Thien hoc Nam truyen - 00

Thiền Học Nam Truyền

Thien hoc Nam truyen - 00

[BuddhaSasana] [Unicode Fonts]

Thiền học Nam truyền
Giác Nguyên dịch
Việt, 1996
Nguyên tác: Joseph
Goldstein and Jack Kornfield (1987),
"Seeking the Heart of Wisdom - The Path of Insight Meditation",

Shambala Publications, Boston, USA.

Mục lục

Lời giới thiệu của Đức Đạt Lai Lạt Ma

Lời người dịch
Chương 1 : Tâm điểm của
Thiền định
Chương 2 : Tại sao phải Thiền định?
Chương 3 : Thiền lý
Chương 4 : Những Ma chướng và Trở lực của Thiền định
Chương 5 : Các Cấp độ Thiền định
Chương 6 : Thất Giác chi
Chương 7 : Một bài học qua cuộc đời Đức Phật
Chương 8 : Tự do trong Tự chế
Chương 9 : Đau khổ là Nhân tố của Tình thương
Chương 10 : Kiến giải về
Nghiệp lý
Chương 11 : Hiểu biết về
Nghiệp lý
Chương 12 : Năm nguồn Đạo lực cho
Thiền định
Chương 13 : Cuộc đi về nguồn
Chương 14 : Con đường Lợi tha
Chương 15 : Ứ ng dụng Thiền định vào đời sống thường nhật

Lời Giới Thiệu của Đức Đạt Lai Lạt Ma Chúng ta đang sống trong một thời đại mà những thành tựu về khoa học vật chất đã có những bước tiến đáng kể. Tuy nhiên, một điều hết sức rõ ràng là một lý tưởng thăng hoa nhân bản vẫn chưa được thực hiện thỏa đáng. Những xung đột, mâu thuẩn về chính trị và ý thức hệ vẫn tiếp tục tồn tại giữa các

quốc gia để dẫn tới biết bao những thảm cảnh chiến tranh và bạo động cho nhân loại vẫn triền miên nếm trải tất cả cay đắng nghiệt ngã nhất.

Điều đó đã nói lên rằng nếu chỉ tiến bộ về lĩnh vực vật chất ngoại giới thì cũng vẫn chưa đủ, mà ở đây chúng ta còn có một nhu cầu khác cấp thiết hơn nhiều, đó chính là đời sống nội tại, sự phát triển về tâm linh. Và con đường tối ưu để thực hiện lý tưởng đó chính là pháp môn thiền định của Phật Giáo.

Đúng là từ suốt mấy ngàn năm lịch sử, Phật giáo đã có rất nhiều thiền phái nhưng chung quy lại, tất cả điều có chung một tông chỉ căn bản là "dĩ tâm an tâm" tức nhắm tới mục đích trầm lặng tâm hồn và hai nét độc đáo được xem như điểm đặc trưng của thiền định Phật giáo chính là nội quán và bao dung , nói khác đi thì chính là trí tuệ với từ tâm .

Càng sống thiền định để thấu suốt cái vô thường, đau khổ và vô ngã trong đời sống thì ta càng dễ dàng mở rộng trái tim để có thể sống hòa ái và cảm thông cho tha nhân nhiều hơn. Đó là một thứ tình thương vô điều kiện và không phân biệt đối với tất cả các giới chúng sinh. Và nếp sống như vậy ngoài ý nghĩa an lạc cho chính mỗi người, còn có một giá trị khác nữa đó là đóng góp vào sự hòa bình của toàn thế giới.

Thật đáng mừng khi tìm thấy những người phương Tây biết quay về học hỏi phương Đông và đem san sẻ kinh nghiệm đó cho người khác như hai tác giả của tập sách này. Mong sao nỗ lực đó của nhị vị sẽ đem lại phần nào niềm an lành cho tất cả chúng sinh

Đức Đạt Lai Lạt Ma

Mc Leod Ganj

20/04/1987

Lời Người Dịch Bấy lâu nay, với chút ít vốn liếng ngoại ngữ chắt chiu, chúng tôi chỉ đọc mà ít khi dám nghĩ tới việc phiên dịch, đặc biệt đối với các kinh sách được viết bằng Anh ngữ và nhất là trên tay chúng tôi lúc này lại là một cuốn sách viết về Thiền học, một đại dương cho chuyện thấu đáo và diễn đạt, bất luận là viết hay dịch.

