



Bản Tin Hương Phật

SỐ 31 Văn Hóa Phật Giáo & Thông Tin Phật Sự Của
5/2019 Chùa Phổ-Tử & Trung Tâm Tu Học Phổ-Trí

TRONG SỐ NÀY:

Thư Mời Phật Đản	1
Hạnh Phúc Tuyệt Vời	2
Tân Thành Của Một Khúc Chiêu Hồn	5
Xuân Ý Hành	10
Hành Hương Thái Lan - Bhutan	12
Thắng Thua	15
Hình Ảnh Sinh Hoạt tại Đạo Tràng Phổ Tử	16
Sinh Hoạt tại Phổ Trí	19
Thơ Đạo	21
Đọc Sách Đông Gặp Tây	23
Taming The Tiger	28
Phiếu Ủng Hộ	32



ĐỊA CHỈ PHÁT HÀNH

CHÙA PHỔ-TỬ

17327 Meekland Avenue
Hayward, CA 94541-1308
Tel: (510) 481-1577
E-mail: thichtuluc@yahoo.com
www.chuaphotu.net

Chủ Trương:

Chùa Phổ Tử

Biên Tập & Thực Hiện:

Thích Từ Lực
Thích Nữ Tịnh Minh
Đào Văn Bình
Trần Mạnh Toàn
Diệu Mỹ
Chánh Đức
Cao Ly
Nguyễn Thọ
Quảng Ly

Trình Bày:

Focus Print & Copy

Mừng Phật Đản Sinh Vesak Celebration

Sunday, May 19, 2019 • 10AM

Kính gửi: Quý Phật tử và Đồng hương xa gần,
Thưa Quý Vị,

Lại đến mùa sen nở,
ngày Phật ra đời cứu độ chúng sanh.



Trân trọng kính mời Quý Vị và thân quyến tham dự
ngày lễ Phật Đản được tổ chức vào lúc 10 giờ sáng ngày Chủ
Nhật, 19 tháng 5 năm 2019 tại chùa Phổ Tử, 17327 Meekland
Avenue, Hayward, CA 94541.

Với tấm lòng tưởng nhớ đến công ơn hoá độ to lớn của đức Bổn
sư, chúng ta nguyện chuyên cần tu tập, cùng góp sức làm việc
Phật sự để đem lại lợi ích cho Chánh pháp và mọi người.

Xin mời Quý vị vào trang nhà của Chùa Phổ Tử
(www.chuaphotu.net) hay của Camp Metta (www.campmetta.org)
để biết thêm chi tiết.

Kính chúc Quý Vị và gia quyến một mùa
Phật Đản nhiều an vui, tốt đẹp.



Trân trọng,

Từ Lực

Thích Từ-Lực

Hạnh Phúc Tuyệt Vời

CHỈ LÀ SỰ BÌNH THƯỜNG

Một ngày như mọi ngày, không có gì thay đổi, giống hệt như ngày hôm qua, không có gì vui, không có gì mới, là nỗi kinh hoàng của con người. Căn bệnh buồn nản, chán đời (depressed) mà trong nước gọi là trầm cảm đã được ông nhạc sĩ Trịnh Công Sơn khóc than trong bản nhạc “Một ngày như mọi ngày” như sau:

*Một ngày như mọi ngày, em trả lại đời tôi
Một ngày như mọi ngày, ta nhận lời tình cuối
Một ngày như mọi ngày, đời nhẹ như mây khói
Một ngày như mọi ngày, mang nặng hồn ta toi
Một ngày như mọi ngày, nhớ mặt trời đầu môi
Một ngày như mọi ngày, đau nặng từng lời nói
Một ngày như mọi ngày, từng mạch đời trần trôi
Một ngày như mọi ngày, đi về một mình tôi
Một ngày như mọi ngày, từng chiều lên hấp hối
Một ngày như mọi ngày, bóng đổ một mình tôi...*

Theo thống kê, tại Hoa Kỳ, năm 2014 có 42,773 người tự sát. Năm 2016 có 44,965 người tự vẫn. Còn tại Việt Nam, theo Vietnamnet “mỗi năm có khoảng 40,000 người tự tử do trầm cảm”. Trang tin Sputnik News ngày 7/4/2019 đã trích dẫn tin của báo Pháp Luật của Việt Nam, “Hiện tượng người trẻ tự tử đang diễn ra ngày càng nhiều ở Việt Nam.” Theo Liên Hiệp Quốc, mỗi năm trên thế giới có 800,000 người tự vẫn.

