có, có một thời gian rồi hoại diệt, nên nói là vô ngã, không có chủ thể. Thân người cũng là một pháp, cũng do đất nước gió lửa hợp lại tạm có, có rồi hoại diệt.

Phật dạy quán các pháp đúng như thật của nó là vô ngã để phá chấp thân là thật, chấp tâm là thật, chấp cảnh là thật. Khi thấy thân, tâm, cảnh không thật thì hết mê muội, hết luyến ái, hết chạy theo người, chạy theo cảnh.

2- Minh sát tuệ

Hành giả dùng trí tuệ thấy rõ và theo dõi từng cử động nơi thân, hoặc những ý nghĩ khởi lên nơi tâm. Ví dụ hơi thở vô bụng phồng lên, hành giả biết và chú ý niệm thầm "phồng à". Khi thở ra bụng xẹp xuống, hành giả biết và chú ý niệm "xẹp à". Hoặc tâm khởi tưởng điều gì phải biết ngay tâm đang tưởng tượng và niệm (thầm) liền "tưởng tượng à, tưởng tượng à"... Đó là thiền Minh sát tuệ.

Người theo Phật giáo Nguyên thủy tu thiền, hoặc quán Tứ niệm xứ, hoặc ứng dụng Minh sát tuệ, hoặc quán Ngũ đình tâm. Đó là những pháp thiền người tu theo Phật giáo

Nguyên thủy thường dùng.

II. Thiền Phật giáo Đại thừa hay Phật giáo Phát triển

Thiền Phật giáo Đại thừa hay Phật giáo Phát triển được truyền bá ở Trung Hoa. Đại sư Trí Khải dạy tu thiền theo Lục diệu pháp môn gốc từ Phật giáo Nguyên thủy, nhờ ứng dụng khéo thành pháp tu của Đại thừa.

1- Lục diệu pháp môn

- Sổ tức: Hành giả điều hòa hơi thở không mạnh, không gấp, yên ổn, thong thả... hít vô thở ra đếm từ một tới mười, nhiếp tâm tại số, không cho dong ruổi gọi là sổ tức. Tâm hành giả vận chuyển tự nhiên theo hơi thở với số không

cần gia công, biết hơi thở rỗng nhẹ, tưởng tâm lần lần tế nhị. Khi không muốn đếm thì bỏ sổ tức tu tùy tức.

- Tùy tức: Xả pháp sổ tức, tâm nương theo hơi thở ra vào, hơi thở vào thì theo vào, hơi thở ra thì theo ra, dứt hết các duyên, ý không phân tán. Biết hơi thở ra vô là thô, muốn bỏ, khi ấy xả tùy tức tu chỉ.

- Chỉ: Dứt các duyên lự, không nhớ đếm hơi thở hay theo hơi thở, tâm ngưng lặng gọi là tu chỉ. Biết thân tâm đứng lặng vào định, không thấy tướng mạo trong ngoài, hành giả khởi nghĩ định này tuy vô vi tịch tịnh, an ổn, khoái lạc, nhưng không có trí tuệ, không thể phá hoại nhân sanh tử. Khởi nghĩ như thế, không đắm nơi chỉ mà khởi quán.

- Quán: Tâm ở trong định dùng tuệ quán tưởng hơi thở ra vào vi tế như gió trong hư không, ba mươi sáu vật trong thân không thật, như bẹ chuối; tâm thức vô thường sanh diệt, từng sát na không có ta và người, người đã không có thì định nương vào đâu? Quán như thế, biết hơi thở ra vào khắp các lỗ chân lông, tâm sáng, thấy trong thân ngoài thân đều bất tịnh, biến đổi từng sát na, tâm quán lưu động, không phải đạo chân thật. Khi ấy xả quán tu hoàn.

- Hoàn: Đã biết quán từ tâm sanh hoặc từ phân tích cảnh sanh đều không hợp bản nguyên, phải phản quán, quán lại tâm năng quán, quán tâm này từ đâu sanh, gọi là tu hoàn.

- Tịnh: Bấy giờ tâm đã thanh tịnh, không còn nương theo hơi thở, không còn quán. Đó là tịnh.

2- Tam quán

Đại sư Trí Khải còn dạy tu theo Tam quán là quán không, quán giả và quán trung. Hành giả quán tất cả pháp trên thế gian này do nhân duyên hợp mà tạm có hình tướng, tạm có tên gọi, không có thật thể, nên nói là không. Tuy là không nhưng duyên hợp thì nó giả có. Vì giả có nên quán giả. Nếu thấy được nghĩa không giả hòa hợp là quán trung.

III. Thiền tông

Sau đây là pháp tu của Thiền tông. Tổ Bồ Đề Đạt Ma từ Ấn Độ sang Trung Hoa, Ngài ở chùa Thiếu Lâm, ngồi xoay mặt vào vách không tiếp người gần chín năm. Hôm ấy vào tiết mùa Đông có Thần Quang là một thiền khách đến

yết kiến, thấy Tổ ngồi xoay mặt vào vách, đứng chắp tay chờ mãi, tuyết rơi lên tới gối. Tổ quay lại thấy, hỏi:

- Ngươi đến đây cầu cái gì mà chịu khổ hạnh như vậy?

Thần Quang thưa:

- Cúi mong Hòa thượng từ bi mở cửa cam lồ rộng độ chúng con.

- Diệu đạo vô thượng của chư Phật dù nhiều kiếp tinh tấn, hay làm việc khó làm, hay nhẫn được việc khó nhẫn, còn không thể đến thay, huống là dùng chút công lao nhỏ này mà cầu được pháp chân thừa!

Thần Quang nghe dạy bèn lén lấy dao chặt cánh tay đặt trước Tổ tỏ lòng thiết tha cầu đạo. Tổ biết đây là pháp khí bèn dạy:

- Chư Phật lúc ban đầu cầu đạo, vì pháp quên thân, nay ngươi chặt cánh tay để trước ta, tâm cầu đạo như vậy cũng khá.

Qua câu chuyện, chúng ta thấy Phật pháp cao siêu tuyệt vời đưa tới giải thoát sanh tử. Người tu đạo phải quyết tâm gan dạ xem thường thân mạng mới có thể đạt được, còn tu lai rai cầm chừng thì không thể tiến được.

Sau đó, Thần Quang thưa:

- Pháp ấn của chư Phật, con có thể được nghe chăng?

- Pháp ấn của chư Phật không phải từ người khác mà được.

- Tâm con chưa an, xin thầy dạy pháp an tâm.

- Ngươi đem tâm ra đây ta an cho.

Thần Quang nhìn lại tâm mình, tìm mãi không thấy ở đâu, bèn thưa:

- Bạch Hòa thượng, con tìm tâm không được.

- Ta đã an tâm cho ngươi rồi.

Ngay đó Thần Quang lãnh hội, biết pháp an tâm, Tổ đặt tên là Huệ Khả.

Từ lâu, ai cũng như ai đều cho cái nghĩ suy là tâm mình, nên hết nghĩ việc này, tới nghĩ việc kia, tâm lúc nào cũng loạn động bất an. Tổ bảo đem tâm ra ta an cho là bảo xoay lại tìm cái nghĩ suy lăng xăng đó ở đâu? - Khi xoay lại tìm thì nó lặng mất. Ý nghĩ lăng xăng mất ngay để tâm an. Vậy, xoay lại tìm ý nghĩ lăng xăng, thì ý nghĩ lăng xăng lặng, đó là phương pháp tu để được an tâm, để được định. Đây là phản quang tự kỷ, xoay lại soi sáng tâm mình, Tổ dạy tu một cách đơn giản, rõ ràng và thực tế, không phải chuyện xa vời không thực hiện được.

Về sau, Tổ Huệ Khả cũng dạy cho ngài Tăng Xán như thế. Một hôm có một cư sĩ đến đảnh lễ Tổ, thưa:

-

Đạo Tín nghe liền đại ngộ.

Các Ngài ngộ đạo đều xoay lại mình tìm coi vọng niệm có thật không, nghiệp tội có thật không, sự trói buộc có thật không? Thấy tất cả đều là ảo tưởng không có thật. Thấy nó không thật là ngộ được lý Thiền. Đó là lối phản quang tự kỷ.

Từ đời Tống trở về trước, Thiền tông chưa có pháp tu khán thoại đầu. Từ đời Tống trở về sau, các Thiền sư Trung Hoa trong tông Lâm Tế thấy đa số Tăng Ni đều thông hiểu lý Thiền, nhưng không chịu tu mà chỉ nói suông, nên các Ngài dạy khán thoại đầu không cho tìm hiểu nghĩa lý để nói suông nữa.

Khán thoại đầu là pháp tu mà hành giả dồn hết tâm lực khán câu thoại đầu do vị thầy hướng dẫn đưa ra cho tới khi ngộ. Trong thời gian này không học kinh luận, ngoại trừ những buổi khai thị của vị thầy. Hiện giờ, đa số Tăng Ni và Phật tử chưa thấu suốt lý Thiền, nên chúng tôi không hướng dẫn khán thoại đầu mà phải giảng dạy cho hiểu lý Thiền, hiểu rồi mới biết đường lối tu. Đó là tùy thời tùy cảnh mà dùng phương tiện cho hợp với căn cơ của người đương thời để tu cho có kết quả tốt.

C- Kết luận

Tu thiền là một pháp tu thực tế phù hợp với tinh thần khoa học hiện đại. Tâm chúng ta khởi vọng tưởng phiền não, chúng ta khéo quán thì vọng tưởng lặng, hết phiền não, tâm an định. Tu tới đâu có kết quả lợi ích tới đó, rất cụ thể, không xa vời. Vọng tưởng phiền não là cái không thật hư ảo, nơi mình sẵn có Phật tánh là cái chân thật bị vọng tưởng phiền não che khuất, bây giờ bỏ hết vọng tưởng thì Phật tánh hiện ra. Đó là những vấn đề chủ yếu của việc tu thiền./.

(Nguồn: nguyệt san Giác Ngộ số 51, 6-2000, tr 84 và Đạo Phật Ngày Nay)

------oooOOooo------

Meditation is a practice in which an individual trains the mind or induces a mode of consciousness, either to realize some benefit or as an end in itself. The term meditation refers to a broad variety of practices (much like the term sports) that includes techniques designed to promote relaxation, build internal energy or life force (qi, ki, prana, etc.) and develop compassion, love, patience, generosity and forgiveness. A particularly ambitious form of

meditation aims at effortlessly sustained single-pointed concentration single- pointed analysis, meant to enable its practitioner to enjoy an indestructible sense of well-being while engaging in any life activity.

The word meditation carries different meanings in different contexts. Meditation has been practiced since antiquity as a component of numerous religious traditions and beliefs. Meditation often involves an internal effort to self-regulate the mind in some

way. Meditation is often used to clear the mind and ease many health issues, such as high blood pressure, depression, and anxiety. It may be done sitting, or in an active way - for instance, Buddhist monks involve awareness in their day-to-day activities as a form of mind- training. Prayer beads or other ritual objects are commonly used during meditation in order to keep track of or remind the practitioner about some aspect of the training.

Meditation may involve generating an emotional state for the purpose of analyzing that state - such as anger, hatred, etc. - or cultivating a particular mental response to various phenomena, such as compassion. The term "meditation" can refer to the state itself, as well as to practices or techniques employed to cultivate the state. Meditation may also involve repeating a mantra and closing the eyes. The mantra is chosen based on its suitability to the individual meditator. Meditation has a calming effect and directs awareness inward until pure awareness is achieved, described as "being awake inside without being aware of anything except awareness itself. "In brief, there are dozens of specific styles of meditation practice, and many different types of activity commonly referred to as meditative practices...

THIỀN: Thiền và Thiền Tông khác nhau. Thiền là phương pháp tu luyện. Thiền Tông là 1 tông phái dùng thiền làm căn bản tu hành, làm đường lối ngộ đạo.

Chữ thiền do chữ Thiền Na, nói ngắn Thiền Na hay Dhyana (Sanskrit) Tàu: Ch'an-na hay Chan; Nhật: Zenna hay Zen; Anh: Meditation; Pháp: Méditation...

Dhyana dịch là định lự tức đình chỉ các tư lự, các suy nghĩ. Thiền Na và định lự gom lại thành ra chữ thiền định, ngày nay chỉ gọi THIỀN.

Thiền: theo sách Phật học phổ thông "thiền là tập trung tư tưởng vào một đối tượng duy nhất, không cho tán loạn, để cho tâm thể được vắng lặng, tâm dụng được sáng tỏ mạnh mẽ, đặng quan sát và suy nghiệm chân lý".

Có nhiều loại thiền, cho nên ai tập thiền thì cần phải có thày hướng dẫn, không thể xem thường được: thiền ngoại đạo, thiền phàm phu, thiền tiểu thừa, thiền đại thừa...Hai Phương pháp chính của thiền đại thừa:

1. Theo đúng sách vở, có quy củ nhất định.

2. Không căn cứ vào kinh sách, thầy truyền thẳng sự giác ngộ của mình cho đệ tử, như là Phật Thích Ca truyền tâm ấn cho ngài Ca Diếp khi giơ cao cành hoa.

Sau khi đức Phật nhập diệt, ngài Ca Diếp là người đã tiếp nhận y bát lên làm tổ thứ nhất, y bát truyền đến ngài Bồ Đề Đạt Ma (Bodhidharma) là tổ thứ 28...

Đạt Ma tổ sư thiền, một thứ thiền khác với Như Lai thiền. Ngài từ Ấn Độ sang Trung Quốc vào năm 528, sáng lập ra thiền tông tại đó, nên người ta gọi ngài là sơ tổ (tổ đầu tiên) cuả tổ thiền tông Trung Quốc, sau này mới truyền sang Việt Nam, Nhật... Y bát (cà sa và bình bát cuả Đức Phật) được truyền xuống các vị sau đây theo thứ tự: Huệ Khả, Đạo Tín, Tăng Xán, Hoằng Nhẫn, Huệ Năng. Đến lục tổ Huệ Năng thì hết lệ truyền y bát

và mỗi tổ không ấn chứng riêng cho một đệ tử nào cả!

Đường lối tu tập của thiền nằm trong 4 câu cuả ngài Bồ Đề Đạt Ma:"bất lập văn tự, giáo ngoại biệt truyền, trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành Phật". Không dùng chữ nghiã, truyền ngoài giáo lý, chỉ thẳng tâm người, thấy tánh thành Phật.

Trong 4 câu có vẽ đơn giản, 2 chữ khó nhất cuả Phật Giáo là Tâm và Tánh, cùng 2 chữ chỉ thẳng và thấy. Đọc lên thì dễ, hiểu được quá khó, tu được càng khó nữa.

Thầy không chỉ tâm đâu, an tâm ra sao, mà chỉ nói "đem tâm ra đây ta coi cho". Trò tuân theo, tìm mãi chẳng thấy, chợt hiểu ra rằng cái tâm không thật, chợt tự mình thấy như vậy, tự gỡ rối vấn đề. Tự mình nắm bắt được chân lý và thành đạo!

Thiền tông du nhập Việt Nam vào cuối thế kỷ thứ VI. Năm 580, một đệ tử cuả ngài Tăng Xán tên là Tì-Ni-Đa-Lưu-Chi (Vinitaruci) sang nước ta truyền pháp cho ngài Pháp Hiền. Năm 820, một đệ tử cuả tổ Bách Trượng là Vô Ngân Thông sang truyền pháp cho ngài Cẩm Thành…

Nhà Lý đánh Chiêm Thành thế kỷ thứ XI, bắt được một tù binh, người Tàu, đệ tử dòng Vân Môn, sau ngài lập ra dòng Thảo Đường. Thế kỷ thứ XVII, ngài Nguyên Thiều thuộc dòng Lâm Tế sang lập dòng Lâm Tế, còn các dòng Tì-Ni-Đa-Lưu-Chi, Vô Ngôn Thông, và Thảo Đường đã mất từ lâu…

Dòng Trúc Lâm Yên Tử hoàn toàn Việt Nam, sơ tổ là Điều Ngự Giác Hoàng (Vua Trần Nhân Tông), nhị tổ là ngài Pháp Hoa, tam tổ là ngài Huyền Quang. Gần đây có dòng thiền Việt Nam lấy tông chỉ là "Thiền Giáo Song Tu", dùng cả thiền lẫn giáo (kinh sách) và ấn tống nhiều sách, được phổ biến rộng rải… ---oOo--- Thiền Là Gì? - Thích Thông Huệ

I. DẪN NHẬP

Làm thế nào định nghĩa được Thiền?

Thiền không phải là một quang cảnh để mô tả, không phải một phương pháp để trình bày; cũng không là một biểu tượng triết học để hình dung hoặc một nghi thức tôn giáo để tu tập. Ta không thể dùng ý thức để hiểu, càng không thể dùng ngôn từ để diễn đạt lý Thiền. Cho nên, càng suy nghĩ, càng tranh luận về Thiền thì người ta càng thêm vọng tưởng, không cách nào thâm nhập được thực chất của chân lý tuyệt đối này.

Nói như thế, tại sao kinh điển ngữ lục của Phật - Tổ, cho đến sách báo viết về Thiền lại nhiều đến vậy? Không nói được cho thấu đáo mà vẫn cố gắng nói, có phải đây là công việc vô bổ, không có ý nghĩa gì? - Đó chẳng qua vì lòng từ bi, các Ngài thấy chúng sanh tuy đồng thể tánh cùng chư Phật, vì vô minh cứ mãi chịu trầm luân, nên phát đại nguyện giáo hóa chúng sanh không biết mệt mỏi. Không nói được cho thấu đáo, các Ngài phải dùng nhiều lời diễn tả quanh co, dẫn dắt người từng bước làm quen rồi đến gần với Đạo, cuối cùng tự thân nỗ lực thể nhập tự tánh.

Người tu chúng ta, do khát vọng học hiểu và công phu thiền tập, đầu tiên cũng cần có một số khái niệm về Thiền. Điều cần lưu ý là, những gì được diễn đạt

bằng văn tự chỉ là ước-lệ-pháp của thế gian. Chúng ta dựa vào kiến thức thu nhập được từ văn tự ấy (văn huệ), rồi suy gẫm và đối chiếu với thực tại đời sống và nội tâm của mình, ấy là trí huệ do tư duy (tư huệ). Văn huệ và tư huệ soi sáng đường tu. Tu hành có kết quả phát sinh trí huệ, trí huệ ấy mới thật là của báu trong nhà (tu huệ).

Một cách khái quát, Thiền có thể hiểu là trạng thái tâm linh vút cao của một hành giả đã chứng ngộ. Với nghĩa này, Thiền cũng là Đạo, là Phật, là Tâm... Thiền cũng có thể được nhìn dưới một góc độ gần gũi hơn, là trạng thái của tâm khi thấy nghe hay biết tất cả sự vật hiện tượng xảy ra xung quanh, mà không có một ý niệm phân biệt so sánh. Người có Thiền chứng là người không bị dính mắc đối với mọi thăng trầm vinh nhục của cuộc đời, không động tâm đối với tất cả các pháp thế gian và xuất thế. Có thể nói, lúc nào và ở đâu tâm ta thanh tịnh mà thường biết, ta sẽ có kinh nghiệm trực tiếp Thiền là gì? Như vậy, Thiền nằm trong mọi sinh hoạt thường nhật, rất đơn giản, rất thực tế và rất gần gũi với cuộc sống - con người.

Những điều tiếp thu được qua kinh sách, chúng ta nên áp dụng vào thực hành. Lời dạy của Phật - Tổ giúp chúng ta thăng hoa trên đường đạo; nhưng nếu chỉ nghiên cứu trên lý thuyết mà không tự mình hành trì thì không bao giờ thấm nhuần được những lời dạy ấy. Hiểu Phật pháp không phải từ bên ngoài mà phải từ tâm lưu xuất. Phật là Phật tâm, pháp cũng do tâm khởi; chỉ khi nào tâm an định mà hằng tri, khi ấy mới có Phật pháp; chỉ khi nào trực tiếp đi sâu vào cảnh giới tâm chứng, ta mới thấu triệt những bí ẩn ngàn đời của vũ trụ vạn hữu; chỉ khi nào tâm ta tương ưng với tâm Phật - Tổ, chúng ta mới hiểu một cách thấu thể những điều các Ngài muốn truyền trao.

II. NHỮNG NÉT KHÁI QUÁT VỀ THIỀN

A.- Một tấm gương nếu bị bụi bám đầy, không soi được các vật đặt trước nó. Bụi là duyên bên ngoài, còn bản chất của gương là trong và soi sáng. Bản chất gương không bao giờ mất, chỉ vì bụi che nên tạm ẩn mà thôi. Muốn gương trở lại sáng trong, phải lau sạch bụi. Tự tánh bản nguyên vốn thanh tịnh và thường biết, do bụi phiền não từ vô lượng kiếp che khuất nên mãi đắm chìm trong sinh tử. Tu hành cũng như lau bụi trên gương, khi dẹp sạch phiền não thì tự tánh hiện bày. Đạo Phật không chủ trương tiêu diệt sự sống, mà chỉ đoạn trừ tham - sân - si để hiển lộ bản tâm. Đây là khái niệm của người tu trên những bước đầu vào đạo.

Đối với Thiền tông, những khái niệm phân biệt nhị nguyên đều là sản phẩm của ý thức, là quy ước pháp tương đối của thế gian. Khi được hỏi: "Thế nào là đại ý Phật pháp?", có vị Thiền sư nói: "Cứng như bông, mềm như sắt". Câu trả lời có vẻ nghịch thường, nhưng thật sự chứa đựng một ý nghĩa sâu sắc. Bản thân bông và sắt đâu có ý niệm mềm - cứng, mà do vọng tưởng so sánh đối đãi của con người gán cho chúng những tính chất khác nhau. Những vị đã có cái nhìn đúng như sự vật đang là, thấu suốt tột cùng bản chất của các pháp, không theo ước lệ thông thường. Các Ngài nhận rõ, phiền não và Bồ-đề không phải là hai phạm trù đối lập nhau, mà là hai mặt của cùng một thực thể. Cũng như biển dậy sóng khi có gió thổi, khi không có gió thì sóng trở về với nước. Bỏ hết sóng sẽ không còn nước, đoạn trừ phiền não không thể thủ chứng Bồ- đề.

Điều này thật khó hiểu khó tin, nhưng đó là tinh thần bất nhị của nhà Thiền, là yếu lý của Đạo.

B.- Người tu thường chán cõi Ta-bà uế trược nên tinh tấn tu hành, mong có ngày về một nơi an lạc, giải thoát mọi phiền não và sinh tử. Đây là quan niệm đúng đắn, có đạo lý. Nhưng có khi nào chúng ta tự hỏi: "Bậc Thánh triết ở đâu? Tìm giải thoát phương nào?".

Bước đầu học Phật, ta đã hiểu hoàn cảnh chánh báo và y báo của mỗi người đều do nghiệp tạo tác. Nghiệp lành đưa đến thuận lợi trong cuộc sống, thân tâm tươi nhuận, vật chất sung mãn. Nghiệp ác gây nên quả xấu về vật chất và tinh thần, thậm chí khi phát tâm tu hành vẫn gặp nhiều chướng duyên trở ngại. Nghiệp do thân - miệng - ý phát sinh, trong đó ý dẫn đầu. Khi đã biết Đạo, chúng ta không làm điều gì để tâm ý vẩn đục, luôn giữ gìn cấm giới, mở cõi lòng để hiểu, để thương và để giúp ích mọi người tùy khả năng của mình. Đó là căn bản đạo đức của người tu.

Đối với nhà Thiền, cả hai nghiệp thiện và ác đều là đầu mối của luân hồi sinh tử. Đức Phật Thích Ca có 32 tướng tốt và 80 vẻ đẹp chỉ là Phật ứng hóa thân, còn sinh diệt, tùy duyên ứng hiện vào các cõi giáo hóa chúng sanh. Phật báo thân đang ở thế giới Vô Thắng, như đã đề cập trong Kinh Đại Niết-Bàn(*) vẫn chưa phải là cứu cánh. Chỉ có Đức Phật pháp thân không bao giờ sinh diệt mới thật là Đấng Thánh triết đích thực mà mọi người phải nương về. Nhận ra Phật pháp thân, hành giả mới thật sự giải thoát. Thiền tông không hứa hẹn giải thoát ở thế giới bên kia, mà kéo thế giới lý tưởng trở về với thực tại hiện tiền. Không có cái vô hạn ở ngoài hữu hạn, không có cái thường hằng bất biến ở ngoài sinh diệt vô thường. Thân tâm chúng ta do duyên sinh giả hợp nên vô thường, nhưng ngay trong thân này có cái chân thường hằng hữu, mà nếu sống

được với nó, ta sẽ đạt được mục đích tối hậu của người tu, là giác ngộ và giải thoát.

Đây là ý nghĩa của hoa sen trong lò lửa: dù đang ở trong lò, sen vẫn nở hoa thơm ngát, cũng như Pháp thân vẫn thường trụ, dù đang ở trong thân ngũ uẩn ngày đêm bị thiêu đốt bởi lửa vô thường.

C.- Chủ đích của Thiền tông là chỉ cho người nhận ra và sống với bản tâm bất sanh bất diệt của mình.

Trong Bộ Luận nổi tiếng về kinh Bát-Nhã, Bồ-tát Long Thọ viết: "Giới hạnh là da, Thiền định là thịt, Trí tuệ là xương, Diệu tâm là tủy". Giới - Định - Huệ là Tam vô lậu học, con đường đưa đến Niết-Bàn, chúng ta thường được nghe giảng nói. Giới Luật là rào cản bảo vệ người tu khỏi sa xuống hố sâu tội lỗi. Đây là bước căn bản rất cần thiết trên đường đạo. Nhưng nếu chỉ biết giữ giới mà chưa tu tập Thiền định, chưa có trí tuệ, chưa nhận được tự tánh, thì mới chỉ là người tu đáng kính, nhưng chưa đến chỗ rốt ráo. Vì thế, Bồ-tát nói người ấy mới được phần da bên ngoài.

Giữa Giới và Định có sự liên hệ mật thiết. Tu tập Thiền định mà không có giới hạnh, cũng khó đạt kết quả như ý muốn. Ví như một kẻ sát nhân, dù vô tình hay hữu ý, có phải luôn thấy bất an không? Do hối hận, do lo sợ người khác phát hiện, do viễn ảnh sẽ

bị trừng phạt..., kẻ ấy làm sao an định dù có siêng năng tọa thiền? Tàng thức như cái kho chứa vô số điều hay dở thiện ác, bình thường khi mải mê làm việc, ta không thấy khởi niệm nhiều; nhưng lúc tọa thiền, nhiều khi vọng tưởng nổi lên lừng lẫy. Đó là tập khí nhiều đời; nếu đời này ta còn huân tập thêm các nghiệp, thì biết đến bao giờ tàng thức mới được rỗng không? Tu hành đúng nghĩa là loại bỏ tất cả, từ phần cực ác đến những ý niệm tột thiện trong tâm ý. Khi mọi tập khí đều bị loại trừ, tàng thức trở thành Như Lai tạng. Đây là kết quả của Thiền định, tức được phần thịt của Phật pháp.

Tiến thêm một bước, nhờ giữ giới và tâm an định, hành giả thấu suốt mọi lẽ thật hư của cuộc đời, phân biệt rõ ràng mọi điều tốt xấu, chánh tà, thiện ác. Vị ấy hiểu rõ lý vô thường và duyên sinh của vạn pháp, quán triệt Bình-đẳng- tánh của mọi sự vật. Đó là Trí huệ, tinh thần hệ Bát Nhã, phần xương của Phật pháp; nhưng chưa phải là cứu cánh của đời tu.

Thiền sư Suzuki khi luận về "Cốt tủy của Đạo Phật", cố ý chỉ rõ bản tâm thanh tịnh của mỗi người là mục đích cuối cùng mà người tu phải nhắm đến. Đây là

phần tủy của Đạo, là bản hoài của Chư Phật, là sinh mạng của Thiền. Có thể nói, không khai ngộ được Diệu tâm thì không phải Thiền, nên các Thiền sư luôn tìm mọi cách để đưa môn đồ vào chỗ khai sáng bản tâm. Khi Tổ Bồ-đề Đạt Ma thấy cơ duyên của mình sắp mãn, Ngài gọi các môn đồ vào trình bày chỗ sở đắc của từng người. Đến lượt Ngài Huệ Khả, không thưa trình câu nào, chỉ bước ra đảnh lễ Tổ ba lạy rồi lui. Vậy mà Tổ lại bảo: "Ngươi được phần tủy của ta!". Và truyền y bát cho Ngài làm Tổ thứ hai của Thiền tông Trung Hoa. Vậy phần tủy của Tổ là gì? Là cái lặng yên hay là ba cái lạy?

Trong hệ thống kinh A Hàm của Phật giáo nguyên thủy và hệ thống Bát-nhã của Phật giáo phát triển, Đức Phật đều dạy về lý Vô ngã. Đây là chủ trương độc đáo và đặc thù của Đạo Phật, so với tất cả các tôn giáo khác. Theo lý Duyên sinh, quán chiếu thân ngũ uẩn đều là hợp thể bởi các duyên. Tự tánh của chúng là Không, nhờ duyên hợp nên giả có. Phân tích đến tận cùng, rõ ràng thân này được tạo ra từ những vật không phải nó, nên nó không có tính đồng nhất; nó luôn luôn biến đổi trong từng giây phút, nên không bất biến; con người không thể điều khiển nó theo ý mình, nên nó không có chủ tể. Vì không đồng nhất, không bất biến và không có chủ tể, nên thân này là Vô ngã. Nhận được lý Vô ngã, hành giả tiến lên phá trừ pháp chấp. Phá ngã chấp là đoạn trừ Phiền não chướng, phá pháp chấp là đoạn trừ Sở tri chướng, người tu giải thoát khỏi phiền não và luân hồi.

Đối với các hành giả tu Thiền, khi nghe giảng về "Chiếu kiến ngũ uẩn giai không", về những phương tiện phá chấp, sẽ có những câu hỏi đặt ra: "Nếu tất cả các pháp, kể cả thân tâm ta, đều là giả, vậy có cái gì thật? Nếu ta không có thật thì ai được giải thoát, ai nhập Niết-bàn? Ta cố công tu hành là mong có ngày tìm được an lạc và hạnh phúc vĩnh cửu, nay Phật dạy tu đến cuối cùng không còn gì cả, hóa ra uổng phí cả cuộc đời ta ư?".

Thật ra, Phật và chư Tổ đều muốn chúng ta đi đến Bảo sở, không dừng lại ở Hóa thành. Từ lúc thành đạo dưới cội cây Tất-bát-la sau 49 ngày đêm thiền định, Đức Phật đã thấy tất cả chúng sanh đều bình đẳng với chư Phật Bồ-tát ở một điểm tối thiết: mọi hàm

linh, dù là hạ đẳng, đều có thể-tánh bản nguyên thanh tịnh hằng giác. Thể tánh ấy không có hình tướng nên không hề sinh diệt, không thấy được bằng mắt và không thể dùng ý thức để tư duy. Thể tánh không có tên nhưng lại rất nhiều diệu dụng, do vậy nó được đặt rất nhiều tên: Phật tánh, Pháp thân, Diệu tâm, Bản lai diện mục... Cuối cùng, Lục Tổ gọi nôm na bằng từ "Vô nhất vật" trong bốn câu đối lại bài kệ trình kiến giải của Ngài Thần Tú. Vì không một vật nên không bị khách trần làm ô nhiễm; chỉ vì chúng sanh quên tánh giác, dong ruổi theo trần cảnh, nên đời kiếp chịu luân

hồi. Tánh giác tuy bị lãng quên nhưng vẫn luôn hiện diện, lung linh chiếu rọi qua sáu căn. Chúng ta lâu nay để sáu căn dính mắc với sáu trần phát sinh sáu thức, chỉ nhớ cảnh mà không nhớ bản tâm. Nhà Thiền dạy người phản quan tự kỷ, soi sáng chính mình để nhận ra Pháp thân hằng hữu và luôn sống với nó. Nhận được bản tâm, mới quán triệt ngã và pháp đều không thật, tự nhiên được giải thoát.

Như vậy, tu theo thứ lớp thì trước dễ sau khó: Trước phải quán triệt tinh thần Vô ngã, phá luôn pháp chấp; sau đó đủ thời tiết nhân duyên mới thể nhập tự tánh. Thiền Đốn ngộ theo đường ngược lại, tu từ trong tu ra: Nhận được Pháp thân chân thật, luôn sống với cái chân thật thì không còn lầm theo bất cứ pháp sinh diệt nào. Phiền não tham sân si chỉ là những đợt sóng, thân ngũ uẩn chỉ là hoa đốm, tự nhiên ta thấy an nhiên trước cuộc đời. Pháp tu này trước khó sau dễ, rất nhẹ nhàng mà kết quả phi thường, như Lục Tổ nói: "Phật dạy tất cả pháp để độ tất cả tâm; Ta không tất cả tâm, đâu cần tất cả pháp". Thiền sư Huyền Giác có bốn câu rất hay diễn đạt tinh thần này:

Pháp thân giác liễu vô nhất vật
Bổn nguyên tự tánh Thiên Chân Phật
Ngũ ấm phù vân không khứ lai
Tam độc thủy bào hư xuất một.

Vô-nhất-vật, tức tánh giác thanh tịnh tự thuở nào, đó là Pháp thân, là Bổn nguyên, là Tự tánh, là Đức Phật chân thật sẵn có của mỗi người. Nhận ra Đức Phật ấy, thì thân năm ấm chỉ là mây trắng bay qua lại trong hư không, và ba độc tham-sân-si chỉ huyễn ảo như bọt nước khi còn khi mất. Vì thế, Thiền sư khi đã liễu ngộ, ngay cả nghiệp chướng cũng thấy không thật có, nên tự tại trước mọi nhân nghĩa oán cừu. Trong một sát na, các Ngài rủ sạch nợ của bao A-tăng-kỳ kiếp:

Chứng thực tướng, vô nhân pháp Sát-na diệt khước a-tỳ nghiệp

Có thể nói, đối với nhà Thiền, vấn đề cốt lõi và mục đích tối hậu của đời tu chỉ có một: Nhận ra và hằng sống với Phật tâm của chính mình. Chư Phật Bồ- tát thị hiện nơi đời cũng chính vì muốn tất cả chúng sanh sống và tu theo mục đích ấy, để tất cả đều thành Phật như các Ngài. Thiền tông được gọi là Phật tâm tông vì chỉ y cứ vào bản tâm để tu, để ngộ, để chứng và để thành đạo quả. Ngũ Tổ Hoằng Nhẫn đã dạy trong Luận Tối Thượng Thừa: "Giữ chân tâm là trên hết". Thiền sư Minh Chánh cũng thật thiết tha:

Chẳng hiểu bản lai vô nhất vật Công phu luống uổng một đời ai!

D.- Làm thế nào nhận ra bản tâm?

Trong quá trình tìm hiểu về Thiền, chúng ta phải vận dụng kiến thức để tư duy, để có một kiến giải bằng tri thức. Nhưng nếu dùng kiến thức và tri thức để mong hiểu thấu đáo được Thiền, thì đó là sai lầm nghiêm trọng. Chúng ta phải qua công phu thiền tập, phải tự mình kinh nghiệm vào mảnh đất tâm của mình; khi trực giác phát sinh mới có một lý giải bằng tâm chứng. Cho nên, Thiền cần sự hiện hữu của ý chí và trực giác. Dù có ý thức phụng sự tha nhân mà chưa có trực giác và ý chí để khai phá tự tâm, thì công việc phụng sự ấy vẫn còn nằm trong hữu vi, tương đối.

Nội dung Thiền tập tựu trung là Chánh niệm. Lâu nay tâm ta như khỉ vượn chuyền cành, hết suy tính việc này lại lo toan chuyện khác, lăng xăng lộn xộn không lúc nào dừng. Phật dạy Chánh niệm là luôn đặt tâm vào giờ phút hiện tại, không dong ruổi về quá khứ hay mơ màng chuyện tương lai. Chánh niệm cũng là phản tỉnh lại thân tâm mình, biết rõ mọi sự vận động của thân và mọi biến chuyển ở tâm. Tất cả sự việc xảy ra như thế nào, ta chỉ cần biết như thế đó; biết mà không thêm một niệm nào để phân biệt chia chẻ, để so sánh suy lường. Như vậy, Thiền không tùy thuộc vào tư thế của thân, vào giờ giấc và nơi chốn, vì Thiền chỉ cho trạng thái tâm bản nhiên vốn lặng mà biết. Lặng là thể-định, biết là dụng-huệ, vốn có sẵn từ vô thủy đến vô chung. Khi ánh bình minh của trực giác phóng xuất, ta mới thấy từ bao giờ cho đến bây giờ, muôn pháp vẫn ở trong đương xứ - "đương" là hiện tại, "xứ" là ở đây. Tại đây và bây giờ chúng luôn biến đổi nhưng vẫn hằng hữu, và Thiền định chính là định tâm vào thời điểm tại đây và bây giờ này. Nếu rời mảnh đất thực tại, ta sẽ không hiểu gì về các pháp. Các pháp diễn biến trong từng sát-na, nhưng trong vô thường biến dịch có một cái gì vẫn thường hằng bất biến. Đây là thực tại sống động khi hành giả có thể nắm vô biên từ trong đóa hoa dại, nắm muôn năm trong một niệm. Đây cũng là phút giây vĩnh cửu mà nhà Phật gọi "sát-na Tam muội". Chư Phật Bồ-tát lý hội được cái sát-na bất động này nên các Ngài đã giải thoát, còn chúng ta mãi để tâm chạy đuổi theo ý niệm thời - không, nên cứ bị lôi cuốn theo dòng trầm luân bất tận!

Trong kinh A- Hàm, Phật dạy: "Này các Tỳ-kheo ! Nếu thấy pháp tức là thấy ta, nếu thấy ta tức là thấy pháp; vì thấy pháp nên thấy ta, thấy ta nên thấy pháp". Ta và Pháp ở đây có ý nghĩa gì?

- Thông thường, Pháp (Dharma) có rất nhiều nghĩa: Là phương cách, mẫu mực, luật lệ; là sự vật, tình trạng; là lời Phật dạy... Một cách tổng quát, có thể hiểu pháp là "nhậm trì tự tánh" (giữ gìn tính chất của nó) và "quỹ sanh vật giải" (tính chất đặc thù khiến người ta có thể dựa vào đó để nhận ra nó). Các pháp theo ý nghĩa này đều có hình tướng, đều do duyên hợp, nên gọi là Pháp tướng. Ngay cả lời Phật dạy, nếu căn cứ trên chữ nghĩa cũng là kinh hữu tự, chưa phải yếu chỉ. Thấy pháp này chưa phải là thấy TA, tức Phật Pháp thân Tỳ-Lô-Giá-Na của chính mình.

Tất cả những gì có hình tướng đều là giả dối không thật. Ví như mặt trăng soi bóng xuống đáy hồ. Bóng mặt trăng là có hay không có ? Nếu có, sao ta vớt lên không được; nếu không, sao mắt ta nhìn thấy? Có - Không là hai bên, dính mắc hai bên là không thấy đúng lẽ thật. Người hiểu đúng như thật sẽ nói: Bóng mặt trăng dưới hồ bản chất là không, và chỉ là giả có. Tự tánh của tất cả các pháp là không - đây chính là Pháp tánh

của loài vô tình.

Một ví dụ khác: Một dòng suối bình thường nước trong vắt; khi có lũ đầu nguồn, nước suối bị ngầu đục. Nước suối lúc trong lúc đục là do không hoặc có bùn đất đổ vào theo lũ, còn tánh ướt của nước thì không biến đổi bao giờ. Cũng vậy, tâm ta lúc suy nghĩ lăng xăng là vọng, khi lặng yên không dấy niệm là chơn; tâm có chơn có vọng, nhưng bản tánh thanh tịnh thường nhiên, hằng tỉnh sáng. Đây là Phật tánh, là Chánh pháp nhãn tạng Niết-bàn Diệu tâm Thật tướng vô tướng, cũng là Kinh Vô Tự. Phật và Pháp không hai - đều là thể tánh bất sanh bất diệt. "Thấy pháp" là nhận ra thể tánh này, là sống với chơn tâm thường trụ, nên "thấy pháp tức thấy ta, thấy ta tức thấy pháp".

Toàn thể vũ trụ pháp giới đều không ngoài tâm. Nếu tâm ta vô thường thiên biến vạn hóa, ta sẽ thấy các pháp vô thường thiên hình vạn trạng. Nếu tâm ta an định, rõ biết tất cả mà không khởi niệm thì Ta-bà trở thành Tịnh độ. Lúc tâm toan tính tư duy, cái thấy biết của ta hữu hạn vì duyên theo trần cảnh bên ngoài. Khi tâm lặng lẽ, cái thấy biết trở nên mênh mông bát ngát. Khi vào định sâu, cái biết trở về pháp giới, mỗi sự vật đều đại diện cho toàn thể vũ trụ, như một giọt nước biển cũng có đủ tính chất của cả đại dương bao la. Như vậy, lúc tọa thiền, nếu một phút giây tâm ta lặng lẽ mà hằng tri, thì phút giây ấy ta là Phật; nếu tâm cứ dong ruổi lăng xăng thì ta mãi làm chúng sanh trong ba cõi. Làm Phật hay làm chúng sanh đều do mình quyết định, không ai làm thế cho mình và mình cũng không thể làm thay cho ai.

E.- Kinh Kim Cang có bài kệ:

Nhược dĩ sắc kiến ngã
Dĩ âm thanh cầu ngã
Thị nhơn hành tà đạo
Bất năng kiến Như Lai.
Nghĩa:
Nếu dùng sắc thấy ta
Dùng âm thanh cầu ta
Người ấy hành đạo tà
Không thể thấy Như Lai.

Bốn câu này có sức công phá mạnh mẽ những tư tưởng lầm lẫn của con người, kể cả người tu. Lầm lẫn thứ nhất, chúng ta thờ lạy kính ngưỡng Phật, nhưng chấp tượng gỗ hay xi măng là Phật thật. Mỗi ngày lau quét tượng, ngày lễ tắm cho tượng và xem đó là tu hành. Có nơi còn dùng nước rửa tượng làm nước thánh trị bệnh. Niềm tin không có chánh kiến nên đã trở thành mê tín, biến một bậc trí tuệ giác ngộ thành một vị thần linh, biến chốn già-lam truyền bá chánh pháp thành nơi cầu danh khấn lộc. Và như vậy, người tu vô tình biến thành người trung gian giữa một bên là ông thần ban phước giáng họa, và bên kia là những kẻ cầu xin. Chúng ta thờ lạy, chiêm ngưỡng tượng Phật phải hiểu đúng ý nghĩa, là kính trọng một Bậc Đạo sư có nhân cách và nghị lực vĩ đại; là để theo gương từ bi trí huệ của Ngài, nguyện làm đúng lời Ngài dạy, rồi một ngày nào đó cũng được giác ngộ giải thoát như Ngài. Chúng ta thờ lạy tượng Phật cũng để

xoay lại chính mình, nhớ rằng mình có một vị Phật luôn luôn hiện hữu, đó là tự tánh Kim Cang bất hoại.

Điều lầm lẫn thứ hai, chúng ta thường nghĩ Phật là vị Thái tử có 32 tướng tốt và 80 vẻ đẹp, đi tu và thành đạo tại Ấn Độ cách đây trên 25 thế kỷ. Nếu người ấy là Phật thật, thì Phật bây giờ ở đâu? Thân xác Ngài đã được thiêu hóa, chỉ còn để lại những viên ngọc xá lợi cho người sau chiêm bái. Chẳng lẽ Thái tử hy sinh tất cả lạc thú thế gian, gia công tu hành cần khổ bao năm chỉ để thành Phật trong 49 năm rồi hoại diệt? Nếu thật vậy, thì sự hy sinh, sự tu hành của Ngài đâu có ý nghĩa siêu tuyệt xuất thế, là tìm được con đường giải thoát khổ đau và giải thoát khỏi vòng sinh tử? Nhà Thiền giản trạch vấn đề này rất rõ: Đức Phật có hình tướng ấy chỉ là Phật ứng hóa thân có sinh có diệt. Còn thể tánh tịch lặng hằng tri hằng giác, là Phật pháp thân, mới là Phật thật, không bao giờ sinh diệt. Vì thế trong Kinh Pháp Hoa, Đức Phật bảo Ngài thành Phật đã từ vô lượng vô biên trăm nghìn muôn ức na-do-tha kiếp. Chúng sanh ai cũng sẵn có vị Phật này, và Thiền tông luôn nhắc nhở môn đồ thường niệm vị Phật ấy.

Do chủ trương y cứ vào tâm tu hành, nên Thiền tông không theo thinh sắc quang ảnh mà cầu thấy Phật, vì ngoài tâm cầu Phật đều là ngoại đạo, dù đang là Phật tử. Đức Phật bảo, những người ấy hành đạo tà, không thể thấy Như Lai. Như Lai ở đây không có nghĩa là Phật Thích Ca đang ngồi tòa thuyết pháp. “Như” chỉ thể tánh bất động hằng hữu; “Lai” là từ thể tánh ấy mà đến, mà khởi ra diệu dụng. Như là bất biến, Lai là tùy duyên; Như là tâm thể, Lai là tâm dụng. Ta nhìn thấy cái hoa là Lai, thấy mà không khởi niệm là Như. Mọi người đều có Như Lai, nhưng bị tập khí nhiều đời che phủ, như mây che khuất mặt trăng. Mây tan thì trăng hiện, nhưng không phải khi tan mây mới có trăng, mà trăng vẫn sáng tự thuở nào. Nếu ta biết rõ có trăng sáng đàng sau đám mây, thì không cần đợi mây tan, ta vẫn cảm nhận ánh trăng; như ngay nơi sóng ta đã nhận ra nước, ngay nơi vọng đã là chơn. Đây là tinh thần liễu vọng, một tư tưởng vút cao của Tối thượng thừa Thiền.

F.- Thiền không giới hạn trong một đất nước, một tôn giáo hay một ý thức hệ. Do trí huệ phát sinh tri kiến như thật, nên Thiền giả có sự hiểu biết đúng đắn về con người và cuộc đời, đặt nặng lý trí hơn là tình cảm tôn giáo. Tình cảm Phật giáo thể hiện ở mái chùa cong, ở chánh điện trang nghiêm nhưng thân thương đầm ấm, rất cần cho những người mới vào đạo. Nhưng nếu ta chỉ chú trọng tình cảm mà không xem trí tuệ là mục đích, thì chưa thẩm thấu được triết lý thâm sâu của Đạo Phật. Đức Phật khuyên chúng ta phải hiểu trước khi tin, nên Chánh kiến đi đầu trong Bát Chánh Đạo. Mỗi ngôi chùa vì thế phải là nơi tuyên dương chánh pháp, cho Phật tử biết cách tu hành, mới khỏi rơi vào mê tín và tà đạo.

Thiền tông không mang màu sắc tôn giáo thần quyền, mà đề cao vị trí của con người. Mọi người đều bình đẳng vì đều có Phật tánh như nhau, nên ai cũng có quyền định đoạt lấy số phận và tương lai của mình. Đây là điều rất thực tế, chúng ta không cầu giải thoát ở nơi nào hay với một ai, vì bớt tham sân si đến đâu, ta thấy an lạc đến đó. Cũng như khi uống vào một ly nước, ta đỡ được cơn khát ngay; và hương vị của ly nước như thế nào, chỉ một mình ta cảm nhận, không ai có thể biết như ta, và ta cũng không thể

nói cho ai hiểu. Do đó, muốn bước vào nhà Thiền, chúng ta không chỉ dựa vào lòng tin, mà trước tiên phải có Chánh kiến. Có trí tuệ nhờ nghiên cứu và tư duy, ta mới có đủ nghị lực tự mình làm chủ vận mạng mình, mới đủ niềm tin kiên cố để đi đến chỗ cứu cánh.

Mặt khác, vì biết mọi người đều bình đẳng, nên Thiền tông không phân biệt giữa tứ chúng. Thân tứ đại có hình tướng nên khác nhau về giới tính, tại gia hay xuất gia; còn Phật tánh thì như nhau, nên ai cũng có cơ hội giống nhau để

tu hành và thành tựu đạo quả. Nhiều Thiền sư là cư sĩ như Bàng Long Uẩn ở Trung Hoa, Tuệ Trung Thượng Sĩ ở Việt Nam, đều tự tại trong sinh tử. Người nữ như cô Linh Chiếu, bằng một câu hát trong bài ca vô sanh tấu cùng cha mẹ, cho thấy trình độ chứng ngộ rất sâu của mình: "Dã bất dị, dã bất nan, cơ lai khiết phạn khốn lai thùy" (Cũng không dễ cũng không khó, đói đến thì ăn mệt ngủ khò)! Trong kinh Pháp Hoa kể chuyện Long nữ mới 8 tuổi thành Phật, cũng nói lên tinh thần này. Vì thế, Đức Phật dạy trong Trường A Hàm: "Tất cả hoa sen đều mọc từ bùn nhơ, mầm sen nào cũng có khả năng nở hoa".

III. NHỮNG ĐIỀU KIỆN CẦN CHO MỘT HÀNH GIẢ TU THIỀN

Trong đời sống thế tục, muốn tinh thông một nghề, người ta phải tốn công sức và thời gian học hỏi, thực tập; sau đó còn phải vừa làm vừa rút kinh nghiệm, để ngày càng thăng tiến trong nghề nghiệp. Người tu càng hơn thế nữa, muốn thành Phật tác Tổ đâu phải một sớm một chiều, đâu phải chỉ nghe hiểu đôi điều, công phu một thời gian đã tự cho mình chứng đắc. Nhất là đối với Thiền Đốn ngộ, có người đọc Thiền sử thấy các Ngài dễ dàng đại ngộ, cứ tưởng mình cũng "một nhảy vào liền đất Như Lai". Trong thời đại văn minh khoa học mà tri thức cũng được xem như một ngành kinh tế, mọi vấn đề đều phải được phân tích giảng giải rõ ràng, nên yếu chỉ nào Thiền cũng được trình bày cặn kẽ. Chúng ta không mất thời gian và tâm huyết để tìm hiểu một công án như các thiền khách thuở xưa. Nhưng vì quá dễ dàng hiểu được vấn đề, nên cái hiểu của chúng ta không sâu sắc, không gây cảm giác mạnh, do vậy dễ lãng quên và dễ xem thường. Và cũng vì hiểu dễ nên tưởng tu cũng dễ, mới có một chút kết quả đã cho là đủ, mặc tình nói năng hành động buông lung, không biết đó là nhân địa ngục.

Người tu chúng ta, mong thực hiện sự chuyển hóa tự thân để có sự bình an nội tâm, rồi trang trải sự bình an ấy cho người khác, với mục đích tối hậu là cả mình và người đều giác ngộ và giải thoát. Nhưng đường tu lại quá dài, đầy dẫy chông gai thử thách, nếu không trang bị đầy đủ tư lương thì khó lòng đến được điểm cuối.

Sau đây là những điều kiện cần cho một hành giả tu Thiền, xem như một số tư lương trong hành trang thiên lý ấy:

1.) Tâm thiết tha cầu đạo:

Tiền thân Đức Phật Thích Ca, lúc còn là một vị Đại tiên, vì muốn cầu nghe chánh pháp mà lột da làm giấy, chẻ xương làm bút, lấy máu làm mực để viết

bài kệ mới học được, theo điều kiện của một vị Bà-la-môn. Một tiền kiếp khác của Ngài là Thái tử Đàm-Ma-La-Kiềm, con vua Phạm Thiên ở Châu Diêm- Phù-Đề. Đối trước Pháp sư, Ngài đào hố sâu mười trượng, đốt than nóng rồi nhảy vào hố, mới được Pháp sư nói cho nghe một bài kệ về hạnh Bồ-tát. Những gương cầu pháp quên thân của Đức Phật, chúng ta khó thể bắt chước. Gần hơn, trong thiền sử kể rất nhiều câu chuyện các thiền khách quảy gói du phương, tìm thầy học đạo. Ngày xưa, những bậc đã chứng ngộ thường ở trên núi cao, đường đi gian nan vất vả, làm gì có phương tiện giao thông thuận lợi như bây giờ. Vậy mà các thiền khách đâu nề khó nhọc xa xôi, chỉ cốt sáng được lý đạo, vì biết rõ Phật pháp rất khó gặp, trăm ngàn muôn kiếp chưa chắc đã được nghe.

Người học đạo chúng ta phải xem Phật pháp là cao quý bậc nhất, không có gì sánh được. Nếu có duyên được gặp, phải biết đây là cơ hội hy hữu ngàn năm chỉ một lần. Khổng tử, người được tôn xưng là "Vạn thế sư biểu" (Bậc thầy của muôn đời) mà còn có tâm cầu đạo thiết tha như thế này: "Triêu văn đạo, tịch tử khả hỷ" (Sáng được nghe đạo, chiều chết cũng cam lòng); còn chúng ta là phàm nhân, lòng thành đối với đạo được đến đâu?

Khi nghe pháp, chúng ta cần có lòng trân trọng và biết ơn, như tâm trạng của người bị đắm tàu giữa biển, nhờ pháp như chiếc phao đưa mình vào bờ. Một lần nào đó trong đời, khi nghe giảng hay đọc một đoạn kinh mà tâm ta chấn động, phải biết hạt giống Phật đã gieo vào đất tâm của ta. Dù trải qua bao nhiêu lần sanh tử, hạt giống ấy vẫn không bao giờ mất. Đến lúc gặp thuận duyên, hạt giống sẽ nẩy mầm. Luôn mang mặc cảm mình nghiệp chướng sâu dày, hoặc ngược lại, tự cao cho mình bình đẳng với chư Phật rồi không cần học không cần tu, đó là hai cực đoan phải tránh. Người hiểu đạo lúc nào cũng hạ mình cầu thị, luôn khiêm cung tìm học chánh pháp, sau đó áp dụng vào công phu.

2.) Ý chí

Thiền tông không chủ trương mong cầu sự giúp đỡ bên ngoài, dù là của ai. Mỗi người phải tự nỗ lực hành trì để trực tiếp kinh nghiệm, khi đi sâu vào vùng đất muôn đời bí mật của bản tâm. Điều này không ai có thể làm thay cho mình, kể cả Đức Phật đại từ đại bi và đầy đủ thần thông diệu dụng. Vì thế, ý chí là điều kiện tối cần để Thiền giả tiến bộ trong đạo nghiệp, thăng hoa trong sự tu hành. Ý chí như đôi chân, không có chân thì không thể đi được.

Tinh thần tự lực của nhà Thiền trung thành với lời dạy "tự thắp đuốc lên mà đi" của Đức Phật. Khi con còn nhỏ dại, chưa đủ điều kiện thể chất và trí tuệ, phải nương nhờ cha mẹ nuôi dưỡng. Đứa con nào có thể tự quyết định cuộc đời nó, tự biết tạo sinh kế cho nó, đứa con ấy đã trưởng thành và đáng tin cậy. Trong tình Thầy trò, người Thầy cũng chỉ nâng đỡ dạy dỗ học trò một thời gian thôi, sau đó để tự trò đảm đương và đối phó với mọi thăng trầm vinh nhục của cuộc đời, người trò ấy mới vươn lên được.

Đối với những người mới vào đạo, Đức Phật cũng dùng tha lực như một phương tiện khuyến tu; nhưng giai đoạn sau, Ngài luôn đề cao tinh thần tự lực. Ví như, phàm phu

chúng ta còn vọng tưởng lăng xăng (đa niệm), nên Ngài dạy chúng ta niệm lục tự Di-Đà để tâm chuyên chú vào câu niệm Phật. Đây là phương tiện nhiếp tâm, để tâm trở về nhất niệm. Nhưng sau đó Ngài nhấn mạnh: Khi niệm Phật đến nhất tâm bất loạn, lúc mạng chung sẽ thấy Phật Di Đà và chư Thánh chúng hiện đến tiếp dẫn. "Nhất tâm bất loạn" của Tịnh- Độ tông có khác gì "vô tâm vô niệm" của Thiền tông; giai đoạn cuối cùng là Phật tự tâm hiện bày, cũng chính là Đức Di-Đà tự tánh, có gì khác biệt? Một số người hiểu lầm câu: "Đới nghiệp vãng sanh", cho là phàm phu tuy còn mang nghiệp, nếu biết niệm Phật Di-Đà thì lúc chết cũng được vãng sanh về Tây phương. Thật ra, các bậc Bồ-tát Thập địa vẫn còn nghiệp vi tế, chính các bậc ấy mới có thể mang nghiệp vãng sanh. Kinh Di-Đà có đoạn: "Bất khả dĩ thiểu thiện căn phước đức nhơn duyên, đắc sanh bỉ quốc". Nếu chỉ có công phu tu hành đôi chút, không thúc liễm thân tâm, tự do tạo tội, gieo một ít căn lành như câu niệm Phật mà có thể về Cực-lạc, hóa ra lý nhân quả không còn là chân lý tuyệt đối nữa sao? Cho nên, dù tu theo pháp môn nào, tự mình cũng phải nỗ lực tiến tu chứ không thể cầu xin Phật Bồ-tát hoàn toàn làm thay cho mình. Các Ngài có thể gia bị một phần, khi tâm chúng ta thanh tịnh, phần nào tương ưng với tâm các Ngài, mới mong lời nguyện cầu của mình có cảm ứng.

Ý chí của Thiền giả còn phải được hỗ trợ bằng tâm kiên cố và trường viễn. Tâm kiên cố là giữ lòng mình vững chắc không đổi thay, không dao động trước mọi chướng ngại thử thách, chỉ một bề tiến tu theo phương pháp mình đã thực hành có kết quả. Tâm trường viễn là giữ lập trường từ đầu đến cuối, không do dự, không thối lui. Chúng ta từng nghe bài kệ của Tổ Hoàng-Bá, thường được truyền tụng trong nhà thiền:

Trần lao quýnh thoát sự phi thường
Hệ bã thằng đầu tố nhất trường
Bất thị nhất phiên hàn triệt cốt
Tranh đắc mai hoa phốc tỷ hương.
Dịch:
Vượt khỏi trần lao việc phi thường
Đầu dây nắm chặt giữ lập trường
Chẳng phải một phen xương thấm lạnh
Hoa mai há dễ ngửi mùi hương.
3.) Niềm tin

Niềm tin của một hành giả tu Thiền có phần đặc biệt: Tin rằng mình có sẵn bản tâm chân thật trong thân ngũ uẩn hư giả này. Đó là bộ mặt xưa nay không hề thay đổi, mà nếu nhận ra và hằng sống với nó, người tu sẽ đạt được mục đích tối hậu là giác ngộ và giải thoát, đồng với chư Phật mười phương. Có niềm tin mãnh liệt, hành giả càng vững mạnh về ý chí. Ý chí và niềm tin liên hệ hỗ tương với nhau: Ý chí khiến hành giả gắng công tu hành, tu có kết quả làm tăng trưởng niềm tin; ngược lại, có niềm tin chắc chắn mình sẽ đến đích, hành giả như được tiếp thêm sức mạnh, ý chí càng kiên định.

Niềm tin trong nhà Thiền không mang tính cách thần quyền mê tín, vì luôn có trạch pháp đi đầu. Phật dạy: "Tin ta mà không hiểu ta là phỉ báng ta". Đạo Phật là đạo trí tuệ,

nên từ lúc bước chân vào đạo, chúng ta phải vận dụng trí tuệ để hiểu rõ lời Phật dạy, sau đó suy nghiệm xem lời dạy ấy có phải là chân lý không. Cuối cùng, khi phát khởi niềm tin, chúng ta mới gia công hành trì để một ngày nào đó, Trí vô sư bừng sáng. Như vậy, tin mình có Phật tánh là Chánh tín, cũng là chánh nhơn tu hành (Tín nhơn). Có tín nhơn, lập tức có nguồn lực tạo nên quả đức, tức kết quả đời tu. Khi bí mật của pháp giới được phơi bày trọn vẹn, ta sẽ thấy sự vi diệu thù thắng của quả đức. Địa vị thấp nhất của Thanh Văn là Tu-Đà-Hoàn, phải kiến đạo mới khởi tu, cũng như trong Thiền tông, phải kiến tánh mới được xem như bắt đầu cuộc hành trình; vì như thế, hành giả không sợ sai lầm hay lạc vào ngã rẽ.

4.) Nghi tình

Mới nghe qua, điều kiện này có vẻ mâu thuẫn với niềm tin: Đã tin sao lại còn nghi? - Đây là nét đặc thù của nhà Thiền. Theo nghĩa của năm triền cái (tham, sân, trạo cử, hôn trầm, nghi), sự nghi ngờ làm chướng ngại và ngăn che việc tu hành. Mối nghi ở đây không phải theo nghĩa ấy, mà là dồn hết tâm tư vào một vấn đề cốt tủy, và sống chết với nó. Ví dụ hành giả đặt câu hỏi: “Ai cũng có Phật tánh, sao ta nhận không ra?”. Câu hỏi này theo thời gian đúc kết thành khối (nghi đoàn), làm hành giả luôn luôn trăn trở khắc khoải (nghi niệm), thôi thúc hành giả nỗ lực giải quyết cho xong, quên tất cả những chuyện khác. Các

Thiền sư thường dùng thủ thuật này dồn môn đệ vào chỗ bế tắc, nên khi được thưa hỏi, các Ngài chỉ trả lời bằng một câu không có ý nghĩa gì hết. Lúc khối nghi bùng vỡ, tự người môn đệ nhận ra toàn bộ lời giải đáp, và suốt đời không bao giờ quên. Những câu trả lời như thế được gọi là lời nói sinh động (hoạt ngữ); trái với lời giải đáp cặn kẽ rõ ràng, người học trò lúc ấy có thể hiểu ra, nhưng sau đó lại quên, nên gọi là tử ngữ.

Khai thị bằng nghi tình khác với khai thị bằng thuật tác động thẳng. Các vị Thiền sư tùy căn cơ và trình độ của môn đồ mà có những thủ thuật thích hợp. Đối với người có căn cơ đặc biệt, hiểu Thiền không qua trung gian ý thức suy luận mà bằng trực giác, các Ngài dùng cách chỉ thẳng để người ấy thấy toàn triệt vấn đề một cách chớp nhoáng. Đây là tinh thần “trực chỉ nhân tâm” thường được tán dương trong nhà Thiền, nhưng khó có người lãnh hội. Đối với người ưa suy luận phân tích, các Ngài dồn họ vào con đường bí cùng, tức khai thị bằng nghi tình. Thiền môn thường chú trọng đến kinh nghiệm thực chứng hơn là tri thức và nghĩa giải, vì người hiểu Thiền ở lĩnh vực thực chứng khác xa với người chỉ hiểu qua lý luận ngôn từ. Nhờ ý thức, con người có thể nhận định tư duy về nhiều vấn đề; nhưng sự hiểu biết này luôn luôn tương đối, phiến diện, không thể nào có cái nhìn xuyên suốt và thấu thể về bản chất của muôn pháp.

IV. KẾT LUẬN

Con người luôn bị chi phối nhiễm ô theo hai phương diện: tình và lý. Nhiễm về tình là bị tham dục thô và tế lôi kéo, gây phiền não chướng. Nhiễm về lý tức vô minh, nhận định sai lầm về các pháp: vô thường cho là thường, vô ngã cho là có ngã thật, khổ cho là vui, bất tịnh cho là thanh tịnh. Không thấy lý như thật của các pháp là sở tri chướng. Các bậc Bồ-tát ở quả vị Thập-nhất- địa đã cắt đứt sự ô nhiễm về tình, nhưng vẫn còn ẩn

tàng ô nhiễm về lý, đến địa vị Diệu giác (Phật) mới hoàn toàn chấm dứt. Đức Phật gọi đó là "vi tế sở tri ngu". Bồ-tát mà còn như vậy, phàm phu chúng ta thì chướng ngại cỡ nào?

Lại nữa, tâm người thường biến đổi theo hai chiều: thuận và nghịch. Thấy một vật vừa ý, ta khởi lòng tham muốn chiếm lấy: đây là chiều thuận. Nếu ý muốn không được thỏa mãn, ta khởi tâm sân hận: đây là chiều nghịch.

Thuận là tham, nghịch là sân. Khi đối duyên xúc cảnh, ta thấy biết rõ ràng mà không có một niệm phân biệt chia chẻ, đó là tâm bình thường. Ngài Nam- Tuyền định nghĩa: "Bình thường tâm thị đạo". Đạo là ngay ở tâm bình thường, chứ không ở một nơi nào xa xôi. Kinh Duy-Ma-Cật viết: "Trực tâm là đạo

tràng" - Tiếp xúc với các pháp mà không khởi niệm, đó là trực tâm. Người có trực tâm thì ngay đương xứ là đạo tràng, ngay đó là giải thoát. Như vậy, người tu chúng ta học đạo ra sao, tu đạo thế nào để được giác ngộ và giải thoát như Đức Phật và chư vị Tổ sư? Đó là những điều chúng ta cần suy gẫm.

Một điều cần nhấn mạnh đối với các thiền giả, là chủ trương của nhà Thiền: Thứ nhất, phải nhận ra lẽ thật của các pháp là vô thường, là duyên sinh, nên chúng vốn là không, vì duyên hợp nên giả có. Đây là Bình-đẳng-tánh của tất cả các pháp. Thứ hai, phải nhận ra cái chân thường ngay trong vô thường, cái hằng hữu ngay nơi muôn pháp sinh diệt. Đó là Phật tánh, là chân tâm, là bản lai diện mục, ở Phật không thêm mà nơi phàm cũng chẳng bớt. Tu hành là trở về với con người thật xưa nay của chính mình, và giúp mọi người cùng nhận ra con người ấy; là biết phương cách và thực hành phương cách ấy để đạt mục đích cuối cùng. Ý nghĩa tu hành cao cả như vậy, nên Thái tử Sĩ-Đạt-Ta mới bỏ cung vàng điện ngọc, xuất gia tìm đạo thành Phật Thích-Ca; Hoàng tử thứ ba con vua Hương-Chí ở Nam Ấn đi tu thành Tổ Bồ-Đề-Đạt-Ma; và vua Trần Nhân Tông hành hạnh đầu đà, trở thành Sơ Tổ Trúc-Lâm Yên-tử. Các Ngài tu trong tinh thần vô ngã vô vi nên được quả xuất thế.

Chúng ta ngày nay tinh tấn tu hành, chuyên tâm làm nhiều Phật sự, nhưng lại có ý mong cầu kết quả, còn ý thức chấp ngã chấp pháp, nên chỉ tạo nghiệp lành, tạo phước đức hữu vi, chứ chưa thể ra khỏi nhà tam giới.

Tóm lại, người tu Thiền nếu chỉ học trên lý thuyết mà không từng bước Thiền tập, thì không thể nào thẩm thấu được chất Thiền. Có thiền tập mới là thiền sinh, có thiền chứng mới là Thiền sư. Thời gian công phu lâu mau tùy căn cơ và sự cố gắng tinh cần của mỗi người. Sự tham lam và nóng vội muốn chứng ngộ nhanh chóng thường là chỗ sơ hở để ngoại đạo tà sư lừa gạt. Thời gian tu hành thật ra chỉ có tính cách ước lệ. Đối với người có thiên chất kỳ đặc, như Tổ Qui-Sơn ngộ đạo năm 23 tuổi, Sa-di Cao chỉ hơn 10 tuổi đã tỏ ngộ lý Thiền, Lục Tổ không biết chữ nhưng nghe câu kinh Kim Cang liền thấy được chỗ vào..., đó là những trường hợp ngoại lệ. Còn bao nhiêu người khổ công tu tập, mấy mươi năm hành khước, được nói đến rất nhiều trong hành trạng của các Thiền sư, là những gương sáng chúng ta cần rọi soi và suy nghiệm. Những điều trình bày trong quyển sách này không có ý giúp thêm kiến giải vốn đã quá dằng dặc miên

man ở những người học đạo, càng không có ý làm rõ thêm những khái niệm về Thiền, mà chỉ mong tất cả chúng ta khéo lãnh hội để áp dụng vào công phu. Đức Phật có lần quở Ngài A-Nan: “Một người học huệ ngàn ngày không bằng một ngày học đạo. Người tu không học đạo thì một giọt nước cũng không tiêu”. “Học huệ” là văn tư, là kiến giải sanh diệt. “Học

đạo” là nhận ra bản tâm thanh tịnh hằng hữu của chính mình. Nếu không nhận được bản tâm, thì người tu không trả nổi - dù chỉ một giọt nước - của đàn na tín thí. Đa văn bậc nhất, thông minh bậc nhất trong mười đệ tử lớn của Phật mà còn bị quở trách nặng nề như thế, thử hỏi chúng ta, nếu chỉ dựa vào một ít kiến thức sách vở đã cho là đủ, không chịu gia công tu hành, thì liệu có đền trả được nợ áo cơm của đàn tín hay không?

(*)Kinh Đại Niết Bàn, tập 2 trang 479: “Này Thiện nam tử ! Về phương Tây cách cõi Ta-bà này bốn mươi hai hằng-hà-sa cõi Phật, có thế giới tên là Vô Thắng, những sự trang nghiêm xinh đẹp trong cõi đó đều bình đẳng, như cõi Cực Lạc, như cõi Mãn Nguyệt. Hiện tại Ta xuất hiện trong cõi Vô Thắng đó. Vì hóa độ chúng sanh nên Ta thị hiện chuyển pháp luân nơi Diêm Phù Đề này”. (Thích Thông Huệ) ---oOo---

Good Questions Good Answers

Questions on Meditation

With Ven. S. Dhammika

What is Meditation?

Meditation is a conscious effort to change how the mind works. The Pali word for meditation is 'bhavana' which means 'to make grow' or 'to develop'.

Is meditation important?

Yes, it is. No matter how much we may wish to be good, if we cannot change the desires that make us act the way we do, change will be difficult. For example, a person may realise that he is impatient with his wife and he may promise himself, "From now on I am not going to be so impatient" But an hour later he may be shouting at his wife simply because, not being aware of himself, impatience has arisen without him knowing it. Meditation helps to develop the awareness and the energy needed to transform ingrained mental habit patterns.

I have heard that meditation can be dangerous. Is this true?

To live, we need salt. But if you were to eat a kilogram of salt ;it would kill you. To live in the modern world you need a car but if you don’t follow the traffic rules or if you drive while you are drunk, a car becomes a dangerous machine. Meditation is like this, it is essential for our mental health and well- being but if you practise in stupid ways it could cause problems. Some people have problems like depression, irrational fears or schizophrenia, they think meditation is an instant cure for their problem. They start meditating and sometimes their problem gets worse. If you have such a problem, you

should seek professional help and after you are better then take up meditation. Other people over reach themselves, they take up meditation. and instead of going gradually, step by step, they meditate with too much energy for too long and soon they are exhausted. But perhaps most problems in meditation are caused by 'kangaroo meditation'. Some people go to one teacher and do his meditation technique for a while, then they read something in a book and decide to try that technique, then a week later a famous meditation teacher visits town and so they decide to incorporate some of his ideas into their practise and before long they are hopelessly confused. Jumping like a kangaroo from one meditation technique to another is a mistake. But if you don’t have any severe mental problems and you take up meditation and practise sensibly it is one of the best things you can do for yourself.

How many types of meditation are there?

The Buddha taught many different types of meditation, each designed to overcome a particular problem or to develop a particular psychological state. But the two most common and useful types of meditation are Mindfulness of Breathing (anapana sati) and Loving-kindness Meditation (metta bhavana).