Cuốn sách nguyên tác đã theo chúng tôi ra tận Đà Nẵng vào những ngày giáp xuân 1996 như một tri kỷ đường dài và cũng có lẻ do chút duyên gió bụi, đôi ba tấm lòng của xứ Quảng đã khơi dậy ở chúng tôi tí nhã hứng cầm bút chép lại những gì mình đã đọc hiểu theo cái thiển cận riêng tư. Và đã như thế thì chúng tôi dĩ nhiên chẳng hề đi theo một khuôn sáo ngữ ngôn bắt buộc nào trong lúc chuyển ngữ cả. Nhưng dẫu sao, bản nguyên tác vẫn còn đó cho những ai hãy còn bận lòng quá nhiều về cái chuyện ngữ ngôn mà chẳng nhớ được lời thầm thì của Trang Tử ngày xưa là "đặng ý quên lời"!

Hai tác giả của tập sách này vốn người Mỹ Quốc nhưng vào một ngày kỳ lạ kia đã bỗng nhiên quên hết đất trời phương Tây với những ám ảnh nghìn năm của nền văn hóa La Hy, những dòng sông Seine, Danube, sông Thames... để tìm sang cõi đất Đông phương ngàn trùng từng là quê hương của nhị vị Lão Trang và trên hết, là Phật giáo.

Sau 12 năm trời cơm áo Á Châu, mòn vẹt gót giầy trên khắp mọi xứ sở da vàng, tắm lội hồn nhiên từ sông Hằng, Ấn Độ đến tận Irrawady của Miến Điện, hai tác giả đã tìm thấy một chốn về đích thực cho chính mình và cả cái thế giới tạp loạn hôm nay, đó là Thiền định của Phật giáo, một chỗ náu nương an lành mà từ hơn hai ngàn năm nay đã ít nhiều bị mất dấu dưới biết bao cỏ gai ngộ nhận.

Đứng ngoài mọi quan niệm phân biệt tôn giáo, tư tưởng, học thuật, kể cả sở kiến cá nhân, hai vị đã biết vong thân khi viết lại một các thiệt thà và nghiêm cẩn tất cả những gì mình đã học, đã hiểu, đã dạy và đã sống về Thiền định của Phật giáo Nguyên thủy.

Nội dung tập sách này chính là một phần trong số các bài giảng của hai vị về Thiền định tại các Thiền khóa ở trung tâm Naropa (bang Colorado, Hoa kỳ).

Bản Việt dịch được hoàn tất là nhờ sự giúp sức tận tình của anh Sỹ, cô Hựu Huyền, Tâm Lan, Phổ Nguyện (những người đã trực tiếp chịu trách nhiệm phần bản thảo trên máy vi tính), Hồng Diễm, Vân Anh, Yến Tường, Đ. Hùng, Quỳnh Hương... (những người đã chấp bút thay chúng tôi trong những ngày vừa rời bệnh viện Đà Nẵng). Chúng tôi cũng không quên sự chăm sóc chân thành của các vị thiện tín khác tại Tam Bảo Tự, và sau cùng là chút lòng kính bái thâm tạ hướng về Hòa thượng bổn sư, sư cậu cùng các vị đại sư huynh đã nuôi lớn tâm hồn con từ những ngày bé dại. Đồng thời dịch phẩm này vẫn còn vọng mãi những lời động viên ân cần của chư Tăng Huyền Không, nhất là nhị vị đại đức Triều Tâm Ả nh, Pháp Tông. Tất cả đều là những thực tại đáng được chiêm ngắm bằng nhất thiết đạo tình cùng lòng tri ân vô hạn.

Nguyện cầu tất cả chúng sinh sớm thành Phật đạo.

Tố Phương Liêu, 25/06/1996

Giác Nguyên

Chân thành cám ơn Tỳ kheo Giác Đẳng, chùa Pháp Luân, Texas, Hoa Kỳ, đã có thiện tâm gửi tặng phiên bản điện tử (Bình Anson, 05/2000).

[Mục lục][Chương kế]

[Main
Index]

Last
updated: 01-06-2000
Web
master: binh_anson@yahoo.com
binh_anson@hotmail.com

Nguồn: Giảng Sư (giangsu.io.vn) — văn bản trích từ kho sách cổ và kinh điển.