Có nhiều nguyên do khiến con người tự tử như ... khốn quẩn về tiền bạc, đổ vỡ gia đình, tình yêu, hoặc mù quáng tin theo lời tiên tri về ngày tận thế. Nhưng nguyên do đáng sợ nhất là căn bệnh buồn nản, chán đời. Trào lưu tự tử không có nhiều trong

lớp người nghèo khổ mà ở lớp trẻ, các tài tử, ca sĩ, người mẫu... tài sản lên tới cả chục triệu đô-la nhưng đã kết liễu đời mình chỉ vì thấy cuộc đời này vô vị. Đối với những người này, thật không có gì kinh hoàng cho bằng khi:

- *Sáng thức dậy, mặt trời vẫn mọc ở phương đông.*
- *Trái đất này vẫn thế.*
- *Một ngày như mọi ngày.*
- *Rồi lại đánh răng súc miệng, rồi lại ăn sáng, ăn trưa như ngày hôm qua.*
- *Rồi một ngày như mọi ngày.*
- *Rồi thời gian thừa thãi không biết phải làm gì.*
- *Rồi mặt trời lại lặn ở phương tây như ngày hôm qua.*
- *Rồi lại ăn tối, rồi lại đi ngủ.*
- *Và em vẫn nói với tôi những lời yêu như ngày hôm qua.*
- *Khiến tôi đau nặng từng lời nói! (lời bản nhạc)*
- *Khiến linh hồn tôi tả toi (lời bản nhạc)*
- *Từng buổi chiều, từng chiều lên hấp hối! (lời bản nhạc)*
- *Rồi màn đêm lại buông xuống.*
- *Rồi lại đi ngủ.*
- *Nhưng rồi dần vật, mất ngủ.*
- *Rồi gục đầu vào xi-ke ma túy.*
- *Rồi khóc than qua những bản nhạc Bolero ủy mị.*
- *Rồi uống thuốc an thần.*
- *Nhưng càng uống thuốc an thần càng mất ngủ.*
- *Rồi tuyệt vọng, không lối thoát.*

- Rồi nói lời trần trối. (lời bản nhạc)
- Rồi kết liễu đời mình.

Đối với những người mang bệnh buồn nản chán đời thì họ chỉ mong:

- Trái đất này phải đổi thay.
- Mọi người phải chạy ra đường la hét.
- Thiên nhiên phải nổ tung, chứ không thể cứ giống như ngày hôm qua.
- Không thể cứ sống ù lì mãi thế.
- Những mát mát phải được đèn bù.
- Những khát vọng phải thành đạt.
- Người đã bỏ ta đi phải quay trở lại.
- Để dòng sông không phải là “dòng sông vĩnh biệt”.
- Nếu không họ tuyệt vọng, chán đời và than van:
- Mặt trời ơi! Sao mi vẫn mọc ở phương đông?
- Sao hoa kia vẫn nở?
- Cả loài chim kia, sao mi vẫn cứ hót?
- Cả con suối kia sao mi vẫn cứ chảy rì rào?
- Những làn gió nhẹ kia sao mi vẫn cứ thổi?
- Cả những vạt nắng lung linh đang nháy múa trong vườn kia cũng chỉ là giả tạo.
- Và ngàn năm mây trắng sao giờ vẫn còn bay?
- Tất cả đều vô nghĩa và chỉ là một màn kịch của tạo hóa.

Tóm lại, không có bất cứ cái gì có ý nghĩa đối với họ trên cõi đời này. Họ cảm thấy cô đơn tột cùng theo như lời bản nhạc, “Một ngày như mọi ngày, bóng đổ một mình tôi.” Và họ đi tìm cái chết như một cứu cánh giải thoát.

Thế nhưng này bạn ơi. Bạn thử suy nghĩ xem:

- Sáng thức dậy, người chồng vui mừng khi thấy gia đình bình yên. Rồi người vợ pha cho chồng một ly cà-phê, nói lời chào hỏi như ngày hôm qua. Rồi hai vợ chồng ăn sáng như mọi ngày trong yên lặng. Rồi con cái lễ phép chào cha mẹ, cấp sách đến trường như ngày hôm qua. Thì đây là những giây phút hạnh phúc tuyệt vời của gia đình. Bạn còn mong ước gì hơn?

- Rồi khi ra đường, xe cộ vẫn bình thường như mọi ngày. Không tai nạn, không tắc nghẽn.
- Rồi sở khí tượng thông báo không giông bão, lụt lội, sóng thần, không động đất. Mọi việc cũng yên bình như ngày hôm qua. Vậy bạn còn mơ ước gì hơn?
- Rồi khi vào công sở. Mọi việc diễn tiến bình thường, không có gì mới lạ. Không bị ông/bà chủ la rầy, không bị cấp trên khiển trách. Bạn còn mong ước gì hơn?
- Rồi khi về nhà, người chồng thấy vợ và con cái bình yên. Rồi lại cơm tối như mọi ngày.
- Rồi người chồng đọc báo hay xem truyền hình.
- Thế giới vẫn bình yên như ngày hôm qua. Không biến động, không chiến tranh, không cấm vận, lật đổ.
- Thị trường chứng khoán không leo thang mà cũng không tụt dốc. Giá vàng, giá xăng ổn định. Đây là hạnh phúc là mong cầu của thế giới. Vậy bạn còn mơ ước gì hơn?
- Rồi ở phía xa xa...
- Ở chùa, sư cụ sáng thức dậy thấy cửa nẻo đều yên. Thùng phước sương không bị kẻ trộm lấy đi. Chư tăng ni vẫn tập, trang nghiêm hành lễ như mọi ngày. Vẫn kinh đó, chuông đó, mõ đó và lời nguyện cầu đó... giống hệt như ngày hôm qua. Rồi chư tăng/ni lại ăn sáng như mọi ngày. Rồi Phật tử kéo tới lễ chùa hay công quả như mọi ngày. Đó là “trú dạ lục thời an lành”, đó là phước báu. Sư cụ còn mong cầu gì nữa?