How do you practise Mindfulness of Breathing?

You would follow this easy steps: the four Ps: place, posture, practice and problems. First, find a suitable place, perhaps a room that is not too noisy and where you are not likely to be disturbed. Second, sit in a comfortable posture. A good posture is to sit with your legs folded, a pillow under your buttocks, your back straight, the hands nestled in the lap and the eyes closed. Alternatively, you can sit in a chair as long as you keep your back straight.

Next comes the actual practice itself. As you sit quietly with your eyes closed you focus your attention on the in and out movement of the breath. This can be done by counting the breaths or watching the rise and fall of the abdomen.

When this is done, certain problems and difficulties will arise. You might experience irritating itches on the body or discomfort in the knees. If this happens, try to keep the body relaxed without moving and keep focusing on the breath. You will probably have many intruding thoughts coming into your mind and distracting your attention from the breath. The only way you can deal with this problem is to patiently keep returning your attention to the breath. If you keep doing this, eventually thoughts will weaken, your concentration will become stronger and you will have moments of deep mental calm and inner peace.

How long should I meditate?

It is good to do meditation for 15 minutes every day for a week and then extend the time by 5 minutes each week until you are meditating for 45 minutes. After a few weeks of regular daily meditation you will start to notice that your concentration gets better, there are less thoughts, and you have moments of real peace and stillness.

What about Loving-kindness Meditation, and how is that practiced?

Once you are familiar with Mindfulness of Breathing and are practising it regularly you can start practising Loving Kindness Meditation. It should be done two or three times each week after you have done Mindfulness of Breathing. First, you turn your attention to yourself and say to yourself words like "May I be well and happy. May I be peaceful and calm. May I be protected from dangers. May my mind be free from hatred. May my heart be filled with love. May I be well and happy." Then one by one you think of a loved person, a neutral person, that is , someone you neither like nor dislike, and finally a disliked person, wishing each of them well as you do so.

What is the benefit of doing this type of meditation?

If you do Loving Kindness Meditation regularly and with the right attitude, you will find very positive changes taking place within yourself. You will find that you are able to be more accepting and forgiving towards yourself. You will find that the feelings you have towards your loved ones will increase. You will find yourself making friends with people you used to be indifferent and uncaring towards, and you will find the ill-will or resentment you have towards some people will lessen and eventually be dissolved. Sometimes if you know of someone who is sick, unhappy or encountering difficulties you

can include them in your meditation and very often you will find their situation improving.

How is that possible?

The mind, when properly developed, is a very powerful instrument. If we can learn to focus our mental energy and project it towards others, it can have an effect upon them. You may have had an experience like this. Perhaps you are in a crowded room and you get this feeling that someone is watching you. You turn around and, sure enough, someone is staring at you. What has happened is that you have picked up that other person’s mental energy. Loving Kindness Meditation is like that. We project positive mental energy towards and it gradually transforms them.

Do I need a teacher to teach me meditation? A teacher is not absolutely necessary but personal guidance from someone who is familiar with mediation is certainly helpful. Unfortunately, some monks and laymen set themselves up as meditation teachers when they simply don’t know what they are doing. Try to pick a teacher who has a good reputation, a balanced personality and one who adheres closely to the Buddha’s teachings.

Is meditation used today by psychiatrists and psychologists?

Yes, it is. Meditation is now accepted as having a highly therapeutic effect upon the mind and is used by many professional mental health workers to help induce relaxation, overcome phobias and bring about self-awareness. The Buddha’s insights into the human mind are helping people as much today as they did in ancient times.

KHÉO VẤN, KHÉO ĐÁP
Các câu hỏi thông thường về Đạo Phật
Tỳ khưu Shravasti Dhammika
Phạm Kim Khánh & Bình Anson dịch
Nguyên tác: Good Question, Good Answer
Thiền

VẤN: Thiền là gì?

ĐÁP: Thiền là một sự nỗ lực có ý thức để làm thay đổi sự vận hành của tâm. Tiếng Phạn Pali cho chữ Thiền là "Bhavana", nghĩa là "làm tăng trưởng" hay "phát triển".

VẤN: Thiền có quan trọng không?

ĐÁP: Vâng, thiền rất quan trọng. Cho dù chúng ta muốn tốt đẹp bao nhiêu, cũng khó mà thay đổi được tâm ý, nếu chúng ta không thể thay đổi những tham dục vốn đã tạo nên cách hành xử của chúng ta. Ví dụ, một người có thể nhận ra rằng mình hay nóng nảy với vợ, và anh ấy tự hứa "Từ đây về sau, tôi sẽ không nóng nảy như thế". Nhưng một giờ sau, anh ấy có thể la mắng vợ mình, đơn giản là vì anh ấy không tự tỉnh thức, sự nóng nảy đã phát khởi mà anh không biết được. Hành thiền giúp phát triển sự tỉnh thức và năng lực cần thiết để chuyển hóa các thói quen đã ăn sâu trong tâm ý.

VẤN: Tôi nghe nói rằng hành thiền có thể rất nguy hiểm. Điều nầy có đúng không?

ĐÁP: Chúng ta cần có muối để sống. Nhưng nếu bạn ăn một kí lô muối, thì nó sẽ giết bạn. Để sống trong thế giới hiện đại, bạn cần có xe ô tô; nhưng nếu bạn không tuân theo luật giao thông, hay trong lúc lái xe, bạn lại say rượu, thì xe ô tô trở thành cái máy nguy hiểm. Hành thiền cũng giống như thế, nó cần thiết cho sự an lạc tinh thần, nhưng nếu bạn thực hành một cách ngu xuẩn, nó sẽ tạo ra nhiều vấn đề. Một số người có vấn đề như buồn nản, sợ hãi vô lý hay bệnh tâm thần, họ nghĩ rằng thiền là một phương cách điều trị tức thời cho những vấn đề của họ. Họ bắt đầu hành thiền và đôi khi vấn đề của họ trở nên tồi tệ hơn. Nếu bạn có vấn đề như thế, bạn nên tìm sự giúp đỡ của một chuyên gia tâm lý; sau khi bạn cảm thấy khá hơn, bạn mới nên hành thiền. Một số người khác, khi hành thiền, lại cố gắng quá mức, thay vì hành thiền từ từ từng bước một, họ lại thực hành với quá nhiều năng lực, và chẳng bao lâu họ kiệt sức.

Nhưng có lẽ phần lớn những vấn đề trong khi hành thiền xảy ra là do loại "thiền Căng-ga-ru", hay "thiền chạy nhảy" (Kangaroo, Đại thử, là một loài thú lớn có túi trước bụng, đặc biệt ở Úc, có thể nhảy xa bằng hai chân sau rất khỏe). Một số người đi đến một vị thầy để học thiền rồi áp dụng phương pháp thiền của vị ấy trong một thời gian; sau đó, họ đọc sách rồi quyết định thực hành theo sự chỉ dẫn trong sách; một tuần sau, có một thiền sư nổi tiếng viếng thăm thành phố của họ và họ quyết định phối hợp một số lời dạy của vị ấy vào trong việc tu thiền của họ; và chẳng lâu sau đó, họ rơi vào tình trạng hoang

mang, thất vọng. Chạy nhảy giống như con Căng-ga-ru, từ một phương pháp này sang một phương pháp nọ, là một việc làm sai lầm.

Dù sao, nếu bạn không có vấn đề nghiêm trọng về bệnh tâm thần, và bạn hành thiền đúng chừng mực, Thiền là một trong những điều tốt nhất mà bạn có thể tự làm cho chính mình.

VẤN: Có mấy pháp hành thiền?

ĐÁP: Đức Phật dạy nhiều pháp hành thiền khác nhau, mỗi pháp để đối trị một vấn đề đặc biệt, hay để phát triển một trạng thái tâm lý đặc biệt. Tuy nhiên, hai pháp thiền phổ thông và hữu dụng nhất là quán niệm hơi thở (anapana sati) và quán từ bi (metta bhavana).

VẤN: Làm thế nào để hành thiền quán niệm hơi thở?

ĐÁP: Bạn làm theo bốn bước đơn giản: chọn nơi chốn, giữ tư thế ngồi, theo dõi hơi thở, và đối phó những trở ngại.Trước hết, bạn tìm một nơi thích hợp, có thể một căn phòng không ồn ào và tại nơi đó, bạn không bị quấy rầy. Thứ hai, ngồi trong tư thế thoải mái. Tư thế tốt là ngồi với chân xếp lại, dưới mông có kê một cái gối, lưng thẳng, hai bàn tay xếp lên nhau đặt trên bắp đùi, và mắt nhắm lại. Cách khác, bạn có thể ngồi trên ghế nhưng cần phải giữ lưng cho thẳng.

Bước tiếp theo là phần thực hành. Trong lúc ngồi yên tịnh với mắt nhắm lại , bạn tập trung vào sự chuyển động của hơi thở vào và hơi thở ra. Thực hiện điều này bằng cách đếm hơi thở hay theo dõi sự phồng xẹp của bụng. Trong khi hành thiền, vài vấn đề và khó khăn có thể sinh khởi. Bạn có thể thấy ngứa ngáy khó chịu trên cơ thể hay đau nhức ở đầu gối. Nếu điều này xảy ra, hãy cố gắng giữ cơ thể thư giản, không nhúc nhích, và tiếp tục để tâm vào hơi thở. Có thể sẽ có nhiều ý nghĩ xuất hiện ở tâm bạn và làm xao lãng việc chú tâm vào hơi thở. Cách duy nhất để xử lý vấn đề này là kiên nhẫn tiếp tục đem tâm trở lại với hơi thở. Nếu bạn tiếp tục làm như thế, cuối cùng, các ý nghĩ kia sẽ yếu đi, việc định tâm của bạn sẽ mạnh hơn, và bạn sẽ có được những giây phút đi sâu vào sự an lạc và thanh tịnh nội tâm.

VẤN: Tôi nên hành thiền bao lâu?

ĐÁP: Tốt nhất là hành thiền mỗi ngày 15 phút trong một tuần lễ; rồi gia tăng thêm 5 phút mỗi tuần, cho đến khi bạn có thể hành thiền trong 45 phút. Sau

vài tuần lễ hành thiền đều đặn mỗi ngày như thế, bạn sẽ bắt đầu thấy việc định tâm trở nên tốt hơn, những ý tưởng tán loạn sẽ giảm dần và bạn sẽ có những giây phút an hòa và tĩnh lặng thật sự.

VẤN: Còn quán Từ bi là sao? Phương cách thực hành như thế nào?

ĐÁP: Khi bạn quen thuộc với pháp thiền quán niệm hơi thở và thực hành đều đặn rồi, bạn có thể bắt đầu hành thiền Quán Từ bi. Pháp hành này nên được thực hiện hai hay ba lần mỗi tuần, sau khi bạn hành thiền quán niệm hơi thở. Trước tiên, bạn chú tâm vào chính mình và tự nói những lời như: "Xin cho tôi được khỏe mạnh và hạnh phúc. Xin cho tôi được bình an và tĩnh lặng. Xin cho tôi thoát khỏi mọi hiểm nguy. Xin cho tâm tôi không còn sân hận. Xin cho tâm tôi tràn đầy tình thương. Xin cho tôi được khỏe

mạnh và hạnh phúc". Sau đó, bạn nghĩ đến những người khác, từng người một, từ người thân thương cho đến những người bạn bình thường - nghĩa là người mình không thương mà cũng không ghét, và cuối cùng là đến những người mà mình không ưa thích; ước nguyện cho họ an vui như bạn đã ước nguyện cho chính mình.

VẤN: Pháp hành thiền quán từ bi này có lợi ích gì?

ĐÁP: Nếu bạn thực hành Thiền Quán Từ bi này một cách đều đặn và với thái độ đúng đắn, bạn sẽ thấy trong bạn có nhiều thay đổi tích cực. Bạn sẽ thấy mình có thể chấp nhận và tha thứ cho chính mình. Bạn sẽ thấy tình cảm dành cho người mình thương gia tăng thêm. Bạn sẽ thấy mình thân thiện hơn với người mà trước đây mình thờ ơ và không quan tâm; và bạn sẽ nhận thấy những ác ý hay sân hận mà bạn đã có với người nào đó nay sẽ giảm đi, và cuối cùng sẽ tan biến. Thỉnh thoảng nếu bạn biết ai đó đang lâm bệnh, buồn khổ hay gặp khó khăn, bạn có thể nghĩ đến họ trong lúc hành thiền từ bi, và thường thì bạn sẽ thấy tình cảnh của họ được cải thiện.

VẤN: Điều ấy có thể xảy ra như thế nào?

ĐÁP: Tâm ý, khi được phát triển đúng đắn, là một công cụ rất hùng mạnh. Nếu chúng ta biết tập trung năng lực tinh thần và hướng nó đến người khác, nó có thể có ảnh hưởng đến họ. Hẳn bạn đã có kinh nghiệm như thế. Có thể bạn đang ở trong một phòng đông người và bạn có cảm giác rằng ai đó đang chú ý đến mình. Bạn xoay một vòng xem và biết chắc là ai đang nhìn chằm chằm vào mình. Điều này đã xảy ra khi bạn bắt được năng lực tinh thần của người khác. Thiền quán từ bi cũng giống như vậy. Chúng ta hướng năng lực tích cực của tinh thần tới người khác và dần dần sẽ chuyển hóa được họ.

VẤN: Tôi có cần một vị thầy hướng dẫn hành thiền không?

ĐÁP: Một vị thầy thì không tuyệt đối cần thiết, nhưng có được sự hướng dẫn cá nhân của một người có kinh nghiệm hành thiền thì chắc chắn có lợi ích. Tiếc thay, có một số tu sĩ và cư sĩ tự xem mình là thiền sư, nhưng kỳ thực, họ không biết họ đang làm gì. Bạn hãy cố gắng tìm một vị thầy có tiếng tốt, có nhân cách thăng bằng và trung thành với những lời Phật dạy.

VẤN: Tôi nghe nói rằng thiền định ngày nay được các chuyên gia về tâm thần và các nhà tâm lý học áp dụng rộng rãi. Điều đó có đúng không?

ĐÁP: Vâng, đúng như thế. Ngày nay, thiền được chấp nhận như có một ảnh hưởng cao cấp để trị liệu tâm thần, và được nhiều chuyên gia về sức khỏe tâm thần sử dụng, để giúp làm thư giản, vượt qua những ám ảnh và mang đến tỉnh thức cho chính mình. Sự hiểu biết thâm sâu của Đức Phật về tâm ý nhân loại đang giúp rất nhiều cho con người hôm nay cũng giống như đã từng giúp cho con người thời xưa. ---ooOOoo--- Lịch Sử Thiền Tông Trung Hoa – Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma

Trong lịch sử Phật giáo đại thừa Trung quốc, Việt Nam và Nhật bản... ngài Bồ-Đề-Đạt-Ma giữ một vị trí đặc biệt. Thật vậy, ngài là tổ khai sáng Thiền tông tại Trung quốc vào thế kỷ thứ sáu, cho đến ngày nay, tông phái ấy vẫn còn giữ một địa vị hàng

đầu, nhất là tại Nhật bản; người ta nói rằng văn hóa Nhật bản chịu ảnh hưởng rất sâu đậm của pháp môn Zen.

Người ta hay gọi ngài là Đạt-Ma đại sư hay Đạt-Ma tổ sư. Hôm nay, nói về ngài, chúng tôi xin thưa trước rằng những tài liệu đưa ra đây đều được nhặt nhạnh trong các sách và có nhiều chi tiết mang tính cách hoang đường. Ngay như năm sinh, năm mất của ngài cũng không chắc chắn, The Shambala Dictionary of Buddhism and Zen ghi năm sinh là khoảng 470, năm mất là 543 với một chấm hỏi (?).

Ngài Ca-Diếp điều khiển Giáo Hội sau khi đức Thích-Ca nhập diệt, ngài là tổ thứ nhất của Phật giáo. Y và bát truyền dần xuống đến tổ thứ 27 là ngài Bát-nhã-đa-la, vào khoảng một ngàn năm sau khi Phật nhập Niết-bàn. Khi ngài Bát-nhã-đa-la đi hoằng hóa về phía Nam nước Ấn-Độ, ngài được vị vua của một tiểu vương quốc tại đó tên là Hương Chí thỉnh về cung cúng dàng. Nhà vua có ba hoàng tử tên là Nguyệt-tịnh-đa-la, Công-đức-đa-la, Bồ-đề-đa- la, đều sùng kính Phật pháp. Tổ hỏi nhiều câu để thử xem ba hoàng tử căn cơ ra sao. Người thứ ba với tài đối đáp bộc lộ sự tinh thông Phật pháp làm cho ngài vui lòng mà nhận ra rằng ngài đã tìm ra người để truyền tâm ấn.

- Trong các vật, vật gì là không tướng?

- Chẳng khởi là không tướng.

- Trong các vật, vật gì là tối cao?

- Nhơn ngã là tối cao.

Anh cả của ngài lên nối ngôi vua cha, khi nghe ngài kể lại lời dặn dò của tổ thứ 27, thì cung cấp thuyền bè và thủy thủ để ngài sang Trung Quốc. Lênh đênh trên mặt biển ba năm trời, cuối cùng ngài đến Quảng Châu, năm 520, thời vua Võ Đế nhà Lương (nhà Lương: 502 – 557; sử Tàu còn có Hậu Lương: 907 – 923). Có nơi nói rằng lúc đó ngài 60 tuổi, điều này rõ ràng trái với chuyện vừa kể trên đây. Được địa phương báo cáo, Lương Võ Đế thỉnh ngài về kinh đô Kim Lăng.

Khi viết tiểu sử của ngài, người ta gọi ngài là Bồ-Đề-Đạt-Ma (đa-la đổi thành đạt-ma lúc ngài xuất gia. Bodhi dịch là giác hay là đạo, dharma dịch là pháp, nên có chỗ gọi ngài là Đạo Giác). Sách thường nhắc đến câu chuyện trao đổi giữa ngài và Võ Đế:

- Trẫm thường cất chùa, độ tăng ni, in kinh sách không biết bao nhiêu, vậy có công đức gì không?

- Đều không có công đức.

- Tại sao?

- Vì những việc ấy là nhân hữu lậu, chỉ có quả báo ở cõi trời và cõi người, như bóng theo hình, tuy có mà chẳng phải thật.

- Thế nào là công đức chân thật?

- Trí thanh tịnh tròn đầy, thể tự không lặng, công đức như thế chẳng do thế gian mà cầu.

- Thế nào là thánh nghĩa đế thứ nhất?

- Rỗng rang, không thánh.

- Đối diện với trẫm là ai?

- Không biết!

Nhận thấy căn cơ chưa hợp, ngài vượt sông Dương tử, ngược lên phía Bắc, đến nước Ngụy, tới trụ trì tại chùa Thiếu Lâm trên núi Trung Sơn, ngồi im lặng nhìn vào vách, vì thế mà người ta gọi ngài là Bích quán bà-la-môn (thày bà-la-môn nhìn vách). Truyền thuyết nói ngài ngồi như thế nhiều năm liền!

Một vị tăng giỏi tên là Thần Quang đến cầu pháp nơi ngài mà ngài vẫn chưa quay ra. Vị sư này kiên nhẫn chờ, tuyết rơi ngập đến đầu gối mà không lùi, lại còn chặt cánh tay trái để chứng tỏ lòng thiết tha cầu đạo của mình. Tổ khen. Sư thưa:

- Tâm con chưa an, xin thày dạy pháp an tâm.

- Đem tâm ra đây ta an cho.

- Con tìm tâm không thể được.

- Ta đã an tâm cho ngươi rồi.

Tới đó sư Thần Quang ngộ, theo học Tổ nhiều năm, Tổ đổi tên của sư thành Huệ Khả; sau này tổ truyền y bát cho ngài Huệ Khả làm tổ thứ nhì của Thiền tông.

Theo một truyền thuyết kể trong sách Cảnh đức truyền đăng lục thì sau chín năm trụ ở Thiếu Lâm Tự, ngài Đạt-Ma nhớ quê và quyết định hồi hương. Ngài thử nghiệm sự thực chứng của các môn đồ và bảo nói ra chỗ sở đắc của mình. Sư Đạo Phó thưa: Theo chỗ thấy của con, chẳng chấp văn tự, chẳng lìa văn tự, đấy là dụng của đạo.

Tổ bảo: Ngươi được phần da của ta.

Ni Tổng Trì thưa: Nay chỗ hiểu của con, như tổ A-nan thấy nước Phật A-Súc, chỉ thấy một lần, không còn thấy lại.

Tổ bảo: Ngươi được phần thịt của ta.

Sư Đạo Dục thưa: Bốn đại vốn không, năm ấm chẳng có, chỗ thấy của con không một pháp có thể được. Tổ bảo: Ngươi nắm được phần xương của ta. Đến Huệ Khả bước ra đảnh lễ, rồi lui lại đứng im lặng.

Tổ bảo: Ngươi được phần tủy của ta.

Và ngài truyền y bát cho Huệ Khả, tặng cho bộ kinh Lăng-Già, ngài cho rằng đó là kinh mà Phật nói "tột pháp yếu", giúp cho chúng sinh mở, bày, ngộ, nhập kho tri kiến Phật (khai thị ngộ nhập Phật tri kiến).

Khi ngài cùng đồ chúng đến chùa Thiên Thánh ở Võ Môn được ba hôm thì ngài an nhiên thị tịch (năm 529, theo các tài liệu chữ Hán). Nhục thân được đưa vào tháp tại chùa Định Lâm, trên núi Hùng Nhĩ.

Sứ của vua Ngụy tên là Tống Vân đi Tây trúc thỉnh kinh về, gặp ngài, thấy ngài tay cầm một chiếc dép, bèn hỏi ngài đi đâu. Ngài đáp: "Về Ấn-Độ. Thày của ngươi chán đời rồi".

Tống Vân về triều thì vua đã băng, có vua mới. Đem chuyện trình lên, vua cho mở quan tài thì không thấy người đâu, chỉ còn một chiếc dép. Vua cho đem chiếc dép đó về thờ ở chùa Thiếu Lâm, sau thờ ở chùa Hoa Nghiêm.

Có một thuyết nói rằng ngài bị thuốc độc mà tịch vào lúc ngài 150 tuổi. Tại nhiều chùa, có thờ tổ Bồ-Đề-Đạt-Ma. Hình thờ vẽ một nhà sư da ngăm, râu rậm, mắt to, dáng đi nhanh, vai vác một cành cây nhỏ, đầu cành treo một chiếc dép. Đó là nhắc lại chuyện trên đây. Người ta cho rằng "một chiếc dép chứ không phải hai" là để nói đến pháp môn bất nhị của đạo Phật.

Nhị Tổ Huệ Khả (487 - 593)

Theo Truyền Đăng Lục, Huệ Khả (487-593) là một nhà nho nhiệt tâm, một mẫu người tánh tình phóng khoáng, rộng rãi, dù đã quen với sách Nho Lão, nhưng luôn luôn không hài lòng với những thuyết ấy vì ngài thấy chúng chưa được thấu đáo. Khi nghe tin Bồ Đề Đạt Ma từ Ấn sang, ngài tìm đến gặp Tổ Bồ Đề Đạt Ma ở Thiếu Lâm Tử để hỏi pháp. Khi đến cầu đạo với tổ Đạt Ma, nhưng thầy cứ ngồi im lặng quay mặt vào vách. Huệ Khả suy nghĩ: "Người xưa cầu đạo đến phải chẻ xương lấy tủy, đổ máu nuôi người đói, xỏa tóc phủ

đường lầy, hay đến cả gieo mình vào miệng cọp đói. Còn ta là kẻ nào? Ta há không thể hiến mình để phụng thờ chánh pháp hay sao?" vào ngày mồng chín tháng chạp cùng năm, vì muốn làm cho tổ có ấn tượng sâu đậm, ông đã đứng trong tuyết lạnh, rồi quỳ gối trong sân phủ đầy tuyết trong nhiều ngày.

Bấy giờ Tổ Bồ Đề Đạt Ma động lòng thương xót bèn hỏi: "Nhà ngươi muốn gì mà đứng mãi trong tuyết như thế?" Huệ Khả đáp: "Tôi đến để mong được lời dạy vô giá của thầy; ngưỡng mong thầy mở cửa từ bi duỗi tay tế độ quần sanh đau khổ nầy." Tổ bảo: "Giáo lý vô thượng của Phật chỉ có thể hiểu khi đã trải qua một thời gian dài cần khổ, nhẫn cái khó nhẫn, hành cái khó hành. Những người trí và đức thấp kém mà lòng thì khinh mạn, đâu có thể ghé mắt trông vào chân thừa của đạo Phật; chỉ luống công mà thôi." Huệ Khả bị xúc cảm sâu xa, và cuối cùng để chứng tỏ tấm lòng thành khẩn mong được học hỏi đạo lý của chư Phật, ngài đã dùng dao chặt đứt cánh tay trái của mình dâng lên Tổ để được nhận làm đệ tử. Sau khi được Tổ Bồ Đề Đạt Ma nhận làm đệ tử. Tổ nhận xét: "Đừng đi tìm cái chân lý nầy ở kẻ khác." Sau khi được Tổ nhận làm đệ tử, Huệ Khả hỏi Tổ: "Tâm con không an, xin Hòa Thượng dạy pháp an tâm." Tổ nhìn thẳng bảo: "Đem tâm ra ta an cho." Huệ Khả xoay tìm lại tâm mình, không thấy bóng dáng, bèn thưa với Tổ: "Con tìm tâm không được." Tổ bảo: "Đừng lo, ta đã an tâm cho ngươi rồi." Qua đó Huệ Khả liền ngộ.

Huệ Khả trình bày đủ cách hiểu của ông về tánh lý của tâm, nhưng lần nào Tổ cũng một mực bảo 'chẳng phải,' mà cũng không bảo nói gì về tâm thể vô niệm. Một hôm Huệ Khả nói: "Ta đã dứt hết chư duyên rồi." Tổ hỏi: "Ngươi không biến thành hư vô đoạn diệt chứ?" Huệ Khả đáp: "Chẳng thành đoạn diệt." Tổ lại hỏi: "Lấy gì làm tin chẳng phải

là đoạn diệt?" Huệ Khả đáp: "Do cái biết tự nhiên vậy, còn nói thì chẳng được." Tổ nói: "Đó là chỗ bí quyết tâm truyền của chư Phật, ngươi chớ ngờ gì hết." Cuối cùng Huệ Khả được truyền y bát làm Nhị Tổ Thiền Tông Trung Hoa kế nghiệp tổ Bồ Đề Đạt Ma. Sau ngày từ giả Tổ cất bước du phương, sư không hoằng hóa ngay, mà tạm lánh ẩn giữa lớp hạ lưu cùng khổ, không để lộ chân tướng một cao Tăng trang nghiêm trí huệ. Dầu vậy, sư vẫn tùy duyên hóa độ. Sư luôn giữ vẻ điềm đạm khiêm cung, chứ không phô trương ra bề ngoài.

Ngày kia, trong khi sư đang nói pháp ngoài cửa tam quan chùa Khuôn Cứu thì trong chùa vị trụ trì học cao danh vọng là pháp sư Biện Hòa đang giảng kinh Niết Bàn. Bổn đạo ùn ùn bỏ vị pháp sư đứng giảng một mình để ra bu quanh ông thầy đang giảng giữa trời. Chắc là lúc ấy quần áo của sư bê bối lắm, tuyệt không có gì tỏ ra sư thuộc hàng giáo phẩm. Pháp sư thấy vậy nổi

giận, đến đầu cáo với quan trên về ông đạo ăn mày kia truyền tà giáo. Do đó Huệ Khả bị bắt, và bị xử giảo. Ngài không hề kêu oan, mà ngược lại cứ một mực bình thản thuận theo, cho rằng đúng với luật nhân quả rằng sư có một món nợ cũ cần phải trả. Nội vụ xãy ra trong năm 593, sư thọ 107 tuổi.

Tam Tổ Tăng Xán (? - 606)

Vị Tổ thứ ba của Thiền Tông Trung Hoa - Theo Truyền Đăng Lục, thì lúc Tăng Xán tìm đến Tổ Huệ Khả, ngài đã là một cư sĩ tuổi đã ngoài bốn mươi tuổi. Ngài đến đảnh lễ Thiền sư Huệ Khả, thưa: "Đệ tử mắc chứng phong dạng, thỉnh Hòa Thượng từ bi sám hối tội dùm!" Tổ Huệ Khả nói: "Đưa cái tội ra đây ta sám cho." Hồi lâu cư sĩ thưa: "Đệ tử kiếm tội mãi chẳng thấy đâu cả." Tổ nói: "Thế là ta đã sám xong tội của ngươi rồi đó. Từ nay, ngươi khá y nơi Phật Pháp Tăng mà an trụ." Cư sĩ thưa: "Nay tôi thấy Hòa Thượng thì biết đó là Tăng, nhưng chưa rõ thế nào là Phật và Pháp." Tổ nói: "Là Tâm là Phật, là Tâm là Pháp, Pháp và Phật chẳng hai, Tăng bảo cũng y như vậy." Cư sĩ thưa: "Nay tôi mới biết tội tánh chẳng ở trong, chẳng ở ngoài, chẳng ở giữa; cũng như tâm, Phật là vậy, Pháp là vậy, chẳng phải hai vậy."

Cư sĩ được Tổ Huệ Khả thế phát, sau đó biệt dạng mất trong đời, ít ai rõ được hành tung. Một phần do nạn ngược đãi Phật giáo dưới thời Bắc Châu, do vua Lương Võ Đế chủ xướng. Đến năm thứ 12 đời Khai Hoàng nhà Tùy, Tăng Xán tìm được bậc pháp khí để truyền ngôi Tổ vị, đó là Đạo Tín. Sau đó Tăng Xán đi đâu không ai biết; tuy nhiên, người ta nói ngài thị tịch khoảng năm 606 sau Tây Lịch...

Tứ Tổ Đạo Tín (580 - 651)

Tổ thứ tư của dòng Thiền Trung quốc (580-651), là người kế vị tổ Tăng Xán và là thầy của Hoằng Nhẫn. Khác với các tổ Thiền đời trước vẫn còn chịu ảnh hưởng nặng nề của Kinh điển, Đạo Tín đã cho thấy một xu hướng đặc trưng về Thiền. Một đoạn trong các trước tác của ông, ông đã viết: "Hãy ngồi thiền định với lòng hăng hái, vì Thiền là căn bản là nền tảng phát triển giác ngộ. Hãy đóng cửa lại và ngồi xuống! Đừng tiếp tục đọc kinh mà không chịu hành trì nữa." Một hôm trên đường đi gặp Tổ Tăng Xán, Đạo Tín liền thưa: "Xin Hòa Thượng dạy con pháp môn giải thoát." Tổ trố mắt nhìn bảo: "Ai trói

buộc ngươi?" Đạo Tín thưa: "Không ai trói buộc." Tổ bảo: "Vậy thì cầu giải thoát để làm gì?" Câu trả lời như sấm sét ấy đã đánh động tâm của vị sư trẻ, khiến ngài liền đại ngộ. Đạo Tín liền sụp lạy Tổ. Về sau ngài được truyền y bát làm Tổ thứ tư của dòng Thiền Trung Quốc. Theo Thiền sư D.T. Suzuki trong Thiền Luận, Tập I, dưới trào Tứ Tổ Đạo Tín, Thiền chia ra làm hai ngành.

Ngành đầu gọi là 'Ngưu Đầu Thiền' ở núi Ngưu Đầu và không được coi như Thiền chánh tông. Tuy nhiên, ngành nầy đã sớm mai một sau khi vị tổ khai sáng ra nó là Pháp Dung viên tịch. Ngành sau do Hoằng Nhẫn thống quản; đó là ngành Thiền còn tồn tại đến ngày hôm nay.

Ngũ Tổ Hoằng Nhẫn (601- 674)

Một vị sư nổi tiếng, tổ thứ năm của Thiền Tông Trung Hoa, đệ tử của Tứ Tổ Đạo Tín, và là thầy của Lục Tổ Huệ Năng. Hoằng Nhẫn cùng quê với Tổ Đạo Tín, ở Kỳ Châu. Hoằng Nhẫn đến với Tứ Tổ khi ngài còn là một đứa trẻ; tuy nhiên, điều mà ngài đã làm hài lòng sư phụ là với cung cách trả lời của ngài qua cuộc nói chuyện đầu tiên. Khi tứ tổ hỏi ngài về họ mà tiếng Trung Hoa gọi là 'Tánh' thì ngài đáp: "Con có tánh, nhưng chẳng phải là tánh thường." Tổ bèn hỏi: "Vậy là tánh gì?" Hoằng Nhẫn đáp: "Là Phật tánh." Tổ lại hỏi: "Con không có tánh sao?" Hoằng Nhẫn đáp: "Nhưng tánh vốn là không." Tổ thầm nhận biết đây là người sẽ được truyền thừa về sau nầy. Đây chỉ là thuật chơi chữ, vì nói về tộc họ hay danh tánh và bổn thể hay tự tánh, người Trung Hoa đều đọc chung là 'tánh.'

Tổ Đạo Tín hỏi là hỏi về danh tánh, còn cậu bé Hoằng Nhẫn lại đáp về tự tánh, cậu đã mượn chữ đồng âm ấy cốt đưa ra kiến giải của mình. Thật vậy về sau nầy Hoằng Nhẫn được Tổ Đạo Tín truyền y bát làm tổ thứ năm của dòng Thiền Trung Quốc. Đạo trường của Tổ Hoằng Nhẫn ở Hoàng Mai, tại đây Tổ nói pháp và dạy Thiền cho đồ chúng năm trăm người. Nhiều người cho rằng ngài là vị Thiền sư đầu tiên có ý định giải thông điệp Thiền theo giáo lý Kim Cang. Trước thời Hoằng Nhẫn, thường các vị Thiền sư hoằng hóa trong im lặng, khiến đại chúng chú ý; các ngài lánh ẩn trên núi cao, xa cảnh gió bụi của thế gian, nên không ai biết việc làm của các ngài phải trái thế nào mà định luận. Nhưng Hoằng Nhẫn là vị đã công khai xuất hiện giữa đại chúng, và dọn đường cho người kế vị của mình là Huệ Năng.

Lục Tổ Huệ Năng (638 - 713)

Lục Tổ Huệ Năng: Hui-Neng (638-713) - Một trong các nhà sư xuất chúng đời nhà Đường, sanh năm 638 sau Tây Lịch, tổ thứ sáu của Thiền Tông Trung Hoa. Huệ Năng là người huyện Tân Châu xứ Lãnh Nam, mồ côi cha từ thuở nhỏ. Người ta nói ngài rất nghèo nên phải bán củi nuôi mẹ già góa bụa; rằng ông mù chữ; rằng ông đại ngộ vì vào lúc thiếu thời nghe được một đoạn trong Kinh Kim Cang. Ngày kia, sau khi gánh củi bán tại một tiệm khách, ngài ra về thì nghe có người tụng kinh Phật. Lời kinh chấn động mạnh tinh thần của ngài. Ngài bèn hỏi khách tụng kinh gì và thỉnh ở đâu. Khách nói từ Ngũ Tổ ở Hoàng Mai. Sau khi biết rõ ngài đem lòng khao khát muốn học kinh ấy với vị thầy nầy. Huệ Năng bèn lo liệu tiền bạc để lại cho mẹ già và lên đường cầu pháp.

Về sau ngài được chọn làm vị tổ thứ sáu qua bài kệ chứng tỏ nội kiến thâm hậu mà ông đã nhờ người khác viết dùm để đáp lại với bài kệ của Thần Tú. Như một vị lãnh đạo Thiền Tông phương Nam, ông dạy thiền đốn ngộ, qua thiền định mà những tư tưởng khách quan và vọng chấp đều tan biến. Lục Tổ Huệ Năng không bao giờ chính thức trao ngôi tổ cho người đắc pháp của ông, do vậy mà có khoảng trống; tuy nhiên, những vị sư xuất chúng của các thế hệ kế tiếp, ở Trung Hoa, Việt Nam (đặc biệt là dòng Lâm Tế), và Nhật Bổn, đều được kính trọng vì thành quả sáng chói của họ.

Khi tới Hoàng Mai, ngài làm lễ ra mắt Ngũ Tổ. Ngũ tổ hỏi: "Ông từ đâu đến?" Huệ Năng đáp: "Từ Lãnh Nam đến." Tổ hỏi: "Ông muốn cầu gì?" Huệ Năng đáp: "Chỉ cầu làm Phật chứ không cầu gì khác." Tổ nói: "Người Lãnh Nam không có tánh Phật, sao làm Phật được?" Huệ Năng đáp ngay: "Thưa Tổ, người có nam bắc, tánh Phật há vậy sao?" Lời đáp đẹp lòng Tổ lắm. Thế rồi Huệ Năng được giao cho công việc giã gạo cho nhà chùa. Hơn tám tháng sau mà Huệ Năng chỉ biết có công việc hạ bạc ấy. Đến khi Ngũ Tổ định chọn người kế vị ngôi Tổ giữa đám môn nhân.

Ngày kia Tổ báo cáo vị nào có thể tỏ ra đạt lý đạo, Tổ sẽ truyền y pháp cho mà làm Tổ thứ sáu. Lúc ấy Thần Tú là người học cao nhất trong nhóm môn đồ, và nhuần nhã nhất về việc đạo, cố nhiên được đồ chúng coi như xứng đáng nhất hưởng vinh dự ấy, bèn làm một bài kệ trình chỗ hiểu biết, và biên nơi vách bên chái nhà chùa. Kệ rằng:

Thân thị Bồ đề thọ, (Thân là cây Bồ Đề, Tâm như minh cảnh đài Tâm như đài gương sáng Thời thời thường phất thức, Luôn luôn siêng lau chùi Vật xứ nhạ trần ai. Chớ để dính bụi bặm).

Ai đọc qua cũng khoái trá, và thầm nghĩ thế nào tác giả cũng được phần thưởng xứng đáng. Nhưng sáng hôm sau, vừa thức giấc, đồ chúng rất đổi ngạc nhiên khi thấy một bài kệ khác viết bên cạnh như sau. Tác giả của bài kệ nầy là một cư sĩ chuyên lo tạp dịch dưới bếp, suốt ngày chỉ biết bữa củi, giã gạo cho chùa. Diện mạo người quá tầm thường đến nỗi không mấy ai để ý, nên lúc bấy giờ toàn thể đồ chúng rất đỗi sửng sốt. Nhưng Tổ thì thấy ở vị Tăng không tham vọng ấy một pháp khí có thể thống lãnh đồ chúng sau nầy, và nhất định truyền y pháp cho người. Nhưng Tổ lại có ý lo, vì hầu hết môn đồ của Tổ đều chưa đủ huệ nhãn để nhận ra ánh trực giác thâm diệu trong những hàng chữ trên của người giã gạo Huệ Năng.

Nếu Tổ công bố vinh dự đắc pháp ấy lên e nguy hiểm đến tánh mạng người thọ pháp. Nên Tổ ngầm bảo Huệ Năng đúng canh ba, khi đồ chúng ngủ yên, vào tịnh thất Tổ dạy việc. Thế rồi Tổ trao y pháp cho Huệ Năng làm tín vật chứng tỏ bằng cớ đắc pháp vô thượng, và báo trước hậu vận của đạo Thiền sẽ rực rỡ hơn bao giờ hết. Tổ còn dặn Huệ Năng chớ vội nói pháp, mà hãy tạm mai danh ẩn tích nơi rừng núi, chờ đến thời cơ sẽ công khai xuất hiện và hoằng dương chánh pháp. Tổ còn nói y pháp truyền lại từ Tổ Bồ Đề Đạt Ma làm tín vật sau nầy đừng truyền xuống nữa, vì từ đó Thiền đã được thế gian công nhận, không cần phải dùng y áo tiêu biểu cho tín tâm nữa.

Ngay trong đêm ấy Huệ Năng từ giã tổ...

Kệ rằng: Bồ đề bổn vô thọ, (Bồ đề vốn không cây, Minh cảnh diệt phi đài, Gương sáng cũng chẳng đài, Bản lai vô nhất vật, Xưa nay không một vật, Hà xứ nhạ trần ai? Chỗ nào dính bụi bặm?)

Người ta kể rằng ba ngày sau khi Huệ Năng rời khỏi Hoàng Mai thì tin mật truyền y pháp tràn lan khắp chốn già lam, một số Tăng phẫn uất do Huệ Minh cầm đầu đuổi theo Huệ Năng. Qua một hẻm núi cách chùa khá xa, thấy nhiều người đuổi theo kịp, Huệ Năng bèn ném cái áo pháp trên tảng đá gần đó, và nói với Huệ Minh: "Áo nầy là vật làm tin của chư Tổ, há dùng sức mà tranh được sao? Muốn lấy thì cứ lấy đi!" Huệ Minh nắm áo cố dở lên, nhưng áo nặng như núi, ông bèn ngừng tay, bối rối, run sợ. Tổ hỏi: "Ông đến đây cầu gì? Cầu áo hay cầu Pháp?" Huệ Minh thưa: "Chẳng đến vì áo, chính vì Pháp đó." Tổ nói: "Vậy nên tạm dứt tưởng niệm, lành dữ thảy đừng nghĩ tới." Huệ Minh vâng nhận. Giây lâu Tổ nói: "Đừng nghĩ lành, đừng nghĩ dữ, ngay trong lúc ấy đưa tôi xem cái bổn lai diện mục của ông trước khi cha mẹ chưa sanh ra ông."

Thoạt nghe, Huệ Minh bỗng sáng rõ ngay cái chân lý căn bản mà bấy lâu nay mình tìm kiếm khắp bên ngoài ở muôn vật. Cái hiểu của ông bây giờ là cái hiểu của người uống nước lạnh nóng tự biết. Ông cảm động quá đỗi đến toát mồ hôi, trào nước mắt, rồi cung kính đến gần Tổ chắp tay làm lễ, thưa: "Ngoài lời mật ý như trên còn có ý mật nào nữa không?" Tổ nói: "Điều tôi nói với ông tức chẳng phải là mật. Nếu ông tự soi trở lại sẽ thấy cái mật là ở nơi ông."

Ngài cũng dạy rằng: "Không ngờ tự tánh mình vốn thanh tịnh, vốn không sanh không diệt, vốn tự đầy đủ, vốn không dao động, vốn sanh muôn pháp."

Những lời thuyết giảng của ông được lưu giữ lại trong Pháp Bảo Đàn Kinh, tác phẩm Phật pháp duy nhất của Trung Quốc được tôn xưng là "Kinh." Ông tịch năm 713 sau Tây Lịch.

• Trong Pháp Bảo Đàn Kinh, Lục Tổ kể lại rằng sau khi được truyền pháp và nhận y bát từ Ngũ Tổ, ngài đã sống những năm ẩn dật trong rừng với nhóm thợ săn. Khi tới giờ ăn, ngài nói 'những người thợ săn nấu thịt với rau cải. Nếu họ bảo ngài ăn thì ngài chỉ lựa rau mà ăn.' Lục Tổ không ăn thịt không phải vì Ngài chấp chay chấp không chay, mà vì lòng từ bi vô hạn của ngài.

Tranh vẽ lục tổ Huệ Năng

Lịch Sử Thiền Tông Việt Nam - Ông Vua Thiền Sư

Chúng ta đều biết rằng đức Phật Thích-Ca nguyên là một thái tử đã cương quyết rời bỏ cung vàng điện ngọc, vợ đẹp con ngoan để đi tu, tìm đường thoát khổ cho chúng sinh và ngài đã thành Phật do nỗ lực của bản thân. Trong lịch sử nước Việt Nam ta, vào đầu thế kỷ thứ XIII, có một ông vua đã bỏ ngai vàng lên núi mong tu thành Phật nhưng lại bị bó buộc trở về cai trị muôn dân, làm một minh quân trong quốc sử đồng thời là một thiền sư, đã để lại nhiều tác phẩm rất có giá trị, còn lưu truyền đến ngày nay. Đó là vua Trần Thái Tông, mà chúng ta gọi là ông vua thiền sư, bắt chước cách nói của một vị hòa thượng đã viết nhiều về Thiền tông Việt Nam.

Vua cuối cùng nhà Lý (1010 –1225) là Lý Huệ Tông, lấy bà Trần Thị Dung, sanh ra hai công chúa Thuận Thiên và Chiêu Thánh. Anh họ của bà Dung là Trần Thủ Độ được vua tin dùng, trao cho quyền chức lớn; ông này là một người mưu trí, nếu không dùng chữ gian hùng. Ông có hai người cháu họ là Trần Liễu và Trần Cảnh, ông thu xếp cho Trần Liễu lấy công chúa Thuận Thiên và Trần Cảnh lấy công chúa Chiêu Thánh.

Vua Huệ Tông (khùng khùng, say suốt ngày) nhường ngôi cho Chiêu Thánh, tức là Lý Chiêu Hoàng. Được một năm (1224 - 1225), bà nhường ngôi cho chồng, trở thành hoàng hậu. Trần Cảnh là vua đầu tiên của triều Trần, tức vua Trần Thái Tông.

Sốt ruột vì hoàng hậu mãi chưa có con để nối dõi nhà Trần, Thủ Độ ép vua bỏ hoàng hậu để lấy chị dâu là Thuận Thiên đang có mang! Trần Liễu nổi loạn nhưng sau cũng yên. Nhà Trần hết sức mang tiếng về những việc hôn nhân trái luân lý như thế, chỉ vì sợ người ngoài họ vào cướp ngôi, y hệt như mình đã cướp ngôi nhà Lý (nhưng năm 1400, cũng bị mất ngai vàng về tay ngoại thích họ Hồ).

Trần Thái Tông Trần Thái Tông là một ông vua thông minh, tài giỏi và can đảm. Nhà vua đã xâm nhập đất Tàu, bấy giờ do nhà Tống cầm quyền, quân địa phương đóng cọc giăng xích qua sông để chặn đường rút của vua, thế mà vua nhổ luôn cả cọc mang về! Bao giờ hành quân, vua cũng đi tiên phong. Dưới triều vua, vào năm 1257, quân Mông Cổ kéo từ Vân Nam xuống vào tận Thăng Long cướp phá, nhưng bị quân ta phản công đánh rát quá chạy không kịp cướp, nên dân gọi chúng là “giặc Phật”.

Phải công nhận là Trần Thủ Độ cũng có công. Với tư cách Thái sư thống quốc hành quân chinh thảo sự do vua ban, ông giúp vua làm cho việc triều chính, cai trị, binh bị cải tiến, vào quy củ. Văn học cũng thịnh, luật pháp rất nghiêm, đôi khi quá nặng (trộm cắp bị chặt tay...)

Vua Trần Thái Tông sinh năm 1218, lên ngôi năm 8 tuổi, ở ngôi 33 năm (1225 – 1258), nhường ngôi cho thái tử Trần Hoảng (Trần Thánh Tông) năm 41 tuổi, làm thái thượng hoàng 19 năm (1258 – 1277) và băng hà khi 60 tuổi. Nhà Trần có lệ nhường ngôi cho con, lên làm thái thượng hoàng nhưng vẫn coi việc nước cùng với con].

Chắc chắn nhà vua có nhiều tâm sự: chịu sự “chỉ huy” của ông chú xảo quyệt chỉ biết quyền lợi họ Trần, phải bỏ hoàng hậu “vô tội” để lấy chị dâu (bà này là vợ ông Trần Liễu, là người sẽ sinh ra Trần Quốc Tuấn, tức Hưng Đạo đại

vương), mất mẹ năm 16 tuổi. Một đêm kia (mùng ba tháng tư Bính Thân, 1236), nhà vua cùng tùy tùng vượt sông Cái (sông Hồng), đi theo sông Đuống (sông này nối sông Hồng với sông Thái Bình), tới Phả Lại thì bảo tùy tùng trở lại, một mình qua đò, lấy áo che mặt để dấu thân thế của mình, rồi một mình một ngựa men theo núi mà tìm đường lên núi Yên Tử. Qua nhiều vất vả, cuối cùng vua gặp quốc sư Trúc Lâm. Quốc sư hỏi nhà vua mong cầu điều gì thì nhà vua trả lời cầu làm Phật. Quốc sư bảo: “Trong núi không có Phật, Phật chỉ ở trong tâm”.

Trần Thủ Độ rượt theo tới nơi thuyết phục mãi, mời vua về, nhưng vua không chịu, may nhờ quốc sư khuyên: “Phàm làm đấng nhân quân, phải lấy ý muốn của thiên hạ

làm ý muốn của mình, lấy tâm của thiên hạ làm tâm của mình. Nay thiên hạ muốn đón bệ hạ trở về, bệ hạ không về sao được. Song phần nghiên cứu kinh điển, mong bệ hạ đừng sao lãng". Những chi tiết này ghi trong Thiền tông chỉ nam tự (tự = bài tựa) do chính nhà vua soạn. Vua viết tiếp: "Trẫm tập họp các vị kỳ đức để tham cứu thiền, hỏi đạo và các kinh đại thừa... Đọc kinh Kim Cang đến câu "ưng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm", trong khoảng để quyển kinh xuống ngâm nga, bỗng nhiên tự ngộ..."

Nhà vua viết nhiều về Phật pháp, không riêng gì về Thiền. Cứ xem bảng kê sau đây thì thấy sự phong phú của ngọn bút ngài: bài tựa Thiền tông chỉ nam, Bốn núi (= sinh, lão, bệnh, tử), Năm giới, Nói về sắc thân, Khuyên phát tâm bồ đề, Luận về thọ giới, Luận về tọa thiền, Luận về giới định tuệ, Luận về gương tuệ giáo, Luận về Niệm Phật, Tựa Sáu thời sám hối, Tựa Bình đẳng sám hối, Tựa kinh Kim Cang tam-muội, Nói về Một đường hướng thượng, Ngữ lục vấn đáp, Niêm tụng kệ. Vậy chúng ta có thể nói nhà vua là một thiền sư thượng thặng, đã giác ngộ qua câu "ưng vô sở trụ nhi sinh kỳ tâm" giống Lục tổ Huệ Năng, và đã viết rất nhiều. Khi tôi thỉnh ý HT Viện chủ thì HT bảo rằng văn chữ Hán của nhà vua hay vô cùng. Tôi chỉ đọc các bản dịch mà đã thấy văn hay vượt bực, chưa kể đến ý.

Cách đây mấy chục năm, chỉ có cuốn Văn học đời Trần của Ngô Tất Tố (nhà sách Khai Trí ở Saigon in lại năm 1960) dịch một số bài của vua Trần Thái Tông mà thôi. Gần đây, vào năm 1989, nhà xuất bản Khoa học xã hội ở Hà nội cho ra mắt mấy tập lớn Thơ văn Lý Trần, dịch toàn bộ thơ văn của nhà vua thiền sư và cuốn Khóa hư lục giảng giải của HT Thanh Từ (1996).

Vài dòng trích trong BỐN NÚI: "Nguyên là, tứ đại vốn không, ngũ ấm chẳng có. Do không khởi vọng, vọng thành sắc, sắc tự hư không. Vọng ấy từ không, không hiện vọng, vọng sanh các sắc. Đã trái không sanh không hóa, mãi làm

có hóa có sanh. Không sanh thì không hóa... Luôn luôn chìm đắm nơi bến mê, mãi mãi trôi lăn trong bể khổ. Mờ mờ mịt mịt nào biết nào hay rối rắm lăng xăng chẳng tỉnh chẳng ngộ... Khiến phải qua lại sáu đường, xuống lên bốn núi, sanh già bệnh chết...

Kệ bốn núi

Bốn núi cheo leo vạn khóm tùng,

Ngộ xong chẳng có, muôn vật không.

Mừng được ba chân lừa có sẵn,

Cỡi lên thúc mạnh vượt cao phong.

(HT Thanh Từ dịch)

Bài kệ về bốn núi

Bốn núi cheo leo vạn khóm xanh,

Muôn loài không cả, hiểu cho rành. Lừa ba chân đó may tìm được,

Lên thẳng non cao, sấn bước nhanh.

(trong Thơ văn Lý Trần)

Xin đặc biệt chú ý đến tính cách quan trọng của chữ "không" trong đạo Phật mà nhà vua vừa mới nhập đề là nói ngay lập tức. Vọng là "giả, không thật", cái mà chúng ta nghĩ là thật thì chính ra nó là giả. Nhận giả làm chân, nên thân khẩu ý gây ra nghiệp, do cái nghiệp đó mà trôi lăn mãi trong sinh tử luân hồi. Muốn bất tử thì phải tìm đường vô sanh, chứ tìm thuốc trường sanh thì vô ích vì "trường" bao nhiêu rồi cũng đến lúc "đoạn"! Bài kệ bảo rằng sinh lão bệnh tử vất vả lắm, khi ngộ rồi thì biết hết thảy là không. Gặp lừa ba cẳng thì vượt lên cao vút. Lừa thì phải bốn cẳng, nói lừa ba cẳng là thứ không có. Cái gì đối với người phàm là không có? Phật tánh! Có Phật tánh thật, nhưng người phàm đâu biết! Khi biết được thì tu, rồi ngộ, nhờ đó mà vút lên cao, thoát sinh tử luân hồi.

Xin trích vài bài của nhà vua thiền sư, rất coi trọng việc lễ bái.

Dốc lòng tùy hỷ

Ta nay theo Phật lòng hoan hỷ,

Thành kính hôm mai sửa lỗi lầm.

Mong sớm được lên thang thập địa,

Dốc lòng gìn giữ lấy chân tâm.

[thập địa: 10 địa vị của bồ tát]

Kệ dâng hoa

Đất tâm hoa nở sắc khoe tươi,

Thơm ngát ngàn hoa khắp cõi trời.

Muôn đóa đem dâng trên điện Phật,

Nghìn thu gió nghiệp chẳng tàn rơi.

[ở đây nói ác nghiệp]

Trích một bài Tâu bạch:... Hỡi các Phật tử! Bóng ác giữa trời thì xế; người đời khi thịnh có khi suy. Hình thể chẳng lâu dài, giàu sang không vững mãi. Mau chóng như nước trên sông, giây lát như mây đỉnh núi. Lúc thường chẳng tạo nhân lành; ngày khác ắt về lối khổ. Nên nảy niềm tin; bỏ trừ nghi hoặc. Sớm mở tâm châu của chư Phật, soi tan thùng sơn nơi chúng sinh..."

[tâm chúng sinh ví như thùng sơn đen kịt, chùi rửa không hết; khi có tâm sáng của Phật soi thì mới sạch. Có chỗ chú thích rằng chữ thùng sơn này cũng giống như chữ túi da chứa đồ dơ. HT Thanh từ nói rằng "đập bể thùng sơn" là danh từ nhà Thiền].

Đây là bài Sám hối tội do căn tai: "Dốc lòng sám hối, chúng con từ bao kiếp tới nay, bỏ mất bản tâm, không biết chánh đạo. Đọa ba đường khổ, bởi sáu căn sai. Nếu không sám hối trước; không đường ăn năn sau. Nghiệp căn tai

là: ghét nghe tiếng pháp, thích lắng lời tà; mê mất chính tâm, đuổi theo ngoại vọng. Sáo đàn inh ỏi, cho là êm tai; văng vẳng mõ chuông, coi như tiếng ếch. Câu nhảm bài ca, bỗng nhiên để dạ; lời kinh câu kệ, không chút lắng tai. Thoáng nghe lời khen hão, khấp khởi mưu cầu; biết rõ lời nói lành, nào từng ưng nhận. Vài ba bạn rượu; dăm bảy khách quen, tán ngắn bàn dài, châu đầu nghe lắng. Gặp thày gặp bạn, dạy bảo lời hay, lẽ hiếu lẽ trung, che tai bỏ mặc. Khi nghe tiếng xuyến, bỗng nảy lòng tà; được nửa câu kinh, bỗng thành tai ngựa. Những tội như thế, vô lượng vô biên; đầy ắp bụi trần, kể sao cho hết. Sau khi hết kiếp, rơi xuống ba đường; hết khổ đầu thai, phải làm người điếc. Nếu không sám hối, sao được tiêu trừ. Đứng trước Phật đài, thảy đều sám hối.” (tiếng xuyến: nhắc việc người kia nghe thấy tiếng xuyến lách cách trên cổ cô gái đi ngang qua phòng mà động tâm!)

Kệ khuyên mọi người lúc hoàng hôn

Bóng ngả nương dâu tối,

Vầng ô đã lặn rồi.

Quang âm nào đứng mãi,

Già ốm dễ trêu người.

Giờ chết khoan sao được,

Ngày đi hết cách lôi.

Ai ơi nên để mắt,

Chớ vấn vương cảnh đời.

Kệ vô thường

Mặt trời đã lặn tối lem nhem

Đường tối bồn chồn lại tối thêm.

Đuốc của người ngoài chăm gợi thắp,

Đèn nhà mình đó chẳng soi xem.

Lừ đừ bóng ác non tây lẩn,

Lấp lánh vầng trăng ánh bể lên.

Sống chết đổi thay đều thế cả,

Quy y Tam bảo mới là yên.

(theo bản dịch của Thiều Chửu, trong tập san Đuốc Tuệ)

Hương Vân Đại Đầu Đà

Người Việt Nam chúng ta rất hãnh diện về nhiều trang sử vẻ vang và oai hùng, trong những trang sử vẻ vang ấy, phải kể đến ba lần chiến thắng quân Mông Cổ (chúng là người Mông Cổ đã sang chinh phục nước Tàu mà lập nên nhà Nguyên, cho nên mới có

tên Nguyên-Mông). Ba lần này đều do nhà Trần lãnh đạo, lần đầu (1257) dưới triều vua Trần Thái Tông, hai lần sau (1285 và 1288) dưới triều vua Trần Nhân Tông, với vị tổng chỉ huy là Hưng Đạo đại vương (húy Trần Quốc Tuấn).

Tượng Giác Hoàng Trần Nhân Tông / Hương Vân Đại Đầu Đà

Vua Thái Tông (húy Trần Cảnh, 1225 – 1258) nhường ngôi cho con là Thánh Tông. Vua Thánh Tông (húy Trần Hoàng, 1258 – 1278) là anh ruột các vị Trần Quang Khải , Trần Nhật Duật..., vua lấy chị họ (bà này là em ruột Tuệ Trung thượng sĩ Trần Quốc Tung và Hưng Đạo đại vương). Vua Thánh Tông nhường ngôi cho con trưởng là Nhân Tông. Vua Nhân Tông (húy Trần Khâm, 1279 – 1293) lấy con gái ngài Hưng Đạo đại vương. (Sử gia cho rằng những

cuộc hôn nhân này là trái luân lý, kể cả việc ngài Quốc Tuấn lấy cô ruột là Thiên Thành công chúa).

Vua Nhân Tông sinh năm 1258. Lúc nhỏ thích ăn chay nên gầy gò, và mong đi tu nên muốn nhường chỗ hoàng thái tử cho em nhưng vua cha không chịu. Đã có lần, ngài trốn khỏi hoàng cung tìm đường lên núi Yên Tử nhưng không thành công vì vua cha tìm được khi ngài trú tại một ngôi chùa trên lộ trình và bắt trở về. Năm 1279, ngài lên ngôi, vua cha làm thái thượng hoàng cùng lo việc nước. Năm 1293, ngài nhường ngôi cho thái tử Trần Thuyên, tức vua Anh Tông, làm thái thượng hoàng được 6 năm thì đi tu và viên tịch năm 1308 tại núi Yên Tử, thọ 51 tuổi.

Vua Nhân Tông là một vị minh quân, thông minh, quả cảm, nhân từ, lại được thái thượng hoàng cố vấn việc triều chính và nhiều người tài giỏi bên cạnh giúp đỡ như ngài Hưng Đạo đại vương. Chúng ta luôn luôn nhớ đến hội nghị Bình Than và hội nghị Diên Hồng. Bình Than là một địa điểm gần nơi sông Đuống đổ vào sông Thái bình, nơi đó vua triệu tập các vị tướng lãnh và tôn thất tới họp để quyết định chính sách đối phó với quân Nguyên, tất cả cương quyết "đánh". Trần Quốc Toản còn ít tuổi không được vào họp, uất ức lắm, tay cầm quả cam mà bóp nát lúc nào không hay, về chiêu tập được hơn một ngàn quân tham gia kháng chiến, lập nhiều công. Diên Hồng là tên một điện trong hoàng cung. Vua triệu tập bô lão đến để hỏi ý kiến nên hòa hay nên chiến. Tất cả đồng thanh "quyết chiến! Vua thuận lòng dân, lòng chư tướng và tôn thất, cương quyết chống giặc. Nay ai cũng phải chịu tin rằng ở cuối thế kỷ XIII, nơi nơi còn là chế độ phong kiến, thế mà ở nước ta, đã có dân chủ!

Dưới triều vua Nhân Tông, việc văn học thịnh đạt lắm. Ông Nguyễn Thuyên dùng chữ nôm, gây được một tinh thần tự chủ trong nền văn học nước ta, người ta theo vua Nhân Tông mà gọi ông là Hàn Thuyên vì ông đã làm bài Văn tế cá sấu để đuổi nó đi, như ông Hàn Dũ đã làm ở bên Tàu.

Nhà vua thấy giặc bên Ai Lao tràn qua biên giới cướp bóc và sát hại dân lành nên phải xuất quân tiễu trừ. Khi đã đi tu rồi, vào năm 1301 ngài có sang thăm Chiêm Thành xem phong cảnh, hội kiến cùng vua Chế Mân nước đó và hẹn gả cháu nội (con vua Anh Tông) là công chúa Huyền Trân cho. Sau khi Chế Mân dâng hai châu Ô, Lý làm đồ dẫn cưới, vua Anh Tông chấp thuận (1306) gả công chúa cho Chế Mân; hơn một năm sau

Chế Mân chết, tội nghiệp cô công chúa! May mà không bị lên đài hỏa thiêu theo chồng, vì vua ta cho người sang tìm cách đưa công chúa hồi hương.

Sử ghi rằng vua Nhân Tông chỉ làm thái thượng hoàng đến năm 1299 thôi, sau đó xuất gia lên tu ở núi Yên Tử. Ngài chuyên tu theo hạnh đầu đà, nghĩa là tu khổ hạnh. Hiệu của ngài là Hương Vân đại đầu đà. Ngài còn được gọi là Điều ngự Giác hoàng, tên này không phải ngài tự đặt mà là do vua cha đặt, Điều ngự là một trong thập hiệu của đức Phật, giác hoàng là ông vua giác ngộ. Theo đúng hạnh đầu đà, ngài từ chối mọi tiện nghi dành cho một quốc vương, không dùng xe, ngựa mà chỉ đi bộ. Ngài lập chùa, độ tăng, người theo học rất đông. Sau, ngài về quê ở phủ Thiên Trường, tỉnh Nam Định, lập giảng đường ở chùa Phổ Minh, truyền dạy Phật pháp tại đó. Rồi ngài trụ tại am Tri Kiến. Ngài khuyên dân chúng bỏ những nơi thờ tà thần, và hành thập thiện. Ngài truyền bá Thiền tông nhưng đối với những ai căn cơ chưa đủ, ngài dạy tu thập thiện, dễ dàng hơn. Sau, ngài lại cho đệ tử giảng kinh, như kinh Pháp Hoa. Ta thấy rõ ngay rằng chủ trương của ngài là thiền giáo song tu.

Tại sao xuất gia trong một thời gian ngắn mà trình độ của ngài lại cao như vậy? Lúc nhỏ ngài đã tìm hiểu Phật pháp, khi lên ngôi, ngài luôn luôn đến chùa Tư Phúc trong hoàng cung để tu tập và đàm đạo với các thiền sư. Nhờ thông minh nên ngài thông suốt mau lẹ sách vở thánh hiền và kinh điển. Ngài gọi Tuệ Trung thượng sĩ là bác, nhưng về phương diện đạo pháp ngài tôn Tuệ Trung làm thày [mới đây, 1999, một người cho tôi biết rằng Tuệ Trung là con đức Hưng Đạo chứ không phải là anh, vậy Tuệ Trung vừa là anh họ vừa là anh vợ của vua Nhân Tông. Điều này cần xét lại sau. Khi còn ít tuổi, chưa làm vua, ngài thỉnh ý Tuệ Trung thượng sĩ thế nào là yếu chỉ thiền, và được trả lời: "Phản quang tự kỷ"(quay ánh sáng lại xét mình), ngài tu theo đường lối đó và ngộ đạo. Người ta cho rằng ngài đắc đạo là do tu từ các kiếp trước rồi, căn cứ vào lời truyền rằng ngài nằm mơ thấy hoa sen mọc nơi bụng, trên hoa có Phật đứng và khi đó ngài nghe thấy tiếng nói ngài là Phật (ngài kể cho vua cha nghe, vua cha mừng và gọi ngài là Điều ngự Giác hoàng vì lẽ đó).

Ngài nhập diệt tại am Ngọa Vân trên núi Yên Tử năm 1308, thọ 51 tuổi.

Chúng ta biết rằng Thiền tông vào Việt Nam từ nhiều thế kỷ trước nhà Trần, có ba phái Vô Ngôn Thông, Tì-Ni-Đa-Lưu-Chi, Thảo Đường. Đầu thế kỷ thứ XIII, ba phái gộp lại thành một tông, ở núi Yên Tử, vì thế gọi là phái thiền Yên Tử. Mở đầu cho việc thống nhất là ngài Thường Chiếu (mất 1203). Sơ tổ là ngài Hiện Quang (mất 1221). Truyền mấy đời, qua các ngài Đạo Viên, Huệ Đăng, Tiêu Diêu, Huệ Tuệ, đến ngài Hương Vân, sách gọi tổ thứ 6 này là Trúc Lâm. Chủ trương thiền giáo song tu là một sáng tạo đặc biệt nên từ đó nước ta có một môn phái độc lập với Thiền tông Trung Hoa, đó là Trúc Lâm Yên

Tử, sơ tổ chính là ngài Trúc Lâm (= Điều ngự Giác hoàng = Hương Vân đại đầu đà), nhị tổ là ngài Pháp Loa, tam tổ là ngài Huyền Quang.

[Theo Nguyễn Lang, viết trong Việt Nam Phật giáo sử lược, thì Đạo Viên hay Viên Chứng hay Trúc Lâm quốc sư là một người, đã gặp vua Trần Thái Tông khi vua bỏ

hoàng cung trốn lên núi Yên tử, để "tìm Phật"].

Sơ tổ đã soạn những tác phẩm sau này: 1/ Thiền Lâm Thiết Chủy Ngữ Lục. 2/ Trúc Lâm Hậu Lục. 3/ Thạch Thất Mỵ Ngữ. 4/ Đại Hương Hải Ấn Thi Tập. 5/ Tăng Già Toái Sự. Những tác phẩm này không còn đầy đủ, chỉ còn rải rác ở các nơi trích lại. Có vài bản chữ Nôm, nay người ta biết một bài phú và một bài ca: Cư Trần Lạc Đạo Phú và Đắc Thú Lâm Tuyền Thành Đạo Ca. Đọc những chỗ ngài dạy môn đồ với tư cách một thiền sư, chúng tôi không hiểu. Đây là một thí dụ:

Pháp Loa hỏi: Thế nào là Phật? Ngài đáp: Tấm cám ở dưới cối.

- Thế nào là ý tổ sư từ Ấn sang? - Bánh vẽ.

- Thế nào là đại ý Phật pháp? - Cùng hầm đất không khác.

- Xưa, khi một vị tăng hỏi Triệu Châu rằng con chó có Phật tánh không, thì ngài trả lời rằng không, như vậy ý chỉ thế nào? - Chất muối ở trong nước. Khi được giảng thì tôi thấy lóe ra một chút như sau: - Trả lời câu thế nào là Phật, sơ tổ nói tấm cám dưới cối là muốn bảo rằng Phật là tâm, tâm là Phật, hai mà là một. Trả lời rằng ý tổ sư từ Ấn Độ sang là bánh vẽ, sơ tổ muốn bảo rằng bánh vẽ ăn không no đâu, hãy quay vào mà tìm Phật tánh ở bên trong mình, đó mới là bánh thật. "Cùng hầm đất không khác" nghĩa là cũng giống như câu hỏi trên, vì đào đất thì các tảng đất giống nhau cả. Còn câu cuối, ý ngài bảo rằng trong nước biển có sẵn muối rồi, trong chúng sinh có Phật tánh rồi, nhìn ngoài không thấy, phải tu quay vào trong mới thấy.

Có vị tăng hỏi: Thế nào là Phật?

Sơ tổ đáp: - Nhận đến như xưa vẫn chẳng phải.

- Thế nào là Pháp? - Nhận đến như xưa vẫn chẳng phải.

- Thế nào là Tăng? - Nhận đến như xưa vẫn chẳng phải.

Khó hiểu quá! Trong nhà thiền, thày trò người ta hiểu nhau, "thông tin" với nhau bằng trực giác, và cũng có khi trò không lĩnh hội nổi. Nghe chuyện thiền, muốn thưởng thức, chắc phải đến một mức ngộ nào đó, hoặc là phải có thiền sư giảng cho như nhờ thày toán tặng cho lời giải đáp một đề toán khó. Bài toán này, chúng tôi may, gặp được lời giải như sau: Nhận một cái gì tức là cái đó có từ bên ngoài. Phật tánh ở bên trong mà, nhận sao được! Pháp và Tăng ở ngoài, thế thì nói sao? Không, Phật là Giác, Pháp là Chánh, Tăng là Tịnh, cả ba thu về một, nên câu trả lời như nhau, có vậy thôi!

[Phật là Giác, Pháp là Chánh, Tăng là Tịnh, đó là lời của Lục tổ Huệ Năng].

Đây là một bài thơ dịch từ chữ Nho, đầu đề là Xuân vãn (Cuối xuân)

Niên thiếu hà tằng liễu sắc không,

Nhất xuân tâm sự bách hoa trung.

Như kim khám phá Đông hoàng diện,

Thiền bản bồ đoàn khán trụy hồng.

Tuổi trẻ chưa tường lẽ sắc không,

Xuân về hoa nở rộn tơ lòng.

Chúa xuân nay bị ta khám phá,

Nệm cỏ ngồi yên, ngó cánh hồng.

Lúc trẻ, chưa hiểu Phật pháp, sắc không là gì, nên khi xuân về thì lòng hớn hở. Đến khi đã khám phá ra bộ mặt thật của chúa xuân rồi, tức là đã ngộ rồi thì đứng trước cảnh, tâm không lay động, ngồi yên trên nệm thiền nhìn hoa rơi!

Việt Nam Phật giáo sử luận, tập 1, trang 314, có ghi vài lời thuyết pháp của sơ tổ, như sau: "Đạo lớn bao la, làm sao ràng buộc được bằng ý tưởng, thể tính lặng yên, không thiện không ác, hễ phân biệt thì sẽ xuất hiện nhiều mối phức tạp, hễ khởi ra một mảy may quan niệm thì tự khắc tan biến. Phàm và thánh cùng chung một mối, thị và phi đâu phải hai đường, cho nên hãy biết rằng trong tự tánh thì tội phúc vốn không, nhân quả chẳng thật. Ai ai cũng có

(Chúng ta biết rằng Lý Huệ Tông, vua cuối cùng của nhà Lý (1010-1225), lấy một người vợ tên là Trần Thị Dung (em ruột của Trần Thừa và là em họ của Trần Thủ Độ). Bà này sinh ra hai công chúa: Thuận Thiên và Phật Kim (tức là công chúa Chiêu Thánh). Trần Thủ Độ chiếm quyền lớn trong triều, thu xếp để cho Thuận Thiên lấy Trần Liễu, Phật Kim lấy Trần Cảnh; Liễu và Cảnh là hai anh em ruột, con của Trần Thừa. Phật Kim lên ngôi là Lý Chiêu Hoàng, nhường ngôi cho chồng năm 1226, đó là Trần Thái Tông. Đến năm 1237, Phật Kim vẫn chưa có con trai nên Trần Thủ Độ truất ngôi hoàng hậu, đem Thuận Thiên thế vào làm hoàng hậu, vì Thuận Thiên đã có mang, sẽ có con để nối dõi nhà Trần. Trần Liễu uất ức, đã nổi loạn, sau rồi việc cũng yên. Trần Liễu có nhiều con, con trưởng là Trần Tung (sau là Tuệ Trung thượng sĩ), con thứ là Trần Quốc Tuấn (sau là Hưng Đạo Đại Vương) và con gái là Thiên Cảm (sau lấy con trai của Trần Thái Tông, tức là Trần Thánh Tông)).