Này bạn ơi,

- Cái gọi là “Một ngày như mọi ngày” là nỗi kinh hoàng của những kẻ chán đời.
- Nhưng nó lại là sự yên lành, là nguồn hạnh phúc của những người nhìn thấy rõ thế nào là hạnh phúc.
- Hạnh phúc là sự bình yên, là sự không đổi thay, “hằng mà chuyển” trong thế giới của Hoa Nghiêm.
- Niết Bàn là sự sáng soi, tịch tịch, hằng trụ mà không lay chuyển, không có cũ-mới, không có trước sau, không có ngày hôm qua hoặc ngày mai.

- *Chúng sinh chạy ngược chạy xuôi suốt đời để tìm hạnh phúc.*
- *Nhưng họ chỉ tìm thấy khổ đau hay hạnh phúc giả tạo.*
- *Trong khi đó bao bậc đạo sư, cuộc sống 100 năm nào có gì khác?*
- *Ngày hôm nay cũng giống ngày hôm qua.*
- *Vẫn tụng kinh niệm Phật, vẫn hành thiền, sáng chiều không có gì thay đổi.*
- *Cuộc sống phẳng lặng như dòng sông chảy lặng lẽ. Mà sao họ vẫn cứ yên vui?*
- *Vậy khi tâm trí bạn lắng yên.*
- *Thì “Một ngày như mọi ngày” chính là hạnh phúc tuyệt vời.*
- *Như lời dạy của Hương Hải Thiền Sư “Bình thường tâm thị đạo”.*

Thế nhưng bạn ơi,

- *Muốn đạt được điều đó.*
- *Bạn phải dùng trí tuệ. Bởi vì:*
- *Sống với cảm xúc, bạn chỉ thấy khổ đau.*
- *Sống với trí tuệ, bạn sẽ mở tung cánh cửa để tiến vào khu vườn hạnh phúc.*
- *Thế nhưng tôi không biết những lời quê mùa, mộc mạc này có giúp gì cho căn bệnh chán đời của bạn hay không?*

Bạn ơi,

Thường xuyên nghe nhạc buồn, nhạc ủy mị, nhạc thất tình, nhạc Bolero khóc than, coi phim bộ ướp át của Hongkong, Đại Hàn (ở Mỹ gọi là Soap Opera) là dấu hiệu của mất nghị lực, mất phương hướng,

buồn nản chán đời rồi đi đến tuyệt vọng và tự sát. Vào năm 1941, bản nhạc “Chủ Nhật Buồn” (Gloomy Sunday, Sombre Dimanche) của nhạc sĩ Rezso Seress người Hung Gia Lợi đã được xem như “Bản Thánh Ca Của Những Người Tự Tử” đã dấy lên một phong trào tự sát trong giới thanh niên tới nỗi chính phủ Anh phải ra lệnh cấm hát bản nhạc này.

Bạn ơi,

Cô Kiều nghe chuyện Đạm Tiên, cảm động khóc than suốt mướt khiến chính đời mình thê thảm, 15 năm ở lầu xanh làm gái bán dâm, cuối cùng nhảy xuống sông Tiền Đường tự vẫn, may mà được bà vải Giác Duyên cứu cho. Do đó, nhạc buồn, nhạc ủy mị, nhạc than, nhạc khóc, phim truyện tình cảm ướp át... đều rất nguy hiểm cho đời sống của thanh thiếu niên.

Bạn ơi,

Ở tuổi này,

Sau bao năm rong ruổi cuộc đời.

Tôi sợ những bản nhạc buồn.

Sợ những phim ảnh đầy bạo lực, sẵn lòng, bắn giết.

Mà chỉ muốn nghe những lời êm dịu.

Những hình ảnh cứu giúp người đời.

Những lời kinh ru làm tỉnh thức lòng người.

Và những giây phút êm đềm.

Hôm nay cũng như ngày hôm qua.

Một ngày như mọi ngày.

(California ngày 9 Tháng 4, 2019)

Đào Văn Bình





Ôn Tam Bảo

CỦA MỘT KHÚC CHIÊU HỒN

Trần Mạnh Toàn

*Ôn Tam Bảo vô cùng vô lượng
Mười phương trời Tánh, Tướng dung thông
Chuyển mê phá ngục trần hồng
Hồ sen bất nhị nở bông đại từ*

(Phạm Thiên Thư, Chiêu Hồn Ca, 1971)

Khúc chiêu hồn của Nguyễn Du, được đặt dưới cái tên đầy đủ là Văn Tế Chiêu Hồn Thập Loại Chúng Sinh, được ước định có thể ra đời không xa với truyện thơ Đoạn Trường Tân Thanh, một bài tự tình trường thiên về kiếp người đã trải, sóng gió đã từng nhưng không ra ngoài vòng nghiệp duyên đã định. "Lại mang lấy một chữ tình", dường như mới là đầu mỗi câu chuyện của người sa lưới đoạn trường và được Nguyễn Du tương lân, tương tự hòa chung với dây tơ của người đồng điệu.