Các nhà viết sử có lên tiếng phê bình sự cưới gả lẫn lộn trong họ Trần, mục đích là không cho họ khác lọt vào hoàng gia để mưu việc chiếm ngôi vua, như Trần Thủ Độ đã đoạt ngôi nhà Lý đem về cho nhà Trần: Hưng Đạo Vương lấy cô là công chúa Thiên Thành. Trần Thánh Tông lấy Thiên Cảm (chị họ). Trần Nhân Tông lấy con gái Hưng Đạo vương (chị họ). Tuy nhiên ai cũng nhận rằng ba cuộc kháng chiến chống Mông Cổ với những chiến thắng lẫy lừng, cùng các chính sách mang yên ổn ấm no đến cho dân đều là những điểm son của nhà Trần mà bất cứ người Việt nào cũng hãnh diện.

Về phương diện tôn giáo, các vua đầu nhà Trần đều học Phật và ứng dụng lời dạy của Phật để trị dân. Trần Thái Tông đã có lần bỏ kinh đô lên núi Yên Tử định xuất gia, nhưng bị Trần Thủ Độ bắt về. Trần Thánh Tông rất tinh thông Phật học. Trần Nhân Tông nhường ngôi cho con để đi tu, làm tổ thứ sáu của Thiền phái Yên Tử và sơ tổ của Thiền phái Trúc Lâm Yên Tử.

Phật giáo truyền bá vào Việt Nam rất sớm (thế kỷ I hay II) bằng cả đường bộ (từ Trung Quốc xuống) và đường biển (từ Ấn-Độ sang). Vào đời Lý, Phật giáo rất thịnh. Có 3 dòng

thiền ở nước ta: phái Tì-Ni-Đa-Lưu-Chi, phái Vô Ngôn Thông và phái Thảo Đường. Sau ba tông phái này hợp lại thành một, đó là thiền phái Yên Tử. Người ta gọi Phật giáo đời Trần là "Phật giáo nhất tông" là vì lẽ đó.

Yên Tử là tên một trái núi cao ở trên "cánh cung Đông Triều", tức là một dãy núi ở phía Đông Bắc Việt, chạy theo sông Kinh Thầy. Kể từ Phả Lại, đi theo đường số 18, 15 km thì tới Chi Ngại thuộc huyện Chí Linh tỉnh Hải Dương, 27 km thì tới Đông Triều nay thuộc tỉnh Quảng Yên. Từ Đông Triều có hai

đường, một đường là đường số 18 đi Uông Bí, một đường nhỏ hơn đi Vàng Danh, cách Đông Triều chừng 30 km. Từ Vàng Danh leo lên núi Yên Tử, rất nhiều chùa, ngày nay đổ nát, còn di tích quý, đang sửa sang. Khi đẹp trời, từ đỉnh Yên Tử có thể nhìn ra vịnh Hạ Long.

Vị tổ khai sơn thiền phái Yên Tử là Hiện Quang thiền sư (mất năm 1220), đệ tử của Thường Chiếu thiền sư. Sự truyền thừa được ghi lại như sau:

1. Hiện Quang
2. Đạo Viên (thầy của vua Trần Thái Tông)
3. Đại Đăng
4. Tiêu Diêu (thầy của Tuệ Trung thượng sĩ)
5. Huệ Tuệ
6. Trúc Lâm đại sĩ (tức là vua Trần Nhân Tông)

Vua Trần Nhân Tông đi tu được gọi là Điều Ngự Giác hoàng, còn gọi là Hương Vân đại đầu đà. Ngài là sơ tổ của thiền phái Trúc Lâm Yên Tử. Tổ thứ nhì là Pháp Loa, tổ thứ ba là Huyền Quang. Đó gọi là "Trúc Lâm tam tổ".

Tuệ Trung thượng sĩ (1230-1291) tên là Trần Tung (có nơi chép là Trần Quốc Tung), con trưởng của Trần Liễu (An Sinh vương Trần Liễu). Tuệ Trung là anh của Hưng Đạo Vương Trần Quốc Tuấn và hoàng hậu Thiên Cảm (vợ của Trần Thánh Tông). Ngày nay, chúng ta biết được một số chi tiết về Tuệ Trung là do sách Thượng sĩ ngữ lục mà phần cuối là bài Thượng sĩ hành trạng do vua Trần Nhân Tông viết. Nhờ đó, ta biết Tuệ Trung là một người thâm trầm, nhàn nhã, yêu thích đạo Phật. Khi ít tuổi, được cử trông nom đất Hải Dương, lúc ấy thì Trần Quốc Tuấn được cử coi kho lương ở Phù Dực (tỉnh Thái Bình ngày nay).

Trần Tung hay Tuệ Trung thượng sĩ

Quân Nguyên (tức quân Mông Cổ, thời đó đã chiếm được nước Tàu, đuổi được nhà Tống) xâm lăng nước ta ba lần: lần đầu 1257 (triều vua Trần Thái Tông), lần thứ nhì 1285 và lần thứ ba 1288 (triều vua Trần Nhân Tông). Hội nghị Bình Than (gần Phả Lại),1282, họp các tướng tá và vương hầu để tìm kế chống giặc. Hội nghị Diên Hồng (ở kinh đô), 1284, họp các bô lão để hỏi ý kiến "nên chiến hay nên hòa" với quân Nguyên. Đó là những điểm tiêu biểu cho tinh thần dân chủ của nước ta vào thế kỷ XIII. Tuệ Trung tham gia tích cực vào cuộc chống Nguyên và lập được nhiều công. Sau khi dẹp được giặc ngoại xâm rồi, ngài về ở ấp Tịnh Bang (thuộc tỉnh Quảng Yên ngày nay) và

dựng Dưỡng Chân Trang làm nơi tu hành. Khi ngài mất (1291) vua Trần Nhân Tông (học trò của ngài) phong cho ngài tước Hưng Ninh Vương.

Tuệ Trung thượng sĩ có nhiều nét đặc biệt: a/ Ngài đã theo học thiền sư Tiêu Diêu, tổ thứ tư của phái Yên Tử. Ngài rất được kính trọng, dạy nhiều môn đệ; ngài lại là bạn quý của nhiều vị tôn đức trong số đó có vua Trần Thánh Tông (một ông vua rất am tường Phật học và tu hành theo Phật giáo). Đáng chú ý nhất là ngài tu Phật mà không hề xuất gia bao giờ, vẫn có gia đình, vợ con.

b/ Làm đầy đủ bổn phận chống giặc giữ nước xong, ngài mới để toàn thời gian vào việc tu hành. Ngài không câu nệ vào sách vở, không thích bám vào các khái niệm có sẵn.

c/ Sắc thái của ngài rõ rệt là sắc thái của một thiền sư. Tiểu sử của ngài cũng như thơ, kệ của ngài cho ta thấy nhiều chi tiết về đường lối tu hành và dạy bảo môn đồ của ngài. Những lời đối đáp hay giáo huấn của ngài có nhiều điểm khó hiểu đối với người không biết rõ về thiền, hoặc là chứa nhiều mâu thuẫn. Ngài dạy bảo mà không đập, đánh, đạp! Đôi khi có hét một tiếng!

Em gái ngài là hoàng hậu Thiên Cảm mời ngài ăn cơm, trên mâm có cả món chay lẫn món mặn. Ngài gắp ăn tự nhiên, không phân biệt. Hoàng hậu hỏi: “Anh tu mà ăn thịt cá thì làm sao thành Phật được?” Ngài trả lời: “Phật là Phật, anh là anh. Anh không cần thành Phật, Phật không cần thành anh”.

Thật khó hiểu! Thái tử Khâm (sau là vua Trần Nhân Tông) có mặt trong bữa đó cũng không hiểu nổi, phải đợi bao nhiêu lâu sau mới dám đem hỏi lại. Thật ra, ngài muốn dạy người ta từ bỏ hình thức mà đi thẳng vào thực chất vì miệng ăn chay mà lòng không thanh tịnh thì cũng chẳng ích gì!

d/ Một người hỏi ngài về vấn đề “sắc không” (Bát-nhã tâm kinh: sắc tức là không, không tức là sắc).

Ngài hỏi: - Ông có sắc thân không?

- Có.

- Vậy thì sao nói: sắc là không?

Ngài lại hỏi tiếp: - Ông thấy cái “không” của hình thể không? - Không thấy.

- Vậy thì sao nói: “không” là sắc?

Người kia bèn hỏi:

- Thế thì rốt cuộc ra sao?

Ngài đáp: Sắc chẳng phải không, Không chẳng phải sắc.

Người ấy bèn lễ tạ.

Nghe chuyện đến đây, chúng ta ngạc nhiên hết sức, ngạc nhiên vì ngài giảng ngược hẳn lại với kinh sách! May sao câu chuyện còn tiếp:

Ngài gọi người kia lại cho nghe bài kệ này:

Sắc tức là không, không tức là sắc,

Chư Phật ba đời tạm thời bày đặt.

Không chẳng phải sắc, sắc chẳng phải không,

Thể tính sáng trong, không hề còn mất.

và hét lên một tiếng!

Nhờ bài kệ này chúng ta mới thấy lời giải thích của ngài. Ngài muốn dắt người hỏi từ chỗ đối đãi "sắc, không" sang chỗ tuyệt đối là Phật tính, thể tính, cái này mới đúng là cái thật. Tu hành theo pháp môn nào cũng vậy, nếu cứ kẹt vào nhị kiến, nhị biên, đối đãi, trắng đen, mê ngộ, tội phúc, sinh tử... thì quả

là kẹt, kẹt trong sự lựa chọn, kẹt trong sự so sánh, trong "mong cái này, đuổi cái kia"; phải siêu việt, vượt lên trên "Nhị Kiến" mới được. Đến đây, chúng ta mới hiểu tại sao lại có những câu như "không thiện, không ác", ý nói lìa luôn cả thiện lẫn ác, lìa sự đối đãi thiện ác, lìa khái niệm thiện và ác. Có người chưa thông lý đó nên "tấn công" đạo Phật là không phân biệt thiện ác. Người chê trách như vậy là đứng ở quan điểm luân lý thế gian, chư! g dhhng má(|i

Khuyên thế tiến đạo Khuyên đời vào đạo

Tứ tự tuần hoàn xuân phục thu, Năm tháng xoay vần, xuân đến thu,

Xâm xâm dĩ lão thiếu niên đầu. Xăm xăm tuổi trẻ đã phơ đầu.

Vinh hoa khẳng cố nhất trường mộng, Giàu sang, mắt lóa cơn trường mộng,

Tuế nguyệt không hoài vạn học sầu. Tuổi tác, lòng đong vạn học sầu.

Khổ chú luân hồi như chuyển cốc, Nẻo "khổ", bánh xe luân chuyển khắp, Ái hà xuất một đẳng phù âu. Sông "yêu", bọt nước nổi chìm mau.

Phùng trường diệc bất mô lai tị, Mải vui nếu chẳng tìm ra gốc,

Vô hạn lương duyên chỉ má hưu. Nghìn thuở lương duyên chẳng đến đâu (Huệ Chi dịch)

Mải mê chạy theo cái bên ngoài, "chẳng đi đến đâu" cả. Hãy gắng tìm ra gốc. Gốc nào đây? Cái "bổn lai diện mục", cái "tự tánh" vậy.

Thị học Bảo người học đạo Học giả phân phân bất nại hà, Học đạo mênh mang ai có hay, Đồ tường linh đích khổ tương ma. Gạch đem mài gạch, nhọc nhằn thay. Báo quân hưu ỷ tha môn hộ, Thôi đừng nương tựa nơi nhà khác, Nhất điểm xuân quang xứ xứ hoa. Một ánh xuân về hoa đó đây. (theo Đỗ Văn Hỷ)

Gạch mài mãi cũng chẳng thành gương được (lấy ý ở câu nói của ngài Mã Tổ bảo ngài Bích Trượng), ngồi thiền lắm cũng chẳng thành Phật được. Lý do? Đừng bấu víu vào sách vở, chữ nghĩa, hãy tránh nghiền ngẫm lý luận, cần phải trực cảm "cái gì" đó, cái

“ánh xuân” đó, lúc ấy hoa sẽ nở khắp nơi khắp chốn!

An tâm An tâm

Bất yếu chu môn, bất yếu lâm, Nào phải rừng xanh hay cửa tía,

Đáo đầu hà xứ bất an tâm? Nơi đâu chẳng phải chốn yên lòng.

Nhân gian tận kiến thiên sơn hiểu, Mọi người hiểu hết nghìn non sáng,

Thùy thính cô viên đề xứ thâm? Tiếng vượn rừng sâu ai biết không?

(HT Tâm Châu dịch) Ai ai cũng mong tâm được an. Nhị tổ Huệ Khả của Thiền tông Trung Quốc xin với Sơ tổ Bồ-Đề-Đạt-Ma dạy cách an tâm. Sơ tổ bảo đem tâm đến để ngài an cho. Nhị tổ tìm không thấy đâu. Sơ tổ dạy: “Ta đã an tâm cho ông rồi đó!” Chạy tìm loanh quanh khắp chốn, sự thật ở chỗ nào cũng an tâm được. Tìm hiểu quá nhiều, có một thứ là cái “bản lai diện mục” thì không biết! Vì vậy mà tâm không an nổi.

Vạn sự quy như Muôn việc đều về cõi Chân Như Tòng vô hiện hữu, hữu vô thông, Từ không hiện có; có, không thông,

Hữu hữu vô vô tất cánh đồng. Có có, không không, rốt cuộc chung.

Phiền não, bồ đề, nguyên bất nhị, Phiền não, bồ-đề, nguyên chẳng khác, Chân như, vọng niệm, tổng giai không. Chân như, vọng niệm, thảy đều không, Thân như huyễn kính, nghiệp như ảnh, Thân như gương ảo, Nghiệp như bóng, Tâm nhược thanh phong, tính nhược bồng. Tâm tựa gió lành, Tánh tựa bồng, Hưu vấn tử sinh, ma dữ Phật, Đừng hỏi tử, sinh; ma với Phật,

Chúng tinh củng Bắc, thủy triều Đông. Muôn sao hướng Bắc, nước về Đông. (theo Trúc Thiên)

Hãy bỏ nhị kiến đi, hãy gạt những đôi tương đối sang một bên. Tất cả chẳng qua là tướng của cùng một sự thật trên vũ trụ thôi, như muôn sao thì hướng về Bắc, mà nước thì chảy về Đông.

Thị tu Tây phương bối Bảo người tu Tịnh độ

Thân nội Di-Đà tử má khu, Thân báu Di-Đà ẩn đáy lòng,

Đông Tây Nam Bắc pháp thân chu. Pháp thân khắp chốn tỏa mênh mông.

Trường không chỉ kiến cô luân nguyệt, Bầu trời bát ngát trăng cô quạnh.

Sát hải trừng trừng dạ mạn thu. Trong vắt trăng thu, biển Phật trong.

Người tu Tịnh độ dựa vào nguyện lực của Phật A-Di-Đà để cầu vãng sinh Tây phương Cực lạc. Tuệ Trung thượng sĩ chỉ cho biết Phật A-Di-Đà ở ngay trong lòng mình và pháp thân Phật (tức Chân Như) bao trùm khắp vũ trụ. Đây là nhắc lại một lời giải thích của Lục tổ Huệ Năng một cách khác, ngài Huệ Năng nói rằng Tây Phương Cực Lạc ở ngay đây!

Đối với quý vị thích nghe chuyện Thiền, xin ghi ra một vài chuyện:

a. Hỏi: Thế nào là thanh tịnh pháp thân?

Sư đáp: Ra vào trong nước đái trâu,

Chui rúc giữa đống phân ngựa.

Lại hỏi: Vậy làm thế nào mà chứng ngộ được?

Sư đáp: Không có niệm nhơ bẩn tức là pháp thân thanh tịnh.

Hãy nghe bài kệ của ta:

Xưa nay không bẩn, sạch,

Bẩn, sạch, đều hư danh.

Pháp thân không vướng mắc,

Nào "trọc" với nào "thanh".

b. Nêu: - Một thiền tăng hỏi một thiền sư rằng: "Con giun bị chém làm hai đoạn, hai phía đều động, vậy Phật tính ở chỗ nào?

Sư hỏi lại: Động và bất động là cảnh giới nào?

Sư nói: Hai phía đều chẳng động, Động ở phía nhà ngươi.

Tụng rằng:

Chặt đứt con giun thành hai khúc,

Hai đầu đều động, có ai ngờ.

Hỏi ra Phật tính không hề thấy,

Mổ bụng cất rùa uổng phí chưa!

c. Nêu: - Lâm Tế đến thăm tháp chủ.

Tháp chủ hỏi: "Lễ Phật trước hay lễ Tổ trước?"

Sư đáp: "Tổ và Phật đều không lễ ".

Tháp chủ hỏi: "Tổ, Phật với trưởng lão có oan nghiệt gì mà không lễ?"

Sư phất tay áo ra đi.

Sư nói: Được cưỡi đầu hổ,

Chớ vuốt râu hùm.

Tụng rằng:

Một phen phủi áo bước thong dong,

Tháp chủ trừng trừng, giận chẳng xong.

Phật, Tổ rốt cùng đều chẳng lễ,

Ngọc chìm khe sớm, ánh thu trong.

Nếu thấy khó hiểu, xin hỏi các vị tu Thiền!

Thiền Sư Pháp Loa - Trần Trọng Kim viết:

“Nhà Trần làm vua nước Nam ta kể từ Trần Thái Tông đến Trần Thiếu Đế, hằng 12 ông vua, được 175 năm (từ 1226 đến 1400), công việc trong nước sửa sang được nhiều, chính trị luật lệ đều chỉnh đốn lại, học hành thi cử thì mở mang rộng thêm ra. Lại chống với nhà Nguyên giữ được giang sơn, lấy đất Chiêm Thành mở thêm bờ cõi, thật là có công với nước Nam. Nhưng chỉ có điều luân thường trong nhà thì bậy: cô cháu, anh em, trong họ cứ lấy lẫn nhau, thật là trái với thế tục.

Còn như cơ nghiệp nhà Trần xiêu đổ là tại vua Dụ Tông và Nghệ Tông. Dụ Tông thì hoang chơi, không chịu lo gì đến việc nước và lại làm loạn cả cương kỷ để đến nỗi dân nghèo nước yếu. Nghệ Tông thì không biết phân biệt nên gian để kẻ quyền thần được thế làm loạn, thành ra tự mình nối giáo cho giặc, tự mình làm hại nhà mình vậy”.

Đạo Phật rất phát triển vào đời nhà Lý; trong nước những bậc tài giỏi đều xuất phát từ nhà chùa; có nhiều nhà sư được tôn là quốc sư, giúp nhà vua trị nước, được nhiều việc lớn. Đến khi nhà Trần chiếm ngôi của nhà Lý thì đạo Phật vẫn được trọng vọng và phát triển mạnh. Vua đầu tiên của nhà Trần là Trần Thái Tông đã lên núi Yên Tử định đi tu nhưng bị Trần Thủ Độ bắt về, tuy vậy vẫn dốc lòng tu Phật, viết sách về Phật giáo. Vua thứ ba là Trần Nhân Tông - một ông vua yêu nước và anh hùng - được dân Việt ta nhớ nhiều qua những cuộc chống nhà Nguyên (gốc Mông Cổ), và những hành động dân chủ (hội nghị Bình Than 1282, hội nghị Diên Hồng 1284) đã nhường ngôi cho con năm 1293 để làm thái thượng hoàng, dốc lòng tu Phật. Đến năm 1298 thì Ngài khoác áo nhà sư, làm tổ thứ sáu của dòng thiền Yên Tử và làm tổ thứ nhất (tức

là sơ tổ) của dòng thiền Trúc Lâm. Người ta biết ngài dưới nhiều danh hiệu: Hương Vân đại đầu đà, Trúc Lâm đại sĩ, Điều ngự Giác hoàng. Ngài đi khắp nước, truyền bá đạo Phật, đồng thời giúp đỡ dân chúng. Sự phát triển mạnh mẽ - có thể nói là quá mạnh mẽ - của đạo Phật lại chính là một trong những nguyên nhân làm cho đạo Phật suy đồi sau nhị tổ Pháp Loa và tam tổ Huyền Quang.

Trong thời nhà Trần, Nho giáo đã bắt đầu phát triển mạnh và dần dần các nhà nho thay thế các nhà sư trong việc giúp vua trị nước. Sự chống báng của nhà nho nhiều khi rất rõ rệt. Một trong các nho sĩ là Nguyễn Dư (có nơi đọc là Nguyễn Dữ) đã viết trong Truyền Kỳ Mạn Lục như sau:

“Đời nhà Trần, tục tin thần quỷ, thần từ, phật tự chẳng đâu là không có, như chùa Hoàng Giang, chùa Đồng Cổ, Chùa Yên Sinh, chùa Yên Tử, chùa Phổ Minh, quán Ngọc Thanh dựng lên nhan nhản khắp nơi, những người cắt tóc làm tăng, làm ni, nhiều bằng nửa số dân thường. Nhất là vùng huyện Đông Triều, sự sùng thượng lại càng quá lắm, chùa chiền dựng lên, làng lớn có đến hơn mười nơi, làng nhỏ cũng chừng năm, sáu, bao ngoài bằng rào lũy, tô trong bằng vàng son, phàm người đau ốm, chỉ tin theo sự hư vô; gặp các tuần tiết thì đàn tràng cúng vái rất là rộn rịp. Thần Phật xem chừng cũng giáng, nên cầu gì được nấy, linh ứng lạ thường.

Bởi vậy người dân càng kính tin, không dám ngạo mạn. Đời vua Giản Định nhà Trần, binh lửa luôn năm, nhiều nơi bị đốt; số chùa chiền còn lại, mười không được một, mà cái số còn lại ấy, cũng mưa bay gió chuyển, đổ ngả xiêu nghiêng, tiêu điều ở giữa cỏ hoang bụi rậm".

Người được Điều Ngự Giác Hoàng truyền tâm để làm tổ thứ nhì của dòng thiền Trúc Lâm là thiền sư Pháp Loa, tên thật là Đồng Kiên Cương, quê quán ở huyện Chí Linh, tỉnh Hải Dương.Truyện kể lại rằng bà mẹ nằm chiêm bao thấy thần nhân cho một thanh gươm báu, sau đó có thai. Nhưng vì đã sinh toàn là con gái cả nên bà sợ và uống thuốc trục thai. Uống bốn lần chẳng hiệu nghiệm gì và sinh ra được một con trai; tên Kiên Cương (kiên trì, cương quyết ra đời!), gốc là từ việc đó. Truyện lại kể rằng khi chú bé ra đời thì hương thơm tỏa đầy nhà. Lớn lên, Kiên Cương thông minh lạ thường, có đặc điểm là không ăn thịt cá và rất ham thích đạo Phật. Có tài liệu chép như sau: Nhị tổ Đồng Kiên Cương người hương Cửu La, huyện Chí Linh, châu Nam Sách, lộ Lạng Giang, sinh ngày 23-05-1284. Một tài liệu khác nói: sinh quán của nhị tổ là xã Phụ Vệ, huyện Chí Linh, Hải Dương, nay là huyện Nam Thanh, Hải Dương (Nam Thanh là Nam Sách và Thanh Hà hợp lại).

Vào năm 1304, Sơ tổ Trúc Lâm trên đường hoằng pháp tại vùng Nam Sách gặp một thanh niên tuấn tú. Ngài bèn hỏi vài câu trong kinh sách Phật, và được người trẻ tuổi trả lời trôi chảy. Ngài rất ưng bụng và thấy người này ngỏ ý theo ngài xuất gia, ngài bèn nhận làm đệ tử, đặt tên là Thiện Lai và gửi nhà sư Tính Giác ở một cái chùa gần đó để tu học. Thiện Lai chính là người thanh niên 21 tuổi Đồng Kiên Cương vậy. (Thiện Lai - bienvenu - là danh từ đức Phật dùng để gọi người mới thế phát).

Nhà sư Tính Giác có vẻ không chăm chú đến việc dạy đạo cho Thiện Lai. Có lẽ nhà sư còn thử thách nhiều lần chăng, điều này không thể rõ được. Tuy nhiên, với bản tính hiếu học và sẵn trí thông minh, Thiện Lai chịu khó lấy kinh sách ra xem. Một lần, đọc kinh Lăng Nghiêm, đến đoạn nói về việc Đức Thích-Ca bảy lần hỏi ông A-Nan về cái tâm, Thiện Lai bèn ngộ. Sau đó, trong lúc suy nghĩ, bỗng thấy hoa đèn rụng, Thiện Lai đại ngộ! Chữ giác, chữ ngộ trong đạo Phật đều có nghĩa "biết một cách rõ ràng, không lầm lạc", đó là trái với mê. Cái biết này không phải là cái biết của người phàm, của học đường, của sách vở, mà chính là sự biết một cách sáng suốt chân lý của vũ trụ, của nhân sinh, một sự hiểu biết trực tiếp. Giác ngộ có nhiều bậc: thanh văn, duyên giác, bồ-tát, Phật. Chỉ có những bậc đắc đạo đến quả vị Phật mới là hoàn toàn, mới là đại giác, toàn giác (người ta gọi Phật Thích-Ca là Giác Vương).

Ngay năm sau (tức là năm 1305) sơ tổ Trúc Lâm cho Thiện Lai thọ giới tỳ- kheo, bồ-tát và ban cho pháp danh là Pháp Loa.

Năm 1306, Pháp Loa được cử làm giảng chủ ở chùa Báo Ân, còn gọi là chùa Siêu Loại vì tọa lạc tại làng Siêu Loại, phủ Thuận Thành, tỉnh Bắc Ninh. Chùa này nổi tiếng là một giảng viện có uy tín của phái Trúc Lâm. Ngài Pháp Loa thuyết pháp ở đó mỗi lần cả ngàn người kéo đến nghe. Năm 1307, sơ tổ Trúc Lâm trao pháp để chính thức cử ngài Pháp Loa giữ ngôi vị Nhị Tổ, và từ đó Nhị Tổ trụ trì chùa Báo Ân. Điều đáng chú ý nhất

là: mới tu có ba năm mà đã được truyền pháp làm Nhị Tổ, điều này chứng tỏ tài năng và đạo hạnh của ngài cao đến mực nào!

Từ đó Nhị Tổ lãnh đạo Giáo Hội cho đến khi viên tịch năm 1330 tại chùa Quỳnh Lâm, thọ 47 tuổi. Vua Trần Anh Tông viếng:

Tự tòng Pháp Loa khứ thế hậu,

Thiên hạ Thích tử không vô nhân.

(Từ Pháp Loa trở về sau, Thích tử coi như không còn ai.)

Vua Trần Anh Tông gọi ngài là Phổ Tuệ tôn giả. Vua Trần Minh Tông gọi ngài là Tịnh Trí thiền sư.

Người được truyền pháp giữ trách nhiệm tổ thứ ba là thiền sư Huyền Quang, một vị tiến sĩ xuất gia, nhiều tuổi hơn Nhị Tổ; thật vậy, nhị tổ (1284-1330) còn thua Tam Tổ (1254-1334) đến 30 tuổi! Phật giáo sử có kể lại truyện Tam Tổ giúp cho Nhị Tổ viên tịch như thế nào.

Ở đây, nên nói một vài dòng về chùa Quỳnh Lâm vì chùa này cùng với chùa Báo Ân, chùa Hoa Yên, chùa Côn Sơn là những trung tâm của phái Trúc Lâm nổi tiếng thời bấy giờ. Chùa Quỳnh Lâm ở trong núi Quỳnh Lâm, xã Hà Lôi, huyện Đông Triều, tỉnh Hải Dương (ngày nay Đông Triều bị cắt, mang sáp nhập vào tỉnh Quảng Yên tức Quảng Ninh). Khởi công xây dựng từ đời Lý, chùa được mở rộng và có một pho tượng Phật rất lớn, được xếp vào "An Nam tứ khí", đó là tượng Quỳnh Lâm, chuông Qui Điền, tháp Báo Thiên và đỉnh Phổ Minh. Do sự cúng dường của triều đình, của các vương tôn, công chúa, chùa có tới cả ngàn mẫu ruộng với cả ngàn tá điền. Sau chùa bị quân Minh phá hủy. Nhà Lê dựng lại. Đến thời Nguyễn (Thiệu Trị) kẻ ác đến đốt chùa, người ta kể lại rằng chỉ có tượng Trúc Lâm đại đầu đà (Trần Nhân Tông) là không cháy!

Đối với Phật giáo Việt Nam, ngài Pháp Loa có công rất lớn. Ngài có tài tổ chức và phát triển giáo hội Phật giáo. Lần đầu tiên ở nước ta, trung ương có hồ sơ của các tăng sĩ rải rác trong các chùa thuộc Giáo Hội. Theo kỷ luật chặt chẽ, cứ ba năm tăng sĩ phải thụ giới đàn một lần, mỗi lần rất nhiều người phải hoàn tục vì không đủ giới hạnh và học lực. Ngài uyên thâm về đạo Phật, phép Thiền và có biện tài nên mỗi khi giảng kinh, đại chúng đến nghe rất đông (có cả ngàn), ngài giảng các kinh đại thừa cao như Hoa Nghiêm,Viên Giác.

Không những chỉ thuyết pháp, ngài còn viết nhiều: ngài chú giải những kinh Pháp Hoa, Lăng Già, v.v... và biên soạn sách giáo khoa Phật học, như Thiền đạo yếu học... và nhiều nghi thức Phật giáo.

Đáng kể nhất là việc ấn hành Đại Tạng Kinh, phải khắc trên hai chục năm mới xong, đến trước khi viên tịch, ngài cho in (1329). Đáng tiếc rằng vào khoảng 1407, Trương Phụ (nhà Minh) đem quân xâm lược nước ta, theo kế hoạch thâm độc của nhà Minh, đã đốt phá hết.

Ngài đã khai sáng nhiều chùa lớn, đặc biệt là mở rộng hai cơ sở Quỳnh Lâm, Báo Ân, dựng hàng ngàn tượng Phật ở khắp nơi.

Đi tu 26 năm, lãnh đạo giáo hội trong 23 năm, ngài là một bậc long tượng trong hàng thiền sư nước ta.

Một vấn đề được một số người nêu lên là: nếu nói rằng Trúc Lâm thiền phái mang sắc thái đặc biệt Việt Nam, chứng tỏ tinh thần độc lập của Việt Nam đối với Trung Hoa, thì nét nào là đặc biệt? Xin thưa: Sơ tổ Đông độ là ngài Bồ- Đề-Đạt-Ma, truyền đến Lục tổ là ngài Huệ Năng, tới đó không còn lệ truyền y bát, đã nêu lên chủ trương của Thiền tông Trung Hoa là Giáo ngoại biệt truyền, Bất lập văn tự, Trực chỉ nhân tâm Kiến tánh thành Phật. (Lấy tâm truyền tâm, truyền riêng ngoài giáo, không dùng văn tự, chỉ thẳng tâm người, kiến tánh thành Phật).

Trúc Lâm Yên Tử thiền phái cũng nhằm "kiến tánh", luôn luôn nhắc đến "Phật tánh" nhưng có chú ý dịch và giảng kinh sách, đồng thời sáng tạo những bài kệ, bài tán, bài sám, v.v... có tính cách Việt Nam (dù rằng vẫn còn dùng Hán tự).

Đây là một bài kệ gọi là Kệ dâng hoa của vua Trần Thái Tông:

Đất tâm hoa nở sắc khoe tươi

Thơm ngát ngàn hoa khắp cõi trời,

Muôn đóa đem dâng trên điện Phật

Nghìn thu gió nghiệp chẳng tàn rơi.

Đây là bài thơ Xuân muộn của vua Trần Nhân Tông:

Tuổi trẻ chưa tường lẽ sắc không,

Xuân sang, hoa nở, rộn tơ lòng,

Chúa Xuân nay đã thành quen mặt,

Nệm cỏ ngồi yên, ngó rụng hồng. (Ngô Tất Tố dịch)

Và đây là bài Thị tịch của ngài Pháp Loa:

Một thân nhàn nhã dứt muôn duyên,

Hơn bốn mươi năm những hão huyền,

Nhắn bảo các ngươi đừng gạn hỏi,

Bên kia trăng gió rộng vô biên.

(theo Nguyễn Đức Vân)

Ngài cũng viết: "Người học Phật, trước tiên cần thấy tính. Thấy tính không phải là nói về cái có thể nhìn thấy. Gọi là thấy, là thấy cái ở những nơi không thể nhìn thấy...". "Tuệ mà không đạt được định thì gọi là tuệ cằn, định mà không đạt được tuệ thì gọi là thiền si..."

Chúng ta nhắc đến nhị tổ Pháp Loa của thiền phái Trúc Lâm (đồng thời nhắc đến sơ tổ và tam tổ), cần phải học được bài học gì? Lẽ dĩ nhiên, chúng ta rất hãnh diện vì đã có một Thiền phái mang sắc thái dân tộc, không nói ra nhưng đã ngầm nói lên tính cách độc lập của nước ta về mọi phương diện. Ngoài ra cũng còn một số điều cần suy nghĩ:

- Nay đã có một Giáo Hội có đủ tổ chức, uy tín và quyền lực để kiểm soát sự tu học của tăng sĩ hay chưa? Câu trả lời do độc giả tự tìm lấy.

- Dựa vào chính quyền làm đòn bẩy, nhằm vào công chúa, quý tộc làm hậu thuẫn có lợi hay có hại về lâu về dài cho đạo pháp?

- Xây dựng những cơ sở thật lớn quả là đáng xưng tụng, nhưng thiếu người đạo hạnh và học rộng để gìn giữ, trùng tu thì liệu chống lại luật vô thường được bao lâu?

Ngày nay, giữa chốn văn minh vật chất đầy cám dỗ này, đã thấy một Pháp Loa vừa thuyết pháp, vừa viết sách, vừa xây cất chùa chiền, vừa lãnh đạo Giáo Hội hay chưa?

---oOo---

WHAT IS MEDITATION?

Working With The Mind

In Buddhist meditation, we try to develop wisdom, learn to observe our own mind, decrease negative mind states and develop positive mind states. To develop wisdom and insight, we need a calm, clear and concentrated mind. To observe our own mind, we need to develop a kind of inner "spy" - a part of our attention that checks our state of mind. To decrease negative mind states we need to understand where they come from and transform them into positive energy with the wisdom developed from observing our own mind. To develop positive mind states, we need to focus away from selfishness and again develop wisdom by observing our own mind.

In order to find the right state of mind for meditation, we need concentration instead of being scattered, and clarity of mind instead of dullness. We need to observe our own thoughts and mind states instead of getting lost in emotions or becoming prejudiced. We need to be honest towards ourselves instead of fooling ourselves and walk away from unpleasant problems. Furthermore, we need to be patient (one does not become a meditation master over night), generate self-acceptance, confidence and enthusiasm to make the mind peaceful.

All these factors need to be in balance: we need to be somewhat relaxed as well as concentrated, we need to avoid both sleepiness and excitement.

A quote from the late Lama Yeshe:

"Many meditators emphasize too much on concentration: if you are squeezing, then there is no control of anger if someone disturbs you. The beauty of real meditation is, that even if you are disturbed, you can allow space and time for this."

Another misunderstanding about meditation is that we should stop thinking. I assume this comes from the emphasis in many Zen schools to "stop thinking" - which I understand to mean that one cannot realise or experience emptiness when being only caught up in conceptual thoughts about it. That would be similar to trying to experience a beautiful sunset while discussing with yourself, "Is it the colour of the clouds that make it beautiful, or is it the quietness; why does the sun turn red etc."

As Allan Wallace writes in Tibetan Buddhism from the Ground Up:

"The point of Buddhist meditation is not to stop thinking, for...cultivation of insight clearly requires intelligent use of thought and discrimination. What needs to be stopped is conceptualization that is compulsive, mechanical and unintelligent, that is, activity that is always fatiguing, usually pointless, and at times seriously harmful."

Or, as the late Ajahn Chah said:

"Try to be mindful, and let things take their natural course. Then your mind will become still in any surroundings, like a clear forest pool. All kinds of wonderful, rare animals will come to drink at the pool, and you will clearly see the nature of all things. But you will be still. This is the happiness of the Buddha."

But can we change our mind just like that? His Holiness the Dalai Lama explains in 'An Open Heart: Practicing Compassion in Everyday Life':

"Though not physical, our states of mind also come about by causes and conditions, much the way things in the physical world do. It is therefore important to develop familiarity with the mechanics of causation. The substantial cause of our present state of mind is the previous moment of mind. Thus, each moment of consciousness serves as the substantial cause of our subsequent awareness. The stimuli experienced by us, visual forms we enjoy or memories we react to, are the cooperative conditions that give our state of mind its character. As with matter, by controlling the conditions, we affect the product: our mind. Meditation should be a skillful method of doing just this, applying particular conditions to our minds in order to bring about the desired effect, a more virtuous mind."

Calm Abiding, SHAMATHA

The definition of shamatha is: the ability to hold our minds on the object of meditation with clarity and stability for as long as we wish, conjoined with mental and physical pliancy. It is also called single pointed concentration. With shamatha, the mind becomes extremely flexible and drastically reduces the power of disturbing attitudes, gross anger, attachment, jealousy etc. do not arise.

"People learning the way should first empty and quiet their minds. This is because the mind must be empty before it can mystically understand the subtle principle. If the mind is not emptied, it is like a lamp in the wind, or like turbulent water, how can it reflect the myriad forms?"

Yuan-hsien (1618-1697) - Excerpted from "The Teaching of Zen" edited by Thomas Cleary

Prerequisites to achieve full-blown calm abiding:

1. Agreeable place: easy to obtain food without wrong livelihood, powerful place (blessed by holy persons) and quiet, not disease-ridden, proper companions and one should have heard and studied the teachings. 2. Have few desires in terms of food, clothes etc. 3. Knowing satisfaction: acceptance of what you have and who you are. 4. Pure ethics: try to prevent any negative actions. 5. Forsaking commotion/excitement: few purposes outside meditation, reduce any other activities 6. Abandoning thoughts of desire and lust: contemplating faults of desire and impermanence.

As you may understand from the above, the achievement of shamatha is not a small task. It is said that if one is completely focused on the practice in solitary retreat, some people can achieve it in 6 months. There are not many people around who can claim to have mastered shamatha. To seriously engage in this practice, the advice of a teacher should be sought, and several good books have appeared on the subject.

Special Insight, VIPASYANA (vipassana)

Vipasyana is defined as: the correct discernment of the object of meditation, coupled with single-pointed concentration: a combination of analytical meditation and calm abiding. To develop it, we need to learn to analyse the meditation object. But not only conceptual; it is a more fully understanding the object. Our conceptual understanding will eventually turn into direct, non- conceptual experience.

As the Buddha said:

"Like fire arises from two pieces of wood rubbed together, so does analytical wisdom arise from the conceptual state. And just like the fire increases and burns away all the wood, analytical wisdom increases and burns away all conceptual states."

Two types of analytical meditation are distinguished:

1.To transform our attitude. For example, by understanding the problems and misunderstanding of anger, we can reduce and ultimately eliminate anger. 2. Analysis of the meditation object to understand and perceive it directly. When doing analytical meditation, never take for granted the first quick answer that comes up. When you ask "why, how and when" again regarding your initial answers, you may discover the "real", underlying answers. Also, the answers should not only come just from the intellect, also check your feelings and emotions, as long as you don't get caught up in them..

An example: in death meditation you can think of death. When you ask, "Will I die?" the immediate answer will be "Yes", and it seems you are finished. But take some time to check with yourself if you really live your life consciously in the realisation that you can die any minute. Asking yourself, "How would it feel to die right now?" will get you

into another level of the mind. Ask, "How will I die?" and "How will I feel?" and the simple question about death becomes intensely acute and serious.

Then ask for example, "Why will I die?" and you may answer, "Negative karma". But rather than giving just the textbook answers, check how these things feel: "What is negative karma really? How does negative karma feel? Do I really believe in karma, and do I act that way?" etc.

Analytical meditation is not just about giving the instant logical answers from the books, but verifying what your OWN answers are. For me personally, often the real answers appear to be stowed away in emotions and is hiding behind the logical straightforward answers.

After doing the analysis in a very slow and calm way, one should single- pointedly focus on the conclusion made in the end, without analysis, just "look at the conclusion". This really works to let your own conclusions "sink in", and make them part of your understanding and wisdom.

As example using above meditation, you may conclude that you are really not so sure whether you believe in karma. The conclusion may well be something like: "I have to check about karma more" or "I need to check why I often don't act as if I believe in karma". Personally, this is the kind of stuff that makes me more sensitive and aware about my state of mind, and it stimulates to meditate more on the subjects of philosophy and psychology.

Thiền Định - Thiền định là gì? Thiền phiên âm từ tiếng Phạn là thiền na, là tư duy, suy nghiệm, suy cứu đối tượng của tâm thức; cũng là tĩnh lự, dùng tâm vắng lặng để thẩm sát sự việc; Định theo tiếng Phạn là tam muội, đồng nhất, chuyên nhất, tâm ý không tán loạn. Nhờ định mà hành giả đạt tới trạng thái sâu lắng của tâm thức trong việc chú ý đến tâm hoặc vật, khả năng đạt định là một trong những điều kiện tiên quyết của tu tập thiền. Thiền định gồm có Chỉ và Quán:

1. Chỉ (Xa-ma-tha) - còn gọi là thiền vắng lặng, là ngồi tĩnh lặng cho hết tư tưởng vọng niệm nổi lên để được thanh tịnh, tức là dứt niệm quên trần để tâm vắng lặng.

2. Quán (Tỳ-bà-xá-na) - còn gọi là thiền Minh Sát, là ngồi tập trung tư tưởng vào một đối tượng, đề mục nào đó, không cho tán loạn vọng tưởng, cho tâm được thanh tịnh để quán sát suy nghiệm chân lý.

Mục đích của thiền định - người có ý chí quyết tâm tu thiền sẽ đưa đến đồng nhất giữa vũ trụ và bản thể chân tâm, đó là giác ngộ giải thoát. Tiến sĩ Tâm lý học cũng là Thiền sư người Anh David Fontana: "Thiền không có nghĩa là ngủ gục, để tâm chìm lặng vào hôn mê, xa lìa thế gian, vị kỷ chỉ nghĩ về mình, vào các vọng tưởng điên đảo, quên mất mình đang ở đâu và làm gì. Thiền định giữ cho tâm tỉnh táo, chú tâm, tập trung đầu óc vào một đối tượng thuần nhất, biết mình là ai và đang ở đâu?"

Thiền định còn có mục đích bao gồm tất cả các pháp: tu Chỉ như ngăn giữ không cho suy nghĩ tưởng nhớ nổi lên; tu Quán như quán Hơi Thở, quán Thân Không Sạch, quán

Bốn Niệm Xứ "thân, thọ, tâm, pháp", quán Từ Bi, quán Năm Ấm "sắc, thọ, tưởng, hành, thức"; quán Mười Hai Nhân Duyên "vô minh, hành, thức, danh sắc, sáu nhập, xúc, thụ, ái, thủ, có, sinh, già chết"...

Lợi ích của thiền định - có mười lợi ích sau đây:

1. An trụ trong uy nghi: tu thiền định phải theo đúng phương pháp mà hành trì trải qua thời gian lâu dài, năm căn được định tĩnh, chính định phát khởi sẽ được an tịnh trong pháp thức oai nghi.

2. Đạt cảnh giới từ bi: tu thiền định khởi tâm từ bi thương yêu chúng sinh, muốn cho muôn loài được an ổn.

3. Diệt trừ phiền não: nhờ năng lực thiền định mà các phiền não tham sân si không còn phát sinh.

4. Sáu căn yên ổn: thiền định giữ được sáu căn không bị ngoại cảnh mê hoặc

5. Vui vẻ an lạc: người tu thấy thiền định là món ăn quý giá hơn tất cả các món ăn của thế gian.

6. Xa lìa ái dục: khi thiền định tâm niệm ái dục lắng xuống không còn phát sinh làm ô nhiễm tâm nữa.

7. Chứng được chân không: thiền định đưa tới chứng được chân không, nhưng không rơi vào chỗ đoạn diệt hư vô, tức là chứng được chân không mà diệu hữu.

8. Giải thoát: thiền định cởi mở được hết những trói buộc xưa kia của tâm.

9. Đạt trí huệ: khai phát trí huệ vô biên, và an trú tâm trong cảnh giới của chư Phật.

10. Giải thoát tri kiến: đạt đến giải thoát rốt ráo, không còn hữu lậu khổ nghiệp, thành vô lậu giải thoát.

Tóm lại, năm căn được tự tại, phiền não được dứt trừ, từ bi được thành lập, trí huệ phát chiếu, cảnh giới giải thoát được phơi bày trước mặt. Thiền định có công năng quý báu, có diệu dụng phi thường, làm sao mà bỏ qua cho được!

Thiền và Quán Hơi Thở - Đối với người mới tập thiền, không nên ngồi thiền trong lúc quá no, đói, có bệnh, thiếu ngủ, khát nước, quần áo quá chật, quá nóng, lạnh, quá ồn ào...Khi ngồi thiền thân thể, quần áo phải sạch sẻ.

Để dễ tập trung vào việc thiền, người hành thiền phải dứt các lo lắng, giận hờn, ghen tị...nghĩa là muốn hành thiền mau tiến bộ phải tránh tham sân, phải

bớt tiếp xúc với sáu trần là sắc đẹp, thanh hay, hương thơm, vị ngon, xúc êm dịu, pháp tưởng nhớ. Cũng cần phải tin pháp môn hành trì, tin thiện tri thức, tin chính mình có đủ khả năng, tất cả không một chút nghi ngờ về các điều trên gọi là có chính tín.

-Tọa cụ để ngồi, có thể dùng một cái chăn mền mỏng gập làm tư, một cái gối bằng bông dày, mỏng tuỳ ý. Nếu sàn trải thảm, chỉ cần một cái gối là đủ.

- Chăn mền gập làm tư trải xuống, để gối trên mền ngay ngắn, ngồi thế nào để chân không đụng gối.

- Ngồi bán kết già: để chân trái lên đùi phải hay chân phải lên đùi trái, bàn chân nằm ngửa bằng với đùi (nếu không thể để trên đùi, để trên bắp chân).

- Ngồi toàn kết già: cũng giống như ngồi bán kết già nêu trên, nhưng phải kéo bàn chân kia lên nằm ngửa trên đùi và bằng đùi kia (cách ngồi này rất khó, chỉ dễ đối với người đã quen hoặc còn trẻ).

Người mới tập thiền hay tê chân, qua thời gian hết tê thì đau mỏi, về sau hết đau mỏi rồi, ngồi bao lâu cũng được.

- Nới lỏng dây bụng, cổ áo, cho rộng rãi thoải mái, sửa cho ngay ngắn.

- Tay trái nằm ngửa để trên chân giữa hai đùi, tay phải cũng nằm ngửa để trên tay trái (hay ngược lại), các ngón chồng lên nhau, trừ ngón cái vừa đụng nhau, rồi hai bàn tay kéo sát vào người vừa phải thoải mái, không cho xê dịch.

- Giữ cho xương sống và cổ ngay ngắn, không cong, không nghiêng vẹo.

- Đầu hơi cúi một chút như thế nào để tầm mắt nhìn thẳng chạm đất xa khoảng 1.5 mét (5 feet) cách chỗ ngồi.

- Dùng miệng thở ra từ từ, mũi hít vào từ từ như khi thở ra; tưởng tượng các mạch máu trong người đều theo hơi thở mà lưu thông cùng khắp cơ thể, tất cả những buồn phiền, lo lắng và khí độc trong người đều ra hết. Khi thở xong, để hơi thở tự nhiên, nhẹ nhàng, không nên làm cho bụng phồng, xẹp theo ý mình.

- Miệng ngậm lại, môi khép kín vừa phải, hàm dưới trong, hàm trên ngoài, răng để khít nhau, lưỡi để sát lên trần của hàm trên.

- Mắt nhắm vừa đủ để che ánh sáng bên ngoài hoặc ánh đèn, không cần phải nhắm nghiền (khi thiền nhắm mắt dễ bị hôn trầm tức buồn ngủ), mở mắt to dễ bị tán loạn. Nếu thiền ban đêm hay trong phòng tối, nên mở mắt một nửa, tránh buồn ngủ.

- Giữ hơi thở điều hoà, thân ngồi ngay thẳng vững vàng, thoải mái không cử động xê dịch, để tâm nơi đầu mũi và bắt đầu hành thiền.

Thời gian thiền dài ngắn tùy theo mỗi hành giả, từ nửa giờ cho tới một giờ hay hơn nữa, tùy sức mỗi người. Thông thường khi mới tập thiền, ngồi trong thời gian ngắn (15 phút), sau dần dần tăng thời gian dài hơn lên (30 phút đến một giờ...).

Đếm hơi thở lẻ: hít vào đếm một, thở ra đếm hai; hít vào đếm ba, thở ra đếm bốn...cho đến mười. Rồi lại bắt đầu đếm từ một đến mười...trong nửa giờ hay một giờ tuỳ ý.

Đếm hơi thở chẵn: hít vào rồi thở ra đếm một, hít vào rồi thở ra lần nữa đếm hai...và cứ như thế thở và đếm tuần tự đến mười. Rồi đếm từ một đến mười, cứ như thế đếm cho đến khi xả quán. Nếu đếm sai, hay quên thì bắt đầu đếm lại từ một đến mười...

Đức Phật dạy: "Người vững vàng tinh tấn, kiên trì hành thiền, vượt được mọi ràng buộc, thành tựu Niết-bàn tối thượng".

Meditation – is the most powerful way to train the mind. The Pali word for meditation – bhavana – means mind development or cultivation. Shamata, or “calm abiding,” is a concentration practice that brings tranquility. By staying still and focusing your attention on an object such as the breath, you develop sustained attention – one pointedness. A mind that’s calm and focused can support vipassana, or insight meditation – the analytical practice of observing the mind and its contents. This practice is the basis for mental mastery. Insight leads to release of the five hindrances to awakening – desire, ill-will, laziness, restlessness, and doubt – and to “clear knowing,” or seeing things as they really are.

As a meditation, you can send good will to all beings everywhere by repeating an aspiration such as, “May all beings be happy and secure. May their minds be contended.” People nowadays usually begin this practice by repeating those phrases on their own behalf.

Meditation – First sit down in a quiet place, either in the lotus position or upright in a chair with the back straight and hands flat on the thighs and feet flat on the floor. Place your attention on the nostrils or the abdomen and keep it there. Refusing to be distracted by thoughts or outside events. You feel the air drawn in, then observe the slight pause between the in-breath and the out-breath, then you feel the air expelled and once again observe a slight pause, this time between out-breath and in-breath. At least at first, you don’t strive for any special pattern to your breathing, such as longer out-breaths than in-breaths; you just allow your breaths to come and go naturally; allowing it to settle down and become softer and softer as your mind and bodies relax into your meditation. To help your concentration, you can count on your breaths, Counting from one to ten on each out-breath and then returning to one and beginning again. Should you lose track of your counting, go back to the count of one each time… If you’re just beginning to learn meditation, you sit for five or ten minutes each session; try to sit each day at the same time, morning or evening, which ever suits you best. You allow the daily five to ten minutes to expand to fifteen or twenty minutes as the weeks go by, but you never try to force the pace. The meditation isn’t about gritting the teeth in deter- mination, it’s about sitting quietly with yourself and although it requires its own kind of discipline, this has less to do with toughness than with yielding (mềm mỏng) and letting go…

Meditation on Bodhicitta (Bồ đề tâm) – consists of two separate parts: • Must develop the desire to bring about the welfare of all sentient beings. • Must strengthen the aim to attain Buddhahood for the benefit of all sentient beings.

Meditation on single pointedness – need an isolated place, no noise, clean the environment to induce psychological effect of greater mental clarity: • Sitting straight back, in vajra (crossed legs) position or in Arya Tara’s posture: right leg extended out,

left leg folded.

• The back of the right hand rests in the palm of left hand, and the two thumbs stand up and touch one another, forming a triangle. The arms should not touch the body. • The head is slightly bent down, the tip of the tongue touching the palate (vòm miệng) which prevent thirst and drooling (nước dãi). • Lips and teeth should be left in their natural position, eyes looking at the tip of the nose. • During meditation, the breathing should be natural, concentrate on breathing and count in/out "1, 2, 3, …up to 20… When the mind concentrates fully on breathing, the breath coming and going…

Meditation on Compassion – In generating compassion, starting by recognizing that you do not want suffering and that you have a right to have happiness. This can be verified or validated by your own experience. You then recognize that other people, just like yourself, also do not want to suffer and that they have a right to have happiness. So this becomes the basic of your beginning to generate compassion…

-Begin by visualizing a person who is acutely suffering, someone who is in pain or is in a very unfortunate situation. For the first three minutes of the meditation, reflect on that individual's suffering in a more analytic way – think about their intense suffering and the unfortunate state of that person's existence.

-After thinking about that person's suffering for a few minutes; next try to relate that to yourself, thinking, 'that individual has the same capacity for experiencing pain, joy, happiness, and suffering that you do. Then, try to allow your natural response to arise – a natural feeling of compassion towards that person.

-Try to arrive at a conclusion, thinking how strongly you wish for that person to be free from that suffering. And resolve that you will help that person to be relieved from their suffering.

-Finally, place your mind single-pointedly on that kind of conclusion or resolution, and for the last few minutes of the meditation try to simply generate your mind in a compassion or loving state.

After a few minutes, chant a Tibetan Mantra "Om Mani Padme Hung"… ---oOo---

Meditation on the Nature of the Mind – The purpose of this exercise is to begin to regconize and get a feel for the nature of our mind. Generally, when we refer to our mind "we are talking about an abstract concept. Without having a direct experience of our mind, for example, if we are asked to identify the mind, we may be compelled to merely point to the brain. Or, if we are asked to define the mind, we may say it is something that has the capacity to 'know', something that is 'clear' and 'cognitive'. But without having directly grasped the mind through meditative practices, these definitions are just words. So the purpose of this exercise is to be able to directly feel or grasp the conventional nature of the mind, so when you say the mind has qualities of 'clarity' and 'cognition', you will be able to identify it through experience not just as an abstract concept…"

“To begin, first do three rounds of breathing, and focus your attention simply on the breath, just be aware of inhaling, exhaling, and then inhaling, exhaling – three times. Then, start the meditation”.

Folding your hands on your lap, and remaining emotionless in meditation. Total silence for five minutes, seeking to still your thought and perhaps catch a glimpse of the true nature of your own mind…

Meditation on Tranquility

Buddhadharma also taught an entry to the path through meditation. Contrary to the impression given by later Zen account of Bodhidharma, the meditation that he taught was not especially revolutionary. Rather his approach was innovative in that he taught meditation in China at a time when less demanding forms of spiritual practice, such as giving alms, chanting texts, or copying sutras, were in vogue.

Bodhidharma did teach a special meditation technique called “wall gazing”, intended to free the mind from concepts. While this technique could work well for a meditator with some previous experience and practicing under guidance

of a teacher, it is not a method suitable for beginners. If someone new to meditation came to Bodhidharma, we can assume that he might have initially taught one of the more basic methods of Buddhist meditation, such as tranquility meditation.

Tranquility meditation is designed to calm the mind and the body through focusing single pointedly upon some appropriate object. You might focus on an image, such as a mental picture of the Buddha or, more commonly, you can focus on the breath. A few preliminaries can help ensure a fruitful meditation session.

First, choose a good place to meditate. Though it is possible to meditate anywhere, beginners should find a place where they are unlikely to be disturbed by noise from outside or from other parts of the house. The light should be dim, neither too bright nor too dark. If the space is too bright, the clarity of the room’s contents can be distracting, while the dark room is more conducive to sleep than to concentration. On a low table, you might place an image of the Buddha or some other holy person, along with flowers and a receptacle for burning incense. As well as creating a pleasant fragrance, incense is calming to the senses and creates an atmosphere conducive to meditation.

Various times of the day are traditionally prescribed as most suitable for meditation, such as dawn, dusk, and midnight, though people with busy working lives may not be able to adopt these times for practice. The most important thing is to fix a time that is best for you and stick to that. Changing your time for meditation every day is not conducive to regular practice. Since you soon begin to find reasons why your schedule makes it impossible to do any meditation that day! It is also advisable to limit yourself to sessions of no more than thirty minutes.

The question of the best meditation posture for Westerners is open to argument. Some forms of Buddhism are quite relaxed, about posture, but the Zen tradition, especially Japanese Zen, lays great stress on a formal, traditional posture. They prescribe that meditators sit with the legs locked in the full “lotus pose”, in which the soles are upturned and placed on top of the opposite thighs. Many meditators cannot adopt this position without pain, which would seem to defeat the whole object of meditating to calm the mind. A compromise is to sit in a more relaxed “tailor posture”, with the legs bent and folded in front. Sitting on a small thick cushion or a meditation stool that

elevates the back will help you fold your legs more easily. It is also possible to meditate sitting upright in a chair, with your feet placed flat on the ground. Your hands should be placed palms upwards, one on top of the other, with the tips of the thumbs raised and touching to form a circle. Your shoulders should be relaxed, but your back should be held straight and upright without strain, and your head very slightly inclined forward. Your eyes should be half-closed, with your gaze directed downwards to a point about four feet in front of you.

When you first sit down to meditate, spend a few minutes getting comfortable, so that you feel balanced and relaxed. Breath in and out deeply several times. The object of tranquility meditation is focusing the mind without distracting. The easiest object to focus is the breathing process itself. It is not necessary to alter your breathing as one might in some form of yoga. Rather, when you are sufficiently relaxed turn your attention to the flow of your breath, focusing on the point above your upper lip when the breath enters and leaves your nostrils. Some instructions suggest that you count each cycle of inhalation and exhalation, beginning with one and counting up to ten cycles. Counting is a means of strengthening the mind’s focus on the breathing.

When your mind wanders away from the breathing cycle, as it surely will, gently bring it back to focus on the breathing as soon as you notice it has drifted off target. Do not become annoyed of yourself, for it is quite natural for beginners to loose their focus. Instead, just resume counting the inward and outward flow of your breath. As you make progress with this form of meditation, you may notice that your breathing becomes slower and increasingly subtle. By the time you have reached this stage, you will be able to focus on the breathing without any further need for counting.

When you have finished your meditation session, do not suddenly jump up and rush off into the turmoil of your daily life. Buddhists believe that any wholesome activity, such as meditation, generates a charge of positive energy. This energy can be shared with others for their benefit.

Consequently, at the end of your meditation session, you might express your desire that the positive energy you have accumulated through practice might be transferred to others.

The simple instructions given here can help you get started on a meditation practice. It’s important to remember, however, that meditation is a powerful

tool for change. Because it acts upon the mind, it may bring up complex emotions and long forgotten or suppressed memories.

Thus, it is a good idea to seek out a Buddhist group or arrange for access to a qualified meditation teacher who can advice and encourage you appropriately as you venture into the unknown and sometimes disturbing territory that is your own mind...

(Zen Master Class by Stephen Hodge) ---oOo---

Insight Meditation: Basic and Progressive Stages (Mahasi Sayadaw)

SEEKING HAPPINESS

It is a truism to say that nobody likes suffering and everybody seeks happiness. In this world of ours, human beings are making all possible efforts for prevention and alleviation of suffering and enjoyment of happiness. Nevertheless, their efforts are mainly directed to the physical well-being by material means. Happiness is, after all, conditioned by attitudes of mind, and yet only a few persons give real thought to mental development; fewer still practice mind-training in earnest.

To illustrate this point, attention may be drawn to the commonplace habits of cleaning and tidying up one's body; the endless pursuits of food, clothing, and shelter; and the tremendous technological progress achieved for raising the material standard of living, for improving the means of transport and communications, and for prevention and cure of diseases and ailments. All these strivings are, in the main, concerned with the care and nourishment of the body. It must be recognized that they are essential. However, these human efforts and achievements cannot possibly bring about the alleviation or eradication of suffering associated with old age and disease, domestic infelicity and economic troubles; in short, with non-satisfaction of wants and desires. Sufferings of this nature are not overcome by material means; they can be overcome only by mind-training and mental development.

Therefore, it becomes clear that the right way must be sought for training, stabilizing, and purifying the mind. This way is found in the Maha

Satipatthana Sutta, a well-known discourse of the Buddha, delivered well over twenty-five hundred years ago. The Buddha declared thus:

This is the sole way for the purification of beings, for the overcoming of sorrow and lamentation, for the destroying of pain and grief; for reaching the right path, for the realization of Nirvana, namely the Four Foundations of Mindfulness.

BASIC PRACTICE

Preparatory Stage: If you sincerely desire to develop contemplation and attain insight in this your present life, you must give up worldly thoughts and actions during training This course of action is for the purification of conduct, the essential preliminary step toward the proper development of contemplation. You must also observe the rules of discipline prescribed for laymen (or for monks, as the case may

be), for they are important in gaining insight. For layfolk, these rules comprise the eight precepts which Buddhist devotees observe on holidays and during periods of meditation. These voluntary precepts are abstention from:

(1) killing,
(2) stealing,
(3) sexual intercourse,
(4) Lying,
(5) intoxicants,
(6) eating solid foods after noon,
(7) dance, shows, wearing flowers, perfume, and adornments, and
(8) high and luxurious beds.
An additional rule is not to speak with contempt, in jest, or malice to or about any of the noble ones who have attained states of enlightenment.

The old masters of Buddhist tradition suggest that you entrust yourself to the enlightened one, the Buddha, during the training period, for you may be alarmed if it happens that your own state of mind produces unwholesome or frightening visions during contemplation. Also place yourself under the guidance of your meditation instructor, for he can talk to you frankly about your work in contemplation and give you the guidance he thinks necessary.

The aim of this practice and its greatest benefit is release. from greed, hatred, and delusion, which are the roots of all-evil and suffering. This intensive course in insight training can lead you to such release. So work ardently with this end in view so that your training will be successfully completed. This kind of training in contemplation, based on the foundations of mindfulness (satipatthana), is that taken by all Buddha and noble ones, for attaining enlightenment. You are to be congratulated on having the opportunity to take the same kind of training.

BEFORE YOU MEDITATE

It is also important for you to begin your training with a brief contemplation on the 'four protections' which the Buddha offers you for reflection. It is helpful for your psychological welfare at this stage to reflect on them. The subjects of these four protective reflections are the Buddha himself, loving- kindness, the loathsome aspects of the body, and death.

First, devote yourself to the Buddha by sincerely appreciating his nine chief qualities in this way:

-- Truly, the Buddha is holy, fully enlightened, perfect in knowledge and conduct, a welfare, world-knower, the incomparable leader of men to be tamed, teacher of gods and mankind, the awakened and exalted One.

Second, reflect upon all sentient beings as the receivers of your loving- kindness, be fortified by your thoughts of loving-kindness and identify yourself with all sentient beings without distinction, thus:

-- May I be free from enmity, disease and grief .... As I am, so also may my parents, preceptors, and teachers, intimate, unknown, indeed all other beings be free from enmity, disease, and grief. May they be released from suffering.

Third, reflect upon the repulsive nature of the body to assist you in diminishing the unwholesome attachment that so many people have for the body. Dwell upon some of its impurities, such as stomach, intestines, phlegm, pus, and blood. Ponder these impurities so that the absurd fondness of the body may be eliminated.

The fourth protection for your psychological benefit is to reflect on the phenomenon of ever-approaching death. Buddhist teaching stress that life is uncertain but death is certain, life is precarious but death is sure. Life has death as its goal. There is birth, disease, suffering, old age, and eventual death. These are all aspects of the process of existence.

HOW TO SIT

To begin training, take the sitting posture, and sit erect with legs crossed. You might feel more comfortable if the legs are not interlocked but evenly placed on the ground, without pressing one against the other. Have your meditation teacher explain the sitting posture in detail. If you find that sitting on the floor interferes with contemplation, then obtain a more comfortable way of sitting. Now proceed with each exercise in contemplation as described.

Basic Exercise I: Try to keep your mind (but not your eyes) on the abdomen. You will thereby come to know the movements of rising and falling, the expansion and contraction of this organ. If these movements are not clear to you in the beginning, then place both hands on the abdomen to feel these rising and falling movements. After a short time the outward movement of inhalation and the inward movement of exhalation will become clear. Then make a mental note, rising for the outward movement, falling for the inward movement. Your mental note of each movement must be made while it occurs. From this exercise you learn the actual manner of the movements of the abdomen. You are not concerned with the form of the abdomen. What you actually perceive is the bodily sensation of pressure caused by the heaving movement of the abdomen. So do not dwell on the form of the abdomen but proceed with the exercise.

DIFFICULTIES FOR BEGINNERS

For the beginner it is a very effective method of developing the facilities of attention, concentration of mind and insight in contemplation. As practice increases, the manner of movement will be clearer. The ability to know each successive occurrence of the mental and physical processes at each of the six sense-organs is acquired only when

insight contemplation is fully developed. Since you are a beginner whose attentiveness and power of concentration are still weak, you may find it difficult to keep the mind on each successive rising movement and falling movement as it occurs. In view of this difficulty, you may be inclined to think: "I just don't know how to keep my mind on each of

these movements." Then simply remember that this is a learning process. The rising and falling movements of the abdomen are always present, and therefore there is no need to look for them. Actually with practice it becomes easy for a beginner to keep his mind on these two simple movements. Continue with this exercise in full awareness of the abdomen's rising and falling movements. Never verbally repeat the words rising, falling, although you may make a mental note rising and falling in the mind silently as they occur. Be clearly aware only of the actual process of the rising and falling movement of the abdomen.

BREATHING MANNERS

Avoid deep or rapid breathing for the purpose of making the abdominal movements more distinct, because this procedure causes fatigue that interferes with the practice. Just be totally aware of the movements of rising and falling as they occur in the course of normal breathing.

HOW TO REACT TO THE WONDERING MIND

While occupied with the exercise of observing each of the abdominal movements, other mental activities may occur between the noting of each rising and falling. Thoughts or other mental functions, such as intentions, ideas, imaginings, etc., are likely to occur between each mental note of rising and falling. They cannot be disregarded. A mental note must be made of each as it occurs.

If you imagine something, you must know that you have done so and make a mental note imagining. If you simply think of something, mentally note thinking. If you reflect, reflecting. If you intend to do something, intending. When the mind wanders from the object of meditation, which is the rising and falling of the abdomen, mentally note wandering. Should you imagine you are going to a certain place, mentally note going. When you arrive, arriving. When, in your thoughts, you meet a person, note meeting. Should you speak to him or her, note speaking. If you imaginatively argue with that person, arguing. If you envision and imagine a light or color, be sure to note seeing. A mental vision must be noted on each occurrence of its appearance until it passes away. After its disappearance, continue with Basic Exercise I by being fully aware of each movement of the rising and falling abdomen. Proceed carefully, without slackening. If you intend to swallow saliva while thus engaged, make a mental note intending. While in the act of swallowing,

swallowing. If you intend to spit, spitting. Then return to the exercise of rising and falling. Suppose you intend to bend the neck, intending. In the act of bending, bending. When you intend to straighten the neck, intending. In the act of straightening the neck,

straightening. The neck movements of bending and straightening must be done slowly. After mentally making a note of each of these actions, proceed in full awareness with noticing the movements of the rising and falling abdomen.

HOW TO REACT TO THE PAINFUL SENSATION

Since you must continue contemplating for a long time while in one position, that of sitting or lying down, you are likely to experience an intense feeling of fatigue, stiffness in the body or in the arms and legs. Should this happen, simply keep the knowing mind on that part of the body where such feeling occurs and carry on the contemplation, noting tired or stiff. Do this naturally, that is, neither too fast nor too slow. These feelings gradually become fainter and finally cease altogether. Should one of these feelings become more intense until the bodily fatigue or stiffness of joints is unbearable, then change your position. However, do not forget to make a mental note of intending, before you proceed to change position. Each detailed movement must be contemplated in its respective order.

YOU MAY CHANGE THE BODY POSITION, BUT....

If you intend to lift the hand or leg, make a mental note, intending. In the act of lifting the hand or leg, lifting. Stretching either the hand or leg, stretching. When you bend, bending. When putting down, putting. Should either the hand or leg touch, touching. Perform all these actions in a slow, deliberate manner. As soon as you are settled in the new position, continue with the contemplation of the abdominal movements. If you become uncomfortably warm in the new position, resume contemplation in another position keeping to the procedure as described in this paragraph.

Should an itching sensation be felt in any part of the body, keep the mind on that part and make a mental note, itching. Do this in a regulated manner, neither too fast nor too slow. When the itching sensation disappears in the course of full awareness, continue with the exercise of noticing the rising and falling of the abdomen. Should the itching continue and become too strong and you intend to rub the itching part, be sure to make a mental note, intending. Slowly lift the hand, simultaneously noting the action of lifting, and

touching when the hand touches the part that itches. Rub slowly in complete awareness of rubbing. When the itching sensation has disappeared and you intend to discontinue the rubbing, be mindful by making the usual mental note of the action, withdrawing. When the hand rests in its usual place touching the leg, touching. Then again devote your time to observing the abdominal movements.

If there is pain or discomfort, keep the knowing mind on that part of the body where the sensation arises. Make a mental note of the specific sensation as it occurs, such as painful, aching, pressing, piercing, tired, giddy. It must be stressed that the mental note must not be forced nor delayed but made in a calm and natural manner. The pain may eventually cease or increase. Do not be alarmed if it increases. Firmly continue the contemplation. If you do so, you will find that the pain will almost always cease. But if,

after a time, the pain has increased and becomes almost unbearable, you must ignore the pain and continue with the contemplation of rising and falling.

PAIN MAY DISCOURAGE MEDITATING

As you progress in mindfulness you may experience sensations of intense pain: stifling or choking sensations such as pain from the slash of a knife, the thrust of a sharp-pointed instrument, unpleasant sensations of being pricked by sharp needles, or small insects crawling over the body. You might experience sensations of itching, biting, intense cold. As soon as you discontinue the contemplation you may also feel that these painful sensations cease. When you resume contemplation you will have them again as soon as you gain in mindfulness. These painful sensations are not to be considered as something serious. They are not manifestations of disease but are common factors always present in the body and are usually obscured when the mind is normally occupied with more conspicuous objects. When the mental faculties become keener you are more aware of these sensations. With the continued development of contemplation the time will arrive when you can overcome them and they cease altogether. If you continue contemplation, firm in purpose, you will not come to any harm. Should you lose courage, become irresolute in contemplation, and discontinue for a time, you may encounter these unpleasant sensations again and again as your contemplation proceeds. If you continue with determination you will most likely overcome these painful sensations and may never again experience them in the course of contemplation.

HOW TO REACT SWAYING

Should you intend to sway the body, then knowingly note intending. While in the act of swaying,swaying. When contemplating you may occasionally discover the body swaying back and forth. Do not be alarmed; neither be pleased nor wish to continue to sway. The swaying will cease if you keep the knowing mind on the action of swaying and continue to note swaying until the action ceases. If swaying increases in spite of your making a mental note of it, then lean against a wall or post or lie down for a while. Thereafter proceed with contemplation. Follow the same procedure if you find yourself shaking or trembling. When contemplation is developed you may sometimes feel a thrill or chill pass through the back or the entire body. This is a symptom of the feeling of intense interest, enthusiasm, or rapture. It occurs naturally in the course of good contemplation. When your mind is fixed in contemplation you may be startled at the slightest sound. This takes place because you feel more intensely the effect of censorial impression while in the state of good concentration.

HOW TO REACT FEELING

If you are thirsty while contemplating, notice the feeling, thirsty. When you intend to stand, intending. Then make a mental note of each movement in preparation for standing. Keep the mind intently on the act of standing up, and mentally note, standing. When you look forward after standing up straight, note looking, seeing.

Should you intend to walk forward, intending. When you begin to step forward, mentally note each step as walking, walking or left, right. It is important for you to be aware of every moment in each step from beginning to end when you walk. Adhere to the same procedure when strolling or when taking a walking exercise. Try to make a mental note of each step in two sections as follows: lifting, putting; lifting, putting. When you have obtained sufficient practice in this manner of walking, then try to make a mental note of each step in three sections: lifting, moving, placing: or up, forward, down.

When you look at the water faucet, or water pot, on arriving at the place where you are to take a drink, be sure to make a mental note looking, seeing.

When you stop walking, stopping. When you stretch the hand, stretching. When the hand touches the cup, touching.

When the hand takes the cup, taking.
When the hand dips the cup into the water, dipping.
When the hand brings the cup to the lips, bringing.
When the cup touches the lips, touching.
Should you feel cold at the touch, cold.
When you swallow, swallowing.
When returning the cup, returning.
Withdrawing the hand, withdrawing.
When you bring down your hand, bringing.
When the hand touches the side of the body, touching.
If you intend to turn back, intending.
When you turn around, turning.
When you walk forward, walking.
On arriving at the place where you intend to stop, intending.
When you stop, stopping.
If you remain standing for some time continue the contemplation of rising and falling. But if you intend to sit down, intending. When you go forward to sit down, walking. On arriving at the place where you will sit, arriving. When you turn to sit, turning. While in the act of sitting, sitting. Sit down slowly, and keep the mind on the downward movement of the body. You must notice every movement in bringing hands and legs into position. Then resume the prescribed exercise of contemplating the abdominal movements.

Should you intend to lie down, intending. Then proceed with the contemplation of every movement in the course of lying down: lifting, stretching, leaving, touching, and lying. Then make as the object of contemplation every movement in bringing hands, legs, and body into position. Perform these actions slowly. Thereafter continue with rising and falling. Should pain, fatigue, itching, or any other sensation be felt, be sure to notice each of these sensations. Notice all feelings, thoughts, ideas, considerations,

reflections, and all movements of hands, legs, arms, and body. If there is nothing in particular to note, put the mind on the rising and falling of the abdomen. Make a mental note of drowsy, when drowsy, and sleepy, when sleepy. After you have gained sufficient concentration in contemplating you will be able to overcome drowsiness and sleepiness and feel refreshed as a result. Take up again the usual contemplation of the basic object. Suppose you are unable to overcome a drowsy feeling, you must then continue to contemplate until you fall asleep.

The state of sleep is the continuity of subconsciousness. It is similar to the first state of rebirth consciousness and the last state of consciousness at the moment of death. This state of consciousness is feeble and therefore unable to be aware of an object. When you are awake the continuity of subconsciousness occurs regularly between moments of seeing, hearing, tasting, smelling, touching, and thinking. Because these occurrences are of brief duration they are usually not clear and therefore not noticeable. Continuity of subconsciousness remains during sleep—a fact, which becomes obvious when you wake up; for it is in the state of wakefulness that thoughts and dense objects become distinct.

Contemplation should start at the moment you wake up. Since you are a beginner, it may not yet be possible for you to start contemplating at the very first moment of wakefulness. But you should start with it from the moment when you remember that you are to contemplate. For example, if on awakening you reflect on something, you should become aware of the fact and begin your contemplation by a mental note, reflecting. Then proceed with the contemplation of rising and falling. When getting up from the bed, mindfulness should be directed to every detail of the body's activity. Each movement of the hands, legs, and body must be performed in complete awareness. Are you thinking of the time of the day when awakening? If so, note thinking. Do you intend to get out of bed? If so, note intending. If you prepare to move the body into position for rising, note preparing. As you slowly rise, rising. When you are in the sitting position, sitting. Should you remain sitting for any length of time, revert to contemplating the abdominal movements of rising and falling. Perform the acts of washing the face or taking a bath in their order and in complete awareness of every detailed movement; for instance, looking, seeing, stretching, holding, touching, feeling cold, rubbing. In the acts of dressing, making the bed, opening and closing doors and windows, handling objects, be occupied with every detail of these actions in their order.

You must attend to the contemplation of every detail in the action of eating:

When you look at the food, looking, seeing.
When you arrange the food, arranging.
When you bring the food to mouth, bringing.
When you bend the neck forward, bending.
When the food touches the mouth, touching.

When placing the food in the mouth, placing.
When the mouth closes, closing.
When withdrawing the hand, withdrawing.
Should the hand touch the plate, touching.
When straightening the neck, straightening.
When in the act of chewing, chewing.
When you are aware of the taste, tasting.
When swallowing the food, swallowing.
Should, while swallowing, the food be felt touching the sides of the gullet, touching.
Perform contemplation in this manner each time you partake of a morsel of food until you finish the meal. In the beginning of the practice there will be many omissions. Never mind. Do not waver in your effort. You will make fewer omissions if you persist in your practice. When you reach an advanced stage of the practice, you will also be able to notice more details than those mentioned here.

WALKING MEDITATION

Between sessions of the sitting practice that may last from forty to ninety minutes you can alternate with a walking meditation. This will help serve to balance the factors of concentration and energy and overcome sleepiness. On a quiet stretch of ground or in a room you can do this practice. It is best for this exercise if you walk deliberately much slower than usual. Something about the speed of a good slow march is ideal, but nevertheless you should walk in as simple and natural a manner as speed allows. During this walking exercise, you should focus attention on the movement of the feet and legs. You should note as the right foot begins to rise from the ground, lifting; as it moves forward, moving; and as it places again on the ground, placing. Similarly for the left foot, and so on.

In exactly the same manner as during the sitting breathing practice, all distracting thoughts or sensations should be noted in the opposite manner. If you happen to look up at something while ' walking, you should immediately register looking and revert to the movement of the feet. Looking about and noticing the details of objects, even those on your path is not a part of the practice. If you inadvertently do, then note looking.

On reaching the end of the path the need will arise to turn and walk in the opposite direction. You will become aware of this fact a pace or two before

reaching the end. This intention to turn should be noted as intending. Intention may be hard to note at first but if concentration is strong, it will be seen. After noting the intention to turn, note all other details of the thoughts and movements involved in the turn. As the last step forward is taken and you begin actually to turn the body, you should note turning, as the other foot raises, lifting, turning, placing, and so on. Then as you step out again on the return path, lifting, moving, placing. There is often a temptation on coming to the end of your ‘tether’ to look up and glance around for something interesting. If this undisciplined impulse occurs it should be noted as

intending, and the attention can revert naturally to the movement of the feet again.

It is normally best for beginners to develop this walking exercise with a three- stage noting technique as indicated. Lifting, moving, placing. Depending on your capacity, your instructor may recommend either fewer or more stages to register. At times walking too slowly is inconvenient, especially outside of your meditation surroundings, so a simple left, right, left, right, will suffice for these cases. The important point is not how many or how few points of noting you make, but whether you are really aware of them as they occur, or whether your mind is off 'woof gathering'. Advancement in Contemplation After having practiced for a while, you may find your contemplation considerably improved and that you are able to prolong the basic exercise of noticing the abdominal rising and falling. At this time you will notice that there is generally a break between the movements of rising and falling. If you are in the sitting posture fill in the pause with a mental note on the act of sitting, in this way: rising, falling, and sitting. When you make a mental note of sitting, keep your mind on the erect position of the upper body. When you are lying down you should proceed with full awareness as follows: rising, falling, and lying. If you find this easy, continue with noticing these three sections. Should you notice that a pause occurs at the end of the rising as well as the falling movement, then continue in this manner: rising, sitting, falling, and sitting. Or when lying down: rising, lying, falling, and lying. Suppose you no longer find it easy to make a mental note of three or four objects in the above manner. Then revert to the initial procedure of noting only the two sections, rising and falling.

While engaged in the regular practice of contemplating bodily movements you need not be concerned with objects of seeing and hearing. As long as you are able to keep your mind on the abdominal movements of rising and falling it is assumed that the purpose of noticing the acts and objects of seeing and

hearing is also served. However, you may intentionally look at an object, then simultaneously make a mental note, two or three times, seeing. Thereafter return to the awareness of the abdominal movements. Suppose some person comes into your view, make a mental note of seeing, two or three times, and then resume attention to the rising and falling movements of the abdomen. Did you happen to hear the sound of a voice? Did you listen to it? If so make the mental note of hearing, listening while it is happening, and having done so, revert to rising and falling. But suppose you heard loud sounds, such as the barking of dogs, loud talking, or singing. If so, immediately make a mental note two or three times, hearing. Then return to your basic exercise of attending to rising and falling. If you fail to note and dismiss such distinctive sights and sounds as they occur, you may inadvertently fall into reflections about them instead of proceeding with intense attention to rising and falling, which may then become less distinct and clear. It is by such weakened attention that mind-defiling passions breed and multiply. If such reflections do occur, make two or three times the mental note, reflecting, and again take up the contemplation of rising and falling. Should you forget

to make a mental note of body, leg, or arm movements, then mentally note forgetting, and resume your usual contemplation of the abdominal movements. You may feel at times that breathing is slow or that the rising and falling movements of the abdomen are not clearly perceived. When this happens, and you are in the sitting position, simply carry on the attention to sitting, touching; if you are lying down, lying, touching. While contemplating touching, your mind should not be kept on the same part of the body, but on different parts successively. There are several places of touch, and at least six or seven should be contemplated. Some of these points are where the thigh and knee touch, or the hands are placed together, or finger to finger, thumb to thumb, closing of the eyelids, tongue inside the mouth, or lips touching together.

HOW TO COPE WITH LAZINESS

Up to this point you have devoted quite some time to the training course. You might begin to feel lazy after deciding that you have made inadequate progress. By no means give up. Simply note the fact, lazy. Before you gain sufficient strength in attention, concentration, and insight, you may doubt the correctness or usefulness of this method of training. In such a circumstance, turn to contemplation of the thought, doubtful. Do you anticipate or wish for good results? If so, make such thoughts the subject of your contemplation, anticipating or wishing. Are you attempting to recall the manner in which this training was conducted up to this point? Yes? Then take up contemplation on

recollecting. Are there occasions when you examine the object of contemplation to determine whether it is mind or matter? If so, then be aware of examining. Do you regret that there is no improvement in your contemplation? If so, then attend to that feeling of regret. Conversely, are you happy that your contemplation is improving? If you are, then contemplate the feeling of being happy. This is the way in which you make a mental note of every item of mental behavior as it occurs, and if there are no intervening thoughts or perceptions to note, you should revert to the contemplation of rising and falling.

During a strict course of meditation, the time of practice is from the first moment you wake up until you fall asleep. To repeat, you must be constantly occupied either with the basic exercise or with mindful attention throughout the day and during those night hours when you are not asleep. There must be no relaxation. Upon reaching a certain stage of progress in contemplation you will not feel sleepy in spite of these prolonged hours of practice. On the contrary, you will be able to continue the contemplation day and night.

SUMMARY

It has been emphasized during this brief outline of the training that you must contemplate on each mental occurrence good or bad, on each bodily movement large or small, on every sensation (bodily or mental feeling) pleasant or unpleasant, and so on. If, during the course of training, occasions arise when there is nothing special to

contemplate upon, be fully occupied with attention to the rising and falling of the abdomen. When you have to attend to any kind of activity that necessitates walking, then, in complete awareness, each step should be briefly noted as walking, walking or left, right. But when you are taking a walking exercise, contemplate each step in three sections, lifting, moving, and placing. The student who thus dedicates himself to the training during day and night, will be able in not too long a time to develop concentration to the initial stage of the fourth degree of insight (knowledge of arising and passing away) and onward to higher stages of insight meditation.

Questions & Answers about Vipassana

By Sayadaw U Silananda

1. Where does the practice of Vipassana come from?

Vipassana meditation chiefly comes from the tradition of Theravada Buddhism.

2. What does Vipassana means?

The word "Vipassana" is composed of two parts: "Vi" which means "in various ways"; and "passana" which means "seeing". So Vipassana means seeing in various ways.

3. What can Vipassana meditation do for me?

The ultimate purpose of Vipassana is to eradicate mental impurities from your mind altogether. Before that stage, there are benefits of tranquillity, peace of mind and the ability to accept things as they come. Vipassana helps you to see things as they truly are, not as they appear to be. Things appear to be permanent, desirable and substantial, but actually they are not. When you practice Vipassana meditation, you will see for yourself the arising and disappearing of mental and physical phenomena. And you will have a clearer comprehension of what is going on in your mind and body. You will be able to accept things as they come to you with less agitation and deal with situations in a more positive way.

4. Who needs Vipassana meditation?

Vipassana meditation is for the cure of diseases of the mind in the form of mental defilements like greed, hatred, delusion, etc. We all have these mental diseases almost all the time. In order to at least control them we need Vipassana meditation. So Vipassana is for all people.

5. When Vipassana is needed?

Since mental impurities are almost always with us, we need Vipassana meditation almost all of the time. There is no fixed time for the practice of Vipassana. Morning, during the day, before bed ... anytime is the time for Vipassana. And Vipassana may be practiced at any age.

6. Do I have to be a Buddhist to practice Vipassana?

There is nothing which can be called particularly Buddhist in Vipassana meditation. There is no element of religion. It is a scientific investigation and examination of yourself. You just observe closely every thing that comes to you and is happening to you in your body and mind at the present moment.

7. Is Vipassana meditation difficult to practice?

Yes and no. Meditation involves control of mind and mind is most unruly. You come to know this personally when you practice meditation. So it is not easy to practice Vipassana meditation because it is not easy to control the mind, to keep the mind on one and the same object. In another way, Vipassana meditation is easy to practice. There are no elaborate rituals to follow or much to learn before being able to practice. You just sit, watch yourself and focus your mind on the object. Just that.

8. Are there prerequisites for Vipassana meditation?

You need a genuine desire to practice and a readiness to follow the instructions closely because if you do not practice properly, you will not get the full benefits of meditation. You also need to have confidence in the practice and the teacher and an open mind to try it and see what it can do for you. Patience is also very important. When you meditate, you have to be patient with many things. There will be distractions, sensations in your body, and you will be dealing with your mind. You must persevere when these distractions come and you cannot concentrate on the object. Also in Theravada Buddhism, purity of morals is emphasized because without pure moral conduct, there cannot be good concentration or peace of mind. Thoughts of something wrong you have done will come to you again and again, especially when you are in meditation, and it will be more difficult for you to get good concentration.

9. What gadgets do I need for Vipassana meditation?

Actually, you do not need anything at all. All you need is a place where you can sit down, close your eyes and focus on the object. But I am not against using cushions, benches or even chairs and other things because in order to practice meditation, you need some degree of comfort. But while you do not need to inflict pain on yourself unnecessarily, you should take care not to be too much attached to comfort, or sloth and torpor will come to you and you will go to sleep.

10. In what posture can Vipassana be practiced?

Vipassana meditation can and should be practiced in all postures: sitting, standing, walking, and lying down. Whatever you do, you should be mindful.

11. Is cross-legged posture essential in sitting meditation?

Although it is customary and traditional to sit on the floor to practice meditation, it is not essential in Vipassana. If you cannot sit cross-legged, you may sit any way you like as long as it is comfortable for you. What matters in Vipassana is just the awareness, not the posture.

12. Must my eyes be closed when meditating?

It is better to keep your eyes closed, but you may leave them open if you like, whichever is least distracting for you. But if you happen to look at anything, then you have to be aware of the "looking" and note it. The important thing is to have good concentration.

13. What should I do with my hands when meditating?

There are no strict rules as to how to put your hands in Vipassana. You may put them any way you like. The most usual position is on the lap one over the other. Or you may put them on your knees.

14. How long must I practice at a time?

That depends on how much time you can spend for meditation. There is no fixed rule. It is good if you can sit for one hour. But if you cannot sit for one hour at the beginning, then you may sit half an hour or fifteen minutes, and little by little extend the time, until you can sit longer. And if you can sit for more than an hour without much discomfort, you may sit two or three hours if you like.

15. Should I practice every day?

We eat every day, care for our bodies every day. Since we almost always have mental defilements with us we need to cleanse our minds every day. I recommend the morning hours because then your body and mind are rested and you are away from the worries of the previous day. It would also do you

good to meditate in the evening before you go to bed. But you may practice any time. And if you make it a habit to practice every day, it will be good and beneficial to you.

16. Do I need a teacher to practice Vipassana?

This is important. Whenever you learn a new skill, you need a teacher. With the advice of a teacher, you learn quicker and you cannot go wrong. You need a teacher who is competent to give instructions, correct your mistakes, and give guidance when you have trouble in the course of meditation. There are some meditators who think they are making progress while in reality, they are not making progress at all. And sometimes they are making progress but think they are not doing well. Only the teacher can tell, and so at such a time he or she is indispensable. If you cannot find a teacher, you may rely on books, although no book can entirely take the place of a teacher. You may be able to do fairly well by reading the instructions and following them carefully. But even then, you may have need for discussion with a teacher occasionally.

17. Can Vipassana be applied to daily life?

You can have awareness of whatever you do whether you are working, walking, doing, etc. It will not be as intense as in meditation or during a retreat, but a more general awareness. And when you apply mindfulness to problems in your life, you will be able

to deal with them more effectively.

18. What is a meditation retreat?

A meditation retreat provides an opportunity to deepen meditation practice in a supportive environment with the guidance of a experienced teacher. Everything you do at a retreat becomes the object of meditation.

19. What happens at a retreat?

A retreat day consists of alternate periods of sitting and walking meditation, a nightly lecture and personal interviews with the teacher. Continuity of practice is developed by bringing mindfulness to all other activities throughout the day as well. Noble silence is observed during the retreat. Retreats can last for one day, a weekend, a week or longer.

20. Why should I go to a meditation retreat?

The intensive practice of a retreat is very beneficial for developing good concentration and quieting the mind. Since concentration is essential for penetrative wisdom to arise, a meditation retreat gives you the best possible opportunity to be able to experience for yourself the true nature of reality.

May all beings be well, happy and peaceful. ---oOo---

Thực Tập Thiền Quán
Hòa thượng Mahasi Sayadaw
Dịch Giả: Tỳ khưu Khánh Hỷ (Trần Minh Tài)
Hiệu Đính: Tỳ khưu Kim Triệu
Lời Mở Đầu

Dĩ nhiên chẳng ai muốn đau khổ và mọi người đều cố gắng tìm kiếm hạnh phúc. Khắp nơi trên thế giới nhân loại đang tìm đủ cách để ngăn ngừa hoặc làm vơi đi nỗi đau khổ và tạo an vui hạnh phúc. Tuy nhiên mục đích chính yếu của họ chỉ nhằm tạo hạnh phúc thể chất bằng phương tiện vật chất. Thật ra, hạnh phúc hay không đều do ở tâm của chúng ta. Vậy mà rất ít người nghĩ đến vấn đề phát triển tinh thần. Những người muốn rèn luyện tinh thần lại càng hiếm hoi hơn nữa.

Để thỏa mãn những nhu cầu vật chất người ta thường để tâm đến những việc tầm thường như tắm giặt sạch sẽ, ăn mặc gọn gàng. Họ quan tâm nhiều đến việc kiếm thức ăn, quần áo, nhà cửa. Tiến bộ khoa học đã giúp họ nhiều trong việc nâng cao đời sống vật chất: chẳng hạn những tiến bộ trong sự chuyên chở và truyền tin, những phát minh y học để ngừa bệnh và trị bệnh. Phải nhìn nhận những cố gắng ấy rất ư là quan trọng, nhưng chúng chỉ giúp bảo vệ và nuôi dưỡng cơ thể mà thôi. Những phát minh và những thành công đó không thể nào tiêu diệt hay giảm thiểu được nỗi khổ của tuổi già, bệnh tật, gia đình xáo trộn và khủng hoảng kinh tế.

Tóm lại, không thể nào thỏa mãn nguyện vọng con người bằng phương tiện vật chất. Chỉ có sự rèn luyện tinh thần mới có thể giúp con người vượt qua những nỗi đau khổ

này. Bởi vậy phải tìm một phương cách hữu hiệu để rèn luyện, ổn định và thanh lọc tâm hồn. Phương cách này được tìm thấy trong MahaSatipatthana Sutta, một thời pháp mà đức Phật đã giảng dạy cách đây hơn hai ngàn năm trăm năm. Đức Phật dạy:

"Đây là con đường duy nhất để thanh lọc tâm, chấm dứt lo âu, phiền muộn, tiêu diệt thân bệnh và tâm bệnh, đạt thánh đạo và chứng ngộ Niết Bàn. Đó là Tứ Niệm Xứ".

Giai Đoạn Chuẩn Bị

Nếu bạn thật sự thực tập thiền để đạt được tuệ giác giải thoát ngay trong kiếp hiện tại, bạn phải gạt bỏ mọi tư tưởng và hành vi thế tục trong thời gian hành thiền. Làm như thế là để trau dồi phẩm hạnh thanh cao. Đó là bước căn bản cho việc phát triển thiền. Bạn phải giữ mình trong sạch, đạo đức vì đạo đức là bước chính yếu để phát triển tuệ giác. Bạn phải giữ các giới luật của người phật tử tại gia đối với các vị xuất gia phải giữ gìn giới luật mình đã thọ. Trong khóa thiền tập nhiều ngày thiền sinh phải giữ tám giới (bát quan trai): 1. Không sát sanh 2. Không trộm cắp 3. Không hành dâm 4. Không nói dối 5. Không uống rượu và các chất say 6. Không ăn sái giờ (quá ngọ không ăn) 7. Không múa hát, thổi kèn đờn, trang điểm, thoa vật thơm, dồi phấn, đeo tràng hoa 8. Không nằm ngồi nơi quá cao và xinh đẹp.

Một điều nữa là không được có lời nói hay hành động bất kính đối với những người đã có trình độ giác ngộ cao (các bậc thánh).

Theo truyền thống các thiền sư xưa thường khuyên bạn đặt lòng tin vào Đức Phật, vì như thế sẽ giúp bạn bớt hốt hoảng khi những hình ảnh bất thiện hoặc sợ hãi xuất hiện trong tâm bạn lúc bạn đang hành thiền. Trong lúc thiền tập bạn cũng cần có một thiền sư hướng dẫn để chỉ cho bạn biết một cách rõ ràng mình đang thiền như thế nào và kết quả đến đâu, cũng như để chỉ dẫn cho bạn khi cần thiết.

Mục đích chính và thành quả lớn lao của việc hành thiền là giúp bạn loại bỏ tham, sân, si - ba nguồn cội của mọi khổ đau và tội lỗi. Vậy bạn hãy nỗ lực tích cực hành thiền với quyết tâm loại bỏ tham, sân, si; có như thế việc hành thiền mới hoàn toàn thành công. Cách thực tập thiền quán trên căn bản Tứ Niệm Xứ (Satipatthana) này là phương pháp mà Đức Phật và chư thánh tăng đã hành trì để giác ngộ. Bạn hãy vui mừng bởi mình có cơ duyên thực hành loại thiền quí báu này.

Bốn điều bảo vệ hay quán tưởng sau đây cũng rất cần thiết cho bạn khi bạn bắt đầu vào khóa thiền tập. Bạn hãy suy tưởng đến Đức Phật, đến lòng từ ái, đến thân thể bất tịnh và đến sự chết.

1. Trước tiên hãy tỏ lòng tri ân kính ngưỡng Đức Phật bằng cách suy niệm đến những đức tánh thánh thiện của Ngài: "Con đem hết lòng thành kính làm lễ Đức Thế Tôn, Ngài là đấng toàn giác, tỉnh thức, trí đức vẹn toàn, hiểu thấu đáo mọi sự, thầy của Trời và người, đấng an lành và đem lại sự an lành".

2. Sau đó hãy hướng lòng từ ái đến mọi chúng sanh, hãy hòa mình với tất cả mọi loài không mảy may phân biệt: "Mong cho tôi thoát khỏi thù hận, bệnh tật và phiền muộn. Mong cho cha mẹ tôi, thầy tôi, bạn bè tôi cùng tất cả mọi người, mọi loài thoát khỏi thù

hận, bệnh tật và phiền muộn. Cầu mong tất cả chúng sanh thoát khỏi khổ đau".

3. Hãy suy tưởng đến sự bất tịnh của thân thể, đó là sự luyến ái bất thiện mà phần đông thường mắc phải. Hãy chú ý đến tính cách bất tịnh, dơ dáy của dạ dày, ruột, đờm dãi, mủ, máu, để loại bỏ những tư tưởng luyến ái bám víu vào xác thân.

4. Suy tưởng đến tình trạng mỗi người đều tiến dần đến cái chết. Đấy là suy tưởng có lợi ích về phương diện tâm lý. Đức Phật thường nhấn mạnh rằng: sự sống thật bấp bênh, tạm bợ, nhưng cái chết là điều chắc chắn không thể tránh né. Mục tiêu cuối cùng của đời sống là cái chết. iến trình của cuộc sống gồm DÿáLVÕQJLP©QDÿáLVÕP•$ pqS P WSjQQ°m\VX\Wm2@0

Khi tâm bạn tưởng tượng điều gì, bạn phải biết mình đang tưởng tượng và ghi nhận: "tưởng-tượng, tưởng-tượng, tưởng-tượng". Khi bạn chỉ đơn thuần nghĩ đến điều gì phải ghi nhận: "nghĩ, nghĩ, nghĩ". Khi bạn suy gẫm, ghi nhận: "suy-gẫm, suy-gẫm, suy-gẫm". Khi bạn có dự định làm điều gì hãy ghi nhận: "dự-định, dự-định, dự-định". Khi tâm bạn đi lang bạc không để ý đến phồng xẹp hãy ghi nhận: "phóng-tâm, phóng-tâm, phóng-tâm". Khi tưởng tượng hay đang đi đến một nơi nào phải ghi nhận: "đi, đi, đi". Khi đến thì ghi nhận: "đến, đến, đến". Khi nghĩ đến gặp người nào đó thì ghi nhận: "gặp, gặp, gặp". Khi nghĩ đến nói chuyện với ai thì ghi nhận: "nói, nói, nói". Khi bàn cãi thì ghi nhận: "bàn-cãi, bàn-cãi, bàn- cãi". Khi thấy hình ảnh màu sắc ghi nhận: "thấy, thấy, thấy". Mỗi một khi tâm thấy gì, nghĩ gì đều phải ghi nhận cho đến khi chúng biến mất. Sau khi chúng biến mất ta lại chú tâm vào sự phồng xẹp. Phải chú tâm hành trì đừng chểnh mãng. Khi định nuốt nước bọt phải ghi nhận: "định, định, định". Khi nuốt phải ghi nhận: "nuốt, nuốt, nuốt". Muốn khạc nhổ, ghi nhận: "muốn, muốn, muốn" rồi lại trở về sự phồng xẹp. Nếu bạn muốn khum cổ ghi nhận: "muốn, muốn, muốn"; trong khi khum cổ ghi nhận: "khum, khum, khum". Khi bạn định ngửng cổ lên, ghi nhận: "định, định, định". Khi ngửng cổ lên ghi nhận: "ngửng, ngửng, ngửng". Tác động ngửng cổ hay khum cổ phải làm từ từ.

Sau khi đã chú tâm ghi nhận mỗi một động tác đó, ta lại trở về với sự phồng xẹp.

Bài Tập Thứ Ba

Vì phải liên tục thiền trong một khoảng thời gian khá dài với một tư thế ngồi hay nằm nên bạn sẽ cảm thấy mệt và thấy mỏi tay chân. Trong trường hợp này, bạn hãy chú tâm vào nơi mỏi mệt và ghi nhận: "mỏi-mệt, mỏi-mệt, mỏi- mệt". Hãy ghi nhận một cách tự nhiên, không mau quá cũng không chậm quá. Cảm giác mệt mỏi sẽ dần dần giảm đi và cuối cùng hết hẳn. Nếu sự mệt mỏi kéo dài đến độ không chịu đựng nổi, lúc bấy giờ bạn hãy thay đổi tư thế. Tuy nhiên đừng quên ghi nhận "muốn, muốn, muốn" trước khi thay đổi tư thế. Mỗi một chi tiết chuyển động nhỏ đều phải được ghi nhận một cách trung thực và thứ tự.

Nếu dự định đưa tay hay chân lên hãy ghi nhận: "dự-định, dự-định, dự-định" trong khi đưa tay hay chân lên thì ghi nhận: "đưa-lên, đưa-lên, đưa-lên". Duỗi tay, chân ra; ghi nhận: "duỗi, duỗi, duỗi". Khi đặt tay xuống, ghi nhận: "đặt, đặt, đặt". Khi tay hay chân tiếp xúc nhau ghi nhận: "tiếp-xúc, tiếp-xúc, tiếp- xúc". Hãy thực hiện mọi động tác thật

chậm để dễ ghi nhận. Ngay khi bạn đã

ở trong tư thế mới, bạn phải tiếp tục chú tâm vào sự phồng xẹp của bụng ngay. Nếu thấy tư thế mới không thoải mái, muốn đổi tư thế thì cũng phải ghi nhớ như trên.

Nếu thấy ngứa một chỗ nào đó, chú tâm vào chỗ ngứa và ghi nhận: "ngứa, ngứa, ngứa". Sự ghi nhận phải tự nhiên đừng quá mau cũng đừng quá chậm. Khi cảm giác ngứa biến mất lại trở về với sự phồng xẹp. Nếu ngứa quá không chịu được muốn gãi, ghi nhận: "muốn, muốn, muốn", rồi lại từ từ đưa tay lên, ghi nhận: "đưa-lên, đưa-lên, đưa-lên". Khi tay đụng chỗ ngứa, ghi nhận: "đụng, đụng, đụng". Khi gãi nhè nhẹ vào chỗ ngứa, ghi nhận: "gãi, gãi, gãi". Khi đã ngứa, không muốn gãi nữa và muốn đưa tay về, hãy ghi nhận: "đưa- về, đưa- về, đưa-về". Khi tay trở về chỗ cũ và tiếp xúc với tay hay chân, ghi nhận: "đụng, đụng, đụng". Rồi tiếp tục quan sát sự phồng xẹp của bụng.

Nếu thấy đau hay khó chịu, hãy chú tâm đến chỗ đau hay khó chịu đó. Hãy ghi nhận một cách rõ ràng và chính xác mọi cảm giác phát sinh, chẳng hạn, đau nhức, đè nặng, mệt, tê, cứng, v.v... Cần nhớ là những sự ghi nhận này phải tự nhiên; đừng vội vã quá cũng đừng trễ quá. Cơn đau, nhức có thể chấm dứt hay gia tăng. Khi cơn đau gia tăng cũng đừng hốt hoảng hay lo sợ gì cả mà chỉ cần tiếp tục thiền và một lát sau cơn đau sẽ lắng đi. Nếu cơn đau nhức vẫn kéo dài không thể chịu đựng nổi thì hãy bỏ qua sự đau nhức và chú tâm vào sự phồng xẹp.

Khi thiền của bạn tiến triển, bạn sẽ có những cảm giác đau đớn khó chịu. Bạn có cảm giác khó thở, nghèn nghẹn, có khi như bị kim chích, thấy nhột nhạt như có côn trùng bò trên thân mình. Bạn cũng có thể thấy ngứa ngáy, đau đớn như bị con gì cắn, bị rét run. Khi bạn ngưng thiền thì những cảm giác trên biến mất ngay. Khi bạn tiếp tục thiền trở lại và cứ mỗi khi bắt đầu định tâm thì những cảm giác khó chịu trên lại xuất hiện. Những cảm giác này không có gì đáng lo ngại. Đây không phải là dấu hiệu của bệnh hoạn mà chỉ là những cảm giác bình thường vẫn hiện diện trong cơ thể ta nhưng chúng bị che lấp vì tâm ta đang mãi bận rộn với những đối tượng trước mắt. Khi thiền tiến triển, tâm ta trở nên bén nhọn, tinh tế nên dễ dàng nhận thấy những cảm giác này, khi mức độ thiền tiến triển hơn bạn sẽ vượt qua tất cả những chướng ngại này. Nếu tiếp tục và kiên trì thiền bạn sẽ không còn gặp những cảm giác khó chịu này nữa. Nếu bạn thiếu can đảm, thiếu quyết tâm và gián đoạn một thời gian thì bạn lại sẽ chạm trán với chúng lần nữa mỗi khi thiền của bạn tiến triển. Nhưng nếu gặp những cảm giác khó chịu này mà bạn vẫn quyết tâm và kiên trì tiếp tục hành thiền thì bạn sẽ chinh phục được chúng và bạn sẽ không bao giờ gặp những cảm giác khó chịu này nữa trong lúc hành thiền.

Nếu bạn dự định xoay mình hãy ghi nhận: "dự-định, dự-định, dự-định". Khi đang xoay ghi nhận: "xoay, xoay, xoay". Nhiều khi trong lúc đang hành thiền, bạn thấy thân thể mình lắc lư từ trước ra sau thì cũng đừng sợ hãi, đừng thích thú hay mong muốn tiếp tục lắc lư. Sự lắc lư sẽ chấm dứt nếu bạn chú tâm vào nó và tiếp tục ghi nhận: "lắc-lư, lắc-lư, lắc-lư" cho đến khi hết lắc lư. Nếu đã ghi nhận nhiều lần mà thân hình vẫn còn lắc lư bạn hãy dựa vào tường hay nằm xuống một lát và vẫn tiếp tục hành thiền. Khi

thân bị lay chuyển hay run rẩy cũng chú tâm ghi nhận như trên. Khi thiền tiến triển đôi khi bạn cũng sẽ cảm thấy rờn rợn run lên hoặc ớn lạnh ở xương sống hay toàn thân. Đó là trạng thái phỉ lạc, một thành quả đương nhiên khi thiền được tiến triển tốt đẹp. Khi tâm an trụ trong thiền thì bạn rất dễ bị giật mình bởi những tiếng động nhỏ. Lý do là tâm của bạn bây giờ rất bén nhạy trước mọi đối tượng của giác quan.

Trong lúc thiền nếu bạn cảm thấy khát nước, hãy ghi nhận cảm giác: "khát, khát, khát". Khi muốn đứng dậy, ghi nhận: "muốn, muốn, muốn" và chú tâm ghi nhận mỗi một tác động chuẩn bị đứng dậy, rồi chú tâm vào tác động đứng và ghi nhận: "đứng, đứng, đứng". Sau khi đứng dậy mắt bạn nhìn về phía có nước, ghi nhận: "nhìn, nhìn, nhìn". Khi muốn đi, ghi nhận: "muốn, muốn, muốn". Bắt đầu bước từng bước, ghi nhận: "đi, đi, đi" hay "trái, phải". Bạn phải tỉnh thức trong mọi bước đi từ lúc bắt đầu đi cho tới khi đứng lại. Khi đi tản bộ hoặc thiền hành bạn cũng phải theo những nguyên tắc ghi nhận như trên. Hãy cố gắng ghi nhận những bước chân qua hai tác động: "dở, đạp", "dở, đạp". Khi bạn đã thuần thục với cách này, hãy chú tâm ghi nhận ba tác động: "dở, bước, đạp", "dở, bước, đạp".

Khi bạn thấy hoặc đi đến chỗ để nước phải ghi nhận: "thấy, thấy, thấy" hay "nhìn, nhìn, nhìn". Khi dừng chân, ghi nhận: "dừng, dừng, dừng". Khi đưa tay ra, ghi nhận: "đưa, đưa, đưa". Khi tay đụng vào chén, ghi nhận: "đụng, đụng, đụng". Khi cầm chén, ghi nhận: "cầm, cầm, cầm". Khi thọc tay vào lu, ghi nhận: "thọc, thọc, thọc". Khi đưa chén lên môi, ghi nhận: "đưa, đưa, đưa". Khi chén đụng vào môi, ghi nhận: "đụng, đụng, đụng". Khi cảm thấy mát, ghi nhận: "mát, mát, mát". Khi nuốt, ghi nhận: "nuốt, nuốt, nuốt". Khi để chén xuống ghi nhận: "để-xuống, để-xuống, để-xuống". Khi thu tay về, ghi nhận: "thu-về, thu-về, thu-về". Khi thòng tay xuống, ghi nhận: "thòng, thòng, thòng".

Khi tay đụng vào đùi, ghi nhận: "đụng, đụng, đụng".
Khi muốn quay lui, ghi nhận: "muốn, muốn, muốn".
Khi quay lui, ghi nhận: "quay, quay, quay".
Khi đi, ghi nhận: "đi, đi, đi".
Khi đến nơi, muốn dừng lại, ghi nhận: "muốn, muốn, muốn".
Khi dừng lại ghi nhận: "dừng, dừng, dừng".
Nếu đứng một thời gian lâu, thì hãy chú tâm vào sự phồng xẹp của bụng. Nhưng khi bạn muốn ngồi hãy ghi nhận: "muốn, muốn, muốn". Khi đi đến chỗ ngồi, phải ghi nhận: "đi, đi, đi". Đến chỗ ngồi, ghi nhận: "đến, đến, đến". Xoay người trước khi ngồi, ghi nhớ: "xoay, xoay, xoay". Ngồi xuống ghi nhận: "ngồi, ngồi, ngồi". Phải ngồi xuống chầm chậm và ghi nhận mọi chuyển động của sự ngồi. Bạn phải chú ý đến từng tác động một của tay chân khi ngồi. Ngồi xong lại tiếp tục theo dõi sự phồng xẹp của bụng.

Khi bạn muốn nằm, ghi nhận: "muốn, muốn, muốn"; rồi lại ghi mọi tác động của sự nằm: nghiêng người, chống tay, đặt đầu, duỗi chân, nằm... tất cả những động tác này phải làm chầm chậm. Lúc nằm xuống rồi lại tiếp tục theo dõi sự phồng xẹp. Trong khi nằm nếu cảm thấy đau nhức, mệt mỏi, ngứa ngáy... Đều phải ghi nhận. Ghi nhận mọi cảm giác, suy nghĩ, ý kiến, cân nhắc, suy xét và mọi tác động của tay chân và thân thể.

Nếu thấy không còn cảm giác gì đặc biệt đáng ghi nhận thì hãy tiếp tục ghi nhận sự phồng xẹp. Khi buồn ngủ, ghi nhận: buồn ngủ. Nếu bạn có đủ năng lực tập trung trong thiền, bạn có thể vượt qua sự buồn ngủ và cảm thấy tươi tỉnh, lúc bấy giờ bạn hãy tiếp tục theo dõi sự phồng xẹp, nếu bạn không thắng được cơn buồn ngủ hãy tiếp tục niệm phồng xẹp cho đến khi ngủ. Giấc ngủ là sự liên tục của luồng hộ kiếp hay tiềm thức, giống như trường hợp của tâm lúc tái sanh hay của tâm lúc chết, cái tâm lúc này rất yếu ớt không thể nhận thức được gì cả... Khi bạn thức, tâm này tiếp tục xuất hiện giữa những lúc bạn nhìn, nghe, nếm, ngửi, xúc chạm và suy nghĩ. Nhưng tâm này xuất hiện rất yếu và không tồn tại lâu nên khó nhận thấy. Tâm này sẽ duy trì liên tục khi bạn ngủ. Khi bạn thức dậy, thì mọi tư tưởng và mọi đối tượng sẽ được nhận thức rõ ràng liền.

Vào lúc thức giấc, bạn phải hành thiền ngay. Là thiền sinh mới vì vậy bạn khó có thể tỉnh thức vào những giây phút đầu tiên lúc mới thức dậy. Nhưng bạn phải giác tỉnh ngay lúc bạn nhớ lại rằng mình đang hành thiền. Chẳng hạn lúc thức dậy,bạn nghĩ tưởng đến điều gì thì phải tỉnh thức mà ghi nhận ngay: "nghĩ-tưởng, nghĩ-tưởng, nghĩ-tưởng". Rồi tiếp tục với phồng xẹp. Khi thức dậy bạn phải chú tâm đến những chi tiết của hoạt động cơ thể. Mọi tác động của tay chân và thân thể phải được ghi nhận một cách tỉnh thức. Lúc thức dậy

bạn có nghĩ rằng bây giờ là mấy giờ không? Nếu nghĩ đến giờ thì phải ghi nhận: "nghĩ, nghĩ, nghĩ". Bạn chuẩn bị rời khỏi giường ngủ hãy ghi nhận chuẩn bị. Khi từ từ ngồi dậy phải ghi nhận: ngồi dậy. Lúc đang ở tư thế ngồi, ghi nhận: "ngồi, ngồi, ngồi". Nếu còn ngồi ở giường một lúc lâu mới đứng dậy đi thì phải chú tâm đến phồng xẹp, tiếp theo đó. Lúc rửa mặt hay tắm, cũng phải để tâm ghi nhận mọi chi tiết; chẳng hạn, nhìn, ngắm, duỗi, cầm, nắm, ấm, lạnh, chà xát, v.v... Lúc trang điểm, lúc làm giường, lúc đóng cửa, cầm nắm vật gì đều phải chú tâm ghi nhận theo thứ tự.

Bạn cũng chú ý từng tác động một trong lúc ăn:
Khi nhìn thức ăn ghi nhận: "nhìn, nhìn, nhìn".
Khi múc thức ăn ghi nhận: "múc, múc, múc".
Khi đưa thức ăn lên miệng ghi nhận: "đưa, đưa,đưa".
Khi thức ăn đụng môi, ghi nhận: "đụng, đụng, đụng".
Khi thức ăn vào đến miệng, ghi nhận: "vào, vào, vào".
Khi miệng ngậm lại, ghi nhận: "ngậm, ngậm, ngậm".
Khi bỏ tay xuống, ghi nhận: "bỏ xuống, bỏ xuống, bỏ xuống".
Khi tay đụng dĩa, ghi nhận: "đụng, đụng, đụng".
Khi nhai ghi nhận: "nhai, nhai, nhai".
Khi biết mùi vị ghi nhận: "biết, biết, biết".
Khi nuốt, ghi nhận: "nuốt, nuốt, nuốt".
Khi thực phẩm vào trong cuống họng chạm vào cuống họng, ghi nhận:
"đụng, đụng, đụng".

Hãy chú tâm theo dõi mỗi khi bạn múc một muỗng cơm cho đến khi xong bữa ăn. Lúc mới thực hành sẽ có rất nhiều thiếu sót. Đừng ngại điều đó, sau một thời gian kiên trì tập luyện, sự thiếu sót ghi nhận sẽ giảm đi. Khi mức thiền tập của bạn tiến triển đến mức độ cao hơn bạn sẽ còn ghi nhận được thêm nhiều chi tiết hơn những điều đã đề cập ở đây.

Bài Tập Thiền Hành Căn Bản

Giữa hai lần thiền tọa là khoảng thời gian từ bốn mươi đến chín mươi phút để thiền hành. Thiền hành xen kẻ giữa thiền tọa để quân bình năng lực và những yếu tố của sự định tâm, đồng thời để tránh buồn ngủ. Bạn có thể thiền hành trong phòng hay ngoài sân. Lúc thiền hành bạn nên đi chậm hơn lúc bình thường và đi một cách tự nhiên. Trong lúc thiền hành bạn phải chú tâm vào sự chuyển động của chân. Bạn phải chú tâm khi bàn chân phải (mặt) bắt đầu nhất lên khỏi mặt đất, ghi nhận: dở; Khi đưa chân tới ghi nhận: bước; khi chân đặt xuống đất, ghi nhận: đạp. Chân trái cũng làm như thế...

Cũng như lúc ngồi thiền; khi đi, mọi phóng tâm hay cảm giác phải được ghi nhận. Chẳng hạn chợt nhìn một vật gì đó trong khi bạn đang đi hãy ghi nhận tức thì: "nhìn, nhìn, nhìn", rồi trở về với những chuyển động của chân. Mặc dầu trong khi đi những vật bạn nhìn thấy không liên quan gì đến thiền hành nhưng nếu bạn vô tình để tâm đến nó thì phải ghi nhận ngay: "nhìn, nhìn, nhìn".

Khi đi đến mức cuối của đoạn đường kinh hành dĩ nhiên bạn phải trở bước để đi ngược trở lại; lúc còn vài bước đến bước cuối cùng đoạn đường, bạn phải ghi nhận: "muốn quay, muốn quay, muốn quay". Ý định muốn quay có thể khó ghi nhận lúc ban đầu nhưng khi thiền của bạn tiến triển, bạn sẽ thấy dễ dàng. Sau khi ghi nhận ý định bạn phải ghi nhận tất cả chi tiết của tư tưởng và tác động liên quan đến việc quay.... ở bước cuối của con đường, bạn bắt đầu quay mình, phải ghi nhận: "quay, quay, quay", khi chân chuyển động phải kịp thời ghi nhận dở... bước... đạp, v.v... Trong lúc quay thường vì sự cám dỗ của bên ngoài nên bạn có ý định muốn nhìn xem chung quanh có cái gì lạ không, phải ghi nhận ngay: "dự-định, dự-định, dự-định" hay "muốn, muốn, muốn", rồi lại chú tâm đến bước chân. Thông thường đối với những thiền sinh mới, chú tâm đến ba giai đoạn dở, bước và đạp rất có hiệu quả. Tuy nhiên, tùy theo khả năng của từng người, thiền sư có thể khuyên họ nên chú ý ít hay nhiều giai đoạn hơn. Nhiều lúc thấy sự đi chậm bất tiện, nhất là lúc đi ra ngoài khu vực hành thiền bạn có thể đi nhanh hơn và ghi nhận: trái, phải mỗi khi chân trái hay chân phải đặt xuống đất. Ghi nhận nhiều hay ít giai đoạn không quan trọng, điều cốt yếu là bạn có chú tâm tỉnh thức trong từng bước đi hay không?

Thiền Mức Cao Hơn

Sau một thời gian hành thiền, định lực của bạn phát triển và bạn đã dễ dàng theo dõi sự phồng xẹp của bụng, lúc bấy giờ bạn sẽ nhận thấy có một thời gian, hay khoảng hở giữa hai giai đoạn phồng xẹp. Nếu bạn đang ngồi thiền bạn hãy ghi nhận: "phồng, xẹp, ngồi". Khi ghi nhận ngồi, bạn hãy chú tâm vào phần trên của thân. Khi bạn đang nằm

thiền hãy ghi nhận: "phồng xẹp, nằm".

Nếu bạn thấy có khoảng thời gian hở giữa phồng, xẹp, và xẹp, phồng, bạn hãy ghi nhận: "phồng, ngồi, xẹp, ngồi". Nếu bạn đang nằm hãy ghi nhận: "phồng, nằm, xẹp, nằm". Nếu thực hành một lát mà thấy sự ghi nhận ba hay bốn giai đoạn như trên không dễ dàng đối với bạn, hãy trở về với hai giai đoạn phồng, xẹp.

Trong khi chú tâm theo dõi chuyển động của cơ thể, bạn không cần phải chú ý đến đối tượng thấy và nghe. Khi bạn có khả năng chú tâm vào chuyển động phồng xẹp thì bạn cũng có khả năng chú tâm vào đối tượng nghe và thấy. Tuy nhiên, khi chú ý nhìn một vật gì đó thì bạn phải đồng thời ghi nhận ba lần: "thấy, thấy, thấy" sau đó trở về với sự chuyển động của bụng. Giả sử có một người nào đó đi vào trong tầm nhìn của bạn, bạn để ý thấy thì phải ghi nhận: thấy hai hay ba lần, rồi trở về với sự phồng xẹp. Bạn có nghe tiếng nói không? Bạn có lắng nghe không? Nếu bạn nghe hay lắng nghe thì phải ghi nhận: "nghe, nghe, nghe" hay "lắng-nghe, lắng-nghe, lắng-nghe"; sau đó trở về với sự phồng xẹp. Giả sử bạn nghe những tiếng động lớn như tiếng chó sủa, nói chuyện to, tiếng hát bạn phải tức khắc ghi nhận hai hay ba lần: nghe, rồi trở về với bài tập phồng, xẹp. Nếu bạn quên không ghi nhận khi đang phóng tâm vào sự nghe, điều này có thể khiến bạn suy tưởng hay chạy theo chúng mà quên chú ý vào sự phồng xẹp. Lúc bấy giờ sự phồng xẹp sẽ trở nên yếu đi hay không phân biệt được rõ ràng. Gặp những trường hợp bạn bị lôi cuốn bởi những phiền não chập chồng như thế, bạn hãy ghi nhận hai hay ba lần: "suy- tưởng, suy-tưởng, suy-tưởng" rồi trở về với sự phồng xẹp. Nếu quên ghi nhận những chuyển động của cơ thể, tay chân, v.v.. thì phải ghi nhận: "quên, quên, quên" rồi trở về với sự chuyển động của bụng. Bạn có thể cảm thấy lúc bấy giờ hơi thở sẽ chậm lại hay chuyển động phồng xẹp không rõ ràng. Nếu điều đó xảy ra và lúc ấy bạn đang ngồi thì hãy chú tâm ghi nhận: ngồi, đụng. Nếu lúc bấy giờ đang nằm hãy ghi nhận nằm, đụng. Khi ghi nhận đụng, không phải bạn chỉ chú tâm vào một điểm của cơ thể đang tiếp xúc, mà phải chú tâm vào nhiều điểm kế tiếp nhau. Có nhiều chỗ đụng; ít nhất sáu hay bảy chỗ bạn phải chú tâm đến. Một trong những điểm đó là: đùi, đầu gối, hai tay chạm nhau, hai chân đụng nhau, hai ngón cái đụng nhau, chớp mắt, lưỡi đụng miệng, môi chạm nhau.

Bài Tập Thứ Bốn

Cho đến bây giờ bạn đã hành thiền được nhiều giờ rồi. Bạn có thể bắt đầu cảm thấy làm biếng khi nghĩ rằng mình chưa tiến bộ được bao nhiêu. Đừng bỏ dở, hãy tiếp tục ghi nhận: "làm biếng, làm biếng, làm biếng".

Trước khi thiền của bạn đủ sức mạnh để phát triển khả năng chú ý, định tâm và tuệ giác, bạn có thể nghi ngờ không biết cách thức hành thiền như thế này có đúng, có hữu ích không. Gặp trường hợp này hãy ghi nhận: "nghi-ngờ, nghi-ngờ, nghi-ngờ". Bạn có ao ước hay mong muốn đạt được thành quả tốt trong thiền không? Nếu bạn có tư tưởng như thế thì hãy ghi nhận: "ao ước, ao ước, ao ước" hay "mong muốn, mong muốn, mong muốn". Bạn có suy nghĩ

xét lại cách thức thực tập để bạn đạt được mức độ này không? Nếu có, bạn hãy ghi nhận: "xét lại, xét lại, xét lại". Có trường hợp nào bạn xem xét đối tượng thiền và phân vân không biết đó là tâm hay vật chất không? Nếu có, bạn hãy ghi nhận: "xem xét, xem xét, xem xét". Có khi nào bạn tiếc nuối vì mình không đạt được sự tiến bộ nào không? Nếu có, bạn hãy chú tâm ghi nhận cảm giác: "tiếc nuối, tiếc nuối, tiếc nuối".

Ngược lại, bạn có cảm thấy sung sướng khi mức độ thiền của bạn tiến triển hay không? Nếu có, bạn hãy ghi nhận: "sung sướng, sung sướng, sung sướng". Đấy là cách thức bạn ghi nhận mỗi một trạng thái của tâm hồn, nếu không có những tư tưởng hay quan niệm được ghi nhận thì bạn hãy trở về với sự phồng xẹp.

Trong một khóa hành thiền tích cực thì thời gian hành thiền bắt đầu từ lúc thức dậy cho đến khi đi ngủ. Bạn cần nhớ là phải luôn luôn thực hành hoặc bài tập căn bản, hoặc là thực hành sự chú tâm liên tiếp suốt ngày cho đến đêm, nếu bạn chưa buồn ngủ. Chẳng có nghỉ ngơi phút nào. Khi thiền của bạn đạt được mức tiến bộ cao thì bạn sẽ không còn cảm thấy buồn ngủ mặc dù bạn phải hành thiền rất nhiều giờ; lúc bấy giờ bạn có thể tiếp tục thiền cả ngày lẫn đêm.

Tóm lại trong thời gian hành thiền, bạn phải để tâm ghi nhận tất cả những trạng thái của tâm, dù đó là trạng thái tốt hay xấu; bạn cũng phải chú tâm đến những sự chuyển động của cơ thể, dù đó là những chuyển động lớn hay nhỏ; bạn phải chú tâm đến mỗi một cảm giác, dầu cảm giác ấy dễ chịu hay khó chịu. Trong suốt thời gian hành thiền nếu không có những gì đặc biệt xảy ra khiến bạn phải ghi nhận, thì hãy chú tâm vào sự phồng xẹp của bụng. Nếu bạn đi làm một việc gì đó, chẳng hạn, đi uống nước, bạn phải chú ý đến những tác động cần thiết của sự đi, bạn phải chú tâm tỉnh thức ghi nhận từng bước đi một, chẳng hạn: đi, đi, hay trái, phải. Lúc đến nơi bạn hãy niệm: đứng, cầm, nắm, uống v.v... Nhưng khi bạn thực tập thiền hành bạn phải chú ý đến ba giai đoạn của bước đi: dở, bước, đạp. Thiền sinh phải nỗ lực tập luyện suốt ngày đêm mới có thể sớm khai triển tâm định đến tuệ giác thứ tư (tuệ biết được sự sinh diệt) và từ đó đạt đến những tuệ giác cao hơn. Tathagata Meditation Center (Như Lai Thiền viện) 1215 Lucretia Avenue San Jose, CA 95122, USA Tel. (408) 294-4536 ---oOo---

Vấn Đáp về Thiền Minh Sát

Tỳ kheo Khánh Hỷ & Lưu Bình chuyển dịch

1. Do đâu mà có Thiền Minh Sát?

Thiền Minh Sát là một loại thiền căn bản và chính yếu của Phật Giáo Nguyên Thủy.

2. Vipassana nghĩa là gì?

Chữ "Vipassana" được chia làm hai phần "Vi" có nghĩa là "bằng nhiều cách"; và "Passana" có nghĩa là "nhìn thấy". Vậy "Vipassana" có nghĩa là thấy được bằng nhiều cách khác nhau. (Minh sát).

3. Thiền Minh Sát đem lại lợi ích gì cho tôi?

Mục tiêu tối hậu của Thiền Minh Sát là để loại trừ những bợn nhơ trong tâm. Trước khi đạt được mục tiêu này thiền sinh sẽ có được những lợi ích thực tại như sẽ có được một tâm hồn bình an và tĩnh lặng và có đủ khả năng để chấp nhận những gì xảy ra đến cho mình. Thiền Minh Sát giúp ta nhìn sự vật đúng thực tướng của chúng chứ không phải thấy chúng qua những biểu hiện bên ngoài. Sự vật xuất hiện trước mắt ta dưới trạng thái trường tồn, vững bền, đáng yêu và có thực chất, nhưng thực tế thì chúng không phải như vậy. Khi thực hành thiền minh sát bạn sẽ chính mình thấy được sự sinh và diệt của hiện tượng vật chất và tinh thần. Đồng thời bạn cũng ý thức được một cách rõ ràng hơn những diễn biến trong tâm và thân bạn. Bạn sẽ có đủ khả năng chấp nhận mọi chuyện xảy đến cho bạn với một tư thái an nhiên chứ không bị xao động hay xúc cảm và đương đầu với hoàn cảnh một cách lạc quan hơn.

4. Người nào cần phải hành Thiền Minh Sát?

Thiền Minh Sát là phương thuốc để chữa trị các chứng bệnh của tâm, những bệnh nằm dưới dạng thức các phiền não như: Tham, Sân, Si ... Hầu như chúng ta lúc nào cũng mang những tâm bệnh này, vì vậy ít nhiều chúng ta cũng phải cần đến Thiền Minh Sát.

5. Khi nào cần phải hành Thiền Minh Sát?

Vì phiền não luôn luôn sát cánh với chúng ta nên lúc nào chúng ta cũng cần phải thực hành thiền minh sát. Sáng, trưa, chiều, trước khi đi ngủ hay trong những lúc làm việc, nói chuyện, rửa chén, ... đều là cơ hội để hành thiền. Và mọi lứa tuổi đều có thể thực hành thiền minh sát.

6. Phải chăng chỉ có Phật tử mới hành Thiền Minh Sát được?

Không có yếu tố tôn giáo trong thiền minh sát. Vì vậy mọi người, dầu theo tôn giáo nào cũng đều có thể thực hành thiền minh sát. Thiền minh sát là sự theo dõi và quan sát chính bản thân mình một cách khoa học. Bạn chỉ cần chú tâm quan sát những diễn biến của thân và tâm bạn trong khoảnh khắc hiện tại mà thôi.

7. Thiền Minh Sát có khó thực hành không?

Cũng khó mà cũng dễ. Thiền Minh Sát nhằm kiểm soát tâm, mà tâm thì luôn luôn vọng động. Khi hành thiền chính bạn sẽ thấy tâm mình. Việc hành thiền không phải dễ, bởi vì rất khó kiểm soát tâm và giữ tâm trên một đề mục duy nhất. Mặt khác, Thiền Minh Sát cũng rất dễ thực hành vì không cần phải sửa soạn lễ nghi công phu hay phải học hỏi nhiều mới có thể thực hành. Bạn chỉ cần ngồi xuống, theo dõi chính mình và chú tâm vào đề mục là được.

8. Thực hành Thiền Minh Sát có đòi hỏi điều kiện tiên quyết gì không?

Bạn cần phải thực sự muốn thực hành thiền và sẵn sàng tuân theo lời chỉ dẫn một cách chặt chẽ. Bởi vì nếu bạn không thực hành đúng thì bạn sẽ không gặt hái trọn vẹn lợi ích của thiền. Bạn cũng cần phải tin tưởng vào việc hành thiền, tin tưởng thiền sư, có một tâm hồn cởi mở để thực hành thiền và thấy được những gì mà thiền có thể đem lại cho bạn. Đức kiên nhẫn cũng rất quan trọng. Khi hành thiền bạn phải kiên nhẫn để

đương đầu với nhiều thứ. Sẽ có phóng tâm, có cảm giác khó chịu trên thân thể và bạn sẽ phải đương đầu với cái tâm của bạn. Bạn phải kiên trì và cương quyết theo đuổi việc hành thiền đến cùng mỗi khi sự phóng tâm đến quấy nhiễu bạn khiến bạn không thể chú tâm vào đề mục được. Một điều rất quan trọng cần nhớ là bạn phải giữ giới luật thật trong sạch, vì nếu giới không trong sạch thì không thể nào đạt được sự chú tâm hay có được sự bình an của tâm hồn. Khi làm điều gì sau đó bạn sẽ suy tư về những điều mình đã làm nhiều lần, nhất là lúc bạn đang hành thiền. Đó là một trở ngại lớn lao khiến bạn khó đạt được sự trụ tâm.

9. Cần phải có những chuẩn bị gì để hành Thiền Minh Sát?

Thực ra bạn chẳng cần phải cụ bị gì cả. Những thứ bạn cần chỉ là một chỗ thuận tiện để bạn có thể ngồi nhắm mắt và chú tâm vào đề mục. Nói như thế không có nghĩa là bạn không thể dùng gối, đòn ngồi, ghế hay những dụng cụ khác trong lúc hành thiền, vì lúc thiền bạn cũng cần phải có một vài sự thoải mái tối thiểu nào đó. Nếu bạn không muốn đau đớn khó chịu trong lúc hành thiền thì bạn cũng không nên tạo cho mình quá thoải mái. Vì khi quá thoải mái thì sự lười biếng, thụ động sẽ phát sinh dẫn đến sự buồn ngủ.

10. Phải giữ tư thế nào khi hành Thiền Minh Sát?

Giữ tư thế nào cũng được. Đi, đứng, nằm, ngồi đều có thể thực hành Thiền Minh Sát, miễn sao bạn tỉnh thức là được.

11. Lúc hành thiền có nhất thiết ngồi xếp bằng không?

Mặc dầu theo thói quen hay theo truyền thống, lúc hành thiền, thiền sinh ngồi xếp bằng trên sàn, nhưng không nhất thiết phải thế. Bạn có thể ngồi cách nào mà bạn thấy có thể giúp bạn ngồi lâu và thoải mái là được. Điều quan trọng trong thiền minh sát là sự tỉnh thức chứ không phải là ở tư thế.

12. Có phải nhắm mắt trong lúc thiền không?

Nhắm mắt được thì tốt nhưng bạn có thể mở mắt nếu bạn thích. Cách nào bạn thấy ít bị phóng tâm là được. Nhưng nếu trong lúc mở mắt bạn chợt để ý nhìn vật gì thì bạn phải biết rằng mình đang "thấy" và ghi nhận nó, điều thiết yếu là đạt được sự trụ tâm chứ việc nhắm hay mở mắt lúc hành thiền không quan trọng.

13. Lúc hành thiền, tay nên để như thế nào?

Không có một luật lệ bó buộc nào về việc để tay trong lúc hành thiền minh sát. Tay bạn đặt thế nào cũng được. Thường người ta hay ngồi xếp bằng; đặt tay này lên tay kia để trước bụng, trên hai đùi. Bạn cũng có thể đặt hai tay bạn lên hai đầu gối nếu bạn muốn.

14. Thời gian hành thiền kéo dài bao lâu?

Điều đó tùy thuộc vào khả năng mỗi người. Không có một qui tắc bó buộc nào. Ngồi được một giờ thì thật tốt, nhưng lúc đầu bạn chưa thể ngồi được một giờ bạn hãy ngồi chừng 30 hay 15 phút rồi dần dần kéo dài thời gian ngồi

thiền ra cho đến khi bạn có thể ngồi lâu hơn. Nếu bạn có thể ngồi trên một tiếng đồng hồ mà vẫn thấy thoải mái thì bạn có thể ngồi được hai hay ba tiếng đồng hồ.

15. Có cần phải thực tập hằng ngày không?

Mỗi ngày chúng ta đều phải ăn để nuôi dưỡng cơ thể. Tại sao chúng ta không dành một ít thì giờ trong ngày để thanh lọc tâm vì phiền não luôn sát cánh với ta như bóng với hình? Mỗi sáng nên dành một khoảng thời gian để ngồi thiền vì lúc ban sáng thân và tâm bạn đã được an nghỉ, bạn không còn phải lo lắng băn khoăn về những việc đã xảy ra trong ngày trước. Thiền lúc tối trước khi đi ngủ cũng tốt. Nhưng lúc nào bạn cũng có thể hành thiền được. Nếu bạn tạo được thói quen hành thiền mỗi ngày bạn sẽ gặt hái được nhiều kết quả tốt đẹp và lợi ích hơn.

16. Hành Thiền Minh Sát có cần phải có thiền sư không?

Điều này rất quan trọng. Bất kỳ học một môn học mới nào bạn cũng đều cần phải có thầy chỉ dạy. Nhờ những lời chỉ dẫn của thầy bạn có thể đạt kết quả nhanh và đi đúng đường. Bạn cần có một vị thầy có đủ tư cách để chỉ dẫn cho bạn, vì thầy sẽ giúp bạn điều chỉnh sai lầm và hướng dẫn bạn lúc bạn gặp phải những trở ngại trong lúc hành thiền. Nhiều thiền sinh nghĩ rằng mình đã tiến triển trong thiền nhưng thực ra họ chưa đạt được chút tiến bộ nào, lại cũng có nhiều thiền sinh nghĩ rằng việc hành thiền của mình không có kết quả hay không có chút tiến bộ nào trong khi đó thì họ đã tiến triển rất nhiều. Chỉ có vị thiền sư mới có thể biết được mức độ tiến bộ của bạn để điều chỉnh và hướng dẫn bạn trong những lúc cần thiết. Nếu bạn không tìm ra thiền sư bạn có thể nhờ vào sách, nhưng không một cuốn sách nào có thể hoàn toàn thay thế cho một vị thầy. Bạn có thể đạt được một số tiến bộ khi đọc kỹ lời chỉ dẫn và thực hành đúng theo những điều hướng dẫn trong sách, nhưng bạn phải cần thường xuyên trao đổi ý kiến và thảo luận với thầy nữa, mới có thể đạt được thành quả khả quan.

17. Có thể áp dụng Thiền Minh Sát vào đời sống hàng ngày không?

Bạn có thể "tỉnh thức" trong mọi tác động bạn đang làm. Bất kỳ bạn đang làm việc, đang đi, đang nói, v.v..., bạn đều có thể thiền. Mặc dầu mức độ tỉnh thức trong lúc hoạt động không mạnh bằng lúc ngồi thiền hay lúc đang theo một khóa thiền tập nhiều ngày, nhưng nói chung trong lúc hoạt động bạn vẫn tỉnh

thức được. Áp dụng thiền minh sát vào đời sống bạn có thể đối phó với chính bạn một cách có hiệu quả.

18. Thế nào là một khóa thiền tập?

Khóa thiền tập giúp cơ hội cho bạn được thực tập thiền một cách tích cực và nỗ lực hơn nhờ sự hỗ trợ của hoàn cảnh chung quanh và sự hướng dẫn của vị thiền sư kinh nghiệm. Mọi việc bạn làm trong khóa thiền tập đều là đề mục hành thiền.

19. Khóa thiền tập tổ chức ra sao?

Ngày thiền tập bạn sẽ thực hành thiền minh sát liên tục, hết ngồi (thiền) lại đi (thiền), hết đi lại ngồi ... Thiền tọa và thiền hành (hoặc kinh-hành) cứ xen kẽ liên tục như thế.

Vào buổi tối sẽ được nghe giảng pháp và trình pháp với thầy. Nhờ ở sự tỉnh thức trong mọi hoạt động trong ngày mà việc thực tập thiền quán được liên tục tiến triển. Trong thời gian thiền tập phải tuyệt đối giữ im lặng. Khóa thiền tập có thể kéo dài một ngày, hai ngày cuối tuàn, một tuần hay lâu hơn.

20. Tại sao phải tham dự khóa thiền tập?

Nỗ lực tinh tấn thực hành thiền liên tục trong khóa thiền tập khiến tâm bạn được an trụ và tĩnh lặng. Vì sự trụ tâm rất cần yếu cho việc phát sanh trí tuệ, nên khóa thiền tập là cơ hội tốt nhất giúp bạn tự thân thấy được thực tướng của mọi vật.

Cầu mong tất cả chúng sanh được an vui và hạnh phúc.

---ooOOoo---

Medium – is an individual who has the ability to communicate with the spirit realm using psychic abilities and is a channel for spirit. A psychic medium, spiritual medium, intuitive medium or any other similar title, it's all essentially the same thing - the emphasis being on talking to spirits in the afterlife. "There is a big difference between a psychic and a medium. A psychic isn't necessarily a medium, but a medium is a psychic. Psychics tune into the energy of people or objects by feeling or sensing elements of their past, present and future. Simply put, psychics rely on their

basic sense of intuition and psychic ability to gather information for the person being read.

Mediums take it a step further. A medium uses his or her psychic or intuitive abilities to see the past, present and future events of a person by tuning into the spirit energy surrounding that person. This means mediums rely on the presence of non-physical energy outside of themselves for the information relevant to the person being read.

Phật giáo đề cập đến khái niệm thần thông tức những năng lực đặc biệt, mà theo ngôn ngữ ngày nay, một phần trong số đó được hiểu đồng nghĩa với ngoại cảm.

BA LOẠI NGOẠI CẢM

Ngoại cảm là năng lực truyền thông đặc biệt hai chiều giữa người có năng lực này với người âm ở thế giới vô hình. Năng lực truyền thông đó không sử dụng bằng các giác quan của mắt, tai, mũi, lưỡi và thân như con người ở thế giới thông thường. Năng lực ngoại cảm có thể giúp nhà ngoại cảm cảm nhận được tần số tâm thức với các vùng cảm giác, tri giác, tâm tư và nhận thức của vong linh, đặc biệt của người còn sống thông qua phương diện sắc diện, liên hệ đến bệnh tật và tuổi thọ của họ.

Nhà ngoại cảm khi phát hiện ra năng lực đặc biệt này, có người cho rằng đó là người nửa âm, nửa dương, nhưng theo đạo Phật đây là con người đóng vai trò rất quan trọng, mang lại niềm hy vọng và hạnh phúc cho hàng ngàn gia đình, vốn có những thao thức muốn biết thân phận của thân bằng quyến thuộc đã chết trong các cuộc chiến, do thiên tai, chết bất đắc kỳ tử hoặc tai nạn gây ra. Công việc của nhà ngoại cảm là bắt nhịp cầu giúp cho sự đoàn tụ, mang hạnh phúc đến cho người sống và kẻ mất, chẳng những

mang ý nghĩa về phương diện xã hội, mà nó còn là nghi thức thực tập mang tính chất trị liệu và chuyển hóa rất lớn. Theo quan điểm Phật giáo, có ba loại ngoại cảm khác nhau.

(1) Ngoại cảm bẩm sinh xuất hiện từ khi con người có mặt trong bụng mẹ. Năng lực ngoại cảm của các nhà ngoại cảm bẩm sinh rất cao, và thời gian tồn tại có thể đến cuối đời. Tại Ấn độ, thời của đức Phật có rất nhiều nhà tiên tri (ngày xưa người ta dùng thuật ngữ là nhà tiên tri). Chẳng hạn nhà tiên tri A- tu-đà biết rất rõ về tướng trạng cùng những dự đoán của ông về cuộc đời đức Phật khá chuẩn xác và thành công.

(2) Ngoại cảm sau một biến cố bệnh lý, liên hệ đến những chấn động mạnh, tác động tích cực đến vùng hải mã ở vỏ não. Từ đó, năng lực này làm khai thông và mở cửa hết tất cả nguồn tiềm năng vốn có ở từng con người và mỗi chúng sanh. Các nhà khoa học hiện đại cho biết bộ não con người giống như máy siêu vi tính, nó là bộ máy vi tính lượng tử chứa đựng tối thiểu từ 100 cho đến 200 tỷ neutron thần kinh. Mỗi neutron thần kinh có chức năng duy trì, giữ các hạt giống của tri thức, tình cảm, nhận thức và hành động của con người. Nó tạo ra vùng nhớ và nhiều sử dụng khác nhau trong đời sống. Nghiên cứu cho thấy, các nhà khoa học chỉ mới sử dụng được vài phần trăm của khối lượng neutron thần kinh, còn người bình thường như chúng ta thì việc khai thác, sử dụng lại còn ít hơn nữa.