Khúc chiêu hồn ấy được hoài thai sau khoảng thời gian nhiều nhưng đầy rẫy bất trắc và tai ương, tính mạng con người bị coi không khác cỏ cây, rơm rác chưa kể danh vọng cao sang, sự nghiệp lẫy lừng đều khoảnh khắc tan nhanh như bọt nước. Không chỉ với riêng Nguyễn Du và một thành phần quyền quý hay được ưu đãi đương thời mà quyền thế, địa vị bổng chốc trở thành ảo ảnh, con số không nhỏ lương dân phải chịu liên lụy, lâm vào cảnh lâm than, giữa lúc trật tự xã hội và nhiều giá trị đạo đức bị lung lay tận gốc trong giai đoạn đầy biến động của thời Lê mạt-Nguyễn sơ. Chiêu hồn khúc của Nguyễn Du

phản chiếu đám mây đen u ám trên nền trời, trong lòng người, không chỉ là mất mát, thống khổ, lưu đầy mà còn thể hiện những di chứng lâu dài trong tâm hồn được gọi là tuyệt vọng, hoang mang, buông xuôi, uất nghẹn.

Với người mang sẵn tâm trạng tự dần vật như Nguyễn Du, "oan kia theo mãi với tình", chiêu hồn khúc có thể là lời chiêu niệm trước hết cho riêng mình và trước khi thi nhân mở lòng ra với tha nhân dưới ánh sáng từ bi. Dường như Nguyễn cảm thấy thấm thía hơn ai khi đặt bút, "một phen thay đổi sơn hà / mảnh thân chiếc lá biết là về đâu?" (câu 35-36) và khi nhận ra tâm trạng chung của những kẻ sa cơ, chịu sự vùi dập trong buổi giao thời vừa qua, "nặng oan khôn nhẽ tìm đường hóa sinh."

Khóc người đồng cảnh cũng chính là gửi đi niềm thương xót cho chính mình. Nguyễn Du, qua khúc chiêu hồn, muốn gợi dậy ý thức cá nhân về cuộc sống và lòng trắc ẩn nơi muôn người. Ý thức được khơi dậy nơi cá nhân để con người không còn mơ hồ về nhân quả, và lòng trắc ẩn được xiển dương vốn là một giá trị cao cả đối với con người mà thời thế bất an đã xói mòn hay tiêu hủy.

Trần Ngọc Ninh từng xem khúc chiêu hồn này là một khúc Ly Tao, cũng là nhấn mạnh đến mục đích cá nhân của lời trần tình, cũng như xem đây thực chất là một "Bài Thơ Khóc Thế Hệ", có thể đều xuất phát từ việc nhìn xem việc gửi gắm nỗi lòng của thi nhân là trọng. (Trần Ngọc Ninh, Tố Như & Đoàn Trường Tân Thanh, Viện Việt Học-Khởi Hành, California, 2004, tr. 172.)

Nói cho cùng, chiêu hồn là biểu hiện của niềm tin tưởng rằng việc bày tỏ cảm thông hay sám hối sẽ làm tiêu tan nỗi oan khuất giam hãm người xấu số. Thực ra, có thể nghĩ, việc làm của Nguyễn Du, mượn năng lực của niềm tin siêu-hình chính là để củng cố ý thức giác ngộ của con người trước mê chướng và nghiệp lực.

Liệu chúng ta có cùng quan niệm rằng bài Chiêu Hồn của Nguyễn Du là một khúc Li Tao viết ra "để nhớ thương những người trẻ tuổi đã chết oan uổng trong một thời ly loạn." (Trần Ngọc Ninh, sđd, tr.25.) Những cái chết còn dằn vặt lòng người ở lại và việc truy niệm không chỉ để giải tỏa những xót xa, tức tưởi kết tụ tương tự khối u tình bất hoại tương-chi.

Ý nghĩa của khúc chiêu hồn này còn chờ đợi nghĩa vụ đóng góp của những thế hệ sau, nhất là khi lịch sử của cuộc tranh chấp tương tàn lại có cơ hội tái diễn.

Ngót 2 thế kỷ sau, cũng trong tình trạng bất an và xã hội gần như tan rã vì chiến tranh và phân ly, thi nhân lại có hoàn cảnh để xướng lên một tân bản của khúc chiêu hồn và Phạm Thiên Thư, tác giả, dường như không dấu ý định mượn văn chương để nối dài chiếc bóng Nguyễn Du không chỉ trong việc Nguyễn Du khóc cho thân phận.

Khúc chiêu hồn của Phạm Thiên Thư gồm 124 câu cũng chọn thể song thất lục bát để giải bày, cũng xướng danh từng thành phần xấu số đến nghe kinh và dường như không thiếu vắng ý nghĩa tự tình, tương tự Nguyễn

Du để lại chan chứa trong lời ca chiêu hồn thập loại thời Lê mạt Nguyễn sơ.

(Toàn văn Chiêu Hồn Ca của Phạm Thiên Thư được in trọn trong tạp chí Bách Khoa, số 353, 15.9.1971.)