Nhà ngoại cảm sau một biến cố chấn động đến lớp vỏ não khiến nó bị thay hình đổi dạng. Dù cũng là con người như bao con người khác, nhưng năng lực nhìn thẩm thấu, nghe thẩm thấu và truyền thông thẩm thấu của họ đặc biệt cao hơn chúng ta. Đến độ trong khoảng thời gian vài năm đầu như trường hợp nhà ngoại cảm Bích Hằng, cô không tin mình có năng lực đó. Năng lực ngoại cảm do biến cố thập tử nhất sinh có thể tồn tại với con người trong 10 năm, 20 năm, 30 năm hoặc có thể suốt đời, tùy theo đời sống tâm linh và sinh hoạt tinh thần của nhà ngoại cảm như thế nào. Nếu nhà ngoại cảm đó có đời sống tinh thần vững chãi như người xuất gia thì năng lực ngoại cảm này có thể sống mãi với họ suốt cả cuộc đời, và theo truyền thống tái sinh của đạo Phật, ở đời sau họ lại tiếp tục duy trì được nguồn năng lực ngoại cảm, cho nên họ có khả năng đặc biệt hơn những người khác.

(3) Ngoại cảm do đào tạo và huấn luyện. Nhà ngoại cảm được đào tạo và huấn luyện có thể học hỏi được một số năng lực truyền thông, nhưng giá trị của năng lực này có một giới hạn nhất định. Họ có thể cảm nhận được sắc thái con người và dự đoán được người này đang bị vương vào chứng bệnh nào, chết theo cách thế ra sao ở mức độ đơn giản, nhưng không thể có được năng lực đặc biệt như nhà ngoại cảm bẩm sinh hoặc nhà ngoại cảm sau biến cố nhất sanh thập tử như vừa nêu.

Nhà ngoại cảm dùng hai năng lực: thấu thị và thấu thính

Năng lực thấu thị. Đối với năng lực nhìn thẩm thấu, nhà ngoại cảm có thể nhìn thấy rõ hình thù, vóc dáng cho dù thân thể vật lý, hình hài của người quá cố đã qua đời cách đây vài mươi hoặc vài trăm năm, xương đã tan rã không còn gì để nhận dạng; nhưng năng lực thẩm thấu này với sự tập trung cao độ giúp họ hình dung được từ trường

năng lượng sinh học của vong linh, và thông

qua đó xác định được phương vị của vong linh hiện đang nằm chỗ nào. Nếu có sự phối hợp đặc biệt giữa nhà ngoại cảm có năng lực nhìn thẩm thấu và nhà ngoại cảm có năng lực nghe thẩm thấu thì kết quả của những cuộc tìm kiếm có thể cao gấp nhiều lần so với những nỗ lực rời rạc, đơn lẻ.

Năng lực thấu thính. Đối với năng lực nghe thẩm thấu, nhà ngoại cảm có thể nghe được các tần sóng âm cao thấp khác nhau từ thượng giới, trung giới, hạ giới, tích tụ và giải mã chúng một cách chuẩn xác về nội dung cũng như những gì mà thế giới cõi âm đang gởi gắm cho thân bằng quyến thuộc đang còn sống. Trường sinh học của con người sau khi qua đời không mất hẳn, nó như bản chất của thế giới vật lý được bảo tồn. Nguồn sinh học về sóng âm này lan tỏa ra, và nhà ngoại cảm khi thiết lập được tần sóng âm tương thích với các vong hồn, họ có thể đọc được tâm trạng của các vong hồn này. Khi ấy, các loại vong hồn sẽ gởi gắm thông tin và lời nhắn nhủ đến thân bằng quyến thuộc. Vì đặt trên nền tảng truyền thông âm thanh, nên một số nhà ngoại cảm khó xác định và hỗ trợ được các vong hồn chết trong bụng mẹ, tức là thai nhi chưa có tiếng nói, chưa chào đời, hoặc vừa chào đời nhưng vì sự cố nào đó đã phải qua đời một cách tức tưởi thì luồng sóng âm tạo ra trường sinh học đó không rõ rệt, vì vậy khó có thể giúp họ được siêu sinh thoát hóa theo tinh thần Phật dạy. (Thích Nhật Từ) ---oOo---

Mediumistic – having the qualities of a spiritualistic medium = ngoại cảm Ngoại cảm là một khả năng đặc biệt của con người, mà cho tới bây giờ chưa được khoa học chứng minh. Người có khả năng ngoại cảm không sử dụng những giác quan bình thường, mà có khả năng cảm nhận bằng giác quan thứ sáu rõ ràng và liên tục hơn những người thường như khả năng nói chuyện với người chết, khả năng theo dõi con người, tiên đoán tương lai, biết được quá khứ của một thực thể nào đó.

Mediumship – is the term used to describe a medium's work and involves receiving the information through the five senses and then conveying it to the client, so that they can understand… "All mediums are psychics, but not all psychics are medium".

Meek – nhu mì, dễ bảo

Megalithic - cự thạch (một loại đá)

Megalomaniac – tính thích làm lớn, tự đại

Megalopolitan - người sống ở đô thị lớn

Melange - trộn, máy nhào trộn

Meld – phương pháp thí nghiệm Melde

Memorabilia - những sự việc đáng ghi nhớ

Mendicancy – to beg for food = khất thực

Menial – công việc người hầu

Meningioma – u màng não

Mercantile – buôn bán, vụ lợi

Meritorious - xứng đáng, đáng khen

Mesmerizing – hypnotizing = thôi miên, mê hoặc

Messianic - như Chúa cứu thế, như vị cứu tinh

Metabolism - sự chuyển hóa, sự biến dưỡng

Metamorphosis - biến hình, biến hóa

Metaphoric – phép ẩn dụ (Metaphorical nudge – cú đánh bằng khuỷu tay)

Metaphysical – relating to transcendent; exceeding usual limit; spiritual = Siêu hình, trừu tượng

Metastasis - sự di căn (y học)

Metempsychosis - reincarnation = thuyết luân hồi

Metempsychosis is a philosophical term in the Greek language referring to transmigration of the soul, especially its reincarnation after death. Generally, the term is only used within the context of Ancient Greek philosophy, but has also been used by modern philosophers such as Schopenhauer and Kurt Godel; otherwise, the term "transmigration" is more appropriate.

Luân hồi và nhân quả là hai sự kiện tương quan. Bởi chúng sanh còn nghiệp trái của nhân quả thiện ác nên mới bị luân hồi. Và sự luân hồi khổ vui trong sáu nẻo, đều do ảnh hưởng tốt xấu của nhân quả thiện ác. Về nhân quả, có thể gồm chung trong ba nghiệp: Phước, Phi phước, Bất động; mà nơi phát sanh lại từ thân, ngữ, ý. Nhân nào quả ấy, trạng thái vô cùng! Còn luân hồi là sự xoay vần quanh sáu nẻo, tóm tắt không ngoài hai lối khổ, vui.

Meticulous – careful, precise, accurate = tỉ mỉ, quá kỹ càng

Mettle – khí phách, khí khái, nhuệ khí

Miasma - chướng khí, âm khí

Microcosm – a miniature = thế giới vi mô; Tiểu thế giới; Thái Dương Hệ

Tiểu Thế Giới - Theo quan niệm của Phật giáo về vũ trụ thì: Một tiểu thế giới, như thế giới chúng ta đang ở, gồm có: 1 núi Tu-Di, 1 mặt trời, 1 mặt trăng. 7 vòng núi vàng và 7 vòng nước thơm liên tiếp bao bọc nhau vây quanh núi Tu- Di. Phía ngoài 14 vòng nói trên là 1 biển nước mặn. Trên biển nước mặn này, có 4 châu là Đông thắng thần châu, Tây ngưu hóa châu, Nam thiệm bộ châu, Bắc câu lư châu" a hổ, ² a h Ậí này, X

are equally in view. All extremes beget their opposites, and both are alike unprofitable.

For all people, the Middle Way of a good life lived in the world is in every way best and safest. The Buddha said: 'These two extremes are not to be practised by one who has gone forth to the higher life as a Bhikkhu (who renounces the world). What are the

two? That conjoined with passion. low. vulgar, common, ignoble. And that conjoined with self-torture, painful, ignoble and useless.' Avoiding the two extremes. the Buddha had gained the knowledge of the Middle Path which gives sight and knowledge and tends to calm, to insight, enlightenment.

Now, what is the Middle Path which gives sight? It is the Eightfold Path, namely: right understanding. right thought, right speech. right action, right livelihood, right effort, right attention and right concentration. Of these the first two form a starting point for the journey of life. Then follow three having to do with outward conditions and then three having to do with inward conditions. The immediate goal is to attain control of the mind; with this control all individual desire can be, and will be rooted out and ended. The ultimate goal is the ending of all dissatisfaction and suffering through the attainment of perfect enlightenment. perfect wisdom.

The first step along the Path toward the goal is Right Understanding. This involves an understanding of the Four Noble Truths, namely the truth of suffering, the truth of the cause of suffering, the truth of the ceasing of suffering and the truth of the way leading to the cessation of suffering. What now is suffering or pain? Birth is painful, old age is painful, sickness is painful, death is painful, sorrow, lamentation, dejection and despair are painful. To be separated from pleasant things is painful, to be in contact with unpleasant things is painful and not getting what one wishes is painful. Life is full of sorrow unless man knows how to live it. On the physical plane, birth, old age and death cannot be avoided, but there is another sense in which life is often sorrow, but a kind of sorrow that can be entirely avoided. The man who lives the ordinary life of the world often finds himself in trouble of various kinds. It would not be true to say that he is always in sorrow, but he is often in anxiety, and he is always liable at any moment to fall into great sorrow or anxiety. The reason for this is that he is full of worldly desires of various kinds, not at all necessarily wicked, but desires for worldly things and because of these desires he is tied down and confined. He is constantly striving to attain something whiroun5125(i)4(s)-3( )-125(t)4(h)-3(ef)(f)8(t)-3ed down a

at least not to such an extent as to let it cause worry, trouble and sorrow. Undoubtedly our duty is to help others in their sorrows and troubles. but in order to do that effectively we must have none of our own selfish desires. If we take this life with philosophy we shall find that for us sorrow almost entirely ceases. There may be some who think such an attitude unattainable. It is not so. We can reach it, and we ought to do so, because only when we have attained it can we really and effectively help our brother man.

CON ĐƯỜNG TRUNG ĐẠO (THE MIDDLE PATH)

Thánh Đạo Tám Ngành hay Bát Chánh Đạo mà Đức Phật đã thuyết trong bài pháp đầu tiên của Ngài là Trung Đạo, vì nó không lạc quan cũng chẳng bi quan. Lạc quan có khuynh hướng đánh giá quá cao cuộc sống, trong khi đó bi quan lại có khuynh hướng đánh giá quá thấp; một đằng thì lao vào những thái quá của nhục dục và lạc thú đời

thường thấp hèn, thô bỉ và vô bổ. Ngược lại, phía bên kia chủ trương khổ hạnh thái quá cũng không tốt và vô ích, đắm mê trong dục lạc làm cho người ta không phát triển được tinh thần, còn tự hành khổ mình lại làm suy yếu đi phần tri thức. Đạo lộ chân chánh là con đường trung đạo nằm giữa hai cực đoan này, và giáo lý trung đạo chỉ có thể nắm bắt được bởi một người đã hiểu rõ mối tương quan tương duyên giữa hai cực đoan nêu trên. Tiến bộ chính là biết thay đổi qua lại trọng lực và sự nổi bật giữa hai khuynh hướng. Tuy nhiên, cũng như trọng lực của một kiếm thuật gia dường như luôn được giữ thăng bằng giữa đôi chân của ông ta, ông chỉ tựa trên một chân nào đó trong khoảng thời gian cần thiết đủ để thay đổi trọng tâm, trên lộ trình giải thoát cũng vậy, người hành đạo không nên trú ở một cực đoan nào cả mà phải cố gắng giữ quân bình ở mức trung tâm của nó, từ đó hai đối cực này đươc quan sát một cách trung thực. Tất cả các cực đoan đều sanh ra những đối cực của nó, và cả hai đều bất lợi như nhau.

Đối với tất cả mọi người, Trung Đạo về một cuộc sống hiền thiện trong thế gian này là cách sống tốt đẹp nhất và an toàn nhất. Đức Phật dạy: "Có hai cực đoan mà người sống đời cao thượng của một Tỳ Khưu không nên hành theo, hai cực đoan đó là gì? Đó là sống kết hợp với dục vọng thấp hèn, đê tiện, tầm thường, không xứng đáng với bậc Thánh và sống kết hợp với tự hành hạ mình, tự làm khổ mình, không xứng đáng với bậc Thánh và vô ích". (Samyutta Nikaya V. phẩm Chuyển Pháp Luân). Tránh xa hai cực đoan này Đức Phật đã đạt đến trí tuệ thấy rõ Trung Đạo, mà điều này đã làm phát sinh huệ nhãn và huệ trí cũng như hướng đến an tịnh, thắng trí và giác ngộ.

Vậy thì Trung đạo là gì lại khiến phát sinh huệ nhãn? Đó chính là Bát Chánh Đạo bao gồm: Chánh Kiến, Chánh Tư Duy, Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, Chánh Mạng, Chánh Tinh Tấn, Chánh Niệm và Chánh Định. Hai chi đầu: Chánh Kiến và Chánh Tư Duy tạo thành khởi điểm cho cuộc hành trình của đời sống chân chánh thuộc về nhóm Tuệ. Ba chi kế: Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, Chánh Mạng liên quan đến những điều kiện tu tập bên ngoài thuộc nhóm Giới, và ba chi cuối Chánh Tinh Tấn, Chánh Niệm, Chánh Định liên hệ đến các điều kiện tu tập bên trong.

Mục tiêu trước mắt là phải đạt được sự kiểm soát hay chế ngự tâm; với sự chế ngự này mọi tham muốn vị kỷ có thể được và chắc chắn sẽ được nhổ sạch tận gốc và chấm dứt hoàn toàn, cứu cánh tối hậu là đoạn tận mọi hình thức bất toại nguyện và khổ đau qua sự chứng ngộ trí tuệ giải thoát viên mãn.

Bước thứ nhất trên đạo lộ hướng đến cứu cánh giải thoát là Chánh Kiến. Chánh Kiến ở đây liên hệ đến sự hiểu biết rõ ràng về Tứ Đế, đó là: Khổ Đế, Tập Đế, Diệt Đế và Đạo Đế. Vậy gì là khổ? Sanh là khổ, già là khổ, bệnh là khổ, chết là khổ, sầu bi, khổ, ưu não là khổ; phải xa lìa những gì mình yêu mến là khổ và không đạt được điều mình mong ước cũng khổ.

Cuộc sống sẽ tràn đầy khổ đau nếu như người ta không biết làm thế nào để sống cho phù hợp với nó. Về phương diện thể chất, sanh, già, chết là điều không thể tránh được, song có một phương diện khác ở đó đời sống luôn luôn sầu muộn. Tuy nhiên đó là một loại sầu muộn hoàn toàn có thể tránh được, người sống cuộc đời bình thường trong thế

gian này lúc nào cũng cảm thấy mình bị vướng mắc vào đủ mọi loại phiền não. Nói rằng họ luôn luôn đau khổ thì có vẻ không thực lắm, nhưng phải nói là họ lúc nào cũng ở trong tình trạng lo lắng, bất cứ lúc nào họ cũng có thể rơi vào những tình trạng đau khổ hay lo âu thái quá. Lý do của điều này là vì trong lòng họ chất chứa đầy những tham vọng trần tục, dĩ nhiên những điều đó không nhất thiết là xấu, mà chỉ là những tham muốn đối với các pháp thế gian, bởi vì những tham muốn này mà họ bị trói buộc và giam hãm trong ngục tù thế gian, họ luôn luôn gắng sức để đạt cho kỳ được cái mà họ chưa có, nhưng khi đã đạt được rồi họ lại lo sợ rằng sẽ mất nó, điều này là sự thực không phải chỉ đối với vấn đề tiền bạc mà còn cả vơi những vấn đề khác như địa vị, quyền lực và mọi thăng tiến trong xã hội nữa.

Còn có những đối tượng khác của lòng tham muốn, chẳng hạn như một người nam hay một người nữ khao khát được sự trìu mến yêu thương nơi một người nào đó nhưng không được họ đáp lại. Phát xuất từ những tham muốn bất toại

nguyện như vậy thường đưa đến vô số những buồn tủi, ghét ghen, thù hận, quý vị có thể cho những tham muốn đó là điều hoàn toàn tự nhiên; hiển nhiên đó là điều hết sức tự nhiên, và nếu sự trìu mến thương yêu đó được đáp trả lại thì thật là vô cùng hạnh phúc nữa là khác. Tuy nhiên, nếu nó không được đáp trả lại thì sao? Người nam hay người nữ ấy phải có một sức chịu đựng mới có thể chấp nhận được tình trạng bẽ bàng này, và không để cho lòng tham muốn bất toại nguyện đó gây nên đau khổ. Khi chúng ta nói một vấn đề nào đó là tự nhiên, nghĩa là chúng ta muốn nói rằng đó là một việc mà chúng ta có thể trông đợi (sẽ xảy ra) đối với một người trung bình. Nhưng là một Phật tử, chúng ta phải cố gắng vươn lên trên cái mức trung bình ấy, nếu không làm sao chúng ta có thể giúp cho mọi người được? Chúng ta phải ở trên mức ấy thì khả dĩ chúng ta mới có thể mở rộng vòng tay giúp đỡ mọi người.

Chân đế thứ hai là nguyên nhân của khổ. Chúng ta đã thấy ra rằng nguyên nhân gây ra đau khổ luôn luôn là vì muốn được sở hữu và khát khao muốn giữ mãi những gì mình đã có. Đức Phật dạy rằng cái khuynh hướng muốn sở hữu của con người là kẻ thù tệ hại nhất của họ, vì lòng tham muốn tích luỹ này đã tước đi của họ lý trí và khả năng hiểu biết, dính mắc vào một vật là phải buồn khi mất nó, ghét hay thù hận một cái gì là sẽ mất vui khi phải gần nó. Tham đắm vị kỷ đối với các đối tượng vật chất thế gian đưa đến hậu quả là phải hy sinh kho báu tinh thần để giành được cái mình mong muốn, mà vật ấy có thể lại ít giá trị hơn là khác. Vì thế tham muốn ích kỷ đã huỷ diệt khả năng phán đoán về giá trị, vì lòng tham này đặt sở hữu thế gian lên trên trí tuệ, và lợi ích cá nhân trên đạo lý.

Khi tuổi già ập đến, một số người tỏ vẻ buồn bực vì họ thấy là mình không còn khoẻ mạnh như trước kia nữa. Cần phải hiểu được tấm thân này đã hoàn tất tốt phận sự của nó mới thực sự là thái độ của người có trí, và nếu nó không còn làm được nhiều việc như trước đây, chúng ta sẽ làm những gì có thể làm được một cách nhẹ nhàng và an lạc, nhưng đừng tự làm khổ mình về những đổi thay vô thường đó, không bao lâu chúng ta sẽ có những cái thân mới, và cách để bảo đảm sẽ được một tấm thân tốt đẹp như ý là chúng ta phải tận dụng hết khả năng của mình để làm mọi điều thiện với tấm

thân cũ này. Tuy nhiên trong bất kỳ trường hợp nào cũng cần phải bình thản, an tịnh và không bối rối, muốn làm được điều này nhất thiết chúng ta phải dừng lại mọi tham muốn, vị kỷ, đồng thời hướng tâm vị tha đến mọi người, giúp cho tha nhân với hết khả năng của mình.

Chân đế thứ ba là sự diệt khổ. Chúng ta đã biết làm thế nào để khổ đau dừng lại và làm thế nào để đạt đến an lạc; bằng cách luôn luôn hướng tâm đến những

điều cao thượng. Chúng ta có thể sống trong thế gian này hoàn toàn hạnh phúc, nếu như chúng ta không để cho cái tham muốn điên rồ của mình dính mắc vào nó; chúng ta sống trong cuộc đời nhưng không bị cuộc đời trói buộc, ít ra cũng không đến mức bị cuộc đời gây cho ta lo lắng, phiền muộn và khổ đau. Hiển nhiên phận sự của chúng ta là để giúp đỡ mọi người trong những lúc họ khổ đau, phiền muộn, thế nhưng, để làm được điều này một cách hiểu quả, bản thân chúng ta phải đoạn tuyệt những tham muốn ích kỷ của mình. Nếu ta sống trong cuộc đời với triết lý như vậy thì chắc chắn chúng ta sẽ thấy rằng mọi sầu khổ trong ta hầu như đã hoàn toàn dừng lại. Hẳn sẽ có một số người cho rằng thái độ sống như vậy là một điều không thể đạt đến nổi. Không hẳn như vậy, chúng ta có thể vươn đến nó và chắc chắn sẽ làm được điều này, bởi vì chỉ khi chúng ta có được thái độ sống như vậy chúng ta mới thực sự có thể giúp cho tha nhân một cách hiệu quả. (Tỳ kheo Pháp Thông dịch)

Middle Way (Con Đường Trung Đạo) – It is said that Siddhartha's father confined his son to the palace in order to screen him from the realities of life, such as old age, sickness and death. But Sidd- hartha curiosities was too great and on secret excursions (cuộc đi chơi) from the palace he came face to face with these realities. He also encountered mendicant (khất thực) or ascetic (người tu khổ hạnh) who had renounced (từ bỏ) all worldly ties to seek spiritual truth. These encounters led Siddhartha to leave the palace in search for a means to overcome dukkha (pain, distress, suffering and unsatisfactoriness") associated with the human condition. For many years he practiced the severe austerities (tu khổ hạnh) of the yogin in the forests of Northeast India, but failed to attain awakening. This led to the first of his insights (thấu được), he saw that the spiritual quest is impossible if one is either distrac- ted by excessive materialism or tormented (dày vò) by excess- ive physical want. Buddhism is often described as a "Middle Way" (Đường Trung Đạo) between these extremes…

Con Đường Trung Đạo – Sau khi Tất-Đạt-Đa rời bỏ cuộc sống vương giả, Ngài tới tham học hai đại sư trứ danh đương thời là ông Ka-La-Ma và Uất- Đầu-Lam-Phất, nhưng Ngài không được thỏa mãn vì vẫn không tìm ra được đường giải thoát thích đáng.

Ngài bèn vào rừng sâu tu khổ hạnh trong sáu năm trường, mỗi ngày chỉ ăn uống chút ít, đến nỗi thân hình chỉ còn da bọc xương, nhưng rốt cuộc cũng

chẳng thành công. Nhận thấy phương pháp khổ hạnh không phải là con đường chân chính, Ngài bèn trở lại lối sống bình thường. "Lợi dưỡng làm chậm trễ tiến bộ tinh thần, khổ hạnh làm suy giảm trí thức".

Con đường của Ngài là con đường trung đạo và Ngài bắt đầu dùng một ít thực phẩm. Nhóm ông Kiều-Trần-Như cho rằng Ngài thoái chí nên bỏ đi chỗ khác. Còn một mình trong rừng ở trên núi Tượng-Đầu gần sông Ni-Liên-Thiền, Ngài phát nguyện sẽ không rời chỗ ngồi dưới gốc cây tất-bát-la (Ajapala - cây dừng), sau này là cây bồ-đề danh tiếng. Ngài tập trung định lực quán chiếu vào trong tâm, thay vì xem xét ngoại cảnh và nhận thấy rằng những nhận thức của tri giác là sai lầm, các cảm thọ cũng sai lầm, những điều này dẫn dắt đến khổ đau. Truy tận gốc thì cái gốc chính là vô minh, u mê; phải giải tỏa, phải từ bỏ, phải đập tan sự u mê đó mới thoát khỏi được.

Một đêm kia, vào cuối canh một, Ngài chứng ngộ túc mạng minh, có thể nhớ lại những kiếp đã qua. Giữa đêm, Ngài chứng ngộ thiên nhãn minh, nhờ đó thấy được sự sinh tử luân hồi của các chúng sinh. Sau Ngài diệt mọi phiền não vào canh cuối, Ngài chứng ngộ lậu tận minh, hiểu biết sự chấm dứt các trầm luân, giác ngộ tứ diệu đế tức là con đường thoát khổ và thành Phật, lên ngôi chánh đẳng chánh giác. Lúc đó Ngài 35 tuổi, Ngài thành Phật do nổ lực của bản thân, không nhờ ai khác…

Milarepa - The life of Milarepa

His name was Milarepa and he was a murderer. The start of this yogi’s life was marred by violence, hatred and revenge. But mention his name to any Tibetan and their eyes will well up with tears of devotion and joy. For this is a story about change. This is a man who recognized his flaws and mistakes and turned his life around. This is a man who became the greatest yogi the world has ever seen.

Who was Milarepa?

The murders

Milarepa was born into a wealthy family in the snowy land of Tibet in 1052. Early on in his teenage years his father passed away and, with no one left to control the estate, his aunt and uncle stole his entire inheritance. Filled with rage and hatred the young Milarepa went away to learn various dark arts and soon returned to murder them. In fact, it is said that the vengeful Milarepa was so angry that he killed 35 people in his uncle’s village on the night of the revenge.

Meeting his Guru

Soon after these dreadful events Milarepa’s life started to fall to pieces. He had reached an extremely dark place and realized very deeply that his life had turned out all wrong. He was ashamed of who had become and what he had done to his family. He realized the grave mistake he had made.

So he set out to make things right. On his quest of redemption Milarepa met a man named Marpa who had brought all of the Buddhist teachings to Tibet from India. Marpa had endured great hardships to bring these teachings back and it is said that without Marpa the Buddhist teachings would not have survived in the land of snows.

The moment Milarepa first saw Marpa was magic. Legend tells us that Marpa was out in a field having a drink and Milarepa passed him on the road. When his eyes first fell on Marpa the whole world stood still and the hairs on the back of his neck stood on end. Milarepa had no idea who the man was but due to their strong connection from past lives it is said that Milarepa experienced a deep state of meditation by just looking at Marpa.

The great hardships that Marpa put him through

Milarepa studied with many Buddhist masters but none of them seemed to be able to help him. In his heart he knew had to study with Marpa. So he went back to ask Marpa and asked for help but Marpa just scolded him and chased him away. Each time Milarepa requested teachings the wrathful Marpa would beat him and kick him out. Finally, though, he gave in and made a deal with Milarepa:

“Build me a large tower and I will teach you the Dharma,” he said.

So Milarepa set to work. He gathered stones and rocks and wood from all over the country side. After many weeks of backbreaking labor Milarepa went back to Marpa and told him the tower was complete. Marpa went to inspect the work and upon seeing it started yelling at Milarepa telling him that he had done it all wrong and that he needed to start again!

This went on nine more times

The last tower Milarepa built was nine stories high and took many months to complete. Remember, this was before cars, cranes and cement mixers. It took such a toll on his body it is said that he had open sores all over his back and that he was now a hunch back from carrying all the rocks. But he did it. And his dedication to Marpa never wavered. He wanted the teachings so much.

After the last tower was built Milarepa stumbled back to Marpa’s house where the teacher was giving some advanced teachings to some other yogis. Milarepa fell on the floor by Marpa’s feet and begged for teachings. But, as always, Marpa told him to go away.

Completely at his wit’s end Milarepa decided to kill himself. He had murdered 35 people and without the teachings of the Buddha he felt there was no way he could make things right and no way to benefit those dead people. So he hung a rope on a tree and put it around his neck. He took a deep breath and braced himself and just as he was about to step to his death Marpa approached and said that he was now ready to receive the highest teachings of Buddhism. Marpa had accepted him as a disciple.

It is said that Marpa put him through all of these hardships to help him purify his negative karma and to make him a suitable vessel for the teachings. Without those hardships Milarepa’s mind would not have been prepared and he would have made no progress due to the severity of his past actions. Marpa’s foresight had allowed him to see how the back breaking work would benefit the new yogi and help him to make

quick progress.

Studying with Marpa and meditating in caves

Milarepa then received all of Marpa's teachings. One night during a very secret teaching Marpa had a dream where a beautiful female Buddha told him that Milarepa would become the holder of his lineage and to therefore teach

him well. Thus, Marpa taught Milarepa everything he had learned in India, like one pot pouring water into another pot.

Once the yogi was fully trained he said his goodbyes and set off into the wilderness. He took a vow to stay alone in the caves until he achieved enlightenment and he never broke this vow. Milarepa would sometimes brick up the entrance of his cave so that he could not leave and meditate in there for years, food and drink being passed to him through a crack in the bricks.

Enlightenment in one lifetime

The Buddhist teachings say that it is possible for someone to attain enlightenment in one lifetime but that it is extremely rare. For most Buddhist practitioners it will take many many lifetimes to accumulate the wisdom and compassion that is needed. But Milarepa did it. He is renowned as the only person in Tibetan history to have attained complete enlightenment in one body, one life time. And that is why he is the greatest yogi of all.

What Milarepa can teach us about living life

Milarepa was known as a great poet. He would often roam around the countryside singing songs and writing poems for the local people. I would like to share with you some of Milarepa's most famous poems, teachings and quotes in the hope that it might benefit someone out there.

1. Be humble

"Take the lowest place, and you shall reach the highest." - Milarepa Milarepa was known to be very humble. He would wear nothing but a few dirty old rags and he would never sit on a high throne or seat. He had no fancy monastery but instead chose to dwell in caves and on mountains.

Many of his songs are about humility. Milarepa often talks about how humility allows us to develop compassion and love whereas arrogance causes us to feel better and more important than everyone else. He often scolded local people for being arrogant saying that pride is the cause suffering because it is so self- centered. And when you are arrogant and proud and things don't go your way, you suffer.

2. Be mindful of death

"Life is short, and the time of death is uncertain; so apply yourselves to meditation. Avoid doing wrong, and acquire merit, to the best of your ability, even at the cost of life

itself. In short, act so that you will have no cause to be ashamed of yourselves; and hold fast to this rule." – Milarepa

One of the key themes in Milarepa's poems and songs is death. It seems as though his past as a murderer stayed with him and he was always mindful of the fact that death could come at any time. But Milarepa used this knowledge as inspiration, not as a cause for depression. Instead of worrying about death he faced his fears and used his mortality as his primary motivation to practice hard.

I often try to encourage my readers to do the same. We have no idea when we are going to die but we know that death is a certainty. So we should use this precious opportunity to achieve our goals and do some good. That is what Milarepa did. He made the most of his time by being constantly aware of the fact that time could run out.

3. Be mindful of impermanence

"All worldly pursuits have but one unavoidable and inevitable end, which is sorrow; acquisitions end in dispersion; buildings in destruction; meetings in separation; births in death." – Milarepa

One thing that I wish my parents spent more time educating me on is the truth of impermanence. It is a very useful thing to understand but one which most people, sadly, never really grasp.

Milarepa often told people not to be too attached to things because it wouldn't last. Relationships, wealth, jobs, houses, countries, etc. All of it will fade like a rainbow. None of it will last forever. And by understanding and respecting this truth one is able to enjoy life a lot more. Our relationships to the world become more realistic and healthy. We are not always grasping at things trying to prevent them from ending. When we understand impermanence we are more likely to appreciate something while it is here.

4. Don't be fooled by worldly distractions

"The affairs of the world will go on forever. Do not delay the practice of meditation." – Milarepa

I love this quote. In fact, I have it as my desktop background and I read it when I need to remind myself that there is something else to do other than work, eat, sleep and work.

We can all identify with this saying, even if we aren't meditation practitioners. The affairs of the world will go on forever. There will always be someone or something getting in the way of our hopes and dreams. It might be work or money or some other obstacle but as soon as you overcome it, a new one will appear.

Milarepa is telling us not to waste time but to get on with it. There are always going to be distractions and problems but we need to make progress anyway. This is very

important.

5. Live and die without regret

“My religion is not Buddhism. My religion is to live and die without regret.” – Milarepa.

This is my favorite quote of all time. Not just of Milarepa, but of anyone, anywhere. I read it and I feel inspired to be a better man and to do everything I can to make my life beneficial and worthwhile. I love it because it hits to the heart of the matter and expresses how horrible it would be to be on death’s door and have regrets about things you have done (or not done!) during your youth.

Tranh họa Milarepa

Milarepa - Đại Hành giả Tây Tạng

Kẻ sát nhân

Milarepa sinh năm 1052 trong một gia đình giàu có ở xứ tuyết Tây Tạng. Cha ngài mất khi ngài còn nhỏ và bởi không có người cai quản điền trang, chú thím ngài đã chiếm đoạt toàn bộ di sản của ngài. Tràn ngập sự giận dữ và căm thù, chàng thanh niên Milarepa đi học huyền thuật và nhanh chóng trở về để giết hại những kẻ hãm hại gia đình mình. Trong thực tế, người ta nói rằng với sự căm thù, Milarepa sân hận tới nỗi đã giết chết 35 người trong ngôi làng của chú ngài trong đêm phục hận.

Gặp gỡ Đạo sư

Không lâu sau những sự kiện khủng khiếp đó, cuộc đời của Milarepa bắt đầu vỡ tan thành từng mảnh. Ngài đã đi tới một chốn vô cùng tăm tối và ngài nhận thức thật sâu xa rằng cuộc đời ngài hóa ra hoàn toàn lầm lạc. Ngài xấu hổ về con người mình và những gì ngài đã làm cho gia đình ngài. Ngài nhận thức được lỗi lầm trầm trọng ngài đã phạm.

Vì thế ngài bắt đầu làm những điều tốt lành. Trong quá trình chuộc lại lỗi lầm, Milarepa gặp Đạo sư Marpa, vị Thầy đã mang toàn bộ Phật pháp từ Ấn Độ về Tây Tạng. Để đưa về Tây Tạng những giáo lý này, Marpa đã phải chịu đựng những gian khổ lớn lao và người ta nói rằng không có Marpa thì Phật giáo sẽ không tồn tại ở xứ tuyết.

Giây phút Milarepa nhìn thấy Marpa lần đầu tiên thật là kỳ diệu. Truyền thuyết kể lại rằng Marpa ở ngoài đồng, bên một con đường, ngài uống một ly rượu và Milarepa đi ngang qua mặt ngài. Thoạt đầu khi Milarepa vừa nhìn thấy Marpa, toàn thể thế giới tĩnh lặng và lông tóc sau cổ ngài dựng đứng lên. Milarepa không biết người đàn ông đó là ai nhưng bởi mối nối kết mạnh mẽ từ những đời quá khứ, người ta nói rằng chỉ nhìn thấy Marpa là Milarepa đã kinh nghiệm một trạng thái thiền định sâu xa.

Marpa buộc Milarepa phải chịu những gian khổ lớn lao

Milarepa đã tu học với nhiều Đạo sư Phật giáo nhưng dường như không vị Thầy nào có thể giúp đỡ được ngài. Trong trái tim của ngài, ngài biết ngài phải tu học với Marpa. Vì thế ngài quay trở lại để hỏi Marpa và khẩn cầu vị Thầy này giúp đỡ nhưng Marpa chỉ

quở mắng và đuổi ngài đi. Mỗi lần Milarepa thỉnh cầu giáo lý thì Marpa chỉ giận dữ, đánh đập và tống cổ ngài ra ngoài. Mặc dù vậy, cuối cùng Marpa nhượng bộ và đi tới một thỏa thuận với Milarepa:

“Hãy xây cho ta một ngọn tháp lớn và ta sẽ dạy Pháp cho ngươi,” Marpa nói.

Vì thế Milarepa bắt đầu làm việc. Ngài thâu thập những viên đá, các tảng đá và gỗ từ khắp mọi nơi. Sau nhiều tuần làm việc kiệt lực, Milarepa trở về gặp Marpa và nói với vị Thầy rằng ngọn tháp đã hoàn tất. Marpa tới kiểm tra công việc và khi nhìn thấy ngọn tháp, Marpa bắt đầu chửi mắng Milarepa, nói rằng Milarepa đã làm sai hoàn toàn và phải bắt đầu lại!

Sự việc này diễn ra chín lần nữa.

Ngọn tháp cuối cùng mà Milarepa xây dựng cao chín tầng và phải mất nhiều tháng để hoàn tất. Xin nhớ rằng việc này xảy ra trước khi có xe hơi, cần trục và máy trộn xi măng. Công việc này làm Milarepa bị thương và người ta nói rằng lưng ngài đầy những vết thương lở loét và giờ đây ngài thành một người gù lưng bởi phải vác những tảng đá. Nhưng ngài đã thực hiện điều Marpa yêu cầu và sự hiến dâng của ngài đối với Thầy Marpa không bao giờ lay chuyển. Ngài vô cùng khao khát giáo lý. Khi ngọn tháp sau cùng được xây dựng xong, Milarepa ngần ngại trở về nhà của Marpa, nơi vị Thầy đang ban các giáo lý cao cấp cho vài hành giả khác. Milarepa phủ phục dưới chân Thầy và cầu xin giáo lý. Nhưng cũng như thường lệ, Marpa bảo Milarepa hãy ra khỏi nơi đó.

Hoàn toàn tuyệt vọng, Milarepa quyết định tự vẫn. Trong quá khứ, ngài đã giết chết 35 người và không có giáo lý của Đức Phật, ngài cảm thấy không thể làm những điều đúng đắn và không có cách nào để mang lại lợi ích cho những người đã chết đó. Vì thế ngài treo một sợi thừng trên cây và tròng dây quanh cổ. Ngài hít một hơi thật sâu và dốc hết nghị lực, và ngay khi ngài sắp bước vào cái chết thì Marpa tới gần và nói giờ đây Milarepa đã sẵn sàng được nhận những giáo lý tối thượng của Phật giáo. Thầy Marpa đã chấp nhận ngài là đệ tử.

Người ta nói rằng Marpa bắt Milarepa phải chịu những gian khổ này để giúp Milarepa tịnh hóa ác nghiệp và khiến ngài trở thành một bình chứa (pháp khí) thích hợp đối với các giáo lý. Không có những gian khổ này, tâm thức của Milarepa sẽ không được chuẩn bị và ngài sẽ tu tập không tiến bộ do bởi những ác hạnh trầm trọng của ngài trong quá khứ. Nhờ trí tuệ, Marpa biết rằng những công việc khổ nhọc sẽ làm lợi lạc cho Milarepa và giúp cho tân hành giả này tiến bộ nhanh chóng trên con đường.

Tu học với Marpa và thiền định trong các hang động

Sau đó Milarepa nhận lãnh tất cả những giáo lý của Marpa. Một đêm trong một giáo lý tuyệt mật, Marpa có một giấc mơ. Trong giấc mơ một vị Phật nữ tuyệt đẹp nói với ngài rằng Milarepa sẽ trở thành vị hộ trì dòng truyền thừa của ngài và vì thế hãy nỗ lực giảng dạy cho Milarepa. Do đó Marpa đã dạy cho Milarepa mọi sự mà ngài đã học ở Ấn Độ, giống như người ta rót nước từ chiếc bình này sang chiếc bình khác.

Khi Milarepa đã được giảng dạy đầy đủ, ngài từ giã mọi người và lên đường tới nơi hoang dã. Ngài nguyện sống đơn độc trong những hang động cho tới khi thành tựu giác ngộ và ngài không bao giờ vi phạm lời nguyện này. Đôi khi Milarepa bít lối vào hang để ngài không thể ra khỏi và thiền định ở đó hàng nhiều năm. Thực phẩm và nước uống được đưa vào cho ngài qua một khe nứt giữa các viên gạch.

Giác ngộ trong một đời

Các giáo lý Phật giáo nói rằng người ta có thể đạt được giác ngộ trong một đời nhưng điều đó vô cùng hiếm có. Hầu hết hành giả Phật giáo phải mất rất nhiều cuộc đời để tích lũy trí tuệ và công đức. Nhưng Milarepa đã làm được điều đó. Ngài nổi danh là người duy nhất trong lịch sử Tây Tạng thành tựu sự toàn giác trong một thân người, ngay trong một đời người. Và đó là lý do vì sao ngài là hành giả vĩ đại nhất trong mọi hành giả.

Đức Milarepa có thể dạy chúng ta điều gì trong cuộc đời

1. Hãy khiêm tốn

“Hãy ngồi ở chỗ thấp nhất, và các con sẽ đạt được vị trí cao nhất.” - Milarepa Milarepa nổi danh là rất khiêm tốn. Ngài không mặc gì ngoài một vài quần áo rách dơ bẩn và không bao giờ ngồi trên một Pháp tòa hay ghế cao. Ngài không có tu viện lộng lẫy, thay vào đó ngài chọn cách sống trong những hang động và núi non.

Nhiều bài ca của ngài nói về sự khiêm tốn. Milarepa thường nói về đức tính khiêm tốn giúp ta phát triển lòng bi mẫn và lòng yêu thương, trong khi sự kiêu ngạo khiến chúng ta cảm thấy mình tốt hơn và quan trọng hơn tất cả những người khác. Ngài thường quở trách những người dân địa phương kiêu ngạo,

nói rằng sự cao ngạo là nguyên nhân của đau khổ bởi nó quá sức quy-ngã. Và khi quý vị kiêu ngạo và tự cao, các sự việc không theo ý muốn của quý vị, quý vị sẽ đau khổ.

2. Tỉnh giác về cái chết

“Cuộc đời thật ngắn ngủi, và thời gian của cái chết thì bất định; vì thế hãy chuyên tâm thiền định. Hãy tránh những hành vi sai trái và tích tập công đức trong khả năng tốt nhất của các con, dù phải trả giá bằng cuộc đời mình. Tóm lại, hãy hành động để các con không có lý do gì phải xấu hổ về bản thân mình; và hãy tuân thủ chặt chẽ quy tắc này.” – Milarepa

Một trong những chủ đề chính yếu trong các bài thơ và bài hát của Milarepa là cái chết. Dường như việc ngài là một kẻ sát nhân trong quá khứ đã lưu lại dấu vết trong tâm thức ngài và ngài luôn luôn tỉnh giác về việc cái chết có thể đến bất kỳ lúc nào. Nhưng Milarepa đã sử dụng sự hiểu biết đó như một nguồn cảm hứng chứ không phải một lý do để tuyệt vọng. Thay vì lo lắng về cái chết, ngài đối mặt với những sợ hãi của ngài và sử dụng cái chết của ngài như động lực chính yếu để tu hành miên mật.

Tôi thường cố khuyến khích các độc giả của tôi thực hành tương tự. Chúng ta không biết khi nào chúng ta chết nhưng ta biết rằng cái chết là một điều chắc chắn. Vì thế ta

nên sử dụng cơ hội quý báu này để thành tựu các mục tiêu của ta và làm một vài điều tốt đẹp nào đó. Đó là những gì Milarepa đã làm. Ngài đã sử dụng phần lớn thời gian của ngài bằng cách liên tục tỉnh giác rằng thời gian có thể cạn kiệt.

3. Tỉnh giác về sự vô thường

“Mọi theo đuổi thế gian chỉ có một kết thúc chắc chắn phải xảy ra và không thể tránh khỏi, đó là sự đau khổ. Mọi thâu đạt kết thúc trong tan tác; mọi tạo lập kết thúc trong hủy diệt; mọi gặp gỡ kết thúc trong chia ly; mọi sự sinh ra kết thúc trong cái chết.” – Milarepa

Một điều mà tôi mong ước cha mẹ tôi sử dụng thêm thời gian để dạy dỗ tôi là chân lý của sự vô thường. Hiểu rõ lẽ vô thường là một điều vô cùng hữu ích nhưng đáng buồn thay, đó lại là một điều mà hầu hết mọi người không bao giờ thực sự thấu hiểu.

Milarepa thường nói với mọi người rằng đừng quá dính mắc vào các sự việc bởi chúng sẽ không tồn tại lâu dài. Những mối quan hệ, của cải, công việc, nhà cửa, xứ sở v.v.., tất cả sẽ biến mất như một cầu vồng. Sẽ chẳng có gì tồn tại mãi mãi. Và nhờ thấu hiểu và tôn trọng chân lý này ta sẽ có thể vui hưởng cuộc đời nhiều hơn nữa. Những mối quan hệ của ta với thế giới trở nên hiện thực và lành mạnh hơn. Ta sẽ không mê mải bám chấp vào các sự việc khi ngăn cản chúng đừng chấm dứt. Khi thấu hiểu lẽ vô thường ta có thể nhận thức sâu sắc hơn về các sự việc khi chúng hiện hữu ở đây.

4. Đừng bị lừa gạt bởi những phóng dật thế gian.

“Những công việc của thế gian sẽ tiếp diễn không bao giờ ngừng nghỉ. Đừng trì hoãn thực hành thiền định” – Milarepa

Milarepa bảo chúng ta đừng lãng phí thời gian mà phải thuận thảo với nó. Sẽ luôn luôn có những phóng dật và vấn đề, nhưng dù thế nào đi nữa thì chúng ta cần phải tiến tới. Điều này vô cùng quan trọng. Sống và chết không hối tiếc.

“Tôn giáo của tôi không phải là đạo Phật. Tôn giáo của tôi là sống và chết không hối tiếc.” – Milarepa.

Kết luận

Tiểu sử của Milarepa có thể dạy chúng ta rất nhiều về việc chúng ta là ai và chúng ta có thể trở thành cái gì. Tuy nhiên, điều quan trọng nhất là nó cho chúng ta thấy rằng tất cả chúng ta đều có năng lực để chuyển hóa cuộc đời và hoàn cảnh của riêng mình. Chúng ta là chủ nhân số phận của chính mình. (Thanh Liên dịch Việt) ---oOo--- Milieu – môi trường, hoàn cảnh

Militate - chiến đấu

Millenarian - người tin rằng sẽ có thời đại hoàng kim

Mind – What is mind? Is it the brain or a kind of energy produced by the brain? The answer is: both. It is ‘both’ because while the grosser level of consciousness is produced by the brain, the ultimate source of consciousness

is the innermost subtle consciousness which is not dependent on the brain. So what is the cause of ultimate and innermost subtle consciousness? There are two causes: a ‘substantial’ cause, and a ’cooperative’ cause.

Human beings took five billion years to develop to their present human state. For three to four billion of years there was no life; only some basic, primary cells. In spite of human evolution, the question still remains: why did the whole universe or galaxy come into existence at all? What is the reason? We could say that there is no reason or that it suddenly happened, but this answer is not satisfactory.

Another answer is that it was the creator’s or God’s doing. However, this view does not hold true for Buddhist and Jain philosophies. The Buddhist answer is that it came into existence as a result of the karma of the beings who would utilize these galaxies. Take the example of a house. A house exists because there is a builder who constructs it so that it can be used. Similarly, because there were sentient beings to inhabit or utilize this galaxy, their karma produced the galaxy.

We cannot explain this on a physical basis, only on the basis of the continuation of mind. The most subtle consciousness or mind has no beginning and no end. That is its ultimate nature (not absolute nature). Even on the conventional level, ultimate nature is something that is pure. The grosser mind with its basis of consciousness has its own ultimate nature which is pure. It can be influenced by negative emotions as well as positive thought. All negative emotions are based on ignorance and ignorance has no solid basis.

According to Buddhist philosophy, every sentient being who has a mind and consciousness has the potential to become a Buddha. This subtle consciousness is termed Buddhaseed or sugatahridaya, or tathagatagarbha. This is the basis of Buddhism in general and Mahayana Buddhism in particular. In Mahayana Buddhism, the ultimate goal is Buddhahood or Enlightenment. One should be determined to achieve Buddhahood in order to serve all sentient beings. This determination is Bodhicitta which is the basic of the Mahayana teaching of infinite altruism.

To develop Bodhicitta we have to first know about the Four Noble Truths. It is possible to end suffering or bring about cessation. In order to do that, we have to know what suffering is and what causes it. Only then can cessation be

achieved and the true path followed. It will help us if we develop determination and altruism. We should recite the Eight Verses everyday, making them a part of our daily life. When we are faced with problems we should immediately read, recite and practice the Eight Verses. This is difficult to implement but it is better to make an attempt so that we have no regrets later. ---oooOOOooo--- The Eight Verses

I. With the determination to accomplish,
The highest welfare for all sentient beings,
Who excel even the wish granting gem,

May I at all times hold them clear.

This verse proclaims that in order to achieve Buddhahood, we must develop infinite altruism and create good actions. We depend heavily on other sentient beings. Without sentient beings we cannot develop infinite altruism and cannot achieve Buddhahood. We owe our fame, wealth and friends to other sentient beings. For example, without other sentient beings one cannot have woollen clothes, since one cannot have wool without sheep. The media is responsible for fame and so on; even reputations are dependent entirely on other sentient beings. From conception till death, our life depends on others. It is important to realize how other sentient beings are precious and useful. As soon as we realize this, our negative attitude towards other beings will change.

II. Whenever I associate with someone,

May I think myself the lowest among all,

And hold the other supreme,

In the depth of my heart.

Our attitude towards other people should always be positive. We should be concerned about others without feeling pity for them. Above all, we should treat them with great respect for they are precious. We should consider them as sacred and superior to ourselves.

III. In all actions may I search my mind, And as soon as Klesha or delusion arises Endangering myself and others,

May I firmly face and avert it.

IV. When I see beings of wicked nature,

Pressed by violent sin and affliction,

May I hold these rare ones dear,

As if I had found a precious treasure.

These verses explain how to control one's negative emotions. Our mind is greatly influenced by negative emotions due to our infinite past lives and it is extremely difficult to develop altruism. We have to fight constantly against these negative emotions. We have to use different methods to deal with the forces of anger. You should simply try to forget about the object of anger and divert your attention. Concentrate on your breathing. This cool down the anger slightly. Then try to think about the negative aspects of anger and minimize or get rid of it.

There is another type of anger which is not very forceful. One way to deal with the anger towards one's enemy is to focus on the enemy's good qualities. Try to develop respect and sympathy instead. As in pratityasamutpada, every object has many aspects and faces. Almost no object can be wholly negative. Everything has a positive side of it. When anger develops, however, our mind perceives only the negative aspect.

On the other hand, our enemy creates problems for us. On the other, that very person gives us the opportunity to practice patience and tolerance, two qualities necessary for compassion and altruism.

When extreme greed or other negative emotions arise one should be prepared for them. If you take a lenient attitude when the negative emotion arises, it becomes stronger. So reject, or try to reduce it right from its inception.

V. When others out of envy treat me badly
With abuse, slander and the like,
May I suffer the defeat,
And offer the victory to others
VI. If someone whom I have benefited
With great hope hurts me very badly,
May I behold him
As my supreme Guru.
This is difficult to practice but essential if we want to develop genuine altruism. Some Bodhisattva practices seem impossible and unrealistic; nonetheless, they are important.

If we are humble and honest, certain people might take advantage of us. Even in such situations, we should not harbor any negative feelings towards that person. Instead, we should analyze the situation. Allowing that person to do whatever he or she likes will ultimately be harmful for him or her. Therefore, we should take some counter-measures. We should do this not because that person has harmed us, but because we should be concerned about the person's well-being in the long run.

When anger dominates our mind, the best part of the human brain, which judges situations, fails in its function. We may then use harsh word unintentionally. Hateful words pour out automatically due to lack of control when we cannot handle a situation. Once the anger subsides, we feel ashamed of ourselves.

VII. May I directly and indirectly
Offer benefit and happiness to all my mothers,
May I secretly take upon myself,
The harm and suffering of the mothers.
This verse tells us to benefit other sentient beings more than oneself and take on their suffering. This can be practiced through deep breathing – taking in suffering and breathing out happiness. One can also do this by visualizing or training the mind through focusing on the object of meditation.

VIII. May all this remain undefined by the stains,
Keeping in view the Eight wordly principles,
May I, by perceiving all Dharmas as illusive,
Unattached be delivered from bondage, samsara.

In order to meditate on ultimate altruism, it's important to understand the concept. In Buddhism, various levels of tenets have different interpretations of it. Of the four philosophical schools, the interpretation given here is referred to in the highest Buddhist tenets, Prasangika-Madhyamika. According to this, emptiness means that no phenomenon can have an inherent existence. By understanding the lack of inherent existence of all nature, we can understand the illusive nature or the illusion of all phenomena.

Practice infinite altruism with the help of wisdom. That's the way. (His Holiness the Dalai Lama – The Transformed Mind)

Luyện Tâm Bát Đoạn – Eight Verses

1. Ước mong đạt được lợi lạc tối đa cho tất cả chúng sanh quý báu hơn ngọc như ý, con nguyện luôn yêu thương họ.

Để rèn luyện bồ đề tâm, đầu tiên, ta phải phát triển tâm từ để thấy chúng sanh đáng yêu, và phát triển tâm đại bi. Cường độ của tâm thức tùy thuộc vào mãnh lực của lòng bi, và cường độ của tâm đại bi tùy thuộc vào mãnh lực của lòng từ trong ta, nhìn thấy chúng sanh đáng yêu. Vì thế, trước tiên, điều thiết yếu là tu tập tâm từ để thấy chúng sanh đáng mến. Điều này quả là đúng, vì khi những người mà ta có thiện cảm bị bệnh nhẹ, ước muốn cho người ấy khỏi bệnh sẽ khởi lên một cách mạnh mẽ. Khi bệnh tật xảy ra cho những người ta không yêu mến thì ước muốn cho người kia khỏi bệnh không phát sinh. Giống như trong đời này, cường độ của sự mong muốn cho tha nhân không vướng khổ tùy thuộc vào mức độ ta yêu mến họ đến mức nào, thì đối với lòng từ và bi cũng thế: lòng từ của ta càng mãnh liệt bao nhiêu thì ước nguyện mong muốn tha nhân thoát khổ sẽ càng mạnh mẽ bấy nhiêu.

2. Mỗi khi giao tiếp với chúng sanh, con nguyện luôn xem mình thấp kém hơn tất cả, và trong tận đáy lòng con nguyện yêu thương họ trên hết.

Sau khi đã quán chiếu về nhược điểm của tâm ái ngã, khi giao tiếp với chúng sanh, bất cứ lúc nào và ở đâu, ta nên luôn xem mình thấp kém hơn tất cả, Khi đã quán chiếu về những lợi điểm của tâm vị tha, từ đáy lòng mình, ta nên xem chúng sanh cao quý hơn mình – dù họ là ai chăng nữa…

3. Trong mọi khía cạnh của hành vi, khi phiền não vừa phát sinh trong tâm thức tạo nguy cơ cho bản thân và tha nhân, con nguyện hết lòng đối trị tức thì.

Câu kệ trên nói rằng phiền não tạo ra nguy cơ cho bản thân và tha nhân. Từ vô thủy, chúng đã làm hại dòng tâm thức của ta, khiến ta trải qua biết bao nhiêu nỗi khổ. Khi phiền não phát sinh trong tâm thức, chúng không chỉ tạo

ra nguy cơ cho bản thân, mà còn có khả năng làm tổn hại tha nhân. Thí dụ như khi nổi giận, chỉ vì phiền não, ta đã tích lũy một số năng lượng của nghiệp xấu, đưa đến những tái sanh bất hạnh. Dựa trên ý nghĩa này, phiền não tạo ra nguy cơ cho chúng ta. Khi ta tức giận, người khác quan sát mình và nghĩ rằng, "Hắn đã nổi giận," rồi điều này khiến họ không vui. Vì thế, khi phiền não phát sinh, chúng tạo ra nguy cơ cho bản thân và tha

nhân.

4. Mỗi khi gặp người ác tâm tràn đầy khổ đau và ác hạnh, con nguyện thương yêu những người hiếm có này như tìm ra kho tàng quý báu.

Câu kệ này nói rằng ta thấy họ tràn đầy khổ đau và ác hạnh. Nguyên nhân tạo khổ là nghiệp ác và bất thiện, và ác nghiệp này rất mãnh liệt, chẳng hạn như ngũ nghịch. Ngũ nghịch là giết cha, giết mẹ, giết A la hán, cố tâm làm thân Phật chảy máu và gây bất hòa trong tăng đoàn. Những ai tạo những nghiệp này sẽ bị ô uế vì ác hạnh. Họ chắc chắn sẽ bị đọa vào địa ngục trong kiếp sau, và vì không có khoảng cách của những kiếp khác xảy ra giữa kiếp này và kiếp đọa trong địa ngục, nên chúng được xem là những hành vi quả báo nhãn tiền.

5. Khi người khác, vì lòng ganh tỵ, bạc đãi con bằng sự gièm pha, sỉ nhục và những điều tương tự, con nguyện nhận lấy thua thiệt và dành thắng lợi cho người khác.

Câu kệ nói “dành thắng lợi cho người khác”, ý nói rằng vì yêu thương họ, ta nên nhường bất kỳ lợi lạc nào cho tha nhân. Khi ta thương mến người khác và dành mọi lợi lạc cho họ, lòng vị tha trở thành cội nguồn của mọi niềm phúc lạc và hạnh phúc. Vì lý do này, ta nên chấp nhận sự thua thiệt.

6. Khi người mà con đã từng giúp đỡ, và đặt nhiều kỳ vọng vào họ, hãm hại con một cách tệ bạc khôn lường nguyện xem họ như một thiện tri thức vô nhiễm.

Đôi khi, những người ta đã từng giúp đỡ và mong đợi sự trả ơn của họ, nhưng họ hành động như kẻ thù, hãm hại ta một cách tệ hại. Trong trường hợp đó, một người bình thường sẽ nghĩ rằng, "Mình một lòng giúp họ mà họ đối xử với mình như vậy”, để kết tội họ và có thể nổi giận với họ. Tuy nhiên, những ai tu tập pháp luyện tâm cần phải xem những người này như những thiện tri

thức trong sạch, thay vì ghét bỏ họ. Lý do là vì ta phải tu hạnh nhẫn nhục, khi sân hận phát sinh. Nếu có thể thiền quán về hạnh nhẫn nhục khi bị kẻ khác hãm hại một cách vô lý như thế, đó là điều rất lợi lạc cho việc tu tập. Vì thế, dựa vào lời chỉ giáo, ta nên nghĩ về họ như những người truyền cảm hứng, giúp ta thiền quán về hạnh nhẫn nhục, hay những thiện tri thức, dạy ta về lòng kiên nhẫn.

7. Tựu trung, con nguyện hiến dâng trực tiếp và gián tiếp hạnh phúc và lợi lạc cho tất cả những bà mẹ, Nguyện âm thầm nhận lấy mọi hoạn nạn và khổ đau của họ.

Đoạn kệ này nói về phương pháp thiền quán về Cho và Nhận. Nói tóm lại, sau khi đã quán chiếu các lợi điểm của tâm vị tha và nhược điểm của tâm ái ngã, ta nên củng cố tất cả các lý do đã được nêu ra về phương diện hiến dâng lợi lạc và chiến thắng cho người khác, và chấp nhận mất mát cùng thua thiệt cho mình. Lời khấn nguyện đầy khát vọng, “Con nguyện hiến dâng bất kỳ lợi lạc và hạnh phúc nào của mình cho tất cả chúng sanh, những bà mẹ tiền kiếp của con, và nhận lãnh mọi nỗi khổ cùng hoạn nạn của họ.”

8. Nguyện cho hành trì này không ô nhiễm vì bát phong, và với sự thấu hiểu vạn pháp như huyễn, nguyện cho con thoát khỏi sự ràng buộc, không bám chấp.

Chúng ta sẽ cầu nguyện rằng tất cả các hành trì được nêu ra ở trên, đó là pháp thiền Cho và Nhận để bình đẳng hóa và hoán chuyển ngã tha, không bị bát phong [tám gió thế gian] làm ô nhiễm. Bát phong gồm có ba loại: trắng, đen và hỗn hợp. Khi bị bát phong làm ô nhiễm, hành trì của ta sẽ không trở thành Pháp, vì rõ ràng là khi bị trói buộc vì sự khát khao các hình tướng trong cuộc đời này, hay khi bị bát phong đen làm ô nhiễm, hành trì của ta sẽ không trở thành Pháp thực thụ. Khi tu tập để phát triển bồ đề tâm, ta không nên bị ô nhiễm vì loại bát phong hỗn hợp, khi bám chấp vào sự hiện hữu chân thật, ta đã bị ô nhiễm vì loại bát phong trắng. Vì vậy, ta không nên bị ô nhiễm vì bất kỳ loại bát phong nào cả, dù là trắng, đen hay hỗn hợp.

Ta nên hành trì pháp tu này càng nhiều càng tốt. Dĩ nhiên không cần phải nói thêm, nếu chỉ tu tập trong phạm vi hạn hẹp, các thực chứng đặc biệt cũng sẽ phát sinh trong tâm ta. Nếu dự định áp dụng pháp tu này trong tương lai, ta vẫn sẽ tạo ra những dấu ấn vô cùng lợi lạc trong tâm mình. Thậm chí nếu chỉ

tu tập bằng cách theo dõi những dòng chữ mà thôi, ta cũng sẽ tích lũy công đức lớn. Tất cả những điều được giảng dạy ở đây đều dựa trên sự tu tập, và ta nên luôn luôn nuôi dưỡng lòng nhân từ. [Trích trong nguyên tác: “An Offering Cloud of Nectar” Part 1, by Choden Rinpoche - Gyalten Deying, chuyển Việt ngữ (Thanh Liên, Mai Tuyết Ánh và Chân Thông Tri hiệu đính)] ---oOo--- YOUR OWN MIND IS YOUR RELIGION

Some people think they are religious, but what is religious? If you are not examining your own nature, not gaining knowledge-wisdom, in what way are you religious? Just the idea that you are religious – I am Buddhist, Jewish – does not help at all. It does not help you, it does not help others. If you have knowledge-wisdom, you can really help others.

The greatest problems of humanity are psychological, not material. From birth to death, people are continuously under the control of their mental sufferings. Some people never keep watching on their minds when things are going well, but when something goes wrong – an accident or some other terrible experience – they immediately say, God please help me! They call themselves religious but they’re just joking. In happiness or sorrow, a serious practitioner maintains constant awareness of God and their own nature. You’re not being realistic or even remotely religious if you forget yourself when you are having a good time, surrounding by chocolate and preoccupied by worldly sense pleasures, and turn to God only when something awful happens. That doesn’t help.

No matter which of the many world religions we consider, their interpretation of God or Buddha or whatever is simply words and mind, only these two. Therefore words don’t matter so much. What you have to realize is that everything – good and bad; all kinds of philosophies and doctrines – comes from mind. The mind is very powerful; therefore it requires strong direction.

A powerful jet plane needs a good pilot; your mind-pilot should be wisdom understanding the nature of the mind. Then powerful energy can be directed to benefit your life instead of being allowed to run uncontrollably like a mad elephant, destroying yourself and others.

You people are intelligent: you know that material objects alone cannot bring you satisfaction. However, you don’t need to embark on some emotional,

religious trip to examine your own mind. Some people think they do; they think that this kind of self-analysis is something spiritual or religious. To do this it’s not necessary to classify yourself as a follower of this or that philosophy or religion. But if you want to be happy you do have to check the way you lead your life. For this you don’t need to put yourself into some religious category;

Dù nói thành Phật thực chẳng có Phật để thành, chỉ là ở trong mở mắt chiêm bao tỉnh dậy mà thôi. Cũng như ở trong nhắm mắt chiêm bao tỉnh dậy thì tự chứng tỏ tất cả sự vật trong chiêm bao (người và thế giới chiêm bao) đều chẳng thật gọi là chứng ngộ.

Bản thể của tâm vô sở hữu tức là trống rỗng, vì trống rỗng nên gọi là Tánh Không, vì tánh không nên cùng khắp không gian thời gian. Cùng khắp không gian thì chẳng có khứ lai nên gọi là Như Lai, nghĩa là đúng như bản lai; cùng khắp thời gian thì không có gián đoạn sanh diệt nên gọi là Niết Bàn.

Vì trống rỗng vô sở hữu chẳng có chỗ để trụ nên gọi là Vô Sở Trụ; vì trống rỗng vô trụ thì chẳng thể trói buộc nên gọi là Giải Thoát. Nghĩa chữ Phật là giác ngộ, tâm của chúng sanh đều có tánh giác ngộ, nên gọi là Phật Tánh, cũng gọi là Bồ Đề, bồ đề nghĩa là giác ngộ. Nói tóm lại, danh từ thì có muôn ngàn sai biệt khác nhau nhưng nghĩa thì chẳng khác, chỉ là hiển bày thể dụng của tâm mà thôi.

Vì tâm vô sở hữu thì chẳng thể kiến lập, nên Phật nói là Vô Thủy, chẳng có bắt đầu, cũng gọi là vô sanh. Vì có sanh thì phải có bắt đầu. Vì vô sanh thì không thể kiến lập, nếu có thể kiến lập ắt có sự sanh khởi và bắt đầu, cho nên người chứng quả gọi là Ngộ Pháp Vô Sanh, cũng gọi là Chứng Vô Sanh Pháp Nhẫn. Nói một cách khác, tất cả kinh Phật đều dùng sự hiểu biết của chúng sanh để chứng tỏ tất cả sự vật qua ý thức của bộ não nhận biết đều chẳng phải thật, nên nói Vạn Pháp Duy Tâm, Tất Cả Do Tâm Tạo. Vì tâm có thể tạo là có kiến lập, tức là chẳng thật vậy. Bốn bài kệ nói về cái tri của Chơn Như Phật Tánh:

Nếu dùng Tri tri Tịch, chẳng phải vô duyên tri,
Như tay cầm Như ý;
phi tay chẳng như ý.
(Chẳng phải tay không cầm như ý).
Nếu dùng Tri tri Tri, chẳng phải vô duyên tri,
Như tay tự tác quyền;
phi tay chẳng tác quyền.
Chẳng dùng Tri tri Tịch, cũng chẳng tự tri Tri,

Chẳng phải là vô tri;
vì tự tánh rõ ràng, chẳng đồng như gỗ đá.
Tay chẳng cầm như ý, cũng chẳng tự tác quyền.
Chẳng phải là không tay,
Vì tay vẫn an nhiên, chẳng đồng như sừng thỏ.
Ghi chú: Vô duyên tri: Chánh tri kiến của Phật Tánh, không có sự nhân duyên đối đãi nên gọi là Vô Duyên Tri.

Lược giải: Bốn bài kệ kể trên của Ngài Huyền Giác Vĩnh Gia đại sư dùng cánh tay để thí dụ vô duyên tri của Phật tánh, cũng gọi là Chánh Biến Tri, cũng gọi là Trí Bát Nhã. Kinh Lăng Nghiêm nói "Tri kiến lập tri, tức vô minh bổn", nay Ngài Vĩnh Gia dùng cánh tay để thí dụ sự tri chẳng thể kiến lập, vì có kiến lập thì có nhân duyên đối đãi, chẳng thể gọi là Vô Duyên Tri.

Nói "Vô duyên" là không có nhân duyên đối đãi, như bài kệ thứ nhất: Nếu kiến lập sở tri, dù sở tri là tịch lặng, những người tu đến mức độ tịch lặng, cảm thấy thanh thanh tịnh tịnh, tự cho là mức độ cao lắm mà chẳng biết hễ kiến lập sở tri thì có năng sở đối đãi, chướng ngại sự dụng hoạt bác vạn năng của bản tri (Vô duyên tri), như tay cầm cây như ý thì trụ nơi ngoại cảnh, đánh mất sự dụng hoạt bác vạn năng của tay, tay chẳng cầm cây như ý thì muốn lấy gì cũng được, hễ tay cầm cây như ý rồi thì lấy gì cũng chẳng được vậy.

Bài kệ thứ 2 là tiến thêm một bước, dù chẳng lập sở tri nhưng biết mình có năng tri vẫn là kiến lập sự tri, có tri thì có bất tri để đối đãi, nên chẳng phải vô duyên tri. Như tay chẳng cầm vật bên ngoài mà tự tác quyền (tự làm nắm tay), tác quyền rồi (tức là trụ nơi cái tri của tự mình kiến lập) thì mất hết sự dụng hoạt bác vạn năng của cánh tay, nên cũng chẳng thể cầm lấy đồ vật nào cả.

Vậy chẳng biết ngoại cảnh cũng chẳng tự có biết, người ta thường cho như thế là lọt vào vô tri như gỗ đá chẳng biết gì cả, nên có bài kệ thứ 3: Vì tự tánh rõ ràng, chẳng đồng như gỗ đá. Thế thì làm sao chứng minh được?

Nên có bài kệ thứ 4 dùng cánh tay để chứng tỏ: Như tay chẳng cầm vật ngoài, cũng chẳng tự tác quyền, chẳng phải là không tay, vì tay vẫn an nhiên chẳng hề bị mất, nên chẳng đồng như sừng thỏ, Vì sừng thỏ chỉ có tên gọi mà chẳng có vật thật vậy.

Hỏi: "Tổ Sư Thiền" dùng cái không biết (nghi tình) để tu, khi đến thoại đầu thì sắp kiến tánh, sắp kiến tánh là sắp biết, phải không?

Đáp: Không thể nói là sắp biết, vì bản tri vốn vô thủy vô sanh, chưa bao giờ bị gián đoạn thì làm sao nói "sắp biết" được? Nếu bị gián đoạn rồi biết lại mới có thể nói là sắp biết, cũng như nói "trời gần sáng rồi mặt trời sắp chiếu", mặt trời có ngưng chiếu hồi nào đâu mà nói mặt trời sắp chiếu? Không thấy ánh sáng mặt trời là vì bị che khuất chứ đâu phải mặt trời ngưng chiếu! Cái tri của con người cũng thế, không thể nói là "sắp biết", sở dĩ không hiện được bản tri là do ý thức phân biệt của bộ não ham kiến lập sở hữu rồi tự che khuất, chứ cái tri của bản thể vốn không bao giờ bị gián đoạn vậy.

Vì bản tri không gián đoạn nên chẳng thể kiến lập sự tri, nếu kiến lập sự tri tức có 2 cái tri, Thiền tông gọi là "Trên đầu mọc thêm cái đầu", ấy là bệnh nặng, phải mời Bác sĩ cắt bỏ mới được.

Nay nói sơ về cách thực hành Tham Tổ Sư Thiền, tức là tham thoại đầu và khán thoại đầu. Thoại là lời nói, đầu là đầu tiên lời nói. Nghĩa là chưa khởi ý niệm muốn nói, mới được gọi là thoại đầu. Hễ khởi niệm muốn nói là thoại vĩ rồi, Tham là hỏi câu thoại để kích thích sự không hiểu không biết.

Khán là nhìn chỗ không biết, muốn xem chỗ không biết đó là gì? Chỗ không biết thì không có chỗ, không có chỗ thì không có mục tiêu để nhìn, nên nhìn mãi không thấy gì, vẫn còn không biết, chính cái không biết đó Thiền Tông gọi là nghi tình.