"Lắng chuông tịnh độ mà theo hương về."
(Chiêu Hồn ca, câu 4)

Phạm Thiên Thư viết Chiêu Hồn ca năm 31 tuổi khi đã có một vị trí trong cõi truyền bá tâm linh để xướng lên câu siêu độ. Từ một chốn phật môn, chùa Vạn Thọ, Tân Định, nhà thơ họ Phạm đã chuẩn bị hướng đi riêng cho văn chương dù lấy việc tiếp nối, theo dấu văn tinh Nguyễn Du như một cách để hương đạo thấm nhuần, tỏa lan theo ước vọng. Ông từng "nguyện làm sa mạc chạy quanh cho ngọn Hồng Lĩnh thêm cao" khi chấp bút khúc ca nối tiếp truyện Kiều của nhà thơ trác việt (Bách Khoa, số 349, 15.7.1971.)

Viết xong khúc Chiêu Hồn vào dịp Vu Lan năm 1971, và trước đó, tháng 3-1971, Phạm đã khởi thảo Đoàn Trường Vô Thanh (hoàn tất tháng 7-1972 và ấn hành trong cùng năm) như một cách nối tiếp truyện Kiều dù chỉ về phương diện nội dung của câu chuyện bằng thơ.

Cùng với sự ra đời của khúc Chiêu Hồn, là mười bài thơ được phổ thành ca khúc mệnh danh Đạo Ca (Phạm Duy phổ nhạc, Văn Sử Học xb, tháng 10-1971) là những tinh anh của tư tưởng đạo từ bi được hiển lộ trong cõi văn từ bằng ngôn ngữ trác việt.

Tình ca cho dẫu còn có hiệu lực với người dám chìm đắm với trái tim nhưng không che dấu được nỗi băn khoăn cho hạnh phúc mong manh giữa thời chinh chiến. Còn ca từ của đạo ca là lời giáo đầu mở vào cõi huyền diệu và thăng hoa của những người đi truy tầm chân lý. "Xin xanh như cỏ dại, bao Thu Đông thương tại / Xin làm hạt cây nhé, cho đời hiện hữu xuân." (Phạm Thiên Thư, Đại Nguyễn - ca từ Đạo Ca 2.)

Có thể nghĩ, Chiêu Hồn khúc của Phạm Thiên Thư ra đời vào lúc thịnh thời của

mùa-hái-trái trong vườn từ. Tư tưởng nhà Phật được vận dụng trong việc tìm kiếm cách giải quyết mỗi tranh chấp hay ít nhất cũng là cảm hứng về chốn siêu thoát, thanh cao để những người còn bận lòng trong cuộc có thể thổ lộ, giải bày. Đó là hướng đi nhằm "giảm bớt những sự khác biệt giữa đôi bên, và hủy bỏ những lý do tranh chấp "đưa đến "sự tranh chấp sẽ tự nhiên tiêu tán" (Trần Ngọc Ninh, Ánh sáng của đạo Phật trong đời sống cộng đồng, Bách Khoa, số 353, 15.9.1971, tr. 39) Một cách nào đó, đây cũng là con đường tiến tới thiện mỹ bằng việc xóa bớt những gai góc, sắc nhọn của thực tại để tâm hồn có cơ hội gần nhau hơn trong bao dung, cảm thông và nhân ái.

"Ôi máu đã thành sông, xương người đã thành non / Hận thù như trời bể, hờn căm vẫn còn nghe / Cái chết vẫn còn kia, sao cuộc sống còn mê / Đòi thù thì oán đời đời / Đền nhau chỉ chút lệ thôi." (Phạm Thiên Thư, Một Cảnh Mai, ca từ Đạo ca 5.)

Bằng vào nền tảng của bao dung, nhân ái, cảm thông, khúc Chiêu Hồn của Phạm nếu không đóng góp thêm một nhân tố mới của việc tái thiết tinh thần và tâm hồn thì vẫn cần thiết trong việc nhắc nhở rằng con người đã đi xa, đi sâu vào nghiệp dữ.

Thế giới u hiển của Chiêu Hồn ca: "mâu da chủ nghĩa còn đâu đấy mờ"

Sự phân biệt âm dương hai cõi không còn là điều được ghi nhận trong cả hai khúc Chiêu Hồn. Dường như cả hai, họ Nguyễn lẫn Phạm, đều nghĩ rằng sự phân biệt là cách hát hủ oan hồn nhất là khi họ, những người bạc mệnh, còn bám lấy dương thế trong một niềm tin không bị ruồng rẫy.

Do đó, cõi u minh của ngày chiêu hồn cũng là cảnh cõi trần tuy ảm đạm, "tiết tháng bảy mưa dầm sùi sụt / toát hơi may lạnh buốt sương khô" (bài chiêu hồn của Nguyễn Du), hay nơi sơn thủy hữu tình của cõi đời cũng là nơi người mệnh bạc chọn làm chốn gửi thân, "Quê xưa tím ngắt chân trời / cheo

leo bãi mộ rã rời gió mưa." (Chiêu Hồn ca của Phạm Thiên Thư, câu 15,16.)