Hành giả tham thiền, cứ hỏi và nhìn đồng thời đi song song để giữ cái nghi tình. Nghi tình này sẽ đưa hành giả đến thoại đầu. Thoại đầu tức là vô thủy vô minh, cũng gọi là đầu sào trăm thước, cũng là nguồn gốc của ý thức. Từ đầu sào trăm thước tiến thêm một bước, ngay đó liền lìa ý thức, cái sát na lìa ý thức đó gọi là kiến tánh thành Phật, tức là trí Bát Nhã được hiện hành khắp không gian thời gian, sự hiểu biết chẳng có gì thiếu sót. Giáo môn gọi là "Chánh Biến Tri". (Thiền sư Thích Duy Lực - Thích Vân Phong trích lục gửi đăng) ---oooOOooo--- Mingle - trộn lẫn

Minotaur – a half-bull, half-man monster

Minstrel - người hát rong thời trung cổ

Minuscule - rất nhỏ

Mirth - sự vui vẻ, sự cười đùa

Misanthrope - kẻ ghét người (Misanthropist – mankind hater)

Mischievous – làm hại, có hại

Miscreant – vô lại, ti tiện, đê tiện, tà giáo

Misdeed – hành động xấu, việc làm có hại

Misogyny – tính ghét kết hôn

Misogynist - người không thích kết hôn

Mitigate – làm dịu bớt

Mitras – the worship by the Aryan people who arrived in Northern India in the second millennium BC. Mitras is mentioned in the Hindu ‘Rig Veda’, one of the oldest known scriptures and over the centuries his worship took on increasing importance among the Western branch of the Aryans who settled in what is now Iran…In the Zoroastrian (đạo thờ lửa) religion of Iran, Mitras was symbolized as a good shepherd, a protector of the poor, the guide through the valley of the shadows between this world and the next, the defender of righteousness, the bringer of light…

Giáo phái Mithras hay Mitras

Đạo thờ Mithras xuất phát từ Iran và tồn tại ở nơi xuất xứ của nó trong một thời gian mặc dù có sự chống đối của các chiến binh là tín đồ của Zoroaster. Đạo Mithras kêu gọi được đông đảo nhiều người và dần dần thay thế cả hai đạo khác trước đó. Chủ nghĩa Mithras lan truyền trong đế quốc La Mã qua sự tuyên truyền của các đội quân La Mã để tuyển quân ở miền Cận Đông, nơi thịnh hành tôn giáo này, và họ đem niềm tin thực sự vào tôn giáo này đến bất cứ nơi nào họ đi qua. Và các nghi lễ của tôn giáo mới này là một sự cải tiến lớn so với các giáo phái huyền bí trước đó.

Moans and groans – than van rên rỉ

Mock - nhạo báng, chế diễu

Modality – containing a mode or procedure = thể thức, phương thức

Modicum – small portion = số lượng nhỏ

Moksha – in Buddhism moksha is equivalent to nirvana, which is the total cessation of suffering and its conditions. Moksha là việc thoát khỏi bánh xe luân hồi (những khổ đau từ cái chu kỳ của sinh-tử-tái sinh).

Tự do tối thượng đã từng được gọi là Moksha bởi vì trong trạng thái đó không có giới hạn nào. Tự do tối thượng này đã từng được gọi là niết bàn bởi vì cái “tôi” không tồn tại ở đó, sự tồn tại cá nhân của người ta biến mất ở đó và chỉ sự tồn tại còn lại. Khi tôi nói “tôi đây” tôi phải dùng hai từ, tôi và đây. Chúng ta gọi nó là niết bàn bởi vì trong khoảnh khắc đó cái “tôi” biến mất và chỉ còn cái “đây”, cái “tính chất đây” còn lại. Không có cảm giác về cái “tôi” ở đó, chỉ có mỗi sự hiện hữu. Và chúng ta cũng gọi nó là kaivalya bởi vì trong khoảnh khắc này chỉ tôi có đây. “Chỉ tôi có đây” ngụ ý rằng mọi thứ, tất cả, đều được hàm chứa trong tôi. Toàn thể bầu trời là ở bên trong tôi, mặt trăng và các vì sao tất cả đều chuyển động trong tôi. Các thế giới được tạo ra và tan biến bên trong tôi. Cái “tôi” này đã mở rộng và trở thành một với vũ trụ. Cái “tôi” này đã trở thành brahman, thực tại tối thượng. Do đó, nó được gọi là kaivalya.

“The term nirvana is more common in Buddhism, while moksha is more prevalent in Hinduism”.

Mollify - giảm bớt, làm dịu đi

Molten - nấu chảy kim loại

Monastic - thuộc tu viện

Mongrel – chó lai, người lai

Monotheism - thuyết thờ một thần

Monotony – tính đơn điệu

Monsoon season retreat – Mùa An Cư Kiết Hạ - In English, Vassa is often glossed as Rains Retreat. The tradition of Vassa (from Pali vasso, Sanskrit varsah) began during the life of the Buddha. Most of the time, the first Buddhist monks who followed the Buddha did not stay in one place, but walked from village to village to teach. They

begged for their food and often slept outdoors, sheltered only by trees.

But during India’s summer rainy season living as homeless ascetics became difficult. So, groups of monks would find a place to stay together until the rain stopped, forming a temporary community. Wealthy laypeople sometimes sheltered monks on their estates. Eventually a few of these patrons built permanent houses for monks, which amounted to an early form of monastery.

Origin of the Rains Retreat

The first Buddhist monks and nuns did not live in monasteries. In the India of 25 centuries ago there had long been a tradition of wandering mendicant "holy men" who took shelter in forests. Most of the time the Buddha and his disciples followed this tradition. They traveled in groups from village to village, offering teachings, receiving alms, and sleeping beneath the boughs of trees.

But much of India had monsoon seasons then, just as it does today. Usually, the rain begins some time in June or July and continues until some time in September or October. The incessant downpour didn't just make travel difficult for the Buddha and his monks. Small animals that come out in the rain -- leeches, snails, worms, frogs -- could be crushed underfoot. And occasionally monks traveling in the rains damaged newly planted rice paddies. To spare animals and crops, the Buddha established a rule that monks and nuns would not travel during the monsoon rains. Instead, they would dwell together and practice as a community. This practice proved to be beneficial, providing more time for teaching and guidance for younger disciples.

The Beginnings of Monasticism

At first, the Buddha and his disciples would spend the rains retreat wherever they were offered shelter, sometimes at the estates of wealthy benefactors.

The lay disciple Anathapindika is credited with building the first permanent building complex dedicated to housing monks during Vassa.

Even though the Buddha and his disciples didn't stay there year-round, this complex was, in effect, the first Buddhist monastery. Today, readers of the sutras may notice that the Buddha delivered many of his sermons "in the Jeta Grove, in Anathapindika's Monastery." The rains retreat became a time for more intensive practice. The Buddha also placed great emphasis on living together harmoniously. (By Barbara O'Brien)

Asalha Puja

Asalha Puja, sometimes called "Dhamma Day," is a celebration held the day before Vassa begins. It commemorates the Buddha's first sermon, recorded in the Sutta-pitaka as the Dhammacakkappavattana Sutta. This means "setting the wheel of dhamma [dharma] in motion."

In this sermon, the Buddha explained his doctrine of the Four Noble Truths. This is the foundation of all Buddhist teaching.

Asalha Puja takes place on the full moon day of the eighth lunar month, called Asalha. This is an auspicious day for laypeople to bring offerings to temples and stay to listen to sermons. In some places the monks chant the Dhammacakkappavattana Sutta in the evening as they keep a full-moon vigil.

Mùa An Cư Kiết Hạ là gì? Có ý nghĩa gì?

Thuở Đức Phật còn tại thế, Ngài có đặt ra một giới luật cho hàng Tăng ni là mỗi năm phải An cư Kiết hạ vào mùa mưa. Vì mùa mưa ở Ấn Độ, các loại côn trùng sinh sôi nảy nở rất nhiều, mà chúng Tăng đi khất thực sẽ dẫm đạp lên chúng, giết hại nhiều chúng sanh nhỏ nhoi, làm tổn thương đến lòng từ bi tế vật của hàng Phật tử, nên chư Tăng ni không được phép du hành ra ngoài, mà phải ở yên một chỗ trong thời gian ba tháng để nỗ lực tu tập thiền định, trau dồi giới định tuệ, cùng nhau sống trong hoà hợp thanh tịnh. Tuy nhiên, nếu có chuyện khẩn cấp và cần thiết, chỉ được phép rời trú xứ trong thời hạn không quá bảy ngày, rồi phải trở lại tiếp tục an cư. Đó là nguồn gốc của việc "An cư Kiết hạ". Đối chiếu giữa lịch Ấn Độ và lịch Trung Hoa, thời gian đó bắt đầu từ ngày trăng tròn tức ngày 16 tháng 6 âm lịch, cho đến ngày 15 tháng 9 âm lịch. Thời

gian An cư Kiết hạ nầy vẫn được chư Tăng tại các quốc gia theo truyền thống Phật giáo Nam Tông: Thái Lan, Cao Miên, Miến Điện, Ai Lao và Tích Lan tôn trọng cho đến ngày nay. Nhưng khi Phật giáo truyền sang Trung Hoa, mùa An cư lại được ấn định từ ngày trăng tròn 16 tháng 4 âm lịch (tức là sau ngày lễ Phật Đản) cho đến ngày 15 tháng 7 âm lịch, nhằm ngày lễ Vu Lan. Đó là truyền thống của Phật giáo Bắc Tông: Trung Hoa, Việt Nam, Nhật Bản và Triều Tiên. Đến ngày kết thúc mùa An cư, chư Tăng họp lại kiểm điểm thành quả, làm lễ sám hối Bố tát và tuyên bố hoàn mãn. Ngày này được gọi là ngày Tự Tứ, áp dụng chung cho cả hai truyền thống Phật giáo Nam Tông và Bắc Tông. Chư Tăng Nam Tông tổ chức lễ Tự Tứ vào ngày 15 tháng 9 và chư Tăng ni Bắc Tông tổ chức vào ngày 15 tháng 7 âm lịch hằng năm.

---ooOOoo--- Moor - đồng hoang, đầm lầy

Morass - đầm lầy, bãi lầy

Morbid - bệnh tật, ốm yếu

Moribund - gần chết, hấp hối

Morose - buồn rầu

Mortify – destroy the body = hành xác, khổ hạnh (Mortification - sự hành xác) Mosaic - khảm, đồ khảm, ghép mảnh

Motif - chủ đề quáng xuyến, hình thức kiến trúc

Motley - sặc sỡ, nhiều màu

Moxibustion – phép chữa bệnh bằng ngải

Muck – moist farm yard dung = phân bón

Muddle – tình trạng rối ren, lộn xộn

Mudra - In the practice of Yoga, you are encouraged to use your body in many ways, but ultimately with the intention of drawing yourself inward. Mudras are powerful tools for accomplishing this. The term mudra applies to the use

of Buddha are hands folded in the lap which signifies meditation, a palm held up facing outward signifies the act of teaching or reassurance or an open palm pointed downward signifies generosity.

Buddhist Mudras, Hand Gestures and their Meaning

In Indian sculptural art, images are the symbolic representations of divinity whose origin and end is expressed through religious and spiritual beliefs.

1. Dharmachakra Mudra

It is also called as the gesture of 'Teaching of the Wheel of Dharma' that describes one of the most important moments in the Buddha's life as he performed the Dharmachakra mudra in his first sermon in Sarnath after he attained enlightenment. It is performed with the help of both the hands which are held against the chest, the left-facing inward, covering the right facing outward.

2. Dhyan Mudra

It is also known as Samadhi or Yoga mudra. It is performed with the help of two hands which are placed on the lap and place the right hand on the left hand with stretched fingers (thumbs facing upwards and other fingers of both the hand resting on each other.) This is the characteristic gesture of Buddha Shakyamuni, Dhyani Buddha Amitabh and the Medicine Buddha.

3. Bhumisparsa Mudra

This gesture is also known as “touching the Earth” which represents the moment of the Buddha's awakening as he claims the earth as the witness of his enlightenment. It is performed with the help of the right hand, which is held above the right knee, reaching toward the ground with the palm inward while touching the lotus throne.

4. Varada Mudra

This mudra represents the offering, welcome, charity, giving, compassion and sincerity. It is performed with the help of both the hands in which palm of the right hand facing forward and fingers extended and left-hand palm placed near omphalos with extended fingers.

5. Karana Mudra

This gesture signifies the warding off evil which is performed by raising the index and the little finger and folding the other fingers. It helps in reducing sickness or negative thoughts.

6. Vajra Mudra

This gesture denotes the fiery thunderbolt that symbolizes the five elements, i.e. air, water, fire, earth, and metal. It is performed with the help of right fist, left-hand forefinger, which placed by enclosing the erect

forefinger of the left hand in the right fist with the tip of the right forefinger touching (or curled around) the tip of the left forefinger.

7. Vitarka Mudra

It signifies the discussion and transmission of the teachings of the Buddha. It is performed by joining the tips of the thumb and the index fingers together while keeping the other fingers straight, which is just like to Abhaya Mudra and varada mudra but in this Mudra the thumbs touching the index fingers.

8. Abhaya Mudra

It is a gesture of fearlessness or blessing that represents the protection, peace, benevolence and dispelling of fear. It is performed with the help of right hand by raising to shoulder height with a bent arm and the face of the palm will be facing outward with fingers upright whereas the left hand hanging down while standing. This gesture is characteristic of Buddha Shakyamuni and Dhyani Buddha Amoghasiddhi.

9. Uttarabodhi Mudra

This gesture denotes the supreme enlightenment by connecting oneself with divine universal energy. It is performed with the help of both the hand, which placed at the heart and the index fingers touching and pointing upwards and the remaining fingers intertwined.

10. Anjali Mudra

It is also called 'Namaskara Mudra' or ‘Hridayanjali Mudra' that represents the gesture of greeting, prayer and adoration. It is performed by pressing the palms of the hands together in which the hands are held at the heart chakra with thumbs resting lightly against the sternum.

Ý nghĩa thủ ấn Phật – Buddha mudra

Từ Mudda hay mudra được sử dụng trong Phật giáo và Ấn giáo, nghĩa ban đầu là dấu hiệu, ấn tướng hay dấu ấn, có thể dấu hiệu thể hiện qua động tác thân thể, thường là cử chỉ của tay, (stamp, seal, counting on fingers) hay chính xác hơn vị trí và tư thế của bàn tay và ngón tay.

Như vậy từ Mudra (mudda) đã được sử dụng như là một biểu trưng về các tư thế trong Phật giáo và Ấn giáo trong truyền thống văn hoá Ấn Độ, “như cử chỉ chào Namaste (Namas + te, Devanagari) và những tượng đất nung được các nhà khảo cổ học khai quật có niên đại từ 3000 – 2000 năm TCN trong tư

thế này, và một số thủ ấn chủ yếu là các tư thế cơ thể, trên bàn tay như Một trăm lẻ tám (108) mudra được sử dụng trong các nghi thức Tantra (Đát-đặc- la) thường xuyên.

Trong phạm vi nghiêm cứu của bài viết này chúng tôi sẽ giới thiệu 25 thủ ấn của Phật (mudda of buddha in dailly life), ta có thể hiểu nôm na là các tư thế chính của Phật được sử dụng trong đời sống hàng ngày và miêu tả một cách sống động về hình tượng đức Phật, ở đây chỉ thuần tuý là các tư thế của Phật (theo truyền thống Phật giáo Nam Truyền - Tích Lan, Miến Điện, Lào, Campuchia, Thái Lan) trong đời sống thường ngày chứ không phải mang ý nghĩa dùng trong việc bắt ấn (108 ấn) trong nghi thức Tantra.

Ths. Nguyễn Hoàng Lai (Hoài Lan) – Thiện Phước

1. Abhaya Mudra (Vô Uý thủ ấn)

Abhaya: nghĩa là không sợ hãi Tư thế của thủ ấn này là tay phải đưa lên ngang tầm ngực, lòng bàn tay xoay ra phía ngoài, các ngón tay hướng thẳng lên trên, tay còn lại để xuôi theo tư thế toạ thiền (đối với tượng ngồi) tay trái duỗi hướng xuống đất (đối với tượng đứng).

Có nhiều cách giải thích khác nhau về ý nghĩa, nguồn gốc của thủ ấn này, dựa theo sử liệu về cuộc đời đức Phật thì những dữ kiện như đức Phật hàng phục voi say Nalagiri, khi Đề-bà Đạt-đa (Devadatta) âm mưu làm hại Ngài, hoặc Ngài đứng với cả hai tay theo thủ ấn Vô Úy là dựa theo truyền thuyết Ngài từ cung trời Đâu-suất (Tavatimsa) trở về địa cầu sau 3 tháng giảng Vi Diệu Pháp (Abhidhamma). Có tài liệu giải thích đó là để chỉ Ngài đã ngăn chặn nạn dịch, nạn đói và chiến tranh xảy ra tại thành Vesali (Chú giải Ratana Sutta, kinh Châu Báu). Có tài liệu giải thích đó là dựa theo câu chuyện Ngài đã hóa giải, ngăn chặn

cuộc chiến giữa hai quốc gia láng giềng (bộ tộc Sakya và Koliya) tranh chấp về việc sử dụng nguồn nước sông Rohini.

2. Saddassana Mudra (Thập độ thủ ấn)

Tư thế này tay phải xoay ra ngoài ngón tay cái và ngón trỏ chạm vào nhau, lòng bàn tay trái xoay ra ngoài và hơi hướng xuống dưới ngón trỏ và ngón cái duỗi ra, các ngón còn lại hơi cong lại.

Thập độ tức ám chỉ công hạnh thực tập để đạt đến quả vị giải thoát (parami) hay dịch là đáo bỉ ngạn (pháp thực hành đến bờ bên kia, bờ giải thoát) gồm có:

1) Danam: Thí, là đem của cải hoặc Phật Pháp mà cho chúng sanh. 2) Silam: Giới, là không phạm điều luật của đức Phật đã răn cấm hoặc gìn giữ thân và khẩu được trong sạch. 3) Nekkhammam: xuất gia, là sự đi tìm đạo đức cao thượng hoặc dứt bỏ vợ con, của cải mà đi tu hành. 4) Panna: Trí tuệ, là thông suốt tất cả các pháp. 5) Viriyam: Tinh tấn, là một lòng cố gắng tu hành tấn tới. 6) Khanti: Nhẫn nhục, là gắng chịu những điều sỉ nhục. 7) Saccaṃ: Chân thật, là không gian tà, giả dối. 8) Adhitthanaṃ: Quyết định, là quyết định không thay đổi chí hướng. 9) Metta: Bác ái, hiền lành, nhân từ, mong cho tất cả mọi loài được vui. 10) Upekkha: Xả, là không vui, không buồn, thờ ơ không để ý, có tâm bình đẳng.

3. Dukkhasacca mudra (khổ đế thủ ấn)

Tư thế này bàn tay phải úp xuống, ngón giữa tay phải chạm và ngón giữa của tay trái, lòng bàn tay trái hướng ra ngoài, các ngón tay hướng lên trên. Để giải thích cho ý nghĩa của thủ ấn này, trong cuộc đời đức Phật sau khi ngài thành đạo dưới cội cây bồ đề ngài đã ngự tới vườn Lộc Uyển xứ Isipatana, gần Benares (Baranasi ngày nay) và giảng giải bài kinh Chuyển Pháp Luân (Dhammcakkappavattana sutta) về Tứ Diệu Đế (khổ đế, tập đế, diệt đế và đạo đế).

Khổ đế là phần mở đầu của bài kinh Chuyển Pháp Luân và như thế nào là sự thật về khổ "Sanh là khổ, già là khổ, bịnh là khổ, tử là khổ, sống chung với người mình không ưa thích là khổ, xa lìa người thân yêu là khổ, mong muốn mà không được là khổ, tóm lại chính thân ngủ uẩn là khổ", đây là bài pháp đầu tiên được đức Phật thuyết giảng sau khi ngài thành đạo.

4. Addhacandra mudra (Tam Bảo Thủ Ấn)

Tư thế của bàn tay phải lòng bàn tay hướng lên trên, ngón trỏ và ngón cái chạm vào nhau, các ngón tay hơi cong lại theo hình cánh hoa nở; còn tay trái trì duỗi thẳng, lòng bàn tay hướng lên trên.

Thủ ấn này ám chỉ đối với ba ngôi tam bảo Phật Bảo, Pháp Bảo và Tăng Bảo và sự quan trọng của đại chúng tăng liên quan đến dữ kiện Di Mẫu

Gotami cúng dường y lên đức Phật nhưng ngài không nhận, ngài bảo nương nương cúng dường đến tăng để cho được phước báu trọn vẹn.

5. Patahattha mudra (Trì Bình Thủ Ấn)

Thủ ấn này vị trí hai bàn tay chồng lên nhau tay phải để trên tay trái hai bàn tay duỗi ra để nâng bình bát.

Trong hoạt động hằng ngày của Đức Phật chia làm năm thời đó chính là buổi sáng, buổi trưa, canh đầu, canh giữa và canh cuối.

Buổi sáng đó chính là lúc ngài trì bình hóa duyên tế độ những người hữu duyên và thọ thực.

Đây là tư thế thủ ấn trì bình mà các nhà nghệ thuật điêu khắc sử dụng để mô tả về đời sống thường nhật của Ngài.

6. Dhammacakka mudra (Chuyển Pháp Luân thủ ấn)

Sau khi Bồ Tát thành đạo tại cội cây Bồ Đề, Ngài thân hành đến vườn Lộc Uyển xứ Isipatana, gần Benares (Baranasi ngày nay) và giảng giải bài kinh Chuyển Pháp Luân (Dhammcakkappavattana sutta) và đây là bài pháp đầu

tiên được Đức Phật thuyết giảng trong cuộc đời 45 năm hoằng pháp của ngài bài pháp này được thuyến giảng đến năm vị Kiều Trần Như (Annakondanna).

Tư thế thủ ấn này cả hai bàn tay ngón cái và ngón trỏ cong lại, chạm nhẹ vào nhau, tạo thành một hình tròn. Hai cánh tay xếp lại và đưa lên khoảng tầm ngực. Lòng bàn tay phải xoay ra phía trước, thẳng đứng, mu bàn tay trái xoay ra ngoài, nằm ngang, hay để

nghiêng. Những ngón tay còn lại của bàn tay trái chạm nhẹ vào lòng bàn tay phải.

7. Varada mudra (Thí Nguyện thủ ấn)

Ấn thí nguyện cũng được gọi là Dữ nguyện ấn hay Thí dữ ấn. Thí nguyện là cho phép được toại nguyện, lòng tay mặt hướng về phía trước, bàn tay chỉ xuống. Nếu ở tượng Phật Thích Ca đó là biểu hiện gọi địa thần (xem ấn xúc địa) chứng minh Phật quả. Trong một dạng khác, ngón trỏ và ngón cái chạm nhau thành vòng tròn. Ấn vô úy và ấn thí nguyện hay được trình bày chung trong một tranh tượng. Thường tay mặt bắt ấn vô úy, tay trái ấn thí nguyện. Tượng đứng của các vị Phật hay có hai ấn này.

8. Karana mudra (Lìa Xa Ác Nghiệp thủ ấn)

Thủ ấn này cả hai lòng bàn tay trái và phải đều hướng ra ngoài, ngón giữa và ngón cái của cả hai bàn tay chạm vào nhau, bàn tay hướng lên trên.

9. Tinakirana mudra (Bát Chánh Hộ Trì thủ ấn)

Thủ ấn này hai lòng bàn tay ngửa lên trên, hai ngón cái hướng xuống đất và 8 ngón tay còn lại cong lại để biểu thị tám con đường giác ngộ đó là Chánh kiến, Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh tinh tấn, Chánh niệm và Chánh định.

10. Vyakhyana Mudra (Giáo Hóa thủ ấn)

Tư thế của thủ ấn này là lòng bàn tay xoay ra trước, thường là ở bàn tay phải, ngang tầm ngực. Ngón tay cái và ngón tay trỏ chạm vào nhau thành một vòng tròn, các ngón còn lại hướng lên trên. Cánh tay cong nơi khuỷu tay và cổ tay. Thủ ấn Thuyết Pháp hay còn gọi là Giáo Hóa thủ ấn thường thấy ở các tượng với oai nghi ngồi…

11. Sihakanna mudra (Tinh Tấn thủ ấn)

Tư thế của thủ ấn này là lòng bàn tay phải hướng xuống đất, ngón cái và ngón trỏ chạm vào nhau các ngón còn lại hướng xuống đất, bàn tay trái duỗi và lòng bàn tay hướng lên trên.

12. Katakakattha mudra (Giải Thoát thủ ấn)

Tư thế thủ ấn này là bàn tay phải hướng lên trên lòng bàn tay hướng ra ngoài ngón cái chạm vào ngón trỏ, bốn ngón tay còn lại cong lại hướng vào lòng bàn tay.

13. Padumatattha mudra (Liên Hoa Tịnh Chỉ thủ ấn)

Thủ ấn này phổ biến nơi hình tượng Đức Phật ngồi bán già hoặc kiết già, bàn tay phải hướng lên trên lòng bàn tay xoay ra ngoài, ngón trỏ, ngón cái và ngón giữa cong lại đỡ lấy cánh hoa sen, các ngón tay còn lại cũng hơi cong theo, với hoa sen tượng trưng cho sự giác ngôn, tịch tịnh không còn phiền não bùn nhơ.

14. Attha dhamma mudra (Bát Chánh Đạo thủ ấn)

Bát Chánh Đạo thủ ấn với tư thế hay lòng bàn tay hướng ra ngoài, hai ngón tay cái cong lại và tất cả tám ngón còn lại thẳng và hướng lên trên để ám chỉ 8 con đường đi đến giác ngộ.

15. Samabhita mudra (Thiền Định thủ ấn)

Hình tượng với tư thế Đức Phật ngồi hành thiền, chân xếp tréo kiểu bán già hay kiết già, hai bàn tay đặt đùi, để ngửa, bàn tay phải đặt trên bàn tay trái (đôi khi, bàn tay trái đặt trên bàn tay phải). Hai đầu ngón tay cái chạm nhẹ vào nhau, hoặc để song song đan xen. Có thể nói đây là hình tượng và thủ ấn phổ biến nhất trong truyền thống nghệ thuật hình tượng Đức Phật Nam truyền và là thủ ấn phổ biến nhất.

16. Dana mudra (Bố thí thủ ấn)

Thủ ấn này được các nghệ nhân tạc tượng mô tả với hình thái hai lòng bàn tay hướng ra ngoài các ngón tay buông xuống hướng về phía mặt đất, như là thể hiện sự buông xả, xả thí.

17. Tripattakahattha mudra (Thập Độ Chỉ Định thủ ấn)

Thủ ấn này được mô tả lòng bàn tay phải hướng ra ngoài áp út và ngón giữa chạm vào ngón tay cái, lòng bàn tay trái hướng vô trong ngón trỏ và ngón cái chạm vào nhau như đang chỉ định về những công hạnh thập độ mà Ngài đã thực hành trong vô lượng kiếp.

18. Nana mudra (Nhất Thiết Chủng Trí thủ ấn)

Tư thế thủ ấn này biểu trưng cho việc Đức Phật đang sử dụng trí tuệ với lòng bàn tay phải hướng ra ngoài ngón trỏ và ngón tay cái chạm vào nhau, các ngón còn lại hướng lên trên, lòng bàn tay trái hướng vô trong ngón trỏ và ngón cái của tay phải hơi chạm vào ngón út của tay trái.

19. Canda mudra (Hương Vị Pháp Bảo thủ ấn)

Đây là thủ ấn kết hợp với hình tượng Đức Phật ngồi bán già hoặc kiết già và thuyết giảng, giáo giới hàng đệ tử trong tư thế lòng bàn tay phải hướng ra ngoài ngón trỏ và ngón cái chạm vào nhau, các ngón còn lại hướng lên trên, lòng bàn tay trái hướng lên trên, tay trái duỗi dọc theo chân trong tư thế bán già hoặc kiết già.

20. Maha karuna mudra (Đại Bi thủ ấn)

Đây là thủ ấn Đức Phật sử dụng tứ vô lượng tâm, trong đó tâm đại bi được thể hiện qua việc tay phải đặt ngang ngực, lòng bàn tay hướng vô trong và ngón tay hướng qua trái hơi lên trên, lòng bàn tay trái hướng lên trên, tay trái duỗi dọc theo chân trong tư thế bán già hoặc kiết già, ở giữa có cảm giác như một khoảng không để thể hiện tâm đại bi.

21. Vinayahattha mudra (Xiển Dương thủ ấn)

Trong thủ ấn này lòng bàn tay phải hướng lên trên ngón trỏ chỉ ra ngoài, ngón cái thẳng và ba ngón còn lại hơi cong vào bên trong, lòng bàn tay trái hướng lên trên, tay trái duỗi dọc theo chân trong tư thế bán già hoặc kiết già.

22. Byakhyana mudra (Thuyết Giảng thủ ấn)

Thuyết giảng thủ ấn với lòng bàn tay hướng ra ngoài ngón giữa chạm vào ngón cái ngón áp út và ngón út còn lại ngón trỏ hướng lên trên, đây là hình tượng mô tả việc Đức Phật giáo giới và thuyết giảng đến chúng đệ tử.

23. Uttarabodhi mudra (Tối Thượng Bồ Đề thủ ấn)

Thủ ấn với lòng bàn tay phải hướng ra ngoài, lòng bàn tay trái hướng vô trong, ngón tay cái và ngón trỏ của tay phải chạm nhẹ vào ngón giữa của tay trái.

24. Pratihariya mudra (Sanh Diệt Tuệ thủ ấn)

Thủ ấn Sanh Diệt tuệ với các ngón tay phải bao bọc các ngón tay trái, lòng bàn tay hướng vô trong và các ngón tay trái hướng lên trên, để thể hiện việc Đức Phật chỉ các tuệ giác trong các mức độ thiền tập.

25. Cảm Thắng Ma Vương thủ ấn (Maravijaya Mudra) hay còn gọi là Xúc Địa thủ ấn (Bhumisparsa Mudra)

Trong thủ ấn nầy, Đức Phật ngồi kiết già hay bán già, với bàn tay trái trong ấn Thiền Định. Bàn tay phải duỗi xuống, lòng bàn tay xoay vào trong, mu bàn tay đưa ra ngoài, các ngón tay hướng xuống đất. Thủ ấn này được tìm thấy rất phổ biến trong việc tạc hình tượng Đức Phật.

Thủ ấn nầy dựa theo sự tích ghi trong Chú giải Phật sử. Khi Bồ-tát ngồi hành thiền trong đêm rằm tháng Vesak, Ma vương (Mara) xuất hiện quấy nhiễu Ngài. Ma vương có ý định đuổi Ngài ra khỏi chỗ ngồi dưới cội bồ-đề và hỏi: “Ai là chứng nhân để biết chỗ ngồi này là của Ngài?” Đức Phật từ tư thế thiền định, đặt bàn tay phải chạm đất và tuyên bố: “Mặt đất này là chứng nhân, đã

chứng kiến qua nhiều kiếp, ta đã hoàn thiện hạnh Bố thí ba-la-mật, hạnh Trì giới ba-la-mật, và các ba-la-mật khác.” Ngay lúc đó, mặt đất rung chuyển, với âm thanh vang dội khắp vũ trụ. Ma vương run sợ, thất bại, và rút lui.

Trên đây là 25 thủ ấn được dùng rất phổ biến trên hình tượng Đức Phật, việc kết hợp các thủ ấn là sự kết hợp tuyệt vời giữa văn hoá và nghệ thuật, các nghệ nhân đã thổi hồn vào hình tượng Đức Phật cho chúng ta cảm giác sống động, như làm sống lại hình tượng của Ngài, mô tả những sinh hoạt thường nhật, như tái hiện lại Đức Phật còn tại thế đang hoằng hoá độ sinh. Đó cũng là những điều người viết trăn trở khi bắt gặp đâu đó các tư thế thủ ấn của Phật Thích Ca Mâu Ni mà không hiểu được. Hy vọng qua bài viết này, chúng ta sẽ hiểu rõ hơn về hình tượng đức Phật. Ths. Nguyễn Hoàng Lai (Hoài Lan) – Thiện Phước ---oooOOOooo--- Mulled - bị rắc rối

Mundane – all the specific levels of an ordinary being known as mundane. Phàm tục, thế tục, trần tục Mutable – có thể biến đổi, hoán chuyển

Mutation – relative permanent change in hereditary (di truyền) material

Mutilate - cắt xẻo một bộ phận cơ thể

Mutton - thịt cừu

Myriads – great number, ten thousand…= vô số, hàng ngàn

Mystery – secret

Mythology - thần thoại học (Myth = thần thoại, hoang đường)

The Dalai Lama acknowledges with his signature explosive laughs.

N

Nabob – quan Thái Thú ở Ấn Độ

Naga - Hindu mythology

Naga, (Sanskrit: “serpent”) in Hinduism, Buddhism, and Jainism, a member of a class of mythical semidivine beings, half human and half cobra. They are a strong, handsome species who can assume either wholly human or wholly serpentine form and are potentially dangerous but often beneficial to humans. They live in an underground kingdom called Naga-loka, or Patala-loka, which is filled with resplendent palaces, beautifully ornamented with precious gems. The creator deity Brahma relegated the nagas to the nether regions when they became too populous on earth and commanded them to bite only the truly evil or those destined to die prematurely. They are also associated with waters - rivers, lakes, seas, and wells - and are guardians of treasure.

The female nagas (naginis or nagis) are serpent princesses of striking beauty. The dynasties of Manipur in northeastern India, the Pallavas in southern India, and the ruling family of Funan (ancient Indochina) each claimed an origin in the union of a human being and a nagi.

In Buddhism, nagas are often represented as door guardians or, as in Tibet, as minor deities. The naga king Muchalinda, who sheltered the Buddha from rain for seven days while he was deep in meditation, is beautifully depicted in the 9th–13th century Mon-Khmer Buddhas of what are now Thailand and Cambodia. In Jainism the Tirthankara (saviour) Parshvanatha is always shown with a canopy of naga hoods above his head

Rắn thần Naga trong văn hóa Phật giáo

Naga, gốc tiếng Phạn, chỉ một vị thần hay một sinh vật có hình dạng là con rắn mang bành chúa được thấy trước hết trong truyền thống văn hóa Hindu và sau đó rất phổ biến trong kinh văn, trong Phật thoại và trong nghệ thuật tạo hình Phật giáo ở hầu hết các quốc gia châu Á. Trong ngữ cảnh văn hóa Hán, Naga được phiên âm là Na-già, được đồng nhất với rồng/long và trong từng tọa độ địa lý - lịch sử, nó lại tích hợp với những tín niệm bản xứ để trở thành những linh vật/linh thần hàm chứa nhiều đặc điểm và tính chất phồn tạp khó

có thể nói cho cùng. Ở bài viết này, chỉ đề cập đến những gì chính yếu nhất cốt để có hiểu biết ít nhiều về Naga trong văn hóa Phật giáo.

Naga trong Phật thoại

Naga xuất hiện phổ biến trong nhiều Phật thoại và đa phần gắn liền với Đức Phật lịch sử.

1.Trước hết là chuyện Phật đản sinh

Theo kinh Maha sát đầu và đồ hình khắc trên đá về đề tài vườn Lộc Uyển (ở Ấn Độ) thì lúc Đức Phật giáng sinh, Trời Đế Thích, Phạm vương và Long vương dùng nước thơm tắm gội cho Phật. Đó là căn cứ khởi phát cho tập tục dùng nước thơm tắm gội cho tượng Phật đản sanh vào lễ Phật đản hàng năm - gọi là Quán Phật hội (hay Phật sanh hội, Dục Phật hội...) phổ biến trong hầu hết các cộng đồng tín đồ Phật giáo. Cũng có thuyết cho rằng, lúc Phật giáng sinh có chín con rồng hoặc con rồng chín đầu phun nước thơm tắm cho Đức Phật. Đây là cơ sở của các quần tượng Cửu Long hay các tranh vẽ Cửu Long phúng thủy.

2. Câu chuyện thứ hai là rắn thần Naga Mucalinda che chở cho Đức Phật

Truyện kể: Vào tuần thứ sáu, sau khi thành đạo, từ cây Ajapala Đức Phật sang cây Mucalinda và ngự tại đây một tuần lễ để chứng nghiệm quả vị giải thoát. Bỗng nhiên có một trận mưa to kéo đến. Trời sẫm tối dưới lớp mây đen nghịt và gió lạnh thổi vùn vụt suốt nhiều ngày.

Vào lúc ấy, mãng xà vương Mucalinda, từ ổ chui ra, uốn mình quấn quanh Đức Phật bảy vòng và khum đầu to che trên đầu Ngài. Nhờ vậy mà mưa to gió lớn không động đến thân Đức Phật. Đến cuối ngày thứ bảy, thấy trời quang mây tạnh trở lại, Mucalinda tháo mình trở ra và bỏ hình rắn, hiện thành một thanh niên, chắp tay đứng trước mặt Đức Phật. Đức Phật đọc bài kệ như sau: “Đối với hạng người tri túc, đối với người đã nghe và đã thấy chân lý thì sống ẩn dật là hạnh phúc. Trên thế gian, người có tâm lành, có thiện chí, người biết tự kiềm chế, thu thúc lục căn đối với tất cả chúng sanh là hạnh phúc. Không luyến ái, vượt lên khỏi dục vọng là hạnh phúc. Phá tan được thành kiến “ngã chấp”quả thật là hạnh phúc tối thượng.”

3. Câu chuyện về Naga bảo hộ các di vật Phật giáo

Ở Tây Tạng, Naga được biết đến dưới tên gọi Klu, giữ vai trò biểu trưng cho Phật giáo vùng Hy Mã Lạp Sơn và trong thần thoại Tây Tạng. Truyền thống tu viện Sera cho rằng khi Sakya Yeshe trên đường trở về sau chuyến viếng thăm Trung Hoa, ông đã để kinh Tengyur được nhà vua trao tặng rơi xuống nước khi lội qua sông. Đoàn người hộ tống đã tìm kiếm chúng trong vô vọng mà vẫn không tìm được kinh nên đành tiếp tục hành trình trở về Sera. Khi chư Tăng về đến, các nhà sư ở tu viện đã nói với họ rằng, trước khi họ trở về, có một ông lão cùng những người hầu đã viếng thăm Sera và tặng một bộ kinh Phật cho tu viện. Ông lão nói rằng hãy giao nó cho Sakya Yeshe. Người ta tin rằng ông lão là vua Naga, và khi những cuốn kinh được kiểm soát, nó vẫn còn ướt.

Câu chuyện cuộc đời truyền thống của Niguma, người vợ của Naropa, trong thời kỳ đầu của Phật giáo, vùng đất mênh mông nước này được cai trị bởi vua Naga. Vị vua Naga này vì thương cảm các môn đệ của Đức Phật, đã rút cạn nước cho mục đích xây dựng

chùa chiền và tu viện Phật giáo. Vùng đất này được gọi là vùng đất diệu kỳ. Đó là nơi Niguma được sinh ra. Niguma hình thành nên 5 pháp Niguma. Một trong những học thuyết đó được xem như là kim chỉ nam của dòng tu Shangpa Kagyu của Phật giáo Tây Tạng. Câu chuyện

này khá tương đồng với truyền thuyết khai nguyên của dân tộc Khmer. Ở đây, vua Naga đã hút cạn hồ nước để tạo nên xứ sở Cos Thlot cho con gái của mình là "Long Nữ" Niêng Neak, kết hôn với Preah Thong để thành lập vương quốc, tiền thân của nước Campuchia sau này. Dữ liệu này cho thấy đây là một motif phổ biến được tích hợp vào các sự kiện lịch sử cụ thể.

Vua Naga cũng hiện diện khi di vật tro cốt Đức Phật được phân phát. Trong kinh văn Phật giáo Ceylon, Naga thường xuất hiện: khi Đức Phật thực hiện một cuộc viếng thăm miền Bắc Ceylon để hòa giải các Naga trong cuộc chiến giữa họ; khi nhánh cây bồ-đề được chở theo đường biển đưa đến Ceylon, những Naga đều muốn giành nó cho mình, nhưng Naga vẫn bảo hộ cho tàu thuyền mang nhánh cây đó; khi một điện thờ lớn được xây dựng ở Ceylon để cất giữ những di vật của Đức Phật, Naga đã góp những di vật mà chúng sở hữu. Truyền thống Phật giáo Miến Điện thiết lập việc thờ cúng Naga cùng với Đức Phật.

Chỗ ở của Nagaraja (gọi là Long vương hoặc Long thần) được gọi là Long cung hay Long hồ ở dưới đáy biển lớn, Long vương dùng thần lực hóa ra cung điện làm chỗ giữ gìn tài bảo, kinh điển khi Phật pháp ẩn mất.

4. Câu chuyện Naga chứng đắc và sự thành đạo của Đức Phật

Một Phật thoại khác về Naga theo The Chronicle of Gotama Buddha, Mingum Sayadaw như sau: "Sau khi nhận thức ăn cúng dường là bát cháo sữa ghana do Sujata dâng cúng. Bồ-tát đã đưa ra quyết định trong khi giữ cái bát vàng: "Nếu ta thành đạo, ngày hôm nay, hãy để chiếc bát này trôi ngược dòng; nếu ta không thành đạo, ngày hôm nay, hãy để chiếc bát này trôi xuôi dòng". Rồi ngài để chiếc bát xuống lòng sông Neranjara. Chiếc bát vàng rẽ nước đi thẳng đến giữa con sông và trôi ngược dòng với tốc độ nhanh như ngựa phi và mất hút vào một xoáy nước. Khi đến cung điện của vua Naga Kala, chiếc bát vàng rơi xuống va nhằm những chiếc bát được dùng bởi ba vị Phật quá khứ là Kakusanda, Konagamana và Kassapa vào ngày các vị Phật đó thành đạo, tạo nên âm thanh "kili, kili" và đến dừng lại dưới ba chiếc bát vàng đó.

Khi nghe âm thanh đó, vua Naga Kala thốt lên rằng: "Mới chỉ ngày hôm qua, một Đức Phật đã hiển hiện; thế mà ngày hôm nay, một Đức Phật nữa đã thành đạo". Và Kala cất lên những câu xưng tụng. (Lưu ý: Đây là một kiếp đời kéo dài rất lâu, kể từ thời Đức Phật Kassapa ra đời đến lúc Đức Phật Thích Ca đắc đạo. Thời gian lâu dài là vậy, song đối với Kala Naga thì nó rất ngắn ngủi, chỉ như ngày hôm qua và ngày hôm nay mà thôi).

Phật thoại trên phổ biến trong các bích họa ở phần lớn các chùa Phật giáo Nam tông. Chùa Khmer là một ví dụ. Trong các bích họa đó, bức tranh xuất sắc nhất là bức vẽ ở chùa Lu Đồng (Sóc Trăng).

5. Một Phật thoại phổ biến khác liên quan đến Naga Sagara (âm Hán: Sa-kiệt-la; nghĩa là “Vua Naga của biển mặn”).

Thực ra, Sagara được biết đến là nhờ người con gái của mình, tên gọi phổ biến là Long Nữ (Nagi) - thị giả bên cạnh Bồ-tát Quán Thế Âm. Đối lại, thị giả bên trái là Thiện Tài. Sự đắc đạo của Long Nữ hoàn toàn khác với Thiện Tài, phải trải qua biết bao gian khó, qua 53 lần tham vấn Phật pháp mới đắc đạo. Truyện kể rằng: Long Nữ rất thông minh, năm tròn 8 tuổi, một hôm được nghe Văn Thù thuyết pháp ở Long cung, liền giác ngộ. Khi ấy, Long Nữ đến núi Linh Thứu bái yết Phật Thích Ca và thành tựu được Phật đạo với thân là con rắn Naga (rồng). Sự đắc đạo nhanh chóng này nảy sinh ra điều nghi hoặc đối với ngay cả Bồ-tát Văn Thù lẫn Bồ-tát Trí Tích và Xá Lợi Phất. Tuy nhiên, Long Nữ đã chứng minh sự đắc đạo của mình: Long Nữ dâng cúng Đức Phật một viên bảo châu và nhờ công đức này, Long Nữ lập tức biến thành thân nam, vãng sanh về thế giới Vô cấu ở phương Nam, thành Đẳng chánh giác, đủ 32 tướng tốt, 80 vẻ đẹp, thuyết pháp cho tất cả cõi trời, người, Bồ-tát, Thinh Văn, Thiên long bát bộ, nhân, phi nhân v.v... ở thế giới Ta-bà. Đây là Phật thoại được đề cập ở phẩm Đề-bà-đạt-đa (Devadatta) trong kinh Pháp hoa. Phật giáo Tiểu thừa cho rằng thân nữ nhơ uế không thể thành Phật; còn Phật giáo Đại thừa chủ trương chúng sanh đều có khả năng thành Phật. Do đó, Phật thoại Long Nữ thành Phật phản ánh sự phát triển của Phật giáo Đại thừa... (Huỳnh Thanh Bình) Rắn Naga trong kiến trúc Khmer...

Nagarjuna – A 2nd century Indian scholar and writer, one of his most famous works is the Precious Garland, a manual of advice for

individuals as well as social and governmental policy. Nagarjuna propounded (đề xuất) the Madhyamika or Middle Way school of emptiness.

Nagarjuna - Very little can be said concerning his life; scholars generally place him in South India during the 2nd century CE. Traditional accounts state that he lived 400 years after the Buddha passed into nirvana (c. 5th–4th century BCE). Some biographies also state, however, that he lived for 600 years, apparently identifying him with a second Nagarjuna known for his Tantric (esoteric) writings. Two of the works attributed to Nagarjuna are verses of advice to a king, which suggests that he achieved some fame during his lifetime. Other sources indicate that he also served as abbot of a monastery and that he was the teacher of Aryadeva, the author of important Madhyamika texts. Numerous commentaries on Nagarjuna’s works were composed in India, China, and Tibet.

Although he is best known in the West for his writings on emptiness, especially as set forth in his most famous work, the Madhyamika-shastra (“Treatise on the Middle Way,” also known as the Mulamadhyamakakarika, “Fundamental Verses on the Middle Way”), Nagarjuna wrote many other works on a wide range of topics (even when questions of attribution are taken into account). It is only from a broad assessment of these works that an adequate understanding of his thought can be gained.

Nagarjuna wrote as a Buddhist monk and as a proponent of the Mahayana (Sanskrit: “Greater Vehicle”) school, which emphasized the idea of the bodhisattva, or one who seeks to become a buddha; in several of his works he defended the Mahayana sutras as the authentic word of the Buddha. He compiled an anthology, entitled the Sutrasamuccaya (“Compendium of Sutras”), consisting of passages from 68 sutras, most of which were Mahayana texts. Nagarjuna is particularly associated with the Prajnaparamita (“Perfection of Wisdom”) sutras in this corpus. According to legend, he retrieved from the bottom of the sea a perfection-of-wisdom sutra that the Buddha had entrusted to the king of the nagas (water deities) for safekeeping. Nagarjuna also composed hymns of praise to the Buddha and expositions of Buddhist ethical practice.

In his first sermon, the Buddha prescribed a “middle way” between the extremes of self-indulgence and self-mortification. Nagarjuna, citing an early sutra, expanded the notion of the middle way into the philosophical sphere,

identifying a middle way between existence and nonexistence, or between permanence and annihilation. For Nagarjuna, the ignorance that is the source of all suffering is the belief in svabhava, a term that literally means “own being” and has been rendered as “intrinsic existence” and “self nature.” It is the belief that things exist autonomously, independently, and permanently. To hold this belief is to succumb to the extreme of permanence. It is equally mistaken, however, to believe that nothing exists; this is the extreme of annihilation. Emptiness, which for Nagarjuna is the true nature of reality, is not the absence of existence but the absence of intrinsic existence.

Nagarjuna defined emptiness in terms of the doctrine of pratitya-samutpada (“dependent origination”), which holds that things are not self-arisen but produced in dependence on causes and conditions. Adopting this view allowed him to avoid the charge of nihilism, which he addressed directly in his writings and which his followers would confront over the centuries. Nagarjuna employs the doctrine of the two truths, paramartha satya (“ultimate truth”) and samvriti satya (“conventional truth”), explaining that +]

môn là bốn bộ Phệ-đà mà người Tàu gọi là Tứ Minh, bao quát vô số vấn đề, từ các thể thức tu hành lễ bái đến các môn bói toán tướng số, chữa bệnh...Sau Ngài theo về Đại thừa và là một luận sư nổi danh của Phật giáo. Ngài sáng lập ra học phái Đại thừa gọi là Trung Luận Tông, còn gọi là Không Tông, mà lý thuyết là Trung Quán Luận, Thuyết Nhất Thuyết Không hay Thuyết về Không. Học phái nổi tiếng này có ảnh hưởng lớn trong suốt 8 thế kỷ, cho tới năm 1000 là thời Phật giáo coi như bị tiêu diệt tại Ân Độ.

Trong kinh Lăng Già, người ta hỏi đức Phật rằng ai sẽ truyền dạy pháp Đại thừa sau khi Ngài bát Niết-bàn. Câu trả lời của đức Phật là lời tiên tri về sự xuất hiện của Ngài Long Thọ và việc Ngài Long Thọ vãng sanh cực lạc quốc: "Ở Vedali, thuộc miền Nam, một Tỳ-kheo rất nổi tiếng và rất đáng tôn kính sẽ ra đời, tên vị ấy là Nagahvaya (Nagarjuna), vị ấy sẽ phá tan những biên kiến về có và không. Vị ấy sẽ nêu cao pháp Đại thừa vô thường của ta cho thế gian, vị ấy sẽ lên cực lạc..."

Ngài Long Thọ lập ra thuyết Trung Luận bằng cách đưa vào bộ Bát-nhã, bộ này gồm mấy trăm quyển, cô đọng thật gọn vào trong Bát-nhã Ba-la-mật-đa Tâm kinh. Trọng tâm là lý này: Bát-nhã tức là trí tuệ siêu việt có sẵn trong mỗi chúng sinh, chúng sinh dựa vào đó mà tu hành để thành Phật. Một trọng tâm khác của bộ ấy là "Lý Không". Theo Ngài Long Thọ, “Lý Không” có hai nghĩa: bản thể luận (ontology) và giải thoát luận (soteriology). Về bản thể

về tục đế mà nói thì thế gian này và Phật pháp có một giá trị hiện hữu nào đó, nhưng đứng về chân đế mà nói thì tất cả những thứ đó đều không hiện hữu, không thật, vì chỉ là giả hiệu (appearance) mà thôi!...

"Tục đế và chân đế là pháp giả lập để đối trị bệnh mê của chúng sinh, nếu chấp một trong hai phương diện thì không thể hiểu được Phật pháp. Như cái nhà do nhân duyên cột, kèo, vách, ngói...hợp thành, nếu bảo nó là thật có hay thật không, đều là quan niệm trên mê chấp. Cho nên chư Phật không rời các pháp mà nói thật tướng, không động thật tướng mà lập các pháp. Vì thế nhị đế tuy hai mà chẳng là hai, chỉ vì phàm phu lầm diệu hữu là vọng hữu, nhị thừa mê chân không làm thiên không, nên mới dùng phương tiện để đối trị vậy thôi."

Đối với Ngài Long Tho, thế giới hiện tượng có đặc tính là tính đa dạng, đó là cái cơ sở của các ý tượng, các hình tượng trong tâm thức và từ đó làm hiện ra cái thế giới bên ngoài. Chân đế thì không có đặc tính ấy. Thiếu vắng sự đa dạng nghĩa là Niết-bàn. Ở đó không có lý duyên khởi. Bản thể của Niết-bàn là tịch tĩnh.

Niết-bàn và thế giới hiện tượng chỉ là một, hoàn toàn đồng nhất. "Đó là hai mặt của cùng một sự thực, một chân lý. Cái làm nên thế giới hiện tượng do lý duyên khởi và cái làm nên Niết-bàn do thiếu vắng lý duyên khởi cũng chỉ là một mà thôi. Vậy thì Niết-bàn không phải là thứ mà mình vươn tới, nó chính là sự nắm bắt được cái bàn thể của mọi hiện tượng khi mà tính đa dạng biến mất (Đối với chúng ta thì cái bản thể ấy chính là Phật tánh vậy, và Sinh tức là Niết-bàn, Phiền não tức Bồ-đề là câu mà ngày nay người ta hay nhắc tới).

Long Thọ tứ cú gồm có: hữu, không, diệc hữu diệc không, phi hữu phi không. Đứng trước một câu hỏi, chỉ có bốn cách trả lời:

“phải, không phải, vừa phải vừa không-phải, vừa không-phải, vừa không- không-phải”.

Chúng ta hãy nghe ông Phan Văn Hùm nói về Trung Đạo (Middle Way, Voie du Milieu) như sau: “Nhất thiết vạn hữu trong hiện tượng giới đều sinh diệt vô thường. Sinh diệt vô thường như thế, nguyên là vì không có tự tánh, mà bởi nhân duyên mê vọng nên sinh ra giả hữu.

Thế tục vì vọng kiến nên chấp lấy cái giả hữu đó. Chân trí thời phủ định giả hữu mà nhận đó là không. Siêu việt cả hữu và vô là cái quan niệm tuyệt đối.

Muốn đạt cái quan niệm tuyệt đối ấy, phải biết rằng chư pháp đều do nhân duyên sinh ra.

Chư pháp, tuy là hữu, mà là phi thường hữu. Hữu, mà phi thường hữu, là giả hữu. Giả hữu ấy tuy là hữu mà phi hữu. Hữu mà phi hữu thì cùng với vô có khác gì? Cho nên, chư pháp tuy là vạn hữu mà uyển nhiên là không.

Lý thể của chân như, tuy là không tịch, bất sanh diệt, mà bởi nó sanh ra chư pháp nên nó là căn của giả hữu. Đã là căn của giả hữu, thì mặc dầu lý thể của chân như là không, thật ra nó là phi không. Vì thế, chân như là không mà không thật là không, nên cùng với hữu có khác gì? Vì thế, chân như tuy là không-tịch mà nó uyển nhiên là hữu. Hữu không, hai cái toàn nhiên hỗn hiệp. Trung đạo ra ngoài cái chấp hữu cùng chấp không". (Ngài Long Thọ là tổ thứ 14, người ta thường gọi Ngài là Phật Thích Ca không có 32 tướng tốt) ---oOo---

The Middle Way – referred to in the name of the philosophical school is a position that avoids the two extremes of nihilism and absolutism. Nihilism is a denial of the existence of all reality, even conventional existence. Absolutism is a belief in any true, substantial, or independent existence. Rejection of these two extremes assumes a position that holds all that exists to be dependently originated.

Things are understood to depend upon their causes in the way a clay pot depends on the clay of which it is formed. Similarly, phenomena depend upon their constituents as an orange depends on its sections and peel, and as the great expanse of space depends on the space in each direction.

Nagarjuna and his Madhyamika followers reject the notion of any substantial reality or true existence of things and events. They deny that things exist independently of our apprehending them. A chair, they hold, does not exist as a chair in any manner beyond its being identified as a chair.

Some of Nagarjuna's interpreters hold that though phenomena may ultimately be empty of inherent existence, on the conventional level they must exist inherently. The Middle Way Autonomists are named for the type of logical sign they consider essential to a yogi generating an initial realization of emptiness. They contend that for a chair to be established as a chair, it must

exist as such from its own side: it must possess some inherent quality of chair- ness. Middle Way Autonomists also accept that, on the whole, our sensory perceptions are not mistaken with respect to the objects they experience, since to them the appearance of chair-ness – that independently established quality of the chair – is not incorrect.

Another group of Madhyamika thinkers are the Middle Way Consequentialists, so labeled for their assertion that a logical consequence is sufficient for a yogi to realize emptiness. They reject any notion of inherent reality, even on the conventional level. The chair, they say, possesses no inherent existence – no quality of chair-ness – even though such a quality appears to exist. Hence, the Middle Way Consequentialists maintain that there is not a single instance of our conventional awareness that is not mistaken or distorted by the appearance of inherent reality. It is only the mental state of meditative equipoise of a yogi realizing emptiness directly that is undistorted, as in

such a state all that appears to the yogi is the emptiness or lack of inherent existence.

All followers of Nagarjuna agree that in our normal way of seeing a chair, it seems to exist inherently; a quality of chair-ness appears to us. We clearly identify the object before us as a chair. What Nagarjuna's followers argue over is whether or not this chair-ness does indeed exist from the side of the object, established by way of its own character. In other words, whether there is indeed a chair to be found if we were to search among the parts of that which we've identified as a chair before us. The Autonomists claim that if the chair didn't exist inherently there would be no chair at all. Thus, to them, the appearance of chair-ness, or some inherent quality of the chair, would not be a mistaken perception of the chair. It would actually be an essential quality for a chair to exist. The Consequentialists counter that nothing could possibly exist inherently, and therefore any appearance of inherent existence would be mistaken.

Some Middle Way Autonomists explain the way things conventionally exist in a manner similar to Mind-Only philosophers. They claim that the various things we interact with – tables and chairs, friends and foes – are of the same essence as the consciousness apprehending them. Thus the table and our mind perceiving it are of the same essence or nature. These Middle Way Autonomists differ, however, with the Mind-Only view on whether or not the table does truly and substantially exist. To the Autonomists, if the table is of the same nature as the mind apprehending it, then it doesn't exist truly or

substantially, while Mind-Only philosophers claim that if the table didn't exist substantially it couldn't exist at all. Other Autonomists contend that things exist just as they appear to, separate from – though not fully independently of – the mind apprehending them.

All followers of Nagarjuna's Middle Way agree that ultimately – that is, for an ultimate consciousness experiencing the ultimate truth – things are empty of any quality of existence at all, since emptiness of inherent existence is all that will be experienced by that ultimate consciousness. Emptiness is the ultimate truth. It is what a yogi apprehends when focused on the ultimate.

To experience this ultimate truth we must go beyond our conventional way of perceiving the chair before us and analyze it by searching for the existence of a chair that would be independent of our perception of it. In our investigation we mentally sift through all the parts that make up the chair – the four legs, the seat, the back – in search of a chair that stands alone, independent of those parts. We come to the conclusion that there is nothing there that can be identibied as a chair free of our mentally labeling the assembled parts a chair.

A meditator who has searched for an independently existent chair among the parts will then direct his or her mind single-pointedly at the non-findability of such a chair. By concentrating to the point where the meditator clearly experiences that

non-findability of such a chair, he or she will be experiencing a realization of the emptiness of a truly existent chair.

Such an experience is initially brought about by a process of logical reasoning, resulting in an inference of the emptiness of a truly existent chair. This inferential experience of emptiness appears to the yogi conceptually. If, however, the yogi remains concentrated on the inferred emptiness, he or she will eventually experience that emptiness of a truly existent chair directly, seeing it as clearly as I do the lines on the palm of my hand. At this point it is said that the mind experiencing emptiness and the emptiness being perceived are of one taste, similar to water being poured into water. There is no longer a duality of subject and object. The yogi has attained a stage of meditation called the Path of Seeing, and referred to as a Noble One.

Nagarjuna's interpreters agree that the ultimate level of consciousness – this mental state of meditative equipoise – directly realizes the emptiness of any true, substantial quality of the chair. The difference of opinion among Nagarjuna's main followers regards whether the chair does in fact exist

inherently. To the Autonomists the chair would have to, as otherwise it could not exist at all. How could a chair exist without some chair-ness to it? The idea would seem absurd: a chairless chair? The consequentialists respond that if the chair did indeed exist inherently, then that intrinsic quality of the chair should be identifiable and would necessarily reveal itself to the investigative consciousness of a Noble One who is single-pointedly focused on searching for it. This investigative consciousness of such a yogi actually discovers that chair-ness to be lacking! How, they retort, can one hold something to exist if its nonexistence is directly experienced at the most profound level? These latter interpreters, therefore, assert that all of our common perceptions of phenomena are necessarily mistaken, given that things always appear to exist inherently.

Though it might be thought that the emptiness that is experienced by the meditator would possess some quality of objective existence, this emptiness is merely the non-findability of any quality of inherent existence of the chair. Emptiness itself lacks any findable reality; it too would reveal itself to be empty of inherent existence if it were the focus of the yogi's investigation. Hence we distinguish between what is witnessed from such an ultimate perspective and what can withstand ultimate analysis. Emptiness is what is witnessed, but nothing can withstand ultimate analysis, not even the emptiness that is witnessed from the ultimate perspective. (A Profound Mind – The Dalai Lama – Edited by Nicholas Vreeland)

Thuyết Trung đạo - Bồ Tát Long Thọ

Phật giáo xuất hiện trên thế gian cách đây đã hơn 2500 năm và trở thành một tôn giáo thế giới. Và hơn thế nữa Phật giáo đã để lại cho nền văn minh thế giới một hệ thống tư tưởng triết học sâu sắc. Dù đã trải qua hơn 25 thế kỷ nhưng giáo lý của Đạo Phật thể hiện qua Tam tạng Kinh điển vẫn có ý nghĩa triết học, thời đại và vẫn là nền tảng cơ sở

để cho mỗi hành giả quay về nương tựa, nghiên cứu áp dụng vào đời sống tu tập ngõ hầu hướng đến mục đích giác ngộ, giải thoát. Về bản chất Phật giáo không chủ trương Đấng tuyệt đối là siêu việt hơn con người. Thay vì vậy, Đức Phật dạy lý 12 Nhân duyên hoặc gọi là Duyên khởi. Lý Duyên khởi nhấn mạnh tất cả các pháp trong và ngoài vũ trụ này là tuỳ thuộc lẫn nhau, cùng đồng sanh và đồng diệt với tất cả các pháp khác (chẳng những về mặt hiện tượng mà cả về bản thể). Không có gì tồn tại độc lập hoặc có thể nói là tự tồn tại. Cho nên, các pháp là tương đối, liên quan, không thực thể và thay đổi. Ngay cả Đức Phật cũng không tự tồn tại mà phải

hoàn toàn có mối liên hệ qua lại với con người và thiên nhiên. Đấy là tại sao mà Đức Phật Cù Đàm, nhà sáng lập ra Phật giáo đã không chấp nhận Kinh Vệ đà của Bà la môn giáo, vì tin rằng có một thực thể duy nhất trong vũ trụ. Tương tự như vậy, Phật giáo không chấp nhận khái niệm thuyết một thần của Đấng tuyệt đối như là một thực thể tối hậu, thay vì đó chủ trương Tính Không và Chân như như là một thực thể.

Bộ Trung quán luận (Mulamadhyamakakarika; Học thuyết Trung đạo) do Bồ Tát Long Thọ trước tác gồm 27 phẩm, 446 bài tụng bao quát hầu hết các vấn đề liên quan đến thế giới luân hồi và thế giới giải thoát. Bồ tát Long Thọ không những bác bỏ một số kiến giải sai lầm của trường phái A tì đàm hay của các triết gia kể chung, mà còn bác bỏ tất cả những quan niệm duy thức và đa nguyên để gián tiếp thiết lập học thuyết nhất nguyên về tánh Không (Sunyavada; Không luận). Trung quán luận cũng là một trong ba tác phẩm căn bản chuyên về học thuyết Trung đạo của Tam luận tông ở Trung Hoa và Nhật bản. Vì Trung quán luận quá thiên trọng về duy tâm luận phủ định, nên thường bị hiểu lầm là chủ trương hư vô luận (nihilism).

Trung Đạo là nói về cái lý sở tác. Chính quán và Trung quán là nói về cái trí năng chứng ấy. Hơn nữa đối với thiên (lệch lạc) thì gọi là Trung, đối với tà thì gọi là chính. Trung Đạo ở đây có nghĩa là: "Phi nhất, phi nhị thị vi trung đạo". Nghĩa là: "Không một mà cũng chẳng hai, đó là con đường chính giữa". Con đường chính giữa là con đường phủ nhận những loại cực đoan bên này hay bên kia, tốt hay xấu. Đây là cái lý. Còn điều chính yếu là nói về cái trí năng phân biệt mọi việc của tâm thức. Ta sẽ biết đâu là đúng và đâu là sai. Sở dĩ mà có sự sai đúng. Vì ta chấp vào chỗ thấy biết của mình làm chủ; nhưng thật sự ra sự thấy biết của mình căn cứ nơi cái gì để cho là đúng. Tất cả cũng chỉ là sự chấp ngã và chấp tướng và ngay trong sự chấp đó cũng đã có sự thay đổi rồi; nên chẳng có gì là chân lý khi tâm ta vẫn còn vọng động và đối đãi. Cái tuyệt đối ở đây có nghĩa là mọi vật và mọi việc nó là: "như nhị". Như thế ấy đó. Cái gì đến cứ để cho nó đến. Cái gì đi hãy để cho nó đi. Hãy đừng tiếc thương, ái luyến. Cũng đừng sầu khổ, vấn vương. Điều quan trọng là hãy biết chấp nhận sự thật của cuộc đời. Mà sự thật của cuộc đời là gì? - Là cái không to tướng, là cái không do mọi sự giả hợp mà thành. Sở dĩ ta khổ đau bởi vì ta thấy có. Bây giờ ta hiểu được lẽ trung đạo rồi thì có không nó cũng chẳng phải thực tướng nên ta không bị chi phối bởi đối tượng, mà ta phải làm chủ lại đối tượng. Do vậy mà Minh Châu Hương Hải Thiền Sư của Việt Nam chúng ta thời Trịnh Nguyễn phân tranh, nói rằng:

"Có thời có tự mảy may

Không thời cả thế gian này cũng không Cho hay bóng nguyệt dòng sông Nào ai hay biết có không là gì ?"

Có thì một chút cũng gọi là có, mà không thì to lớn bao nhiêu cũng gọi là không. Khi bóng trăng chiếu trên mặt nước thì ta bảo rằng có trăng, có nước và khi trăng di chuyển đi nơi khác, mặt nước vẫn còn đó; nhưng ta lại chẳng thấy trăng đâu, rồi ta lại nói không. Đây chỉ là một hiện tượng vần xoay của mặt trời, mặt trăng và quả đất. Còn ta, ta vẫn bị cái đến đi nó chi phối trong từng giờ từng phút như vậy. Hai câu cuối mới thật là tuyệt vời. Giống như 2 câu thách đố của những hành giả tu hành. Đó là việc có không ấy ai biết được. Kẻ nào biết được thì chính kẻ ấy là kẻ hiểu đạo. Rõ được đường đi lối về của 2 nẻo tử sinh. Trong đời này chỉ có việc sinh và tử là quan trọng, mà biết được và làm chủ được chính mình, thì còn gì hơn được nữa. Đối với những bậc giải thoát giác ngộ thì tâm thường tự tại an nhiên, trạm tịch. Tuyệt nhiên không gợn một chút phiền não nào. Còn tâm ta cũng vậy; nhưng chỉ toàn là bụi trần che phủ nên khi hành động một việc gì thì cũng chỉ toàn là khổ đau và sầu muộn. Ta đã biết mọi lý kỹ rồi. Bây giờ chỉ còn chấp nhận và thực hành thì mới có kết quả khả quan được. Nếu không hạ thủ công phu ngay từ bây giờ thì chẳng khác nào ta thấy một món ăn ngon mà ta chưa cầm đũa và chưa thưởng thức thì giá trị của món ăn ấy ta vẫn chưa cảm nhận được trọn vẹn nơi khẩu vị của mình. "Có thực mới vực được đạo" là vậy. Chữ thực ở đây không nhất thiết là ăn mà là chứng thực hay hiểu rõ được chân lý. Ấy là thực. Thực đây là hiểu sự thật của vạn pháp và rõ được đường đi lối về. Giáo lý Trung Đạo này do Ngài Đại Luận Sư Long Thọ đã chủ trương, nhằm xiển dương tinh thần Đại Thừa Phật Giáo và lấy từ căn bản của Phật Giáo Nguyên Thủy. Ngay cả Phật Giáo Nguyên Thủy cũng chưa hẳn đã hoàn toàn chấp nhận quan điểm này; nhưng theo Ngài, Ngài bảo rằng: Tất cả nền giáo lý ấy mà không có một phái ngoại đạo nào phá vỡ được, thỉ đó chính là giáo lý của Đức Phật và là giáo lý của Đại Thừa". Nói như thế không sai. Vì lẽ cái này khi lớn lên không phải chỉ có một cái gốc, hay chỉ có một cành, mà cành ấy phải tỏa ra cành lá sum sê thì cây ấy được gọi là cây phát triển. Ở đây tinh thần Đại Thừa giáo cũng vậy, lấy những điểm chính trong giáo lý của Đức Phật để xiển dương tinh thần giác ngộ giải thoát. Tuy có đi ra ngoài khuôn mẫu; nhưng nó là sự phát triển của một thân cây, nhất là cây ấy đã có mấy ngàn năm lịch sử. Tóm lại, toàn bộ luận Trung Quán do ngài Long Thọ trước tác là nhằm đưa ra giáo lý Tính Không, một giáo lý cao tột dựa trên kinh điển Bát Nhã mà Đức Phật đã tuyên thuyết. Để pháp trừ mọi đối đãi của chúng sinh nói chung và

của các trường phái triết học nói riêng. Và giáo lý Tánh Không đó được Ngài Long Thọ cụ thể hóa bằng Bát Bất: Bất Sinh bất diệt, Bất đoạn bất thường, Bất nhất bất dị, Bất khứ bất lai để nhằm hiển bày lý Trung đạo đệ nhất nghĩa. Để chứng minh cho quan điểm của mình Ngài đã sử dụng Biện chứng pháp. Đó là một phương pháp lý luận của sự phủ định các học thuyết tương đối để đưa về với chân lý tuyệt đối. Biện chứng pháp của Trung Quán dẫn đến không tánh không phải chỉ là phủ định luận. Nó không những chỉ phủ định tất cả những xác quyết về Thực Tại mà còn phủ định tất cả mọi phủ quyết đối với Thực Tại. Nó cho rằng Thực Tại không phải là “hữu” (sat), mà cũng không là “vô” (asat). Nó chỉ xác định rằng Tuyệt Đối là cái gì mà tư tưởng không thể tiếp xúc

được; nó không nói rằng Tuyệt Đối là thứ phi tồn tại. Nó chỉ chủ trương rằng Tuyệt Đối được thể nghiệm bằng trí huệ siêu việt. Nó nhiệt liệt đề cao sự thể nghiệm Chân Lý tuyệt đối. Biện chứng pháp nhằm đả phá những kẻ giáo điều và những kẻ duy lý chủ trương một quan điểm cố định về thực tại. Bằng cách vạch trần sự rỗng tuếch trong lý luận của họ và những kết quả tự mâu thuẫn của những giả thiết của họ, Long Thọ muốn bác bỏ những xác quyết của Lý Trí rằng nó nắm vững được Thực Tại. Cho đến nay, dù đã trải qua mấy mươi thế kỷ được phổ truyền, đạo lý Tánh Không của Bồ Tát Long Thọ vẫn còn hiệu lực vượt thoát lên trên tất cả những hạn cuộc của thế giới tri thức và u

Nagging - cằn nhằn, rầy la

Nalanda - was an acclaimed Mahavihara, a large Buddhist monastery in the ancient kingdom of Magadha (modern-day Bihar) in India. The site is located about 95 kilometres southeast of Patna near the town of Bihar Sharif, and was a centre of learning from the fifth century CE to c. 1200 CE.

At its peak, the school attracted scholars and students from near and far with some travelling all the way from Tibet, China, Korea, and Central Asia. Much of our knowledge of Nalanda comes from the writings of pilgrim monks from East Asia such as Xuanzang and Yijing who travelled to the Mahavihara in the 7th century. Nalanda was very likely ransacked and destroyed by an army of the Muslim Mamluk Dynasty under Bakhtiyar Khilji in c. 1200 CE.

Nalanda - là một trung tâm học tập bậc cao thời cổ đại ở bang Bihar, Ấn Độ, tồn tại từ thế kỷ thứ 5 đến năm 1197. Địa điểm này nằm cách Patna chừng 88 km về phía đông nam. Nalanda phát triển rực rỡ trong giai đoạn từ thời vua Sakraditya (danh tánh của người này chưa được chắn chắn, có thể là triều vua Kumara Gupta I hoặc Kumara Gupta II) đến năm 1197, nhận được sự bảo hộ của các vị hoàng đế theo Ấn giáo thời Đế quốc Gupta cũng như các vị hoàng đế theo Phật giáo như Harsha và những hoàng đế của Đế quốc Pala thời kỳ sau đó.