Nguyễn Du xem những "hồn mồ côi" như những kẻ thất cước, không có quê hương hay bị quê hương chối bỏ. "Hồn đơn phách chiếc lênh đênh quê người." Riêng Phạm Thiên Thư lại nghĩ, mỗi oan hồn đều tạm lấy nơi gửi thân làm trú xứ. Khúc chiêu hồn chiếu cố đến từng "khóm cỏ bờ cây" như đánh thức, lay tỉnh từng mảnh hồn xấu số. "Lập lòe khóm cỏ bờ cây / Lang thang oán khí vui đầy tình riêng." (Chiêu hồn ca của Phạm Thiên Thư, câu 19,20.) Cái tâm của họ tương đồng nhưng cái nhìn của hai nhà thơ về số phận hẩm hiu có khác. Có thể với Nguyễn Du, định mệnh chung không chừa một ai kể cả kẻ có tài. Còn với Phạm Thiên Thư, có sự run rủ dành cho người không may, "đời đang thắm lục tươi hồng / bỗng đem ném giữa sa trường bụi bay." (Chiêu Hồn ca, câu 23,24.) Riêng với Nguyễn Du, kinh nghiệm cá nhân về sự sụp đổ nhanh chóng của một thế gia danh môn vọng tộc như họ Nguyễn Tiên-điền phải là nỗi ám ảnh đến bàng hoàng không chỉ theo đuổi Tố-Như đến những ngày cuối.

Chốn âm cảnh mà Nguyễn Du hướng về ngót hai trăm năm trước không u tịch nhưng cũng chẳng phồn tạp khi trường hợp của kẻ liên can không ngoài sự ma chiết của hoàn cảnh và tham vọng của con người trong đó có sự dính líu tự nguyện của người trong cuộc. Nguyễn Thạch Giang và Trương Chính phân biệt tới 16 hạng oan hồn lạc loài trong cõi a tỳ (Nguyễn Du - niên phổ và tác phẩm, nxb Văn Hóa Thông Tin, 2001, tr. 458-459), từ kẻ "mũ cao áo rộng" đến phường "buôn nguyệt bán hoa", từ người trong "màn loan trướng huệ" đến những cô hồn lạc lõng bên đường, từ những trẻ hữu sinh vô dưỡng đến những kẻ ấu thời sớm chịu cảnh "lìa mẹ lìa cha". Đặc biệt là kinh nghiệm sụp đổ không chỉ riêng của một thế gia, một lần nữa, được nhắc đến như trường hợp điển hình của cuộc bể dâu. "Kìa những kẻ mũ cao áo rộng / ngọn

bút son thác sống ở tay / kinh luân găm một
túi đầy / đã đem Quán Cát lại ngày Y Chu
/ thịnh mãn lăm oán thù càng lăm / trăm
loài ma mô nắm chung quanh / ngàn vàng
khôn đổi được mình / lầu ca viện hát tan
tành còn đâu."

Riêng với Phạm Thiên Thư, khúc chiêu hồn
năm 1971, do tình thế và hoàn cảnh đương
thời, nên phải chứa đựng, trước nhất và đây
rất, những đau thương khổ nhục tụ kết
chưa xong, những ngậm ngùi chưa nguôi và
như thế, hiện thân lên nên trời áng mây
thành sừng sững vây chặt lấy số phận từng
người còn sống sót

*"hoặc oan uổng chốn quê lửa đạn
tai vạ bay hoạn nạn bỗng dưng
xóm thôn lửa ngát bùng bùng
sớm còn xum họp tối dưng lệ mờ
có kể gì trẻ thơ già cả
thẳng tay hờm súng nã thây phơi
bom bay đạn réo toi bời
thịt tan thành bụi xương rơi thành tàn
ruộng nứt nẻ khói oan chất ngát
bao gia đình còn mất nào hay
hoặc khi đặng đặng tù đầy
hoặc khi tưới cỏ bón cây đã rồi
hồn một lũ nổi trôi vơ vát
ngụt quê hương khí uất chưa tan
tụ về nên cũ vườn hoang
đèn sao le lói khóc than lạnh lùng
hoặc một hố chôn chung thịt nát
hoặc khe sâu từng loạt đầu phơi
vật vờ khắp chốn khắp nơi
chẳng com cúng vía chẳng lời tiếc than
nắm xương trắng Bắc Nam chẳng khác
thế Xuân Thu oán thác như nhau
thảm thay biển thảm còn đâu
màu da chủ nghĩa còn đâu đày mò."*

(Chiêu Hồn ca của Phạm Thiên Thư, câu 73-96.)

Phân khúc sau cùng nói trên dồi dào hơn
cả dành cho những nạn nhân của tham
vọng tương tàn. Người ta tưởng trong hồi
siêu độ dành cho những thân phận hẩm hiu
còn vang vang lời cáo tố.

Bản chiêu hồn 1971 nhắc đến những nạn
nhân trực tiếp của cuộc chiến đang tiếp
diễn, những cái chết diễn ra hằng ngày
trong nỗi khắc khoải của người dân cho một
tương lai bất định.

Đây cũng là điểm khác biệt trong nội dung
hai bản chiêu hồn và cũng là khác biệt giữa
thời đại hai xã hội chính trị tuy cùng kết
quả đau thương khiến lương dân phải gánh
chịu.

Bài chiêu hồn của Phạm còn không quên
nhắc đến một thành phần đặc biệt của xã
hội đương thời, những người cam chịu thiệt
thòi khi theo đuổi lý tưởng hay con đường
tranh đấu. Tám câu song-thất lục-bát phác
dựng lại hoàn cảnh, chí lớn của một lớp
người quả cảm, dấn thân thường bị bỏ quên
khi đại nghiệp đã thành. Lớp người chẳng
bao giờ nghĩ đến việc được xót thương như
những người không may khác. Họ được
sánh với anh linh tụ trên trời cao, vằng vặc
gương chính khí. "Lại anh em mỗi nơi lưu
lạc / chốn lửa hồng sống thác nào hay / cả
cười xưa hẹn chung tay / tạo nên gió bãi
chuyển xoay vận đời / giờ hoặc thân giữa
nơi khám lạnh / hoặc muối dưa ẩn lánh cửa
không / xót thay ! hồn chẳng yên lòng / nhớ
câu chính khí đèn chong lửa thần."

(Chiêu Hồn ca của Phạm Thiên Thư, câu 53-60.)

Có thể đây là điều đáng bàn lại với nhà thơ
khi đáng lẽ những lời dành cho họ phải
nằm trong một bài truy tán, thay vì trong
khúc điểm mê, chiêu tập chư vong về "nghe
kinh sám hối phá mê huyền lòng."

Điểm khác biệt nữa là bản chiêu hồn 1971
còn chiếu cố tới những khách má hồng mà
phận bạc, tưởng như là dấu vết tâm hồn của

một thời đại mà thi nhân thường tỏ ra là kẻ rộng rãi tiếc ngọc thương hoa. Có thể, cái lãng mạn của thi nhân đã vượt thắng tình chung. Nhưng tình thì kín đáo như hoàn cảnh đã xảy ra nên người lẽ ra được hoài niệm lại trở nên kẻ cần được điểm mê, cầu sám hối.

*"Lại nhớ ai áo ngân lệ ngọc
tưởng một mai kết tóc se duyên
trăng thu còn tỏ lời nguyện
bỗng dung một sớm hai miền âm dương
kẻ bụi cỏ bên đường mát xác
người hiền Tây ngơ ngác cười trăng
cuộc đời được bấy nhiêu năm
nửa ơi phận cũ, nửa rằng duyên sau
hồn buồn cũng rầu rầu ngọn cỏ
oan hồn xông lá gió vàng bay
âm dương cách trở nào hay
nén hương tâm nguyện mời ngay hồn về"*

(Chiêu Hồn ca của Phạm Thiên Thư, câu 61-71)

Người đã từng ngỏ lời kết ước với đức tin, những lời đẹp dịu dàng như lời tình tự phải là người đã vượt qua được ước thúc của ngôn ngữ và cả tập quán nữa. "Xưa em là chữ biếc, nằm giữa lòng cuốn kinh ... anh hóa thân làm mực, thấm vào cuốn kinh thơm / mai sau chờ nhau nhé, đầu thai vào kiếp hoa / chốn mây mờ phiêu bạt, chờ đợi chim hót ca." (Phạm Thiên Thư, ca từ Đạo ca 1: Pháp Thân.)

Có thể nghĩ, hơn là một khúc điểm mê - chứng tích một thời của con người với đức tin giữa thời ly loạn - bản chiêu hồn 1971 của Phạm Thiên Thư là con đường mặc khải ngắn nhất của con người với những giá trị còn đứng vững được trong cơn binh lửa và đổi dời. Những giá trị không giúp con người sống lại hay ấm no nhưng là những điều mà tâm hồn người cần vươn đến.

Điều đặc biệt nữa, bài Chiêu Hồn của Phạm Thiên Thư đề cập trước hết một lớp người, vì nhiều duyên cớ, tự xem là kẻ sinh bất phùng thời, phải tự chôn vùi thân thể. Lớp người luôn luôn chịu dần vật vì cho rằng thực tại không dung chứa được ước vọng bình sinh. Lớp người thường ôm nỗi bất bình, cho rằng đời hẹp lượng khi trí người thường hướng về điều cao cả. Đây là tâm trạng của lớp người thường mâu thuẫn, chán chường và luôn tỏ ra hoài nghi trước thực tại. "Đời họ bỏ ta rồi riêng gì kẻ ấy / Tình trót lằm trao hề Ta hỡi Ta ơi / Đốt lửa mê rồi hề về đâu chẳng vậy / Chới với hư vô hề ném xa hồn Người / Sao chiều xuống chênh song hề còn đau thân thể / Còn tủi bình sinh hề khi gió lên đây trời / Một giấc mơ hề chìm trong đáy chén / Bấy dầy tình hề thiêu trên lửa ngời ." (Vũ Hoàng Chương, Túy Hậu Cuồng Ngâm, 1943.)

Có thể xem là bóng dáng khúc tự tình khi nhà thơ họ Phạm dường như ít nhiều gửi gắm vào lớp người đặc biệt này của thời đại, lớp người có ý thức cao nhất về sự có mặt của mình giữa xã hội nhiều nhưng và phản ứng bằng cách tự cứu mang mâu thuẫn

*"Trời thăm thăm tầm tay khó với
tiếng than ngậm nào tới lâu ai
son hà giận chữa vờn vai
qua loa nắm đất chôn hoài chí cao
giận vì bị ném vào canh bạc
nẻo chính tà ngơ ngác vờ bay
hỏi trời, trời chín từng mây
hỏi người, người mãi Đông Tây thì thào..."*

(Chiêu Hồn ca của Phạm Thiên Thư, câu 25-32.)