Khu phức hợp Nalanda được xây dựng bằng gạch đỏ, ngày nay phế tích này nằm trên một diện tích rộng 14 héc-ta (488×244 mét). Vào thời hoàng kim của mình, Viện Đại học Nalanda thu hút học giả và sinh viên từ cả các vùng xa xôi như Tây Tạng, Trung Quốc, Hy Lạp, và Ba Tư. Nalanda bị một đội quân Hồi giáo người Turk do Bakhtiyar Khilji chỉ huy tàn phá vào năm 1193. Thư viện của Viện Đại học Nalanda lớn đến mức mất đến ba tháng mới cháy hết khi nó bị những kẻ xâm lăng châm lửa đốt, tàn phá các tự viện, và đuổi các tu sĩ ra khỏi khu vực.

Cả Mahavira và Thích-ca Mâu-ni đều đã đến thăm Nalanda trong thế kỷ 6 và 5 TCN. Nó cũng là nơi sinh ra và nơi nhập niết bàn của Xá-lợi-phất (Shariputra), một trong số các môn đồ nổi tiếng của Phật Thích Ca…

---oOo---

Namo Master Shakyamuni Buddha – Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật

Nanda – Buddha's half brother (Em cùng cha khác mẹ) - Nanda was a brother of the Buddha; the son of King Suddhodana and Maha Prajapati Gautami. Nanda was to be married to a princess named Janapadakalyani but abandoned her to join the sangha. Nanda persevered and became an arhat…

Nanda (step-brother of The Buddha)

Thánh tăng NAN-ĐÀ (Nanda)

Nanda, the Buddha's brother had been a monk long enough to know that he didn't like it. The other monks at the monastery saw him moping around with his shoulders hunched and a mouthful-of-lemons look on his face.

"What's the matter?" they asked.

"I am miserable, friends!" he replied. "I can't stand being a monk. There are too many rules! Too little pleasure! I am going to give up, disrobe, and go back to lay life."

One of the monks, worried about his depressed friend went to the Buddha to ask his advice. The Buddha smiled and told the young monk, "Go to Nanda and tell him, 'The teacher calls for you'. "

Nanda came, and the Buddha told him what he had heard.

"Yes," admitted Nanda, "I am miserable. It's time for me to disrobe."

"What really brings this on? Why are you so miserable?"

"Well," confessed Nanda, "when I was leaving home to become a monk, I saw a girl from the village. She was so beautiful there with her hair half mussed. And as I left she said to me, 'I hope you will be home soon.'

"Now every time I sit to meditate all I can think of is this lovely woman with her hair half mussed. What can I do? Every time I think of her I am miserable."

The Buddha took Nanda tenderly by the arm and said, "Let me show you something."

Instantly, he were transported to the Tavatimsa Heaven. And there was Sakka, the king of the devas with 500 heavenly nymphs there to bring him every pleasure.

The Buddha turned to Nanda who was staring at the scene with his jaw hanging nearly to his chest.

"What do you think?" asked the Buddha. "Who is more beautiful, the lovely Sakyan girl with the half mussed hair or each of these 500 nymphs?" Nanda replied, "She isn't even 1/10 as pretty as these nymphs! Compared to these nymphs that Sakyan girl looks like a monkey with its ears and nose missing! These nymphs are so beautiful, so perfect!"

"Well, Nanda, I personally will guarantee that if you follow the path, you will be reborn in this heaven with these nymphs."

“Well,” said Nanda with a sly smile crossing his lips, “this changes everything. If I am sure to gain his heaven and these nymphs, suddenly the holy life doesn’t sound so bad after all.”

In an instant, Nanda and the Buddha were back in Jeta’s Wood.

From that day, all the monks noticed that their friend Nanda was smiling and diligent in his practice. He didn’t walk around depressed with hunched shoulders but instead with a sly smile on his lips.

And of course they heard the rumors that the Buddha himself had guaranteed that Nanda would be reborn in the Tavatimsa Heaven surrounded by heavenly nymphs.

But instead of admiring Nanda for his newfound diligence in practice, the other monks mocked him. “You are only practicing the holy life for the sake of heavenly nymphs. You could care less about wisdom or liberation. You aren’t a real monk, just the Buddha’s flunky.”

Nanda was ashamed, but he only practiced harder. And before long, while living in a secluded spot, spending many hours every day in meditation, Nanda achieved liberation. He joined the arahats as a truly enlightened being. He had achieved nibbana.

The next day, Nanda went to the Buddha. The Buddha knew at once that Nanda was liberated. Nanda bowed to the Buddha and said, “Gracious teacher, once you promised me 500 heavenly nymphs in the Tavatimsa Heaven if only I diligently followed the practice. Well, I have come to free you from that promise.”

“Of course,” said the Buddha, “I was free from that promise the moment you were liberated. When you were freed, so was I.” (Nanda Sutta, Udana 3.2) ---oOo--- Thánh tăng NAN-ĐÀ (Nanda) (Vị cựu hoàng tử “đi tu” trong ngày cưới)

Nan-Đà (tiếng Pali Nanda) là hoàng tử thứ hai của vua Tịnh Phạn (Suddhodana), và đệ nhị hoàng hậu Maha Pajapati Gotami (Đại Ba-Xà-Ba-Đề Cồ-Đàm). Ông là em trai cùng cha khác mẹ với Phật.

Sau khi Thái tử Sĩ-Đạt-Ta (Siddhatta) đi tu, và thành Phật, thì một số hoàng thân khác cũng theo chân Ngài. Hoàng tộc Thích-Ca (Sakya) theo thực tế chỉ còn hoàng tử Nan-Đà, là người chánh thống kế vị.

Hôm ấy Nan-Đà đang hân hoan trong buổi lễ, một ngày vui kết hợp ba ý nghĩa quan trọng, là đăng quang Hoàng Thái Tử, kết hôn với công chúa Janapada Kalyani, và mừng tân gia, hay Nan-Đà chính thức vào ở Đông Cung, chờ ngày lên ngôi.

Dĩ nhiên, trong một ngày trọng đại như vậy, hoàng gia phải có làm phước, như bố thí nhiều vật dụng cho dân nghèo, và trai tăng cúng dường đến Phật và các bậc phạm hạnh. Suốt thời gian dâng thực phẩm đến Phật và Thánh Chúng, Hoàng Tử Nan-Đà (Nanda) đã vô cùng vui vẻ. Ông vừa bận rộn, vừa túc trực bên đức Phật, vừa phải quan tâm đến người vợ mới cưới, hay công chúa Janapada.

Độ ngọ xong, đức Phật bỗng trao bình bát cho Nan-Đà, và tỏ dấu muốn hoàng tử mang giùm cho Ngài. Rồi Phật rời hoàng cung đi thẳng về Kỳ Viên tịnh xá. Nan-Đà vì lòng thương mến lẫn kính trọng đức Phật, liền vui vẻ đón nhận cái bát. Hoàng tử những tưởng Phật chỉ cần mình tiễn chân một đoạn đường thôi. Nào ngờ sau đó Phật không quay lại nhận bát, mà Ngài im lặng đi luôn. Nan- Đà bắt buộc phải bước theo Phật cho đến tu viện.

Khi đi ngang qua Đông Cung, nơi người vợ mới cưới có mặt đứng chờ, hoàng tử liền ngoảnh đầu ngó lại, thì thấy nàng vẫy tay qua cửa sổ, và nói theo bằng một giọng ngọt ngào "Hãy về sớm nghe chàng!".

Âm thanh dịu dàng và hình ảnh xinh đẹp ấy dĩ nhiên nằm mãi trong tâm tư hoàng tử. Thực ra, Nan-Đà (Nanda) muốn quay lại liền, nhưng vì quá tôn kính đức Phật, hoàng tử không đủ can đảm tự động trao bát cho Phật, để sớm trở về với người vợ yêu quí mới cưới.

Khi đến tu viện, đức Phật dùng "thần nhãn", quan sát hoàng tử Nan-Đà, Ngài thấy người em trai nầy có thiện duyên đạt đến thánh quả. Phật liền hỏi Nan- Đà xem chàng muốn xuất gia theo Phật hay không. Trước câu hỏi bất ngờ nầy, Nan-Đà như người đứng giữa ngả ba đường. Trong lòng thì muốn trở về với người vợ yêu quí, nhưng sự thương mến và ngưỡng mộ đức hạnh, đối với người anh Toàn Giác, cũng vô cùng mạnh mẽ. Làm sao hoàng tử có thể từ chối lời của đức Phật. Thế là Nan-Đà bất đắc dĩ phải gật đầu.

Việc gì sẽ đến phải đến. Nan-Đà (Nanda) sau khi thọ giới xuất gia tỳ-khưu đã không vui vẻ chút nào cả. Ông luôn luôn nghĩ đến người vợ mới cưới. Và càng ngày sự nhớ nhung càng tăng. Cuối cùng ông trở thành một người sống trong tình yêu tuyệt vọng. Lúc đầu, tỳ-khưu Nan-Đà còn cố gắng che dấu. Nhưng về sau không chịu đựng được nữa, Nan-Đà đã tìm các đồng đạo, để thổ lộ tâm tình. Nan-Đà thật lòng nói rõ ý định của mình, là quay lại hoàng cung, với đời sống trần tục.

Tin thấu tai đức Phật, Ngài liền đi gặp Nan-Đà, hỏi xem "vấn đề phiền não chính" của ông là gì. Phật nghe Nan-Đà thú thật rằng ông rất yêu thương người vợ xinh đẹp, và nhất là ông không thể nào an tâm chia tay trong ngày cưới, để cho vợ mỏi mòn trông đợi.

Phật lại dùng "thần nhãn" kiểm soát căn cơ "người em" một lần nữa. Ngài thấy rõ Nan-Đà, chỉ với một chút cố gắng thêm, sẽ có thể đạt đến hạnh phúc tối thượng, là đắc Thánh quả A-La-Hán. Với lòng từ bi cứu độ, Phật muốn kích thích Nan-Đà tự động ở lại đời sống phạm hạnh, bằng chính cái tâm lý vướng mắc sắc trần của ông.

Phật bảo Nan-Đà đi bách bộ nói chuyện với Ngài một đoạn. Rồi Phật dùng thần thông "đưa" Nan-Đà lên tận cõi trời Đạo-Lợi (Tavatimsa deva). Dọc đường, Phật trước tiên chỉ cho Nan-Đà thấy một nàng tiên rất đẹp, nhưng vì ham sắc dục, mà đọa xuống trần gian, làm một con khỉ cái. Con khỉ nầy lại bị

phỏng lửa, trong một trận cháy rừng, nên mất cả tai, mũi, và đuôi..., trông thật thảm hại...

Tiếp theo, Phật chỉ cho Nan-Đà thấy, để "chiêm ngưỡng" sắc đẹp lộng lẫy của một nàng tiên khác, và bảo Nan-Đà cho Ngài biết cảm tưởng của mình về tiên nữ ấy. Nhất là hãy so sánh nàng tiên kia với một người, gọi là đẹp nhất trần gian. Sau khi trình bày sự so sánh, Nan-Đà bỗng quên mất hình bóng của người vợ mới cưới.

Phật đọc được trong tư tưởng phàm tục của Nan-Đà, tật mê thích nhan sắc phái nữ, Ngài bèn nói "Nếu ngự đệ bền lòng làm theo thiện pháp của Như Lai, thì Như Lai bảo đãm với ngự đệ, sau khi hết đời Sa-Môn, ngự đệ sẽ tái sinh lên cõi trời. Ở đó có rất nhiều những nàng tiên như thế, và ngự đệ sẽ được một hay nhiều vợ đẹp.

Sau chuyến "đi bộ nói chuyện" ấy, tỳ khưu Nan-Đà (Nanda) bỗng vui vẻ trở lại, và thuật cho đồng đạo nghe rằng, ông không muốn quay về hoàng cung nữa, trái lại ông muốn tiếp tục tu hành để đạt được mục đích. Có tỳ khưu khác hỏi "đó là mục tiêu gi", thì ông thực thà trả lời, mục tiêu là cõi Đạo-Lợi-Thiên.

Từ đó, trong tăng chúng, ai cũng cho rằng Nan-Đà tu để trở thành tiên trên cõi Đạo-Lợi, chứ không phải tu để giải thoát sinh tử. Nhiều tu sĩ trẻ tuổi, mới nhập môn còn cười nhạo, và chọc ghẹo ông, gọi đích danh, là "Nan-Đà tu chỉ để có vợ tiên mà thôi".

Sự chế diễu ấy kích thích lòng tự ái trong Nan-Đà. Và vì xấu hổ với đồng đạo, ông đã quyết tâm hành thiền một cách tinh tấn, cho đến khi đạt được giác ngộ mới thôi. Ông xua đuổi tất cả những hình thức đẹp xấu, mà ông đã trải qua trong trí óc, rồi dốc lòng thanh tịnh thân tâm. Nhờ vậy, thiền công của Nan- Đà mỗi ngày một phát triển.

Ngày kia, trong khi hành thiền, Nan-Đà (Nanda) chợt khám phá ra rằng, mọi vướng mắc trong tâm ông, hay mọi dục lạc của thân không còn nữa, dù cho đó là vướng mắc với an vui, thanh tịnh. Sáu cảnh trần là sắc, thinh, hương, vị, xúc, và pháp có dập vào thân tâm ông hay không, ông vẫn an nhiên tự tại, tâm thức trong suốt như nhau. Đó là "trạng thái" tỳ khưu Nan-Đà (Nanda) đã đắc quả A-La-Hán, giải thoát. Thánh Tăng Nan-Đà chợt ứng khẩu nói kệ: "Vì tôi đã quan niệm sai lầm, Mê thích sắc đẹp bên ngoài, Tin tưởng chuyện ảo huyền,

Nên đã tự làm khổ.
Nhờ đức Phật từ bi tế độ,
Do liên hệ hoàng tộc, và lòng thương chúng sanh
Giúp tôi có pháp hành cao thượng,
Để đạt thành quả vị vô sanh".
(Theo Theragatha 157-158)
Sau khi đã chứng được hạnh phúc giải thoát Niết Bàn, Thánh tăng Nan-Đà (Nanda) liền đến đảnh lễ đức Phật, và tán dương Thế Tôn bằng một câu như sau: "Bạch đấng Toàn Giác. Ngài đã giải thoát cho đệ tử, khỏi cả các cảnh cõi trời".

Đức Phật bèn nói với Nan-Đà rằng:

“Lời nguyện sẽ lên cõi Đạo Lợi của ông vừa được hoàn toàn hóa giải. Vì hạnh phúc Niết Bàn là hạnh phúc cao nhất”. Và với mấy giòng chữ nầy, dịch giả xin kết thúc sử tích Thánh Tăng NAN-ĐÀ (Nanda). ---oOo---

Naos - đền Hy Lạp

Narcissist - người tự yêu mình, người quá chú ý đến vẻ đẹp cuả mình

Nascent - mới sinh, mới mọc lên

Natron – NaCO3 - Natri oxít

Naught - số không trong toán học

Navel - rốn, trung tâm

NDE – A near-death experience (NDE) is a personal experience associated with death or impending death. Such experiences may encompass a variety of sensations including detachment from the body, feelings of levitation, total serenity, security, warmth, the experience of absolute dissolution, and the presence of a light.

Neuroscience research suggests that an NDE is a subjective phenomenon resulting from "disturbed bodily multisensory integration" that occurs during life-threatening events. NDEs are a recognized part of some transcendental and religious beliefs in an afterlife...

1. Dr. Raymond Moody's Nine Elements of the Near-Death Experiences

Dr. Moody recorded and compared the experiences of 150 persons who died, or almost died, and then recovered. His research describes the results of decades of inquiry into the NDE phenomenon. He outlines nine elements that generally occur during NDEs. 1. A Strange Sound: A buzzing, or ringing noise, while having a sense of being dead. 2. Peace and Painlessness: While people are dying, they may be in intense pain, but as soon as they leave the body the pain vanishes and they experience peace. 3. Out-of-Body Experience: The dying often have the sensation of rising up and floating above their own body while it is surrounded by a medical team, and watching it down below, while feeling comfortable. They experience the feeling of being in a spiritual body that appears to be a sort of living energy field. 4. The Tunnel Experience: The next experience is that of being drawn into darkness through a tunnel, at an extremely high speed, until reaching a realm of radiant golden-white light. Also, although they sometimes report feeling scared, they do not sense that they were on the way to hell or that they fell into it. 5. Rising Rapidly into the Heavens: Instead of a tunnel, some people report rising suddenly into the heavens and seeing the Earth and the celestial sphere as they would be seen by astronauts in space. 6. People of Light: Once on the other side of the tunnel, or after they have risen into the heavens, the dying meet people who glow with an inner light. Often they find that friends and relatives who have already died are there to greet them. 7. The Being of Light: After meeting the people of light, the dying often meet a powerful spiritual being whom some have

identified as God, Jesus, or some religious figure. 8. The Life Review: The Being of Light presents the dying with a panoramic review of everything they have ever done. That is, they relive every act they have ever done to other people and come away feeling that love is the most important thing in life.

9. Reluctance to Return: The Being of Light sometimes tells the dying that they must return to life. Other times, they are given a choice of staying or returning. In either case, they are reluctant to return. The people who choose to return do so only because of loved ones they do not wish to leave behind.

2. Dr. Raymond Moody on the "Being of Light"

The following is an excerpt from Moody's excellent book Life After Life concerning the "Being of Light."

What is perhaps the most incredible common element in the accounts I have studied, and is certainly the element which has the most profound effect upon the individual, is the encounter with a very bright light. Typically, at its first appearance this light is dim, but it rapidly gets brighter until it reaches an unearthly brilliance. Yet, even though this light (usually said to be white or "clear") is of an indescribable brilliance, many make the specific point that it does not in any way hurt their eyes, or dazzle them, or keep them from seeing other things around them (perhaps because at this point they don't have physical "eyes" to be dazzled).

Despite the light's unusual manifestation, however, not one person has expressed any doubt whatsoever that it was a being, a being of light. Not only that, it is a personal being. It has a very definite personality. The love and the warmth which emanate from this being to the dying person are utterly beyond words, and he feels completely surrounded by it and taken up; in it, completely at ease and accepted in the presence of this being. He senses an irresistible magnetic attraction to this light. He is ineluctably drawn to it.

Interestingly, while the above description of the being of light is utterly invariable, the identification of the being varies from individual to individual and seems to be largely a function of the religious background, training, or beliefs of the person involved. Thus, most of those who are Christians in training or belief identify the light as Christ and sometimes draw Biblical parallels in support of their interpretation. A Jewish man and woman identified the light as an "angel." It was clear, though, in both cases, that the subjects did not mean to imply that the being had wings, played a harp, or even had a human shape or appearance. There was only the light. What each was trying to get across was they took the being to be an emissary, or a guide. A man who had had no religious beliefs or training at all prior to his experience simply identified what he saw as "a being of light." The same label

was used by one lady of the Christian faith, who apparently did not feel any compulsion at all to call the "Christ."

Shortly after its appearance, the being begins to communicate with the person who is passing over. Notably, this communication is of the same direct kind which we encountered earlier in the description of how a person in the spiritual body may "pick up the thoughts" of those around him. For here again, people claim that they did not hear any physical voice or sounds coming from the being, nor did they respond to the being through audible sounds. Rather, it is reported that direct, unimpeded transfer of thoughts takes place, and in such a clear way that there is no possibility whatsoever either of misunderstanding or of lying to the light.

Furthermore, this unimpeded exchange does not even take place in the native language of the person. Yet, he understands perfectly and is instantaneously aware. He cannot even translate the thoughts and exchanges which took place while he was near death into the human language which he must speak now, after his resuscitation.

The next step of the experience clearly illustrates the difficulty of translating from this unspoken language. The being almost immediately directs a certain thought to the person into whose presence it has come so dramatically. Usually the persons with whom I have talked try to formulate the thought into a question. Among the translations I have heard are: "Are you prepared to die?" "Are you ready to die?" "What have you done with your life to show me?" and "What have you done with your life that is sufficient?" The first two formulations which stress "preparation," might as first seem to have a different sense from the second pair, which emphasize "accomplishment." However, some support for my own feeling that everyone is trying to express the same thought comes from the narrative of one woman who put it this way:

"The first thing he said to me was, that he kind of asked me if I was ready to die, or what I had done with my life that I wanted to show him."

Furthermore, even in the case of more unusual ways of phrasing the "question," it turns out, upon elucidation, to have much the same force. For example, one man told me that during his "death:"

The voice asked me a question: "Is it worth it?" And what it meant was, did the kind of life I had been leading up to that point seem worthwhile to me then, knowing what I then knew."

Incidentally, all insist that this question, ultimate and profound as it may be in its emotional impact, is not at all asked in condemnation. The being, all seem to agree, does not direct the question to them to accuse or to threaten them, for they still feel the total love and acceptance coming from the light, no matter what their answer may be. Rather, the point of the question seems to be to make them think about their lives, to draw them out. It is, if you will, a Socratic question, one asked not to acquire information but to help the person who is being asked

3. Examples of Near-Death Experiences with the Being of Light

Example 1: "I heard the doctors say that I was dead, and that's when I began to feel as though I were tumbling, actually kind of floating, through this blackness, which was some kind of enclosure. There are not really words to describe this. Everything was very black, except that, way off from me, I could see this light. It was a very, very brilliant light, but not too large at first. It grew larger as I came nearer and nearer to it.

"I was trying to get to that light at the end, because I felt that it was Christ, and I was trying to reach that point. It was not a frightening experience. It was more or less a pleasant thing. For immediately, being a Christian, I had connected the light with Christ, who said, 'I am the light of the world.'

"I said to myself, 'If this is it, if I am to die, then I know who waits for me at the end, there in that light.'"

Example 2: "I got up and walked into the hall to go get a drink, and it was at that point, as they found out later, that my appendix ruptured. I became very weak, and I fell down. I began to feel a sort of drifting, a movement of my real being in and out of my body, and to hear beautiful music. I floated on down the hall and out the door onto the screened-in porch. There, it almost seemed that clouds, a pink mist really, began to gather around me, and then I floated right straight on through the screen, just as though it weren't there, and up into this pure crystal clear light, an illuminating white light. It was beautiful and so bright, so radiant, but it didn't hurt my eyes. It's not any kind of light you can describe on Earth. I didn't actually see a person in this light, and yet

it has a special identity, it definitely does. It is a light of perfect understanding does. It is a light of perfect understanding and perfect love.

"The thought came to my mind, 'Lovest thou me?'

"This was not exactly in the form of a question, but I guess the connotation of what the light said was, 'If you do love me, go back and complete what you began in your life.'"

"And all during this time, I felt as though I were surrounded by an overwhelming love and compassion."

Example 3: I knew I was dying and that there was nothing I could do about it, because no one could hear me ... I was out of my body, there's no doubt about it, because I could see my own body there on the operation room table. My soul was out! All this made me feel very bad at first, but then, this really bright light came. It did seem that it was a little dim at first, but then it was this huge beam. It was just a tremendous amount of light, nothing like a big bright flashlight, it was just too much light. And it gave off heat to me; I felt a warm sensation.

It was a bright yellowish white - more white. It was tremendously bright; I just can't describe it. It seemed that it covered everything, yet it didn't prevent me from seeing everything around me - the operating room, the doctors and nurses, everything. I could see clearly, and it wasn't blinding.

At first, when the light came, I wasn't sure what was happening, but then, it asked, it kind of asked me if I was ready to die. It was like talking to a person, but a person wasn't there. The light's what was talking to me, but in a voice.

Now, I think that the voice that was talking to me actually realized that I wasn't ready to die. You know, it was just kind of testing me more than anything else. Yet, from the moment the light spoke to me, I felt really good - secure and loved. The love which came from it is just unimaginable, indescribable. It was a fun person to be with! And it had a sense of humor, too - definitely! ---oooOOOooo---

Đời Sống Khác Sau Khi Chết (Life After Life)

Cách đây hơn 3 chục năm, khi cho in cuốn sách đầu tiên "Life After Life" sau nhiều năm tiếp xúc với những bệnh nhân chết đi sống lại, bác sĩ Raymond Moody nói, ông chỉ ghi lại trung thực những câu chuyện này mà không cố ý chứng minh là có một đời sống khác sau khi chết. Ông cũng nói thêm rằng, hiện nay chưa có ai có thể đưa ra một bằng chứng cụ thể để chứng minh có 1 cảnh giới bên kia cửa tử, nhưng người ta cũng không thể phủ nhận kinh nghiệm của hơn 8 triệu người lớn ở Mỹ và mấy triệu trẻ con nữa, những người sống lại sau cái chết lâm sàng đã kể những gì họ thấy được sau khi rời khỏi xác thân vật lý.

Bác sĩ Moody kể, lần đầu tiên ông được nghe tả về cảnh giới bên kia cửa tử do người chết hồi dương kể lại (kinh nghiệm cận tử) là khi ông còn là một sinh viên y khoa triết học ở đại học Virginia. Một giáo sư dạy môn tâm thần học kể lại cho sinh viên nghe chính ông đã "chết" đi rồi sống lại 2 lần, cách nhau 10 phút. Ông kể lại những chuyện ly kỳ ông được chứng kiến trong thời gian ông "chết". Thoạt nghe thì anh sinh viên Moody cũng lấy làm lạ nhưng không có ý kiến gì. Anh chỉ giữ cái băng thu âm câu chuyện này để làm tài liệu thôi. Mấy năm sau, ông Moody bây giờ là giáo sư triết ở 1 trường đại học ở Bắc Carolina. Trong 1 buổi giảng dạy về thuyết bất tử (Phaedo) của Plato, nhà hiền triết nổi tiếng của Hy Lạp thời cổ đại, một sinh viên xin gặp riêng để hỏi thêm về vấn đề sống chết, vì bà của chàng ta đã "chết" trên bàn mổ, sau đó hồi sinh và kể những câu chuyện bà đã chứng kiến rất hấp dẫn. Giáo sư Moody yêu cầu anh sinh viên này kể lại từng chi tiết và ông rất đỗi ngạc nhiên khi thấy những chuyện xảy ra cho bà già này gần giống với những mẩu chuyện ông được nghe từ thầy của ông mấy năm về trước. Từ đó, ông cố ý thu thập tài liệu về hiện tượng chết đi sống lại. Ông cũng đưa vấn đề này vào trong các bài giảng của ông, nhưng không đề cập gì đến 2 trường hợp ông được nghe. Ông nghĩ rằng, nếu có nhiều người chết đi sống lại thì thế nào sinh viên cũng sẽ nói ra trong các giờ triết. Quả vậy, trong mỗi một lớp học chừng 30 sinh viên, khi nào cũng có một anh xin gặp riêng sau giờ học để kể cho ông nghe một câu chuyện chết đi sống lại. Có điều lạ là, những mẩu chuyện này có nhiều tình tiết giống nhau, tuy người có kinh nghiệm chết đi sống lại gồm nhiều thành phần khác nhau, khác về tôn giáo, về học vấn, và địa vị xã hội.

Khi Moody theo học y khoa năm 1972 thì ông đã có một hồ sơ dày cộm về những trường hợp chết đi sống lại. Ông bắt đầu nói đến công cuộc nghiên cứu của ông với

những người ông gặp ở trường y. Sau đó, theo lời yêu cầu của một người bạn, ông nhận lời thuyết trình về hiện tượng chết đi sống lại tại 1 Hiệp hội Y sĩ và nhiều hội đoàn khác. Và sau mỗi buổi thuyết trình, thế nào cũng có người đứng lên kể lại kinh nghiệm chết đi sống lại của chính mình.

Dần dà ai cũng biết tiếng ông, nên nhiều bác sĩ đã giới thiệu những bệnh nhân họ cứu sống được mà có những kinh nghiệm lạ lùng trong thời gian họ "chết". Sau khi vài tờ báo đăng tải tin tức về công cuộc nghiên cứu của ông thì nhiều người tự động gửi những mẩu chuyện tương tự xảy ra với họ. Ông quyết định chỉ chú ý đến trường hợp những người do bác sĩ chứng thực là đã chết lâm sàng (tim ngừng đập, thần kinh não ngưng hoạt động) rồi được cứu sống lại, và trường hợp những người bị tai nạn, hồn lìa khỏi xác ngay nhưng sau đó lại hoàn hồn, đã kể những sự việc họ chứng kiến.

Trong mấy trăm câu chuyện chết đi sống lại mà tác giả trực tiếp được nghe, Moody nhận thấy, tuy kinh nghiệm của mỗi người có điểm khác nhau nhưng tựu trung thì có thể nói có chừng 15 điểm mà ông thấy người ta hay nhắc nhở:

1. Ngôn ngữ bất đồng Người nào cũng tỏ vẻ bực bội rằng, ngôn ngữ ở cõi trần không thể diễn tả đúng những sự việc xảy ra ở cõi giới bên kia. Một người trong số đó nói : "Tôi biết, thế giới mà tôi được thấy là một thế giới có hơn 3 chiều, nên không thể nào diễn tả được hết những điều tôi muốn nói với thứ ngôn ngữ 3 chiều của chúng ta".

2. Nghe tin mình đã chết Nhiều người kể rằng, họ được nghe chính bác sĩ hay những người ở bên cạnh nói rằng họ đã chết. Bà Martin kể: "Tôi vào bệnh viện nhưng họ không tìm ra bệnh. Bác sĩ James đưa tôi sang phòng X quang để chụp ảnh gan tìm bệnh. Vì tôi bị dị ứng với nhiều thứ thuốc nên họ thử trên cánh tay tôi trước. Thấy tôi không có phản ứng gì, họ liền tiêm cho tôi thứ thuốc ấy. Nhưng lần này tôi bị phát dị ứng liền và chết ngay sau đó. Tôi thấy bác sĩ ở phòng X quang vừa chích thuốc cho tôi, bước đến nhấc máy điện thoại. Tôi nghe rõ ông quay từng con số và giọng nói của ông: "Thưa bác sĩ James, tôi đã giết bệnh nhân của ông. Bà Martin chết rồi". Nhưng tôi biết tôi không chết. Tôi cố cử động, cố tìm cách nói cho họ biết là tôi chưa chết nhưng tôi không thể làm gì được. Rồi thấy họ làm thủ tục cấp cứu. Tôi nghe họ nói cần bao nhiêu "cc" thuốc chích cho tôi, nhưng tôi không có cảm giác gì khi mũi kim chích vào da. Tôi cũng không có cảm giác gì khi họ chạm vào người".

3. Tâm an bình và tịch tịnh Số đông kể rằng, họ tận hưởng được một cảm giác rất an lạc, thật khoan khoái khi mới thoát ra khỏi cái xác của mình. Một người bị bất tỉnh ngay sau khi bị thương nặng ở đầu kể rằng, khi mới bị chấn thương thì anh cảm thấy đau nhói, nhưng chỉ một thoáng thôi, rồi sau đó anh có cảm tưởng như mình đang bềnh

bồng trôi trong 1 phòng tối. Mặc dù hôm ấy trời lạnh lắm mà anh cảm thấy rất ấm áp trong khoảng không gian âm u này. Anh thấy tâm thần mình bình an thoải mái lạ lùng và anh chợt nghĩ "chắc là mình đã chết rồi".

Một bà vật vã, đau đớn và ngất đi sau một cơn đau tim. Khi được cứu tỉnh bà kể: "Tôi bắt đầu thấy sung sướng lạ, mọi lo âu buồn phiền biến mất, chỉ còn lại một cảm giác

bình an, thoải mái, thanh tịnh. Tôi không còn cảm thấy đau đớn nữa".

4. Âm thanh Nhiều âm thanh lạ được tả lại, hoặc khi sắp chết hoặc khi vừa tắt thở. Một người đàn ông "chết" trong vòng 20 phút trên bàn mổ kể lại, rằng ông đã nghe một tiếng kêu ù ù rất khó chịu. Tiếng kêu như phát ra từ trong đầu mình chứ không phải từ bên ngoài. Một người đàn bà kể, khi vừa ngất đi thì bà nghe một tiếng rì rì lớn và bà cảm thấy đang chơi vơi bay lộn lòng vòng trong không gian. Bà còn nghe một thứ tiếng khác cũng khó chịu lắm, như tiếng động lạch cạch, tiếng va chạm hay tiếng rống mà cũng như tiếng gió hú. Những người khác thì nghe một âm thanh dễ chịu như âm nhạc, như trường hợp một bệnh nhân "chết" trên đường đi đến bệnh viện, khi được cứu tỉnh lại ông kể : Ông đã nghe 1 âm thanh như âm ba của nhiều cái chuông nhỏ từ đằng xa theo gió vọng lại, làm ông nghĩ đến mấy cái chuông gió của Nhật, và ông chỉ nghe 1 âm thanh này thôi.

5. Đường hầm tối Ngay vừa khi nghe tiếng động thì người ta cảm thấy như bị hút mạnh vào một khoảng không gian tối. Người thì nói giống như một hang động; người thì bảo sâu hút như một cái giếng; người khác thì mô tả như một khoảng không, một đường hầm, một ống xoắn, một cái chuồng, thung lũng, ống cống, hoặc khoảng không của một hình vật thể hình trụ. Tuy được diễn tả khác nhau nhưng điều này cho thấy, người nào cũng trải qua kinh nghiệm này. Một bệnh nhân kể: Khi tim anh ngừng đập vì bị dị ứng với thuốc mê thì anh thấy mình như bay qua một khoảng không tối tăm như một đường hầm, với tốc độ cực nhanh như một con tàu đang lao đầu bay xuống ở 1 công trường giải trí.

6. Giây phút bước ra khỏi xác Tuy ai cũng biết rằng, cái "Ta" gồm 2 phần: thân và thức, nhưng ít ai hiểu biết được phần Thức vì cho rằng, có thân xác vật lý thì trí óc mới hoạt động được, không thể nào có 1 đời sống nào khác ngoài đời sống với tấm thân vật lý này. Cho nên, trong quá trình chết đi sống lại, ai cũng bị ngạc nhiên quá mức khi họ được ngắm nghía thân xác bất động của họ.

Thực khó tưởng tượng được tâm trạng của những người này, khi họ thấy mình đứng đây mà sao lại còn có thân hình mình nằm bất động ở đằng kia! Khi hồn vừa lìa khỏi xác, họ chưa ý thức được mình đã chết nên ngẩn ngơ không hiểu được hiện tượng này. Nhiều người muốn nhập vào xác mình lại nhưng không biết làm sao. Có người rất hoảng sợ nhưng cũng có người không sợ hãi. Một bệnh nhân nói: "Bệnh tôi trở nặng, bác sĩ buộc phải vào nhà thương. Sáng hôm ấy tôi thấy một lớp như sương mù bao phủ quanh tôi và cùng lúc ấy tôi thấy mình bước ra khỏi xác. Tôi thấy mình bềnh bồng bay lên phía trên và nhìn xuống cái xác mình nằm ở giường. Tôi không thấy sợ hãi chút nào, chỉ thấy một cảm giác bình yên trong một khung cảnh êm ả thanh bình. Và tôi nghĩ, có lẽ tôi đang đi về cõi chết. Tôi tự nhủ, rằng nếu tôi không nhập trở lại được vào cái xác kia thì tôi chết thật rồi, và như vậy cũng không sao".

Nhiều người nói rằng sau giây phút hoang mang lúc đầu, dần dà họ thấy giác quan mới của thể hồn bén nhạy hơn. Họ có thể nhìn thật xa, nghe thật rõ, đọc được ý nghĩ của người khác, và chỉ cần nghĩ đến chỗ nào họ muốn đi thì đã thấy mình ở đó rồi. Nhưng

vì họ không trao đổi gì được với những người xung quanh nên họ thấy cô đơn buồn tủi.

7. Gặp những thể hồn khác Nhiều người kể lại, họ chỉ cảm thấy cô đơn trong chốc lát thôi, sau đó họ được gặp gỡ và chuyện trò với những người thân, bạn bè quá cố. Một người phụ nữ kể lại cuộc vượt cạn khó khăn, bà bị mất máu rất nhiều trong khi sinh. Lúc đó bà nghe bác sĩ nói là bà không sống được nhưng bà thấy mình vẫn tỉnh táo và ngay khi ấy bà thấy nhiều người vây quanh bà nhưng chỉ thấy mặt thôi. Họ đông người lắm, lơ lửng ở trên trần nhà. Bà nhận ra đó là những người thân và quen đã qua đời, bà thấy bà ngoại của mình và một cô bé bạn học hồi nhỏ cùng nhiều người bà con quen biết khác. Ai cũng có vẻ tươi cười như chào đón bà ở xa về.

Một người khác kể rằng sau khi người bạn thân tên Bob chết vài tuần thì ông cũng suýt chết. Ông thấy mình bước ra khỏi thể xác vật chất và có cảm tưởng như Bob đang đứng cạnh mình. Ông biết đó là Bob nhưng lại trông không giống như hồi còn sống. Tuy nhìn thấy Bob, nhưng không phải nhìn bằng mắt vì chính ông cũng không có mắt! Nhưng lúc ấy ông không nghĩ đến điều này là lạ vì ông không cần có mắt mà vẫn thấy. Ông hỏi Bob: "Bây giờ tôi phải đi đâu, chuyện gì đang xảy ra? Có phải tôi chết rồi không?

Nhưng Bob không nói gì cả. Suốt mấy ngày tôi ở bệnh viện, Bob luôn ở bên cạnh tôi nhưng vẫn không trả lời những câu hỏi của tôi cho đến ngày bác sĩ tuyên bố là tôi đã thoát chết thì Bob bỏ đi".

8. Đối diện với người ánh sáng Tuy tình tiết về kinh nghiệm "chết" của mọi người khác nhau nhưng ai cũng nói đến cuộc gặp gỡ một vị thân toàn ánh sáng. Đây có lẽ một chi tiết lạ lùng nhất đã làm thay đổi cuộc đời của những người chết đi sống lại. Lúc đầu, vị này hiện ra trong thứ ánh sáng lờ mờ, rồi ánh sáng trở nên rõ dần và sau cùng thì hiện toàn thân trong một thứ ánh sáng rực rỡ. Có điều lạ là, tuy rực rỡ nhưng không làm chói mắt. Tuy vị này hiện ra như một tòa ánh sáng mà ai cũng hiểu đây là một người với đầy đủ cá tính nhân phẩm của một cá nhân. Vị này đã ban phát cho họ một tình thương yêu không thể dùng lời nói mà diễn tả được và ai cũng quyến luyến muốn kề cận vị này. Có một điều lý thú là hầu hết mọi người đều tả dung mạo, phong cách của người ánh sáng này giống nhau nhưng khi được hỏi người ấy là ai thì mỗi người nói một cách khác, tùy theo niềm tin tôn giáo của họ.

9. Nhìn lui quãng đời mình "Người ánh sáng" nhắc nhở người chết tự kiểm thảo đời mình, và cho người chết xem lại quãng đời của mình rõ ràng như được chiếu trên màn ảnh lớn, từ lúc còn nhỏ ở với cha mẹ, lớn lên đi học, đỗ đạt, công danh sự nghiệp ...đều hiện lên rất rõ. "Người ánh sáng" nhắc nhở rằng, ở trên đời không có gì quan trọng ngoài tình thương. Một người kể rằng, khi ông được xem quãng đời niên thiếu của ông với cô em gái, người mà ông rất thương yêu; "người ánh sáng" cho ông xem những lúc ông hành động một cách ích kỷ hay tỏ lòng trìu mến săn sóc em mình. "Người ánh sáng" nhấn mạnh đến việc nên giúp đỡ người khác. Dường như vị này rất chú tâm đến sự học hỏi, cứ nhắc nhở ông phải lo trau dồi sự hiểu biết của mình và nói rằng, sau khi thật sự giả từ thế gian để sang cõi này ông cũng vẫn phải tiếp tục học hỏi, vì đó là một qui trình không gián đoạn.

10. Ranh giới giữa hai cõi Nhiều người nhớ rằng, họ đi dần đến một chỗ giống như một bờ ranh, một bờ sông, một cánh cửa, một vùng sương mù màu xám, một hàng rào, hay chỉ như một đường vẽ dưới đất. Một người bệnh tim kể: "Sau khi lìa khỏi xác, tôi thấy mình đang đi trên một cánh đồng thật đẹp, toàn một màu lục, nhưng khác hẳn màu lục của thế gian và chung quanh tôi tràn ngập một thứ ánh sáng kỳ diệu. Xa xa đằng trước là một cái hàng rào, tôi vội rảo bước sang về phía đó

mục sư của mình nghe nhưng bị vị này phê bình là mình bị ảo giác. Một cô học trò trung học muốn kể cho bạn nghe kinh nghiệm lạ lùng của mình nhưng bị cho là tâm thần nên đành nín lặng. Vì vậy, ai cũng cứ tưởng chuyện này chỉ xảy ra cho một mình mình thôi. Khi bác sĩ Moody nói với họ rằng, có nhiều người đã có kinh nghiệm tương tự thì họ có vẻ mừng, vì thấy không phải mình "điên", không phải chỉ một mình mình thấy những chuyện lạ lùng của cõi giới bên kia.

13. Thay đổi tâm tư Như đã trình bày trên, những người trải qua kinh nghiệm này thường thường không muốn kể với ai, nhưng họ cảm thấy những gì họ kinh nghiệm đã để lại một dấu ấn sâu xa trong đời họ, đã mở rộng tầm mắt của họ, đã thay đổi hẳn lối nhìn của họ về cuộc đời. Một ông tâm sự: "kể từ ngày ấy, tôi thường tự hỏi, tôi đã làm gì với cuộc đời của tôi, và khoảng đời còn lại này tôi sẽ phải sống như thế nào. Ngày trước muốn gì là tôi làm liền, không suy nghĩ đắn đo. Nay thì tôi thận trọng lắm. Trước khi hành động tôi thường tự hỏi lòng mình xem việc này có đáng làm hay không hay chỉ có lợi cho bản thân thôi? Nó có ý nghĩa gì, có ích lợi gì cho đời sống tâm linh không? Tôi không phê phán người khác, không thành kiến, không tranh cãi. Và tôi thấy hình như mình hiểu rõ mọi sự việc chung quanh một cách đúng đắn hơn, dễ dàng hơn". Nói chung, những người chết hồi sinh đều thấy đời mình có một mục đích rõ ràng hơn, tâm tư thoải mái hơn, đầu óc rộng rãi cởi mở hơn, tình thương yêu nhiều hơn, và nhấn mạnh đến đời sống tâm linh, cũng như một đời sống khác sau khi chết. Họ như sực tỉnh khi thấy xưa nay mình chỉ "mãi sống", và lúc nào tâm tư cũng lo lắng, mưu cầu, sắp đặt cho ngày mai, hay luyến tiếc quá khứ mà quên sống với giây phút hiện tại. Họ khám phá rằng, đời sống tinh thần thật sự quí báu hơn đời sống vật chất nhiều; rằng thân xác vật lý chỉ là nơi tạm trú cho phần tâm linh. Và họ đều nói đến bài học từ "người ánh sáng": Ở trên đời, tiền tài, danh vọng hay bằng cấp cao cũng không đáng gì, chỉ có tình thương, ý tưởng phụng sự người khác mới đáng kể. Thông điệp thứ hai từ "người ánh sáng" là: Mọi người nên trau dồi trí tuệ và tình thương, vì sống và chết là một quá trình được tiếp nối không ngừng.

Một anh chàng trẻ tuổi đang học làm tu sĩ Tin Lành kể, trước kia anh nghĩ chỉ có những người theo giáo phái của anh mới được cứu rỗi, còn ngoài ra tất cả đều là tà đạo và sẽ phải xuống hỏa ngục hết. Sau khi gặp "người ánh sáng" thì anh thay đổi hoàn toàn. Anh thấy vị này hiền hòa, nhân từ chứ không như niềm tin về sự trừng phạt những người không tin mình như Thánh Kinh miêu tả. Vị này không hề hỏi han gì về giáo phái của anh đang theo mà chỉ hỏi anh có biết yêu thương người khác không.

14. Quan niệm mới về cái chết Sau khi được thấy cảnh giới đẹp đẽ bên kia, không còn ai sợ chết nữa. Nói như thế không phải là họ chán sống và muốn đi tìm cái chết. Trái

lại, họ thấy quý đời sống hơn và hiểu rằng đời sống này là một môi trường tốt cho họ học hỏi. Họ cho rằng, vì còn nhiều việc cần phải làm nên họ mới "bị" trả về và làm cho xong, để sau này được ra đi 1 cách nhẹ nhàng.

Một người kể: "Kinh nghiệm này đã thay đổi hẳn cả cuộc đời của tôi mặc dù chuyện này đã xảy ra lúc tôi mới 10 tuổi. Từ đấy tôi tin tưởng hoàn toàn rằng, có một đời khác sau đời sống này và tôi không hề sợ chết. Tôi thường tự cười thầm mỗi khi nghe có người cho rằng chết là hết".

Có người thì ví cái chết như là một sự di chuyển từ một nơi này sang một nơi khác, hay từ một con người vật chất sang một thể tâm linh cao hơn. Có một bà, sau khi thấy có nhiều người thân đến chào, có cảm tưởng như mình được đón tiếp về nhà sau một thời gian đi chơi xa. Người khác thì nói rằng, dùng từ "chết" để tả lại cảnh tượng này là không đúng, vì đây giống như một sự thay đổi chỗ ở. Một người khác nữa thì ví thân thể mình như là nhà tù, và khi chết thì được thoát ra khỏi cái ngục tù đó !

15. Chứng cớ cụ thể Dĩ nhiên, có nhiều người đặt câu hỏi, những chuyện do người chết hồi sinh kể lại có thể tin được không, có chứng cớ gì không? Câu trả lời là có. Thứ nhất, các bác sĩ thấy các bệnh nhân đã tắt thở, tim đã ngừng đập, nên họ mới dùng phương pháp cấp cứu, vậy mà sau khi hồi sinh, bệnh nhân đã dùng danh từ y khoa kể lại đầy đủ chi tiết những gì xảy ra trong khi họ nằm bất động trên giường!

Một cô gái sau khi lìa khỏi xác đã đi qua phòng bên cạnh và thấy chị mình đang ngồi khóc và kêu thầm "Kathy, đừng chết, em ơi đừng chết". Sau khi hồi tỉnh, cô kể lại chi tiết này và chị cô không hiểu sao cô lại biết rõ như vậy. Một nạn nhân kể lại đầy đủ tình tiết về những người chung quanh, họ đã nói những gì, ăn mặc ra sao..v..v... Một bà kể, khi hồn lơ lửng trên trần nhà, bà thấy một chùm chìa khóa trên một nóc tủ. Chùm chìa khóa này của một bác sĩ, trong lúc vội vàng đã vứt lên đó đã mấy ngày trước và quên bẵng đi...

Đó là toàn bộ những câu chuyện được bác sĩ Raymond Moody viết lại. Những ai muốn tìm hiểu chi tiết về cảnh giới bên kia cửa tử có thể tìm đọc tài liệu nghiên cứu của nhiều tác giả người Mỹ. Chỉ cần vào Google và ghi "the life beyond" thì sẽ thấy vô số tài liệu. Khi đọc cuốn "Tử Thư Tây Tạng" (Tibetan

Book of The Death), tôi thấy có nhiều điểm tương đồng với cảnh giới được diễn tả trong cuốn "Life After Life" của bác sĩ Raymond Moody. Có một điều lạ là, những người chết đi sống lại đều nói đến một luồng ánh sáng, hay 1 người sáng, mà họ cho là thiên thần, tùy vào lòng tin tôn giáo của họ.

Người ánh sáng được diễn tả trong cuốn sách của bác sĩ Moody không nói mình là ai. Vị này dường như thương mến tất cả mọi người và dạy mọi người rằng làm người phải biết thương thân mình và thương người khác; rằng hành trang mà người chết có thể mang theo chỉ là tình thương thôi, một thứ tình thương vô vị kỷ. (Nguyên Ngọc dịch)

Nectar - rượu tiên, rượu ngon, mật hoa

Nefarious – hung ác, bất chính

Neophyte - người mới vào nghề, mới nhập đạo

Nepotism – gia đình trị, thói bao che, dung túng người nhà

Neranjara River - when the Buddha having realized the futility of austerities, left the Pancavaggiyas, he retired to Uruvela, on the banks of the Neranjara, and there, just before the Enlightenment, Sujata gave him a meal of milk rice, taking him to be a god. Before eating the food, he bathed in the ford called Suppatittha. Under the bed of the river lay the abode of the Naga king, Kala. There was a sala grove on the banks, where the Buddha spent the afternoon previous to the night of the Enlightenment.

Neranjara – Sông Ni-Liên Thiền

Nơi sông Ni-Liên-Thiền, một đêm nọ, Bồ-Tát* thấy triệu chứng sắp thành công đắc quả. Sáng ngày Bồ-Tát xuống sông Ni-Liên-Thiền tắm rửa sạch sẽ, rồi thọ một bữa cơm sữa của nàng Sujata. Nàng này, trước kia có khấn vái với vị Thọ-thần, xin được gặp một người chồng vừa ý và sanh một trai đầu lòng.

Lời khấn vái ấy đã thành tựu nên sắm một mâm cơm nấu sữa tươi đem ra cây cổ thọ cúng trả lễ cho vị Thọ-thần. Trông thấy Bồ-Tát đang ngồi trầm tư mặc tưởng dưới cội cây, nàng tưởng rằng vị Thọ-thần ứng hiện nên thành tâm đem cơm dâng cúng cho Bồ-Tát.

Sau khi thọ thực, Bồ-Tát thấy trong mình khỏe mạnh phi thường, trọn ngày đó, Bồ-Tát ngồi trên bờ sông tham thiền quán tướng. Chiều lại, Ngài đến cội Bồ-đề kế cận, ngồi xoay mặt về hướng Đông và nhất nguyện không lìa khỏi nơi ấy trước khi đắc đạo quả. Chính dưới cội Bồ-đề này, Bồ-Tát Siddhartha chiến thắng vẻ vang trận giặc cuối cùng hết sức khó khăn...

*Bồ-tát - dịch từ chữ Pali bodhisattva, phiên âm là bồ-đề tát-đoả, gọi ngắn là bồ-tát. Nghĩa là giác hữu tình, còn gọi là đại-sĩ.

Theo tự điển Phật học của Chân Nguyên và Nguyễn Tường Bách thì "trong Đại Thừa, bồ-tát là hành giả sau khi hành trì lục độ ba-la-mật, đã đạt Phật quả, nhưng nguyện không nhập Niết-bàn khi chúng sinh chưa giác ngộ. Yếu tố cơ bản của bồ-tát là lòng bi đi song song với trí tuệ. Chư bồ-tát thường cứu độ chúng sinh và sẵn sàng thụ lãnh tất cả mọi đau khổ của chúng sinh cũng như hồi hướng phúc đức của mình cho kẻ khác. Con đường tu học của bồ-tát bắt đầu bằng luyện tâm bồ-đề và giữ bồ-tát hạnh nguyện. Bồ-tát của Đại thừa tương tự như a-la-hán của Tiểu thừa, trong đó a-la-hán tập trung vào sự giải thoát cho chính mình. Thật sự thì khái niệm bồ-tát đã được tìm thấy trong các kinh Tiểu thừa nhất là trong các kinh nói về tiền thân đức Phật Thích Ca. Trong Đại thừa, khi nói đến các vị bồ-tát, người ta xem đó là các vị Phật tương lai. Đại thừa chia làm hai hàng bồ-tát: bồ-tát đang sống trên trái đất và bồ-tát siêu việt. Các vị sống trên trái đất là những người đầy lòng từ-bi, giúp đỡ chúng sinh hướng về Phật quả. Các vị bồ-tát siêu việt là những người đã đạt các hạnh ba-la-mật và Phật quả nhưng chưa nhập Niết-bàn, các vị đã đạt nhất thiết trí, không còn trong luân hồi, được tôn thờ và đảnh lễ như các Ngài Văn Thù, Quan Âm, Địa Tạng, Đại Thế Chí, Phổ Hiền...Ấy là các

bồ-tát ma-ha-tát hay đại bồ-tát".

Bồ-tát đạo - Đạo Phật xác nhận rằng cuộc đời là khổ (đế thứ nhất). Nói chung, chúng ta thấy rằng khổ đau của con người do thiên nhiên mang tới, do xã hội đem lại...Tuy nhiên các nguồn gốc chính của đau khổ lại là lòng tham không đáy, sự ham muốn vô hạn của con người (đế thứ hai). Không được thỏa mãn thì sinh ra khổ đau, các khổ đau này không phải do thiên nhiên tạo ra mà do chính mình tạo ra. Có thể dẹp được các khổ đau đó (đế thứ ba) bằng cách tu theo Bát chánh đạo (đế thứ tư).

Rút lại muốn trừ các khổ não thì cần diệt trừ các tham dục, vì thế cần phải hướng nội để hiểu chính mình, chiến đấu các tham dục của chính mình. Đức Phật có dạy đại ý rằng "Thắng chính mình còn vẻ vang hơn thắng cả ngàn quân địch trên chiến trường".

Đến đây có người hỏi: cố gắng tu tập mong giác ngộ và giải thoát, cố gắng niệm Phật mong vãng sinh cực lạc...có phải là tham cầu không? Không, đấy cũng gọi là dục nhưng lại là pháp dục, có mục đích thanh tịnh hoá tâm, tiến lên trên con đường sáng nhằm Niết-bàn tịch tĩnh, nó không thuộc các thứ tham dục kia, là những thứ tham dục nặng về vật chất nhiều hơn, như tiền bạc, đất đai...Ta nói: phải diệt trừ ái dục để tìm cầu pháp dục. Trên đường tầm đạo như vậy, ta đạt được thanh thản yên vui đến đâu thì những khổ đau như bệnh, già, chết, nghèo...bớt làm cho ta sợ hãi đến đấy. Đó chính là bỏ khổ đau, tìm an lạc. Bỏ khổ đau, tìm an lạc cho mình rồi thì phải tìm cách giúp người khác bỏ khổ đau, tìm an lạc cho họ. Thế thì phải "trên cầu đạo bồ-đề, dưới hoá độ chúng sinh". Đó chính là bồ-tát đạo vậy!

Netherworld – the world after death, the underworld

Netherworld – This is a place where souls go who have sunk as low, they can not yet reincarnate to work out their karma until they can work their way out of this terrible place. It’s dark, miserable place where souls feel the extreme anguish of their own misdeeds - Phật giáo gọi là địa ngục

Nexus - mối quan hệ

NIBBANA (Pali) – NIRVANA (SKT) – NOUMENON (Greek)

Nirvana, which is the Sanskrit form of the Pali word Nibbana, is a combination of 'ni' and 'vana', 'ni' being a negative particle, and 'vana' meaning lusting or craving. It is called Nibbana, for it is a departure from that

craving; or it may also be defined as the extinction of greed, hatred and ignorance.

'The whole world is in flames', says the Buddha. By what fire is it kindled? It is kindled by the fire of greed, hatred and ignorance, by the fire of birth, old age, death, pain, lamentation, sorrow, grief and despair.

It should not be thought that Nibbana is a state of nothingness or annihilation just because we cannot conceive it with our worldly knowledge; a blind man cannot say that light does not exist just because he is unable to see it. There is the story, too, of the fish who argued with his friend the turtle, asserting triumphantly that there was no

such thing as land.

Nibbana of the Buddhists is neither a mere nothingness nor a state of annihilation, but exactly what it is no words can adequately express. It is a dhamma which is uncreated and unformed, hence it is boundless, to be sought after, happy, because it is free from all suffering, free from birth, death and so on. Nibbana is not situated in any place, nor is it a sort of heaven where a transcendental ego resides, it is a state which is dependent upon ourselves.

THE PATH TO NIBBANA

How is Nibbana to be attained? It is by following the Noble Eightfold Path.
which consists of morality (sila), concentration (samadhi) and wisdom (panna).
To refrain from all evil,
To do what is good.
To cleanse one's mind,
This is the teaching of all the Buddhas.
DISCIPLINES

Sila, or morality, is the first stage on the path to Nibbana. One should not kill or cause injury to any living creature, one should be kind and compassionate towards all, even the tiniest creature that crawls at one's feet. Refraining from stealing anything, we should be honest in all our dealings. Abstaining from sexual misconduct which debases the exalted nature of man, we should be pure and chaste. Shunning false speech we should be truthful. Avoiding intoxicating drinks which promote heedlessness, we should be sober and diligent.

If the spiritual man finds these five precepts too elementary he may advance a step further and observe the eight or even ten precepts.

It will be noticed that as the spiritual man proceeds on this highway he is expected to live a life of celibacy, simplicity and self-control, lest vigour and well-being might encourage indolence, and worldly bonds might impede his progress. While the spiritual man progresses slowly and steadily it is naturally easy for him to practise the four kinds of higher sila, namely, discipline as prescribed by the Patimokkha, sense restraint, purity of conduct connected with livelihood, and conduct in connection with the necessaries of life.

Having trodden the ground of sila, the progressing spiritual man reaches the practice of samadhi, the culture of the mind, the second stage of this path. Samadhi is concentration of the mind at will on one object.

The third stage on the path to Nibbana is insight (panna) which enables the spiritual man to see things as they truly are. With one pointedness of mind he looks at the world to get a correct view of life, seeing nothing but the three characteristics. anicca (impermanence), dukkha (suffering) and anatta (soullessness), wherever he casts his glance. He does not find any genuine happiness in the world, for he sees that every

form of pleasure is only a prelude to pain. Whatever is impermanent is painful, thus where change and sorrow prevail there cannot be permanent happiness.

The advancing spiritual man then takes one of the above three characteristics which appeals to him most, and intently keeps on developing insight in that particular direction until he realizes Nibbana for the first time in his life. Having at this ariyan stage destroyed the first three of the ten fetters, namely, self-illusion (sakkyaditthi), doubts (vicikiccha) and indulgence in rites, rituals and ceremonies, he is called a sotapanna, one who has entered the stream that leads to Nibbana; he has forever escaped the states of woe, and is assured of final enlightenment.

More than any earthly power.
More than all the joys of heaven.
More than rule o'er all the world
Is the entrance to the Stream.

However, since he has not destroyed the will to live, he will be reborn as a human being seven times at most if he does not make quick further attainment.

Being encouraged by the result of this distant glimpse of Nibbana the spiritual man develops deeper insight, and weakening two more fetters, sense desire (kamaraga) and illwill (patigha), he becomes a sakadagami, a once returner. He is called this because he will be reborn on earth only once more if he does not attain arahatship.

When he reaches the third ariyan stage the spiritual man is called an anagami (never returner), at which stage he completely destroys the above two fetters. Hereafter he does not return to this world, for he has no more desire for worldly pleasures, and after death he is reborn in the Pure Abodes (Suddhavasa), a place which is exclusively for anagamis and from whence they will become arahatta.

Now the earnest spiritual man, encouraged by the great success of his endeavours, makes his final advance, and destroying the remaining fetters, namely, desire for life in the Realm of Form (ruparaga), desire for life in the Formless Realm (aruparaga), conceit (mana), distraction (uddhacca) and ignorance (avijja), he becomes a perfected saint by attaining arahatship. In this fourth supramundane stage he is called an arahat, one whose heart becomes free from sensual passion, free from the passion for existence and free from ignorance. He realizes that rebirth is exhausted, the holy life is fulfilled, and what was to be done has been done; this is the highest, holiest peace, the eradication of greed, hatred and ignorance. The arahat stands on heights more than celestial, realizing the unutterable bliss of Nibbana. He no more arises, no more passes away, no more trembles and no more desires; there is nothing in him to cause re-arising. Because he arises no more, he will not grow old; growing old no more he will not die again; dying no more he will not tremble, and trembling no more he will not desire. Hence the purpose of the holy life does not consist in acquiring alms, honour or fame, nor in gaining morality, concentration or wisdom. The unshakable deliverance of the heart is the object of the holy life, this is its essence and its goal.

(Venerable Sayadaw Ashin U Thittila)

NIẾT BÀN - NIBBANA

Nirvana, là hình thức Sanskrit của từ Pali Nibbana (Niết Bàn), đây là sự kết hợp của "ni" và "vana"; "ni" là một phân từ phủ định, và "vana" nghĩa là tham dục, dục hay tham ái. Sở dĩ gọi là Niết Bàn vì đó là sự xa rời tham ái, hoặc cũng có thể được định nghĩa như là sự diệt tận tham, sân, si. Đức Phật dạy:

"Toàn thế gian đang bốc cháy, nó bị đốt cháy bởi ngọn lửa gì? Thế gian bị đốt cháy bởi lửa tham, sân và si; bởi lửa sanh, già, chết, đau đớn, sầu bi, buồn rầu và tuyệt vọng".

Niết Bàn không nên hiểu là một trạng thái hư vô hoặc huỷ diệt chỉ vì chúng ta không thể quan niệm được nó với cái kiến thức phàm tục của mình; một người mù không thể nói là ánh sáng không hiện hữu, chỉ do vì anh ta không thấy nó. Câu chuyện thời danh về cuộc tranh luận giữa con cá và người bạn rùa của nó, đại khái, do không biết gì về đất nên con cá cứ khăng khăng một cách đắc thắng rằng không thể có thứ gì gọi là đất liền trong thế gian này - đã chứng minh điều đó.

Niết Bàn của đạo Phật không phải là hư không, cũng chẳng phải là sự huỷ diệt, mà một cách chính xác nó là cái gì đó không có ngôn từ nào có thể diễn tả đầy đủ được; Niết Bàn là một Pháp (Dhamma) không bị tạo tác và không hình tướng (vô tác và vô tướng). Vì vậy, đó là một loại an lạc vô hạn, đáng được tầm cầu, vì nó giải thoát khỏi mọi khổ đau, nó cũng không phải là một loại thiên đàng, ở đây một cái ngã mơ hồ cư trú, Niết Bàn là một trạng thái hoàn toàn tuỳ thuộc tự thân chúng ta.

ĐẠO LỘ DẪN ĐẾN NIẾT BÀN

Niết Bàn được đạt đến bằng cách nào? Chính nhờ đi theo Thánh Đạo Tám
Ngành (Bát Chánh Đạo) bao gồm: Giới, Định, Tuệ mà Niết Bàn được bàn đến.
"Không làm các điều ác
Làm các việc thiện.
Giữ tâm ý trong sạch
Là lời chư Phật dạy".
Giới (sila)

Sila hay giới là chặng đầu tiên trên con đường đi đến Niết Bàn. Hành giả không sát hại hay làm tổn thương đối với bất kỳ chúng sanh nào, hành giả cần có lòng từ đối với tất cả chúng sanh, cho dù đó là sinh vật nhỏ nhoi nhất nằm dưới chân mình. Tránh không trộm cắp, chúng ta phải sống đời lương thiện. Tránh không tà hạnh làm mất phẩm chất cao quý của con người, chúng ta cần phải thanh khiết và trinh bạch. Tránh xa lời nói hư dối, chúng ta cần sống chân thực. Tránh không uống rượu và các chất say, những thứ làm gia tăng sự dễ duôi, chúng ta cần tỉnh táo và chuyên cần. Nếu hành giả thấy 5 giới này quá

sơ đẳng, hành giả có thể tiến thêm một bước nữa bằng cách nguyện giữ 8 giới hoặc 10 giới.

Điều cần ghi nhớ là, khi hành giả có tiến triển trên con đường cao cả này, hành giả được mong đợi sẽ sống cuộc sống của một người độc thân, tri túc và tự chế; vì thiếu tinh tấn và thích lợi dưỡng có thể khuyến khích sự lười biếng, và những ràng buộc thế gian có thể ngăn trở bước tiến hoá của hành giả. Tiến chậm và chắc là những điều kiện tự nhiên và dễ dàng cho hành giả thực hành Tứ Thanh Tịnh Giới, đó là: Giới như đã mô tả trong Ba La Đề Mộc Xoa (Patimokkha), Giới phòng hộ các căn, Giới thanh tịnh sanh mạng, và Giới liên quan đến các món vật dụng (những nhu cầu thiết yếu của đời sống).

Khi đã bước vững trên đất giới, người hành giả tấn hoá trên bước đường tâm linh lúc này sẽ đến giai đoạn thực hành Định (Samadhi), trau dồi tâm, (chặng đường thứ hai trên đạo lộ giải thoát). Samadhi là sự tập trung tâm ý trên một đề mục. Chặng thứ ba trên con đường đi đến Niết Bàn là Tuệ (Panna); Tuệ này có thể giúp hành giả thấy các pháp như chúng thực là. Với tâm nhất điểm hành giả nhìn vào thế gian để có được một tri kiến đúng đắn về cuộc đời, hành giả không thấy gì ngoài ba đặc tánh (Tam tướng): Vô Thường, Khổ và Vô Ngã ở bất cứ nơi đâu hành giả để mắt tới. Không tìm đâu ra hạnh phúc thực sự trong thế gian này, vì hành giả thấy rằng mọi hình thức lạc thú chỉ là đầu mối dẫn đến khổ đau. Cái gì vô thường đều là khổ, và ở đâu vô thường, khổ thắng lướt, ở đó không thể nào có hạnh phúc thường hằng được.

Hành giả lúc này chọn một trong ba đặc tánh, đặc tánh nào phù hợp với hành giả nhất và kiên trì phát triển tuệ giác theo chiều hướng đặc biệt đó, cho đến khi chứng ngộ Niết Bàn lần đầu tiên trong đời mình. Khi đã đạt tới tầng Thánh này, hành giả diệt được 3 trong số 10 kiết sử, đó là: Thân Kiến (Sakkayaditthi), Hoài Nghi (Vicikicha) và Giới Cấm Thủ (Silabbataparamasa); hành giả được gọi là một vị Sotapanna (Tu Đà Hoàn), người đã bước vào dòng (Nhập Lưu) dẫn đến Niết Bàn, mãi mãi thoát khỏi bốn đường ác và chắc chắn sẽ giác ngộ Niết Bàn.

"Đắc quả Tu đà hoàn
Hơn tái sanh thiên giới
Hơn chinh phục nhân gian
Quyền lực trên tất cả (thế gian)".
Tuy nhiên, vì hành giả vẫn chưa diệt được ước muốn sống, hành giả còn phải chịu tái sanh cõi nhân loại tối đa là bảy lần nếu như không sớm chứng đạt vô sanh.

Được khuyến khích bởi việc thoáng thấy Niết Bàn từ xa này hành giả phát triển tuệ giác thâm sâu hơn, đồng thời làm nhẹ thêm hai kiết sử nữa là: Dục Ái (Kamaraga) và Sân (Patighi) để trở thành một vị Tư Đà Hàm (Sakadagami) - Nhất Lai Thánh giả. Sở dĩ được gọi như vậy là vì hành giả sẽ còn tái sanh dục giới chỉ một lần nữa nếu không đạt đến A la hán trong kiếp đó.

Khi hành giả đạt đến tầng Thánh thứ ba thì được gọi là Bất Lai thánh giả (Anagami: A Na Hàm); ở giai đoạn này hành giả hoàn toàn tiêu trừ hai kiết sử Dục Ái và Sân kể trên. Kể từ đây, hành giả không còn trở lại cõi nhân loại (vì hành giả không còn ước muốn đối với các lạc thú trần gian); sau khi chết hành giả tái sanh cõi Tịnh Cư thiên (Suddha - vasa), một nơi dành riêng cho các vị A Na Hàm. Từ đó, hành giả sẽ trở thành các vị A La

Hán.

Giờ đây, người nhiệt tâm trên lãnh vực tâm linh (Thánh giả) được khích lệ bởi sự thành công lớn do nỗ lực của mình, thực hiện bước tiến cuối cùng và huỷ diệt năm kiết sử còn lại, đó là: Ái Sắc (Ruparaga), Ái Vô Sắc (Aruparaga), Ngã Mạn (Mana), Trạo Cử (Uddhacca) và Vô Minh (Avijjha); hành giả trở thành một bậc Thánh toàn hảo nhờ đạt đến A la hán quả. Ở tầng siêu thế thứ tư này hành giả được gọi là một vị A la hán, người mà tâm của họ đã thoát khỏi tham dục, giải thoát khỏi tham sinh tồn và giải thoát khỏi vô minh. Vị ấy liễu tri rằng sanh đã tận, phạm hạnh đã thành, và việc phải làm đã được làm xong, đây chính là sự an lạc tối thượng và thiêng liêng nhất, sự diệt tận tham, sân, si. Bậc A la hán siêu xuất tam giới, chứng ngộ hạnh phúc bất khả thuyết của Niết Bàn. Vị ấy không còn sanh, không còn diệt, không còn run sợ và không còn những tham muốn, không có gì trong vị ấy khiến cho phải tái sanh trở lại. Do vì không còn sanh nên vị ấy không bị già, không già nên vị ấy sẽ không còn chết nữa, không còn chết nên vị ấy sẽ không run sợ, và không run sợ nên vị ấy không tham muốn. Vì vậy mục đích của đời phạm hạnh không cốt ở việc đi khất thực, không cốt ở danh dự hay tiếng tăm, cũng chẳng phải để đạt đến Giới, Định, hay Tuệ. Bất động tâm giải thoát là mục tiêu của đời phạm hạnh, đây mới chính là cốt lõi và cứu cánh tối hậu của chúng ta. (Tỳ kheo Pháp Thông dịch) -ooOoo-

Niggard - người hà tiện, người keo kiệt

Nihilistic – hư vô (Nihilism = thuyết hư vô, chủ nghiã vô chính phủ)

Nihilism – a viewpoint that traditional values and beliefs are unfounded and that existence is senseless and useless.

Chủ nghĩa hư vô - hay tư tưởng đoạn diệt (tiếng Anh: Nihilism; từ tiếng Latin nihil, không có gì) là một học thuyết triết học cho thấy sự phủ định của một hay nhiều khía cạnh ý nghĩa nổi bật trong cuộc sống. Phổ biến nhất của chủ nghĩa hư vô được trình bày dưới hình thức thuyết hư vô, trong đó lập luận rằng cuộc sống này không có mục tiêu nào có ý nghĩa, mục đích, hoặc giá trị nội tại. Triết lý của chủ nghĩa hư vô khẳng định rằng đạo đức vốn đã không tồn tại, và rằng bất kỳ giá trị đạo đức nào cũng được thiết lập một cách trừu tượng giả tạo. Chủ nghĩa hư vô cũng có thể có các hình thức nhận thức luận hay bản thể luận/siêu hình học có nghĩa tương ứng, theo một số khía cạnh, kiến thức là không thể, hay thực tế là nó không thực sự tồn tại.

Nirmanakaya (Sanskrit) – the transformation body of Buddha = ứng thân

Nirmanakaya- In the Mahayana teaching of trikaya, a buddha is said to exist in three bodies: the dharmakaya, sambhogakaya, and nirmanakaya.

The nirmanakaya is the earthly, physical body of a buddha, which manifests in the world to teach the dharma and bring all beings to enlightenment. For example, the historical Buddha is said to have been a nirmanakaya buddha. The nirmanakaya body is subject to sickness, old age and death like any other living being.

Ứng Thân: Là sự chiếu hiện của nghiệp báo mà sinh ra: Thân Phật, Bồ Tát, Thánh Chúng... hay thân người phải chịu luân hồi, sinh tử, khổ đau, bệnh tật, già chết... do chính những nghiệp thiện, nghiệp ác ứng vào...

Tam thân - (SKT. trikaya) là một thuật ngữ được dùng trong Phật giáo Đại thừa (SKT. mahayana), chỉ ba loại thân của một vị Phật. Quan điểm này xuất phát từ tư tưởng cho rằng Phật - như một nhân vật đã xuất hiện trên thế gian để hoằng hoá, tiếp độ chúng sinh - chính là biểu hiện của cái Tuyệt đối, của Chân như và Phật có khi hiện thân thành nhiều hình tướng khác nhau chỉ vì lợi ích của chúng sinh. Quan niệm Tam thân Phật được nêu ra nhằm nói lên quan điểm đó.

Tam thân gồm:

Pháp thân (SKT. dharmakaya), là thể tính thật sự của Phật, đồng nghĩa với Chân như, là thể của vũ trụ.

Báo thân (SKT. sambhogakaya), cũng được dịch là Thụ dụng thân, "thân của sự thụ hưởng công đức": chỉ thân Phật xuất hiện trong các Tịnh độ.

Ứng thân (SKT. nirmanakaya), cũng được gọi là Ứng hoá thân hoặc Hoá thân, là thân Phật và Bồ Tát hiện diện trên Trái Đất.

Nirodha - The Sanskrit word for cessation is nirodha, and in Tibetan, it is gokpa, which in verb form means “to stop” or “to prevent.” = đình chỉ

Nirvana – the state of freedom from all suffering, delusions and karma, called the ‘liberation from samsara’ in the Tibet tradition. - Nir là ra khỏi; vana là rừng mê. Nirvana là ra khỏi rừng mê

Nirvana – Abandoning his life of asceticism (tu khổ hạnh), Siddhartha resol- ved to engage in meditation as a means to further his spiritual sea- rch. At what is now Bodh Gaya (Bồ Đề Đạo Tràng) in Northeas- tern India, he sat beneath a species of fig tree (Ficus religiosa). On the night of the full moon in May, after having been assailed (tấn công) in vain by Mara (a demonic figure symbolizing evil thought and desire = Ma Vương), Siddhartha attained awakening. The Buddha had discovered what he later expressed in his first teaching as the “Four Noble Truths”, the Buddha’s state of awak- ening is also referred to in Sanskrit as Nirvana. This is often und- erstood in the West as some sort of heaven or “thing” that the Buddha attained, but in fact the word is not a noun but a verb, literally “nirvana-ing”. This means that the Buddha continued to act in the world – he taught for forty-five years afterward – but with a consciousness transformed from that which sustains samsara, in Sanskrit term, meaning the cycle of birth, death and rebirth, together with its attendant dukkha. Only outside samsara is freedom from dukkha...

A Verb for Nirvana - by Thanissaro Bhikkhu

Back in the days of the Buddha, nirvana (nibbana) had a verb of its own: nibbuti. It meant to "go out," like a flame. Because fire was thought to be in a state of entrapment

as it burned - both clinging to and trapped by the fuel on

which it fed – it’s going out was seen as an unbinding. To go out was to be unbound. Sometimes another verb was used - parinibbuti - with the "pari-" meaning total or all-around, to indicate that the person unbound, unlike fire unbound, would never again be trapped.

Now that nirvana has become an English word, it should have its own English verb to convey the sense of "being unbound" as well. At present, we say that a person "reaches" nirvana or "enters" nirvana, implying that nibbana is a place where you can go. But nirvana is most emphatically not a place. It's realized only when the mind stops defining itself in terms of place: of here, or there, or between the two.

This may seem like a word-chopper's problem - what can a verb or two do to your practice? - but the idea of nirvana as a place has created severe misunderstandings in the past, and it could easily create misunderstandings now. There was a time when some philosophers in India reasoned that if nirvana is one place and samsara another, then entering into nirvana leaves you stuck: you've limited your range of movement, for you can't get back to samsara. Thus to solve this problem they invented what they thought was a new kind of nirvana: an unestablished nirvana, in which one could be in both places - nirvana and samsara - at once.

However, these philosophers misunderstood two important points about the Buddha's teachings. The first was that neither samsara nor nirvana is a place. Samsara is a process of creating places, even whole worlds, (this is called becoming) and then wandering through them (this is called birth). Nirvana is the end of this process. You may be able to be in two places at once - or even develop a sense of self so infinite that you can occupy all places at once - but you can't feed a process and experience its end at the same time. You're either feeding samsara or you're not. If you feel the need to course freely through both samsara and nirvana, you're simply engaging in more samsara-ing and keeping yourself trapped.

The second point is that nirvana, from the very beginning, was realized through unestablished consciousness - one that doesn't come or go or stay in place. There's no way that anything unestablished can get stuck anywhere at all, for it's not only non-localized but also undefined.

The idea of a religious ideal as lying beyond space and definition is not exclusive to the Buddha's teachings, but issues of locality and definition, in

the Buddha's eyes, had a specific psychological meaning. This is why the non- locality of nirvana is important to understand.

Just as all phenomena are rooted in desire, consciousness localizes itself through passion. Passion is what creates the "there" on which consciousness can land or get established, whether the "there" is a form, feeling, perception, thought-construct, or a type of consciousness itself. Once consciousness gets established on any of these

aggregates, it becomes attached and then proliferates, feeding on everything around it and creating all sorts of havoc. Wherever there's attachment, that's where you get defined as a being. You create an identity there, and in so doing you're limited there. Even if the "there" is an infinite sense of awareness grounding, surrounding, or permeating everything else, it's still limited, for "grounding" and so forth are aspects of place. Wherever there's place, no matter how subtle, passion lies latent, looking for more food to feed on.

If, however, the passion can be removed, there's no more "there" there. One sutta illustrates this with a simile: the sun shining through the eastern wall of a house and landing on the western wall. If the western wall, the ground beneath it, and the waters beneath the ground were all removed, the sunlight wouldn't land. In the same way, if passion for form, etc., could be removed, consciousness would have no "where" to land, and so would become unestablished. This doesn't mean that consciousness would be annihilated, simply that - like the sunlight - it would now have no locality. With no locality, it would no longer be defined.

This is why the consciousness of nirvana is said to be "without surface" (anidassanam), for it doesn't land. Because the consciousness-aggregate covers only consciousness that is near or far, past, present, or future - i.e., in connection with space and time - consciousness without surface is not included in the aggregates. It's not eternal because eternity is a function of time. And because non-local also means undefined, the Buddha insisted that an awakened person - unlike ordinary people - can't be located or defined in any relation to the aggregates in this life; after death, he/she can't be described as existing, not existing, neither, or both, because descriptions can apply only to definable things.

The essential step toward this non-localized, undefined realization is to cut back on the proliferations of consciousness. This first involves contemplating the drawbacks of keeping consciousness trapped in the process of feeding.

This contemplation gives urgency to the next steps: bringing the mind to oneness in concentration, gradually refining that oneness, and then dropping it to zero. Discourse on Emptiness, while the drop to zero is best described in the Buddha's famous instructions to Bahiya: "'In reference to the seen, there will be only the seen. In reference to the heard, only the heard. In reference to the sensed, only the sensed. In reference to the cognized, only the cognized.' That is how you should train yourself. When for you there will be only the seen in reference to the seen, only the heard in reference to the heard, only the sensed in reference to the sensed, only the cognized in reference to the cognized, then, Bahiya, there is no you in connection with that. When there is no you in connection with that, there is no you there. When there is no you there, you are neither here nor yonder nor between the two. This, just this, is the end of stress."

With no here or there or between the two, you obviously can't use the verb "enter" or "reach" to describe this realization, even metaphorically. Maybe we should make the word nirvana into a verb itself: "When there is no you in connection with that, you nirvana." That way we can indicate that unbinding is an action unlike any other, and we can head off any mistaken notion about getting "stuck" in total freedom.

The Road to Nirvana Is Paved with Skillful Intentions

There's an old saying that the road to hell is paved with good intentions, but that's not really the case. The road to hell is paved with intentions that are careless, lustful, or mean. Good intentions - in proportion to their true goodness - tend toward heavens of pleasure. So why do they have such a bad reputation? For three main reasons. One is that not all good intentions are especially skillful. Even though they mean well, they can be misguided and inappropriate for the occasion, thus resulting in pain and regret. A second reason is that we often misunderstand the quality of our own intentions. We may mistake a mixed intention for a good one, for instance, and thus get disappointed when it gives mixed results. A third reason is that we easily misread the way intentions yield their results - as when the painful results of a bad intention in the past obscure the results of a good intention in the present, and yet we blame our present intention for the pain. All these reasons, acting together, lead us to become disillusioned with the potential of good intentions. As a result, we either grow cynical about them or else simply abandon the care and patience needed to perfect them.

One of the Buddha's most penetrating discoveries is that our intentions are the main factors shaping our lives and that they can be mastered as a skill. If we subject them to the same qualities of mindfulness, persistence, and discernment involved in developing any skill, we can perfect them to the point where they will lead to no regrets or damaging results in any given situation; ultimately, they can lead us to the truest possible happiness. To train our intentions in this way, though, requires a deep level of self-awareness. Why is that? If you look carefully at the reasons for our disillusionment with good intentions, you'll find that they all come down to delusion: delusion in how we formulate our intentions, delusion in how we perceive our intentions, and delusion in how we attend to their results. As the Buddha tells us, delusion is one of the three main roots for unskillful mental habits, the other two being greed and aversion. These unskillful roots lie entangled with skillful roots - states of mind that are free of greed, aversion, and delusion - in the soil of the untrained heart. If we can't isolate and dig up the unskillful roots, we can never be fully sure of our intentions. Even when a skillful intention seems foremost in the mind, the unskillful roots can quickly send up shoots that blind us as to what's actually going on.

If we were to sketch this state of affairs, the picture would look something like this: The straight road to hell is paved with bad intentions, some of which may look good to a casual glance. Roads paved with good intentions, leading to heavens of pleasure - some of them quite skillful - branch off on either side of the way, but all too often they get lost in an underbrush of unskillfulness and we find ourselves back on the road to hell.

The Buddha's discovery was that if we nourish the skillful roots, they can grow and effectively block the road to hell; if we cut away the underbrush of unskillfulness and dig out its roots, we can develop our good intentions to higher and higher levels of skill until ultimately they bring us to a happiness totally unlimited, beyond any further need for a path.

The most basic step in this process is to make sure that we stay off the road to hell. We do this through the practice of generosity and virtue, consciously replacing unskillful intentions with more skillful ones. We then refine our intentions even further through meditation, digging up the roots of greed, aversion, and delusion to prevent them from influencing the choices shaping our lives. Greed and anger are sometimes easy to detect, but delusion - by its very nature - is obscure. When we're deluded, we don't know we're deluded. That's why meditation has to focus on strengthening and quickening our

powers of mindfulness and alertness: so that we can catch sight of delusion and uproot it before it takes over our minds.

The Buddha's most basic meditation instructions for refining intention start, not on the cushion, but with the activity of daily life. They are contained in a discourse to his young son, Rahula, and attack the Catch-22 of delusion through two approaches. The first is what the early Buddhist texts call "appropriate attention" - the ability to ask yourself the right questions, questions that cut straight to the causes of pleasure and pain, without entangling the mind in needless confusion. The second approach is friendship with admirable people - associating with and learning from people who are virtuous, generous, and wise. These two factors, the Buddha said, are the most helpful internal and external aids for a person following the path.

In essence, the Buddha told Rahula to use his actions as a mirror for reflecting the quality of his mind. Each time before he acted - and here "acting" covers any action in thought, word, or deed - he was to reflect on the result he expected from the action and ask himself: "Is this going to lead to harm for myself and others, or not?" If it was going to be harmful, he shouldn't do it. If it looked harmless, he could go ahead and act. However, the Buddha cautioned Rahula, he shouldn't blindly trust his expectations. While he was in the process of acting, he should ask himself if there were any unexpected bad consequences arising. If there were, he should stop. If there weren't, he could continue his action to the end. Even then, though, the job of reflection wasn't finished. He should also notice the actual short- and long-term consequences of the action. If an action in word or deed ended up causing harm, then he should inform a fellow-practitioner on the path and listen to that person's advice. If the mistaken action was purely an act of the mind, then he should develop a sense of shame and disgust toward that kind of thought. In both cases, he should resolve never to make the same mistake again. If, however, the long-term consequences of the original action were harmless, he should take joy in being on the right path and continue his training.

From this we can see that the essential approach for uncovering delusion is the familiar principle of learning from our own mistakes. The way the Buddha formulates this principle, though, has important implications, for it demands qualities of self-honesty and maturity in areas where they are normally hard to find: our evaluation of our own intentions and of the results of our actions.

As children we learn to be dishonest about our intentions simply as a matter of survival: "I didn't mean to do it," "I couldn't help it," "I was just swinging my arm and he got in the way." After a while, we begin to believe our own excuses and don't like to admit to ourselves when our intentions are less than noble. Thus we get into the habit of not articulating our intentions when faced with a choice, of refusing to consider the consequences of our intentions, and - in many cases - of denying that we had a choice to begin with. This is how addictive behavior starts, and unskillful intentions are given free rein.

A similar dynamic surrounds our reactions to the consequences of our actions. We start learning denial at an early age - "It wasn't my fault," "It was already broken when I lay down on it" - and then internalize the process, as a way of preserving our self-image, to the point where it becomes our second nature to turn a blind eye to the impact of our mistakes.

As the Buddha points out, the end of suffering requires that we abandon craving and ignorance, but if we can't be honest with ourselves about our intentions, how can we perceive craving in time to abandon it? If we can't face up to the principle of cause and effect in our actions, how will we ever overcome ignorance? Ignorance is caused less by a lack of information than by a lack of self-awareness and self-honesty. To understand the noble truths requires that we be truthtartswith ourselves7(t)-3(o-3(n)-3( )-400 0 1 180(u)-3(8-3(e)8(l)yn)4

we don't want to do but will give good results. The first two are no-brainers. We don't need much intelligence to do the first and avoid the second. The measure of our true intelligence lies in how we handle the last two choices.

Examining the results of our actions requires maturity as well: a mature realization that self-esteem can't be based on always being right, and that there's nothing demeaning or degrading in admitting a mistake. We all come from a state of delusion - even the Buddha was coming from delusion as he sought Awakening - so it's only natural that there will be mistakes. Our human dignity lies in our ability to recognize those mistakes, to resolve not to repeat them, and to stick to that resolution. This in turn requires that we not be debilitated by feelings of guilt or remorse over our errors. As the Buddha states, feelings of guilt can't undo a past error, and they can deprive the mind of the strength it needs to keep from repeating old mistakes. This is why he recommends an emotion different from guilt - shame - although his use of the word implies something totally unlike the sense of unworthiness we often associate with the term. Remember that both the Buddha and Rahula were members of the noble warrior

class, a class with a strong sense of its own honor and dignity. And notice that the Buddha tells Rahula to see his past mistakes, not himself, as shameful. This implies that it's beneath Rahula's dignity to act in ways that are less than honorable. The fact that he can see his actions as shameful is a sign of his honor - and is also a sign that he'll be able not to repeat them. This sense of honor is what underlies a mature, healthy, and productive sense of shame.

At first glance, we might think that continual self-reflection of this sort would add further complications to our lives when they already seem more than complicated enough, but in fact the Buddha's instructions are an attempt to strip the questions in our minds down to the most useful essentials. He explicitly warns against taking on too many questions, particularly those that lead nowhere and tie us up in knots: "Who am I? Am I basically a good person? An unworthy person?" Instead, he tells us to focus on our intentions so that we can see how they shape our life, and to master the processes of cause and effect so that they can shape our life in increasingly better ways. This is the way every great artist or craftsman develops mastery and skill. The emphasis on the intentions behind our actions and their resulting consequences also carries over from daily life onto the meditation seat, providing our meditation with the proper focus. In examining our actions in terms of cause and effect, skillful and unskillful, we are already beginning to look at experience in line with the two sets of variables that make up the four

noble truths: the origination of stress (unskillful cause), the path to the cessation of stress (skillful cause), stress (unskillful effect), and the cessation of stress (skillful effect). The way the Buddha recommended that Rahula judge the results of his actions - both while doing them and after they are done - echoes the insight that formed the heart of his Awakening: that intentions have results both in the immediate present and over time.

When we look at the present moment from this perspective, we find that our experience of the present doesn't "just happen." Instead, it's a product of our involvement - in terms of present intentions, the results of present intentions, and the results of past intentions - in which present intentions are the most important factor. The more we focus on that involvement, the more we can bring it out of the half-light of the subconscious and into the full light of awareness. There we can train our intentions, through conscious trial and error, to be even more skillful, enabling us to lessen our experience of suffering and pain in the present. This is how skillful intentions pave the road to mental health and well being in the ordinary world of our lives.

As we work at developing our intentions to even higher levels of skill, we find that the most consummate intentions are those that center the mind securely in a clear awareness of the present. As we use them to become more and more familiar with the present, we come to see that all present intentions, no matter how skillful, are inherently burdensome. The only way out of this burden is to allow the unraveling of

the intentions that provide the weave for our present experience. This provides an opening to the dimension of unlimited freedom that lies beyond them. That's how skillful intentions pave the road all the way to the edge of nirvana. And from there, the path - "like that of birds through space" - can't be traced. (by Thanissaro Bhikkhu)

How can Nirvana and Samsara be of the same taste?

Here, if one has developed a deeper understanding of the teachings on non-substantiality of all phenomena, then of course one would have arrived at an understanding not only on nirvana and samsara, but the idea that all phenomena possess sameness in the ultimate sense. They are all non- substantial, they are all devoid of intrinsic reality. So, from the point of view, of course, as Nagarjuna states, if one understands the true nature of samsara, one will also have true insight into nirvana and vice-versa. Therefore, one must not impose the false reading on Nagarjuna’s statement, thinking that in fact Nagarjuna might be saying that this samsara – the state of unenlightened

existence that we are in – is in reality, the same as nirvana, the enlightened state. (The Transformed Mind – His Holiness the Dalai Lama) ---ooOOoo--- Niết-bàn - Niết-bàn không phải là một nơi chốn, đó là trạng thái của tâm khi đã: diệt tham, sân, si; chứng vô ngã; hết sinh tử luân hồi.

Niết-bàn (skt. nirvana, pali. nibbana, jap. nehan) là từ được dịch âm từ gốc tiếng Phạn nirvana hoặc tiếng Pali nibbana. Nirvana nguyên là phân từ thụ động quá khứ của động từ nirvati với nghĩa "thổi tắt", "dập tắt" (một ngọn lửa) và như thế thì nirvana mang nghĩa đã bị dập tắt, thổi tắt. Qua đó mà thuật ngữ nirvana cũng được dịch nghĩa là Diệt, Diệt tận, Diệt độ, Tịch diệt, Bất sinh, Viên tịch, và vì sự tịch diệt được hiểu là mục đích tối cao trong đạo Phật nên nirvana cũng được dịch ý là Giải thoát, Vô vi, An lạc.

Tóm lược lại thì thuật ngữ Niết-bàn có thể được hiểu là:

1.Tình trạng ngọn lửa phiền não đã bị dập tắt 2.Là động từ, có nghĩa là đã nhập niết-bàn và 3.Vô vi.

Ý Nghĩa Của “Niết Bàn” Theo Quan Điểm Phật Giáo

Theo quan điểm tâm lý học thì Niết bàn là xóa bỏ tự ngã. Theo quan điểm đạo đức thì Niết bàn là diệt tham, sân và si.

Quá trình sinh tử này tiếp tục vô tận cho đến khi chuyển hóa thành cảnh giới Niết bàn: cứu cánh của các Phật tử.

Danh từ Niết bàn trong Pali hợp thành do Ni và bana. Ni là một yếu tố phủ định và bana nghĩa là dục vọng hay khát ái. Chính vì ly khai khỏi khát ái, hay bana, dục vọng nên nó được gọi là Niết bàn. Niết bàn theo nghĩa đen là không trói buộc.

Nó cũng có thể được định nghĩa như là sự đoạn tận tham, sân và si. Đức Phật từng nói: “Toàn thế giới đang bốc cháy. Do ngọn lửa gì thế giới bị đốt lên? Do ngọn lửa tham, sân,

si, do ngọn lửa sinh, lão, tử, sầu, bi, khổ, ưu, não mà thế giới đốt lên".

Niết Bàn của các Phật tử không phải chỉ là hư vô hay trạng thái hủy diệt, nhưng đó là cái mà không ngôn từ nào có thể diễn tả xác đáng. Niết Bàn là

một pháp "không sinh, không phát khởi, không tạo thành, không do duyên sinh". Do đó, nó là vĩnh cửu (Dhuva), khả ái (Subha) và an lạc (Sukha). Trong Niết bàn không có cái gì "vĩnh cửu hóa", cũng không có cái gì "bị diệt vong", mà ở ngoài đau khổ.

Niết bàn không có vị trí ở bất cứ nơi nào, nó cũng không phải là một loại thiên đường dành cho một tự ngã siêu nhiên cư trú. Nó là một trạng thái lệ thuộc vào chính cái thân này. Nó là một pháp (Dhamma) ở trong tầm vươn tới của tất cả mọi người. Niết bàn là một trạng thái siêu thế gian, có thể đạt được ngay trong cuộc đời này. Phật giáo không tuyên bố mục đích tối hậu này chỉ có thể đạt được trong một đời sống bên kia thế giới. Đây là điểm khác biệt chính yếu giữa quan niệm Niết bàn của đạo Phật và quan niệm về một thiên đường vĩnh cửu của ngoại đạo, chỉ có thể đạt được sau khi chết, hoặc là hợp nhất với Thượng đế, hoặc là hợp nhất với bản thể thần linh trong một kiếp sau. Khi chứng đắc Niết bàn nhưng còn cái thân này, đó gọi là cảnh giới Hữu dư y Niết bàn (Sopadisesa Nibbana dhatu). Một vị A La Hán đạt đến Niết bàn viên mãn (Parinibbana), sau khi thân hoại, không còn lưu lại bất cứ một chút thể chất nào nữa thì đó gọi là cảnh giới Vô dư y Niết bàn (Anupadisesa Nibbana dhatu).

Bậc A-la-hán còn hay không còn sau khi chết? Đức Phật trả lời: "Bậc A-la- hán đã giải thoát khỏi 5 uẩn thật sâu thẳm, khó lường như đại dương. Bảo rằng Ngài có tái sinh sẽ không thích hợp cho trường hợp này. Bảo rằng Ngài không tái sinh, cũng không phải không tái sinh đều không thích hợp cho trường hợp này."

Không thể nói rằng một bậc A-la-hán còn tái sinh, vì tất cả những dục vọng tạo điều kiện tái sinh đều được đoạn trừ, cũng không thể nói rằng bậc A-la- hán bị hủy diệt, vì không có cái gì để hủy diệt cả.

The Meaning of Nirvana in Buddhism Explained

"Reaching the end of greed, hatred, and delusion" (By Damien Keown)

Nirvana literally means "quenching" or "blowing out," in the way that the flame of a candle is blown out. But what are we blowing out, here? Is it one's soul, one's ego, one's identity? It cannot be the soul that is blown out, since Buddhism denies that any such thing exists. Nor is it the ego or one's sense of identity that disappears, although nirvana certainly involves a radically

transformed state of consciousness which is free of the obsession with "me and mine."

What is extinguished, in fact, is the triple fire of greed, hatred, and delusion which leads to rebirth. Indeed, the simplest definition of nirvana-in-this-life is "the end of greed, hatred, and delusion". It is clear that nirvana-in-this-life is a psychological and ethical reality. It's a transformed state of personality characterized by peace, deep spiritual joy, compassion, and a refined and subtle awareness. Negative mental states

and emotions such as doubt, worry, anxiety, and fear are absent from the enlightened mind.

Saints in many religious traditions exhibit some or all of these qualities, and ordinary people also possess them to some degree, although imperfectly developed. An enlightened person, however, such as a Buddha or an Arhat, possesses them all completely.

Afterlife?

What becomes of such a person at death? It is in connection with final nirvana that problems of understanding arise. When the flame of craving is extinguished, rebirth ceases, and an enlightened person is not reborn. So what has happened to him? There is no clear answer to this question in the early sources. The Buddha said that asking about the whereabouts of “an enlightened one” after death is like asking where a flame goes when blown out.

The flame, of course, has not “gone” anywhere. It is simply the process of combustion that has ceased. Removing craving and ignorance is like taking away the oxygen and fuel which a flame needs to burn. The image of the blowing out of the flame, however, does not suggest that final nirvana is annihilation. The sources make quite clear that this would be a mistake, as would the conclusion that nirvana is the eternal existence of a personal soul.

To question Nirvana

The Buddha discouraged speculation about the nature of nirvana and emphasized instead the need to strive for its attainment. Those who asked speculative questions about nirvana he compared to a man wounded by poisoned arrow who, rather than pulling the arrow out, persists in asking for

irrelevant information about the man who fired it, such as his name and clan, how far away he was standing, and so forth.

In keeping with this reluctance on the part of the Buddha to elaborate on the question, the early sources describe nirvana in predominantly negative terms. These range from “the absence of desire” and “the extinction of thirst” to “blowing out” and “cessation.” A smaller number of positive epithets are also found, including “the auspicious,” the good,” “purity,” peace,” “truth,” and “the further shore.”

Certain passages suggest that nirvana is a transcendent reality which is unborn, unoriginated, uncreated and unformed. It’s difficult to know what interpretation to place upon such formulations. In the last analysis the nature of final nirvana remains an enigma other than to those who experience it. What we can be sure of, however, is that it means the end of suffering and rebirth.

Niết Bàn là cõi như thế nào?

Người học Phật đều quen thuộc với từ ngữ này. Nhưng khi đặt ra những câu hỏi như "Niết bàn là gì?" "Niết bàn là như thế nào?"... vẫn là vấn đề lôi cuốn sự tranh cãi của nhiều người. Vậy chúng ta nên hiểu như thế nào về vấn đề này?

Một cách đơn giản, mọi người Phật tử đều hiểu rằng đó là cảnh giới giải thoát của các bậc chứng ngộ, đắc đạo. Như vậy, Niết-bàn được hiểu theo nghĩa đối đãi với cảnh giới phàm tục, cảnh giới của những người chưa đạt được giải thoát.

Khi chưa giải thoát, con người chìm đắm trong khổ não, nên Niết bàn hẳn là cảnh không còn khổ não. Khi chưa giải thoát, con người phải chịu sanh già bệnh chết, nên Niết-bàn hẳn là cảnh không còn sanh già bệnh chết... Tương

tự như vậy, mọi người hiểu Niết-bàn theo như cách ngược lại với cõi thế tục này...

Điều này cũng khá dễ hiểu. Bởi vì chưa từng ai trong thế gian này đã từng bước vào cảnh giới Niết-bàn, trừ ra các bậc đã chứng ngộ. Mọi người đều chỉ hiểu Niết-bàn một phần dựa vào sự truyền đạt lại của những bậc chứng ngộ, và một phần nữa là dựa vào sự suy luận của chính mình.

Đối với các bậc chứng ngộ, các ngài cũng thường rất hạn chế không mấy khi nói về Niết-bàn. Tuy nhiên, việc các ngài lựa chọn từ bỏ chốn sanh tử ô trược mà an trụ nơi Niết-bàn đủ nói lên rằng đó là một cảnh giới an lạc, không còn những khổ não như chốn thế gian này. Nhưng Niết-bàn an lạc, yên vui như thế nào, chỉ có khi chứng ngộ rồi người ta mới có thể tự cảm nhận lấy mà thôi.

Thế nhưng có nhiều người chẳng hiểu được điều ấy. Họ không lo chuyên tâm tu tập, mà lại chỉ lo chú trọng đến việc tìm hiểu xem Niết-bàn là gì, hoặc về những sự bí ẩn của vũ trụ... Điều đó có lần đã bị chính đức Phật quở trách. Trong kinh điển vẫn còn ghi chép lại câu chuyện thú vị sau đây.

"Một hôm, đại đức Mlounkypoutta tự nghĩ rằng, còn có rất nhiều vấn đề sâu xa mà đức Phật chưa dạy cho đệ tử. Vì thế, đại đức liền đến lễ Phật và bạch rằng:

"Bạch đức Thế Tôn! Vũ trụ là vĩnh viễn hay là có giới hạn trong thời gian? Vũ trụ là vô cùng hay hữu hạn trong không gian? Sau khi nhập Niết bàn, Thế Tôn có sẽ còn sống hay không? Xin đức Thế Tôn giảng giải cho con hiểu những điều ấy."

Đức Phật đáp lại rằng:

"Này Mlounkypoutta! Lúc ngươi chưa xuất gia, ta có nói với ngươi rằng, nếu nhận ngươi làm đệ tử, ta sẽ dạy cho ngươi biết vũ trụ là vĩnh viễn hay không, là vô cùng hay hữu hạn, là Phật còn sống hay không sau khi nhập Niết-bàn... Ta có hứa sẽ dạy cho ngươi những điều ấy hay chăng?

"Bạch Thế Tôn, ngài không có hứa như vậy."

"Này Mlounkypoutta! Hay là khi chưa xuất gia, ngươi có nói như thế này:

Nếu tôi làm đệ tử của ngài, xin ngài dạy cho tôi biết vũ trụ là vĩnh viễn hay không, là vô cùng hay hữu hạn, là Phật còn sống hay không sau khi nhập Niết- bàn... Ngươi có nói

như vậy chăng?”

“Bạch Thế Tôn, ngài không có nói như vậy.”

Phật lại dạy rằng:

“Có người kia bị một mũi tên độc. Cha mẹ, bà con liền rước đến một vị danh y. Người ấy nói như thế này: Hãy cho tôi biết ai đã bắn tôi rồi hãy trị vết thương này, tôi muốn biết xem người ấy là dòng vua quan hay Bà-la-môn, thương gia hay trưởng giả… Hoặc người ấy nói: Tôi chưa muốn trị vết thương, tôi muốn biết cây cung đã bắn tôi làm bằng loại gỗ gì, lớn hay nhỏ… Này Mlounkypoutta! Ngươi nghĩ thế nào về việc ấy?”

“Bạch Thế Tôn, những câu hỏi thật là vô ích. Kẻ ấy sẽ phải chết vì những câu hỏi ấy.”

Đức Phật dạy:

“Này Mlounkypoutta! Vì sao Phật không dạy các đệ tử rằng vũ trụ là cùng tận hay vô cùng vô tận, rằng đức Phật sau khi nhập Niết-bàn còn sống hay không còn sống…? Bởi vì, dù biết những điều ấy cũng không có ích gì cho sự tiến bộ về đạo đức, không giúp được gì trong sự an lạc và giác ngộ. Phật chỉ dạy những điều gì giúp ích cho sự an lạc và giác ngộ. Đó là Tứ diệu đế: Khổ đế, Tập đế, Diệt đế và Đạo đế. Này Mlounkypoutta! Điều gì cần phải dạy, ta sẽ nói ra ngay. Những điều gì ta không dạy, ta sẽ không nói ra.” Qua câu chuyện, chúng ta có thể thấy rõ ý nghĩa của vấn đề.

Niết bàn là cảnh giới như thế nào, Niết bàn là gì… Những điều ấy hoàn toàn không cần thiết đối với chúng ta khi còn đang chìm đắm trong những đau khổ của cuộc đời. Điều tối thiểu chúng ta cần biết chỉ là: Niết bàn là cảnh giới an lạc của giải thoát, của các bậc chứng ngộ, và nếu chúng ta kiên trì tu tập, bản thân chúng ta cũng sẽ có thể tự mình chứng đắc vào cảnh giới ấy. Thay vì để tâm tìm hiểu Niết bàn là gì, chúng ta nên chuyên tâm vào việc học tập và hành trì lý Tứ đế, thực hành Bát chánh đạo… Một khi đã tự mình chứng ngộ, chúng ta sẽ tự mình hiểu rõ Niết-bàn là gì, không cần phải nhọc tâm tìm hiểu.

Niết bàn và Cực lạc ý nghĩa giống nhau hay khác nhau?

Cực lạc hay Tịnh độ cũng là một tâm thể an thoát thuần vui cùng cực. Cả hai đều vượt ngoài phạm trù đối đãi nhị nguyên, là một thực thể bất sinh bất diệt… Đến đó bặt dứt tất cả mọi danh ngôn sắc tướng, suy nghĩ không đến, luận bàn chẳng nhằm. Đó là điểm giống nhau trên căn bản lý tính. Tuy nhiên, nếu đứng về mặt sự tướng mà nói, thì giữa Niết bàn và Cực lạc cảnh giới và ý nghĩa khác nhau rất xa. Vì Niết bàn không phải là một cảnh giới có hình tướng cụ thể ngoại tại. Có người lầm tưởng cho rằng, Niết bàn như là một cảnh giới thù thắng vi diệu ở một cõi xa xăm nào đó, sau khi chết con người thác sinh về cõi đó để thụ hưởng những điều phước lạc. Hiểu nghĩa Niết bàn như thế, thì quả thật đó là một điều sai lầm rất lớn. Niết bàn như trên đã nói, nó là một cảnh giới nội tại, do diệt trừ hết tập nhân vô minh phiền não mà đạt được. Giống như gạn lọc hết quặng nhơ thì nguyên chất vàng ròng hiện ra. Mây tan thì trăng sáng. Đây là một quả vị cứu cánh tịch diệt giải thoát hoàn toàn. Ngược lại, Cực lạc là một cảnh giới ngoại tại có hình tướng chánh báo và y báo cụ thể. Điều này, Kinh A Di Đà đã diễn tả cho

chúng ta thấy rất rõ. Đó là một cảnh giới được xây dựng tựu thành bằng bảy thứ báu rất trang nghiêm thù thắng vi diệu. Từ cảnh vật cho đến nhân dân ở cõi đó, tất cả đều cực kỳ thắng diệu. Một thế giới hoàn toàn thuần vui không khổ. Thế nhưng, do đâu mà chúng ta biết được cảnh giới này? Đó chính là do đức Phật Thích Ca Mâu Ni tự giới thiệu. Nhờ đó mà chúng ta mới biết được. Thế giới Cực lạc hiện nay do đức Phật A Di Đà làm giáo chủ. Có thể nói, đây là một thế giới văn minh tột cùng qua hai lĩnh vực vật chất và tinh thần. Đó là một xã hội cao cấp tuyệt vời với một nền giáo dục đạo đức thượng đẳng. Người dân ở cõi đó toàn là những bậc thượng thiện nhân cao đức dễ thương. Phải nói chánh báo và y báo ở cõi Cực lạc so với ở cõi Ta bà này, thì khác nhau rất xa một trời một vực. Chính vì một thế giới trang nghiêm cực kỳ thắng diệu cao đẹp như thế, nên người ở cõi này mới phát tâm dõng mãnh niệm Phật A Di Đà để cầu sinh về cõi nước đó.

Nói tóm lại, Niết Bàn và Cực lạc, nếu xét về phương diện lý tính thì ý nghĩa thực chất của nó giống nhau. Còn xét về phần sự tướng thì rất là dị biệt. Nhưng nếu chúng ta khéo dung hợp trong sự tu hành, thì Niết bàn hay Cực lạc cũng từ tâm thể chúng ta mà ra. Tất cả không gì ngoài tâm ta cả. Kinh nói: “Nhất thiết duy tâm, vạn pháp duy thức” là thế. Khác nào như nước trăm sông đều chảy về biển cả. Biển và sông tuy khác, nhưng thể nước vẫn đồng. Cực Lạc hay Niết Bàn cũng từ tâm ta mà có. Nếu phật tử đạt được nhất tâm, thì muôn pháp đều dứt.

that I may become rid of my doubts. O that I might be allowed to see the samana Gotama!"

When he had thus spoken the venerable Ananda said to the mendicant Subhadda: "Enough! friend Subhadda. Trouble not the Tathagata. The Blessed One is weary." Now the Blessed One overheard this conversation of the venerable Ananda with the mendicant Subhadda. And the Blessed One called the venerable Ananda, and said: "Ananda! Do not keep out Subhadda. Subhadda may be allowed to see the Tathagata. Whatever Subhadda will ask of me, he will ask from a desire for knowledge, and not to annoy me, and whatever I may say in answer to his questions, that he will quickly understand."

Then the venerable Ananda said: "Step in, friend Subhadda; for the Blessed One gives thee leave."

When the Blessed One had instructed Subhadda, and aroused and gladdened him with words of wisdom and comfort, Subhadda said to the Blessed One: "Glorious Lord, glorious Lord! Most excellent are the words of thy mouth, most excellent! They set up that which has been overturned, they reveal that which has been hidden. They point out the right road to the wanderer who has gone astray. They bring a lamp into the darkness so that those who have eyes to see can see. Thus, Lord, the truth has been made known to me by the Blessed One and I take my refuge in the Blessed One, in the Truth, and in the Order. May the Blessed One accept me as a disciple and true believer, from this day forth as long as life endures."

And Subhadda, the mendicant, said to the venerable Ananda: "Great is thy gain, friend Ananda, great is thy good fortune, that for so many years thou hast been sprinkled with the sprinkling of discipleship in this brotherhood at the hands of the Master himself!"

Now the Blessed One addressed the venerable Ananda, and said: "It may be, Ananda, that in some of you the thought may arise The word of the Master is ended, we have no teacher more!' But it is not thus, Ananda, that you should regard it. It is true that no more shall I receive a body, for all future sorrow has now forever passed away. But though this body will be dissolved, the Tathagata remains. The truth and the rules of the order which I have set forth and laid down for you all, let them, after I am gone, be a teacher unto you.

When I am gone, Ananda, let the order, if it should so wish, abolish all the lesser and minor precepts."

Then the Blessed One addressed the brethren, and said: "There may be some doubt or misgiving in the mind of a brother as to the Buddha, or the truth, or the path. Do not have to reproach (trách mắng) yourselves afterwards with the thought, 'We did not inquire of the Blessed One when we were face to face with him.' Therefore inquire now, O brethren, inquire freely."

The brethren remained silent. Then the venerable Ananda said to the Blessed One: "Verily, I believe that in this whole assembly of the brethren there is not

When the burning ceremonies were over, Devaputta said to the multitudes that were assembled round the pyre: "Behold, O brethren, the earthly remains of the Blessed One have been dissolved, but the truth which he has taught us lives in our mid and cleanse dis(t)- rm al0(rlee)8(n4.0r.823(rr. ee)L74m)8764(s)4(eftrr. ee)L

world, and will exist after he has entered into Nirvana. The Tathagata said: 'The truth is omnipresent and eternal, endowed with excellencies innumerable, above all human nature, and ineffable (Không tả được) in its holiness.'

"Now let us bear in mind that not this or that law which is revealed to us in the Dhanna is the Buddha, but the entire truth, the truth which is eternal, omnipresent, immutable, and most excellent. Many regulations of the Sangha are temporary; they were prescribed because they suited the occasion and were needed for some transient emergency. The truth, however, is not temporary. The truth is not arbitrary nor a matter of opinion, but can be investigated, and he who earnestly searches for the truth will find it. The truth is hidden to the blind, but he who has the mental eye sees the truth. The truth is Buddha's essence, and the truth will remain the ultimate standard. Let us, then, revere the truth; let us inquire into the truth and state it, and let us obey the truth. For the truth is Buddha our Master, our Teacher."

And Kassapa rose and said: "Truly thou hast spoken well, O brother Anuruddha. Neither is there any conflict of opinion on the meaning of our religion. For the Blessed

One possesses three personalities and each of them is of equal importance to us. There is the Dharma Kaya. There is the Nirmana Kaya. There is the Sambhoga Kaya. Buddha is the all-excellent truth, eternal, omnipresent, and immutable: this is the Sambhoga Kaya which is in a state of perfect bliss. Buddha is the all-loving teacher assuming the shape of the beings whom he teaches: this is the Nirmana Kaya, his apparitional body. Buddha is the all-blessed dispensation of religion; he is the spirit of the Sangha and the meaning of the commands left us in his sacred word, the Dharma: this is the Dharma Kaya, the body of the most excellent law.

"If Buddha had not appeared to us as Gotama Sakyamuni, how could we have the sacred traditions of his doctrine? And if the generations to come did not have the sacred traditions preserved in the Sangha, how could they know anything of the great Sakyamuni? And neither we nor others would know anything about the most excellent truth which is eternal, omnipresent, and immutable. Let us then keep sacred and revere the traditions; let us keep sacred the memory of Gotama Sakyamuni, so that people may find the truth."

Then the brethren decided to convene a synod to lay down the doctrines of the Blessed One, to collate the sacred writings, and to establish a canon which should serve as a source of instruction for future generations.

Đức Phật Nhập Niết-Bàn - Một ngày kia, ông A-Nan đang ngồi thiền bỗng thấy đất rung động. Ông bèn hỏi đức Phật vì duyên cớ gì mà đất động như vậy. Đức Phật dạy rằng trong số các nhân duyên làm cho đất chuyển động, có một nhân duyên là khi đức Như Lai sắp nhập Niết-bàn. Ông A-Nan giật mình, khẩn khoản thỉnh cầu đức Phật lưu lại thế gian, nhưng đức Phật không nhận lời. Thấy ông A-Nan buồn rầu, đức Phật khuyên: ông đừng buồn nữa, sự vật đều như thế cả. Các pháp hữu vi đều vô thường. Có sinh ắt phải có tử, có hợp ắt có tan". Sau đó, đức Phật sai ông A-Nan thỉnh các vị tỳ kheo về hội họp, Ngài khuyên tất cả cần giữ giới hạnh thanh tịnh, tu tập ba mươi bảy phẩm trợ đạo, đi đến giải thoát, và Ngài báo cho mọi người biết Ngài sắp nhập Niết-bàn. Thấy các tỳ kheo than khóc, Ngài dạy: "Sự vật đều vô thường. Có hội họp tất có biệt ly. Hãy giữ trọn vẹn các pháp mà tôi đã nói thì coi như tôi còn ở đời, không khác" rồi Ngài nói kệ rằng:

"Tôi muốn bỏ thân này, Tấm thân già suy yếu.
Nay xả tuổi thọ rồi, Tạm nương mệnh ba tháng...
Những pháp tôi đã nói, Là thầy của các vị.
Tu tập đừng bỏ quên, Chuyên cần và tinh tiến.
Như tôi sống khác gì."

Đức Phật và đoàn tùy tùng tiếp tục du hành; khi đi qua thành Tỳ-Da-Ly, đức Phật ngửa mặt lên nhìn thành và mỉm cười, nụ cười hàm ý vĩnh biệt. Đến thôn Cưu-Bà, Ngài ngồi nghĩ dưới gốc cây. Dân chúng trong thôn kéo đến đảnh lễ Ngài và khi hay tin Ngài sắp nhập Niết-bàn thì họ than khóc, Ngài bèn an ủi họ và nói pháp cho họ nghe. Tất cả hoan hỉ xin thọ tam quy ngũ giới và thỉnh Phật cùng chúng tăng ngày hôm sau đến hưởng sự cúng dàng của họ.

Đức Phật và các tỳ kheo nghỉ tại khu vườn của ông Thuần-Đà. Sau khi thọ trai do ông Thuần-Đà cúng dàng, đức Phật dạy ông ta rằng: "Chỗ còn lại của thức ăn này, hãy đào đất mà chôn đi, đừng để cho ai ăn nữa." Tối hôm đó đức Phật đau bụng dữ dội, mất ngủ suốt đêm; tuy vậy sáng hôm sau Ngài vẫn lên đường đi Câu-Thi-Na. Giữa đường cơn đau lại nổi lên, Ngài ngồi nghỉ dưới một cội cây và sai ông A-Nan đi kiếm nước cho Ngài uống. Ông A-Nan nói: "Lạch nước gần đây vừa có mấy trăm chiếc xe đi qua nên đục lắm, xin Thế Tôn đợi một chút, tới con sông sẽ múc nước". Đức Phật bảo ông cứ đi. Lạ thay, khi ông A-Nan tới lạch nước thì nước đã trở nên trong vắt. Uống nước xong, đức Phật ngồi nghỉ. Bỗng có một người bộ hành đi tới lễ Phật và dâng hai tấm y vàng. Ông này tên là Phất-Sa-Ca, một đệ tử của đạo sĩ Ka-La-Ma (đó chính là vị đạo sĩ mà khi xưa đức Phật đã gặp). Đức Phật nhận một tấm y và bảo ông Phất-Sa-Ca cúng dâng tấm kia cho ông A-Nan. Ông Phất-Sa-Ca xin làm đệ tử và được Phật nói pháp cho nghe.

Dùng thần thông, đức Phật biết ông Thuần-Đà đang thắc mắc về sức khỏe của Phật suy sụp là do bửa cơm (cháo nấm) mà ông cúng dàng, Ngài bảo ông A- Nan tìm dịp để bảo cho ông ấy biết rằng bửa cơm mà Như Lai nhậnn t86.43 trước khi Tm0 g0 G[(c)27(k thành đạo và trước khi nhập Niết-bàn là rất qúy. Ai đã dâng hai bửa cơm ấy phải vui lên, chớ nên thắc mắc.

Sau đó đức Phật đi về phía rừng cây sa-la gần thành Câu-Thi-Na. Ông A-Nan sửa soạn chỗ nằm cho đức Phật, giữa hai cây sa-la. Đức Phật nằm nghiêng về phiá tay m

Hòm đặt xong trên hỏa đài, bốn vị Quốc sư, tay cầm bốn cây đuốc, từ từ bước lên châm vào bốn góc. Đuốc tàn mà lửa không cháy. Vua Sallas hỏi Đại Đức Anurudha, Ngài dạy rằng Chư Thiên Vương tỏ ý yêu cầu chờ Đại Đức Maha Kasappa (Maha Ca-Diếp) sắp đến trong giây lát. Lễ hỏa táng phải tạm ngưng.

Đại Đức Maha Ca-Diếp cùng 500 đồ đệ, từ thành Pava sang Kusinara; vì mệt mỏi thầy trò dừng chân nghỉ mát. Kế có người đi đường từ hướng Kusinara đến, trên tay có cầm một bông Mạng thù, Đại Đức Ca-Diếp kêu hỏi: từ Kusinara đến ông có biết tin tức của Vị Đại Sa-Môn Cô-Đàm ra thế nào chăng? Ông Sa-Môn Cô-Đàm đã viên tịch từ bẩy ngày qua; hôm nay Đức Vua Mallas làm lễ hỏa táng, chính bông Mạng thù này tôi lượm được tại hỏa đài.

Khi vừa đến nơi, Đại Đức Ca-Diếp đi vòng quanh hỏa đài ba lượt, rồi đến ngay giữa quì lạy ba lạy. Đoàn tùy tùng của Ngài, tuỳ hạ cao thấp, lần lượt vào lạy trước hòm vàng.

Đại Đức Ca-Diếp và 50 vị Tỳ-Kheo vừa làm lễ xong, thì hòm vàng phựt hào quang sáng rõ, lửa tự nhiên bốc cháy, làm mọi người kinh ngạc. Ngọn lửa vừa hạ, Vua Mallas lấy nước thơm tưới thêm cho thiệt nguội để thỉnh những mảnh xương còn lại đem về thờ. Tất cả gồm có: một mảnh xương trán, 2 khúc xương vai, 4 răng nhọn, 5 cân xương nhỏ bằng hạt bắp, 6 cân bằng hạt gạo và 5 cân bằng hạt mè, đều được để vào ô-vàng, cung nghinh về hoàng cung, thiết lễ cúng dường.

Xương của đức Phật gọi là Sarira Dhatu (Xá-Lợi) được tất cả Phật tử xem như vật kỷ niệm vô giá, trân châu quí báu trong đời không thể sánh bằng, nên các vị Quốc Vương đều muốn có một phần, để lập đền thờ công cọng, cho bá tánh thường ngày đến lễ bái

cúng dường như lúc đức Thế Tôn còn tại thế.

Cho nên vừa hay tin đức Phật nhập Niết-bàn tại Kusinara, các vị Quốc Vương liền phái Sứ thần đến xin lãnh một phần Xá-Lợi đem về thờ. Cả thẩy có 7 vị đại diện cho Vua xứ Magadha, Vesali, Kapilavatthu, Savatthi, Allakappa, Ramagama, Veddhadipaka, rần rộ kéo binh mã đến đóng trại ngoại thành Kusinara.

Thấy sự gây cấn có thể kết liều bằng một cuộc chiến tranh tàn khốc, mà xứ Kusinara là một nước nhược tiểu, không thể chống trả với bảy đạo hùng binh đang bố trí xung quanh. Ông Dona, vị quốc sư của vua Mallas xin đứng ra hòa giải: "Ngoài dòng Sakya tại xứ Kapilavatthu, chúng ta không phải quyến thuộc thân nhân của đức Thế Tôn, sở dĩ các vị Quốc Vương muốn có Xá-Lợi của

đấng Trọn Lành để lập đền thờ, là vì xứ nào cũng nhìn nhận đức Gotama là vị giáo chủ của đạo Từ bi cứu khổ..."

Nghe được lời hòa giải đúng lý, Vua Mallas và 7 vị Sứ thần đều tỏ lòng hòa thuận. Mỗi vị Sứ thần lãnh một phần, đặt trong một bình vàng, để trên một thớt tượng to lớn mở đường đi trước, binh mã rần rộ theo sau, lên đường về xứ với tấm lòng hân hoan sùng kính...

CẢ ĐÊM, RỪNG SALA KHÔNG NGỦ

Minh Đức Triều Tâm Ảnh

Thế là đến chiều tối, đức Phật và chúng tỳ-khưu mới tới được nơi dự định. Trăng vừa lên, sương mù bàng bạc, không gian như trải một màn lụa mỏng. Đất trời thanh sạch như không nhiễm một chút bụi trần, có lẽ là do có sự hiện thân của một nhân cách siêu việt chăng? Cái đó để thiên nhiên và siêu nhiên trả lời. Tuy ai cũng cảm nhận có một cái gì đó rất lạ lùng, nó ở ngoài tế bào não và lý trí suy nghiệm.

Đức Phật Niết Bàn trong rừng Sa La... Sau một hồi tới lui hít thở không khí trong lành,đức Phật bảo tôn giả Ananda chuẩn bị chỗ nằm giữa hai cội cây sala hùng vĩ. Ấy là lấy cành lá quét dọn xung quanh hai cội cây, gấp tấm tăng-già-lê làm hai, tôn giả chọn hướng rồi trải dài theo như thân người. Đức Thế Tôn nằm xuống trong tư thế nghiêng

về bên vai phải, đầu hướng về bắc, mặt hướng về tây, lưng ở phía đông và chân thì duỗi về nam. Chư tỳ-khưu chừng mấy trăm vị thì ngồi rải rác cả rừng cây, bao quanh đức Thế Tôn. Gần đức Phật nhất là chư tôn giả Ananda, Upali, Anuruddha, Maha Cunda, Upavana... Và chư vị trưởng lão ai cũng biết là Thế Tôn chọn chỗ này, giữa hai cội cây sala này, và ngay đêm nay, đức Chánh Đẳng Giác sẽ Niết-bàn.

Cả rừng cây sala cũng trở nên trầm mặc, dường như chúng cũng cảm nhận được thời khắc linh thiêng, trọng đại. Rồi đột nhiên, có cái gì rùng rùng chuyển động và có cái gì siêu nhiên tác động mà cả rừng cây sala bỗng trổ hoa trái mùa, từng chồi, từng nhánh vươn dài ra, đầy gốc, đầy thân, hoa bung nở, ngào ngạt hương. Lát sau, cánh hoa rơi rụng trên y áo của đức Phật và phủ nhẹ lên thân ngài. Cả mấy trăm vị tỳ-khưu ngơ ngác ngắm nhìn hoa rơi, đầy người, đầy rừng. Lát sau nữa, nhạc trời réo rắt, bay bổng

như hằng ngàn giai điệu cùng hợp tấu từ hư không đổ tràn xuống. Lại có một loại hoa lạ lùng nhiều sắc màu, lấp lánh sắc màu, từng đợt, từng đợt, nhẹ nhàng chao lượn giữa rừng cây rồi như đồng loạt phủ quanh chỗ nằm của đức Tôn Sư. Và rồi, bột hương không biết từ đâu, lấp lánh bụi vàng thơm nồng nàn cũng đồng rơi xuống, rải vàng khắp nơi... Dường như người, trời, thiên nhiên, ai cũng muốn cúng dường đức Phật trong giờ khắc nghiêm kính linh thiêng này...

Tôn giả Anuruddha chợt cất tiếng nói:

- Tiếng nhạc kia là của chúng Càn-thát-bà muốn cúng dường đức Phật. Hoa trời kia tên là Mandarava, là chúng thiên nữ của thiên chủ Đế Thích cúng dường; bột hương chiên đàn kia là của chúng dạ-xoa nữ của Tứ Trấn thiên vương cúng dường... Thế là Phạm thiên, Đế Thích, thiên vương, Tứ Đại thiên vương, chúng chư thiên, càn-thát-bà, dạ-xoa... đồng vân tập đến rừng cây này rồi - bạch đức Tôn Sư!

Đức Phật nói:

- Ừ, Như Lai thấy rồi!

Tôn giả Ananda cảm khái:

- Ôi! Hoa vi diệu, hương vi diệu, nhạc trời vi diệu đều muốn cúng dường đức Thế Tôn cả!

Đức Phật bảo:

- Này Ananda! Họ cúng dường tùy theo tâm ý của họ, sở thích của họ; nhưng như vậy cũng chưa thật sự biết cách cúng dường Như Lai đâu!

- Xin đức Đạo Sư hãy cho đệ tử hiểu sâu về tôn ý? Thế nào là biết cách cúng dường, bạch Thế Tôn?

- Nếu có tỳ-khưu, tỳ-khưu-ni nào, cận sự nam,cận sự nữ nào biết thành tựu chánh pháp và tùy pháp, sống chơn chánh trong chánh pháp và hành trì đúng chánh pháp; làm được như vậy mới thật sự biết kính trọng, kính lễ, biết cúng dường Như Lai. Ông phải học tập như vậy, hành trì như vậy và sau này cũng phổ cập rộng rãi cho tứ chúng hiểu cách cúng dường chơn chánh, đúng pháp và luật như vậy, này Ananda!

Tôn giả Ananda khẽ cúi đầu, ghi nhận.

Lúc ấy, tôn giả Upavana đang đứng hướng phía trước mặt đức Phật nên ngài khẽ bảo:

- Này Upavana! Ông hãy đứng sang một bên!

Tôn giả Ananda nghe vậy, tự nghĩ trong lòng: “Tôn giả Upavana là bậc thánh vô lậu, trước đây đã từng nhiều năm làm thị giả khá chu đáo, hết lòng với đức Đạo Sư! Không biết, tôn giả đứng hầu một bên như vậy mà lại bị đức Đạo Sư quở trách: Hãy đứng sang một bên!? Không biết có nhân, có duyên gì không nhỉ?!”

Đức Phật đọc được tâm ý ấy, ngài mỉm cười:

- Rất đông chư vị thiên thần ở mười phương thế giới tụ hội để chiêm ngưỡng Như Lai.Cho đến mười hai do tuần xung quanh Kusinara, Upavattana, rừng sala thuộc dòng họ Malla, không có một chỗ nào, nhỏ cho đến đầu một sợi tóc, một hạt cải mà không đứng đầy những thiên thần có uy lực tụ họp. Một số chư vị thiên thần ở hướng mà tỳ-khưu Upavana đang đứng, họ than phiền rằng: “Chúng ta từ rất xa đến chiêm ngưỡng Thế Tôn. Thật là hy hữu, chư vị Như Lai, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác xuất hiện ở đời; và tối hôm nay, trong canh cuối cùng, Thế Tôn sẽ nhập diệt. Nhưng nay, vị tỳ-khưu có oai lực (vì ngài đã đắc tứ thánh quả) này lại đứng ngang trước Thế Tôn, khiến chúng ta không thể chiêm ngưỡng ngài trong giờ phút cuối cùng”. Đấy là nhân, đấy là duyên, này Ananda!

- Thế thì hạng chư thiên nào tâm còn phàm tục mà “than phiền” như vậy, thưa Tôn Sư?

- Đấy đúng là hạng chư thiên có tâm tư phàm tục. Và còn có hạng chư thiên ở giữa hư không, ở trên đất còn nhiều phàm tâm hơn thế nữa. Những vị này khóc than, với đầu bù tóc rối, với cánh tay duỗi cao, thân bổ nhoài, lăn lộn qua lại: “Thế Tôn nhập diệt quá sớm,Thiện Thệ nhập diệt quá sớm, vậy là con mắt pháp biến mất giữa thế gian tối tăm này rồi!”

- Có hạng chư thiên nào không than phiền, không khóc than sầu muộn không, thưa Tôn Sư!

- Có chứ, và có rất nhiều! Do những vị này đã làm nhẹ đi, rỗng đi, diệt ba phần, diệt bốn phần vô minh và ái dục – thì họ biết quán như thực tướng: “Các hành là vô thường, làm sao sự kết hợp hữu vi lại có thể khác được!” Họ tự hỏi như vậy, mà thực ra họ đã thấy như vậy.

- Thật là kỳ diệu, bạch đức Tôn Sư! Ngẫm nghĩ một lát, tôn giả lại thưa:

- Thuở trước, sau mỗi mùa an cư, chư tăng các phương về hầu thăm Thế Tôn. Trong số họ có những vị trưởng lão, đại trưởng lão với công hạnh tu tập vững chắc; vững chắc về trí tuệ, vững chắc về thiền định, vững chắc về tri túc biết đủ, vững chắc về thần thông, vững chắc về trì luật, vững chắc về kinh pháp... Nay Thế Tôn nhập diệt rồi, đệ tử không còn có dịp tiếp dẫn họ, giao du với họ, thân cận với họ để học hỏi, để tôn trọng, để cung kính những đức lớn, tâm lớn, tuệ lớn kia nữa rồi!

- Ông còn đấy, này Ananda! Ông hãy cung kính, tôn trọng kho tàng kinh pháp ở trong tâm trí, cộng với sở văn, kiến văn của ông do tư duy mà có, chiêm nghiệm mà có, thẩm sát mà có, kia mà!

Tôn giả cúi đầu, lại nói nữa:

- Đấy là thiệt thòi nhỏ, có tính cách cá nhân, còn một thiệt thòi lớn hơn, là cả châu Diêm-phù-đề này, khi Thế Tôn diệt độ rồi, chẳng còn đâu là nơi chốn để chư thiên, nhân loại, tứ chúng cung kính, đảnh lễ, chiêm ngưỡng và cúng dường nữa, bạch Thế Tôn!

- Cũng còn đấy, cũng có đấy, này Ananda! Là bốn thánh tích còn lại. Chỗ "Như Lai đản sanh" là một thánh tích. Chỗ "Như Lai chứng ngộ dưới cội bồ- đề" là một thánh tích. Chỗ "Như Lai chuyển pháp tại Vườn Nai" là một thánh tích. Chỗ "Như Lai diệt độ giữa hai gốc cây sala" này là một thánh tích.

Sau này, những ai trong thời gian đi hành hương chiêm bái bốn thánh tích ấy với tâm thâm tín, với tâm hoan hỷ - mà từ trần, mà trút hơi thở - thì người ấy, vị ấy sẽ được hóa sanh vào cõi thiện thú, cảnh giới chư thiên ngay tức khắc. Đấy không là lợi lạc tối thượng cho chúng sanh hay sao, này Ananda!

Dường như ngại rằng không còn cơ hội để học hỏi nữa, tôn giả lại thưa tiếp:

- Chúng đệ tử sẽ xử lý thân xá-lợi của đức Tôn Sư như thế nào?

- Các ông đừng có lo lắng, để tâm về xá-lợi của Như Lai! Là một tỳ-khưu, một sa-môn hữu học, mỗi người hãy tự nỗ lực, tinh tấn để tự cứu độ mình, sống không phóng dật, cần mẫn trên con đường giác ngộ, giải thoát - đấy là mục đích cần yếu và tối thượng. Có những học giả sát-đế-lỵ, những học giả bà-la-môn, những học giả gia chủ thâm tín Tam Bảo, những vị này họ sẽ lo chu đáo về thân xá-lợi của Như Lai.

- Thế còn cái kim thân của Thế Tôn hiện giờ đây, chúng đệ tử phải làm sao?

Đức Phật lại phải ân cần giải thích:

- Xử sự thân Chuyển luân Thánh Vương như thế nào thì hãy xử sự thân Như Lai như vậy.

- Vậy "pháp táng thân" của đức Chuyển luân Thánh vương ấy như thế nào, bạch Thế Tôn!

- Theo cổ lệ từ ngàn xưa, thân của Chuyển luân Thánh vương được vấn tròn bằng năm trăm lớp vải quý, vải thơm các loại. Rồi được đặt trong một hòm dầu bằng sắt, hòm sắt này được một hòm sắt khác đậy kín. Một giàn hỏa gồm mọi loại trầm hương được xây dựng lên, thân của đức Chuyển Luân được đem thiêu. Và tại ngã tư đường, bảo tháp của vị ấy được xây dựng lên để tôn trí xá- lợi cho dân chúng lễ bái, cung kính, cúng dường. Đấy là cách "pháp táng thân" của vị Chuyển luân Thánh vương còn lưu lại trong cổ sử.

Vậy, thân của Như Lai cũng nên thực hiện như thế. Và sau này, những ai đem hoa, vòng hoa, trầm hương, các loại hương liệu đến cúng dường, đảnh lễ bảo tháp với tâm thâm tín và hoan hỷ thì những người ấy sẽ được lợi ích, hạnh phúc dài lâu, này Ananda!

- Thế những ai trên đời này được vinh hạnh xây dựng bảo tháp để cho thế gian cung kính, lễ bái, cúng dường, bạch Thế Tôn!

- Chỉ có bốn hạng người là được phép xây dựng bảo tháp. Phật Chánh Đẳng Giác là một. Phật Độc Giác là hai. Phật Thanh Văn Giác là ba. Đức Chuyển Luân Vương là bốn, này Ananda!

- Vì lý do gì, nhân gì, duyên gì mà bốn vị ấy được xây dựng bảo tháp còn những vị khác thì không, bạch Thế Tôn?

- Vì họ có công đức lớn với thế gian. Và vì những ai, sau này, cung kính, lễ bái, cúng dường bảo tháp với tâm thâm tín, hoan hỷ thì họ sẽ được an vui, lợi lạc lâu dài. Đấy là nhân, đấy là duyên, này Ananda!

Hỏi xong những câu hỏi quan trọng về hậu sự của đức Phật, tôn giả Ananda đi khuất ra phía xa, lặng lẽ khóc, tự nghĩ mà tủi thân: "Ta nay vẫn còn là kẻ hữu học, còn phải tự lo tu tập. Nay bậc Đạo Sư sắp diệt độ rồi, còn ai trên đời này thương tưởng ta nữa!"

Thấy Ananda vắng mặt lâu, đức Phật hỏi:

- Ông Ananda đi đâu, không thấy.

Tôn giả Anuruddha trả lời:

- Vị ấy tủi thân, đang đứng khóc, bạch Tôn Sư.

Đức Phật lại gọi vào rồi dạy:

- Như Lai đã nói tại đền miếu Capala rồi, rằng là "không thể có một sự kiện, một hiện tồn sanh, trú, hữu vi, biến hoại nào mà không diệt mất". Vậy, buồn rầu, khóc than, bi lụy thì có ích gì đâu, có đi ngược lại được với định luật hữu vi đâu – hãy nói cho Như Lai xem với nào?

- Đệ tử biết nhưng vẫn sầu não!

- Trước sau ông cũng vào dòng Bất Tử thôi, vì công đức của ông quá lớn, nó sẽ huân tụ một năng lực vĩ đại để chuyển ông vào dòng mà!

- Đệ tử tự xét có công đức nào đâu, nội tâm vẫn cứ trào vọt cảm xúc, không tự chủ được.

Đức Phật cất giọng trầm ấm:

- Đã lâu ngày, ông đối với Như Lai, với thân nghiệp đầy lòng từ ái, lợi ích, an lạc, có một không hai; vô lượng với khẩu nghiệp đầy lòng từ ái, lợi ích, an lạc, có một không hai; vô lượng với ý nghiệp đầy lòng từ ái, lợi ích, an lạc, có một không hai. Tác thành được ba công đức lớn lao ấy, sao lại gọi là không có công đức? Thôi đừng tự khiêm nữa! Đừng tủi thân nữa! Hãy cố gắng tinh tấn lên, ông sẽ chứng bậc vô lậu, một thời gian ngắn nữa thôi!

Rồi Thế Tôn lại nói với đại chúng:

- Chư vị A-la-hán, Chánh Đẳng Giác quá khứ hay vị lai - những bậc Thế Tôn ấy đều có những thị giả tối thắng như Ananda của Như Lai hiện nay vậy.

Sao được gọi là thị giả tối thắng? Vị tỳ-khưu thị giả tối thắng là người có trí và hiểu rõ: Lúc này là đúng thời để vị tỳ-khưu này, vị tỳ-khưu-ni này, vị cận sự nam này, vị cận sự nữ này, vua chúa này, quan đại thần này, gia chủ này, giáo chủ ngoại đạo này... yết kiến Như Lai!

Và ngoài ra, vị tỳ-khưu thị giả như Ananda còn thu hút tứ chúng bởi khả năng kỳ lạ của mình. Ấy là khi một tỳ-khưu, một tỳ-khưu-ni, một cận sự nam, một cận sự nữ... được diện kiến Ananda, được nghe Ananda thuyết pháp - họ đều hết sức mừng vui, hoan hỷ, tươi rạng nét mặt. Nếu gặp được Ananda, diện kiến Ananda nhưng Ananda lặng thinh, không nói gì, và pháp cũng không thuyết thì họ vô cùng buồn bã, nét thất vọng hiện rõ trên từng khuôn mặt. Đấy không là điều kỳ diệu, lạ lùng, hy hữu của vị thị giả tối thắng này hay sao?

Có rất nhiều tiếng cười vui lan nhẹ giữa rừng cây. Và tôn giả Ananda của chúng ta, nhờ năng lượng mát mẻ, vô phiền xung quanh tác động, nên đã cảm thấy thân tâm thư thái.

Tôn giả quay sang một yêu cầu:

- Thế Tôn chớ có diệt độ tại đô thị nhỏ bé, hoang vu và vắng lạnh này. Có những nơi khác to lớn hơn như Campa (Chiêm-bà), Rajagaha (Vương Xá), Savatthi (Xá-vệ), Saketa (Sa-kỳ), Kosambi (Kiều-thưởng-di), Baranasi (Ba- la-nại) – là những kinh đô, những thành phố đông đúc, phú cường, thạnh mậu. Tại chỗ ấy, có đại chúng sát-đế-ly, có đại chúng bà-la-môn, có đại chúng gia chủ rất thâm tín Tam Bảo, các vị này sẽ cúng dường thân xá-lợi Như Lai.

- Chớ có nói như vậy, này Ananda! Chớ nói rằng đô thị này nhỏ bé, hoang vu, vắng lạnh. Thuở xưa có vị vua tên là Maha Sudassana (Đại Thiện Kiến), là một đức Chuyển Luân Vương, là vị pháp vương, trị vì như pháp, thống lãnh bốn thiên hạ, chinh phục, hộ trì quốc dân, đầy đủ bảy báu. Cũng tại đây, tại Kusinara này là kinh đô của vua Maha Sudassana, với tên gọi là Kusavati (Câu-xá-bà-đề); phía đông và phía tây rộng đến mười hai do tuần, phía bắc và phía nam rộng đến bảy do tuần. Kinh đô Kusavati này rất phồn thịnh, phú cường, dân cư đông đúc, dân chúng sung mãn, thực phẩm phong phú – không thua gì thành phố Aḷakamanda của chư thiên đâu. Suốt ngày, suốt đêm, kinh đô Kusavati này, vang dậy chín loại tiếng: Là tiếng voi, tiếng ngựa, tiếng xe, tiếng trống lớn, tiếng trống nhỏ, tiếng tỳ bà, tiếng hát, tiếng xập xõa, tiếng chuông. Và tiếng thứ mười là lời mời gọi mọi người, bạn hữu xung quanh: “Hãy uống đi, hãy ăn đi” do ai cũng hào sảng, do ai cũng sung mãn tài lộc ,vật thực!

Nói đến đây, đức Phật thấp giọng xuống:

- Các ông có biết vị vua tên là Maha Sudassana (Đại Thiện Kiến) là ai không? Chính ông ta là một tiền thân của Như Lai vậy. Sở dĩ Như Lai chọn diệt độ ở đây, còn để lại một bài học về tồn vong, thịnh suy của hữu vi pháp, của thế gian pháp nữa đó. Một bậc giác ngộ, xuất trần, rốt lại phải kinh qua tất cả, chiêm nghiệm tất cả, và cuối cùng, xả ly tất cả!

Thấy đại chúng yên lặng, có vẻ lãnh hội bài học, đức Phật nói tiếp:

- Này Ananda! Trời đang sáng trăng, ông và thêm vài vị tỳ-khưu hãy đi vào Kusinara, thông báo với dân chúng dòng Malla, nói rằng, đêm nay, vào canh ba, Như Lai sẽ diệt độ tại rừng cây sala, phía đông, giáp ranh thành phố. Ông chỉ nói thế thôi. Còn mọi việc khác, hãy để dành cho các Vasettha!

Không lâu sau, từng đoàn người, từng toán người, với đèn đuốc kéo dài trên những con đường đi về rừng cây sala. Một số trong họ khóc lóc sầu muộn, tiếc thương với những cảm xúc khó nói nên lời. Một số thì lặng lẽ, trầm mặc

nhưng dáng bước đi có vẻ không được tự chủ cảm xúc. Và ai ai cũng muốn đảnh lễ đức Tôn Sư lần cuối.

Tôn giả Ananda tự nghĩ: “Nếu ta để dân Malla ở Kusinara đảnh lễ Thế Tôn từng người một, thì suốt đêm cũng không xong. Ta nên để cho họ đảnh lễ theo từng gia tộc”.

Và quả vậy, theo cách sắp xếp ấy, chừng đầu canh hai, mọi người đã thỏa nguyện. Sau đó, lác đác có ít người về còn đa phần thì ở lại, họ ngồi đầy những nơi có thể ngồi được.

Tuy nhiên, đêm ấy vẫn có một du sĩ ngoại đạo từ xa, tên là Subhadda cứ khăng khăng muốn gặp đức Phật cho bằng được. Sợ đức Phật mệt, tôn giả Ananda nói nhỏ mọi người tìm cách ngăn cản.

Đọc thấy tâm ý của Subhadda là thành khẩn, đức Phật bảo cho ông ta vào. Và câu hỏi của Subhadda là như sau:

- Bạch Thế Tôn! Hiện tại trên toàn cõi châu Diêm-phù-đề này, có sáu giáo phái, sáu vị giáo chủ nổi danh cùng đệ tử của họ đang hoằng hóa, giảng nói khắp nơi. Họ là những vị hội chủ, giáo trưởng, sư trưởng giáo hội, có tiếng tốt, có danh vọng, khai tổ giáo phái, được quần chúng tôn sùng, ngưỡng mộ như các ngài Purana Kassapa, Makkhali Gosala, Ajita Kesakambali, Pakudha Kaccayana, Nigaṇṭha Nataputta và Sajaya Belatthiputta. Tôi muốn hỏi Thế Tôn, là trong các vị ấy, ai là người đạt đạo, ai là người đã giác ngộ như các vị đã tự cho như vậy; hay một số họ đã giác ngộ, đạt A

- Nếu ai đó ngại ngùng không dám hỏi thẳng Như Lai thì có thể nhờ bạn đồng l B phạm hạnh & hỏi hộ? Nếu không hỏi thìi sau này đừng }kh"có "hối hận:Mố) hậ ờ =i n

Nguồn: Giảng Sư (giangsu.io.vn) — văn bản trích từ kho sách cổ và kinh điển.