(còn tiếp)





C huẩn bị bước sang năm mới là chu kỳ vận hành của trời đất. Bốn mùa tuần tự theo thời gian trôi qua. Tâm thức trước cảnh trí thiên nhiên, mỗi mùa tạo một sự kích thích trong đầu óc con người khác nhau. Mỗi mùa có vẻ đẹp riêng của nó. Và mùa xuân được ưa chuộng nhiều nhất do các yếu tố căn bản: Sắc xuân tươi thắm, vạn vật khai hoa, lập xuân khởi đầu một bước chuyển tiếp mới, một tân niên mà nhân loại muốn đến mau để thối đi những quá khứ với nhiều bất hạnh, không xứng ý. Tác động của ý đối với cảnh và thân phận con người lắm khi nó như vòng quay, xoay chuyển liên tục. Khổ nỗi tầm nhìn về vòng quay này lại giới hạn, bị động theo tiến trình luân chuyển của trời đất và xã hội, nên khi xuân đến, xuân đi chỉ còn đọng lại trong tâm tưởng sự hoài vọng và vấn vương khôn nguôi về cái đã qua và vọng hướng cái sẽ đến: Là mùa xuân.

Xuân sang tiêu biểu cho cây cối đâm chồi nảy lộc, sắc hoa rực rỡ xuân đó chỉ xảy ra ở những môi trường không có bóng dáng chiến tranh, không có hận thù, tranh đấu đâm đạp lên nhau, xem thường sanh mạng; lầy khổ đau của con người tô điểm cho vòng hoa chiến thắng của mình. Người đời đón xuân trong yên bình theo đúng tiêu chuẩn nhân gian định đặt. Nhưng xuân đó sẽ phai nhanh theo tiếng nhịp gõ thời gian, hay theo sóng đời bị ô nhòa bởi tính chất thô bạo của thời thế.

Sự thật về đời người là bức tranh u ám. Hiển nhiên là không hẳn, song không thể chối bỏ cái bấp bênh vô thường của đời người ngắn ngủi. Sự có mặt đó nhưng không biết vắng mặt đi lúc nào. Tin tức thời sự về chiến tranh, khủng bố, bệnh tật, thiên tai đã nói lên thực trạng bi thương. Nhớ lại lời dạy ban đầu của đức Thế Tôn về kết quả của cái khổ, nguyên nhân làm cho người đón đau hệ lụy, và làm sao chặn dứt căn nguyên của vấn đề mà thanh thản bước đi trong an bình tĩnh lặng, thoát khỏi mọi chi phối ràng buộc sinh cư nơi mà mọi người cùng chia sẻ cái nghiệp riêng và tác nghiệp chung của cộng đồng nhân loại .

Sống trong xã hội thanh bình, thịnh vượng, văn minh là một diễm phúc. Tuy nhiên cái óng ả ta thường thấy hàng ngày và sinh hoạt trong đó nếu nhìn đúng như thật về sự tồn tại của vạn pháp thì chúng chỉ là sự hào nhoáng nhất thời, dù sự hào nhoáng đó kéo dài đến bao thiên niên kỷ, rồi ra chúng sẽ không cưỡng lại định luật thay đổi của vũ trụ.

Hiểu rõ mọi hiện diện trên trần gian là tạm bợ mà thi thiết phẩm cách của mình sao cho phù hợp với luật tuần hoàn của trời đất; đồng thời phải hướng đến chân trời trong sáng tự tại để thấy đâu là đích thực mùa xuân.

Ý tưởng là đầu mỗi khi tiếp cận cùng vạn vật. Các đối tượng được thấy các hình tướng tâm tánh của chúng sanh nó có thật sự hiện hữu trong tâm ý của chúng ta? Vì thấy có, nên các tướng trạng xuất hiện theo cách nhìn riêng biệt phát sanh nhiều cảm giác khác nhau. Thương và ghét, thích hay không ưa chúng định thành ngay trong cảm quan suy nghĩ. Chất liệu này nuôi dưỡng ý thức sinh hoạt hàng ngày và các tệ đoan cũng từ đó xuất hiện theo cùng. Đây là sự lầm lạc về tri kiến thường nghiệm. Mọi tác nhân đều sinh xuất từ ý tưởng. Nhìn ý tưởng

là thực nên tranh chấp xảy ra, xã hội loài người lạc vào mê lộ tương tàn mà triển khai nguyên nhân bám víu vào tâm ý lâu dài nên các nghịch cảnh, nhân quả trở thành trùng trùng vô tận. Hành tinh này là nơi chiêu nghiệp và cũng chính là nơi giải nghiệp. Khác nhau ở chỗ hướng đi nào thực sự phù hợp với mình để hướng tới. Đoạn trường kiếp sống không do ai mang lại; trên hết bản thân mình gánh chịu mọi hậu quả từ nơi vô minh của tâm ý.

Ý được giải minh cho thấy chúng không nên tảng chắc thật, hiện hữu của chúng là phi thực. Từ căn bản này, lối nhìn của người có trí tuệ trực nhận rằng: Những gì tư tưởng quá quyết ta có nhiều thứ, quả thật là hư dối, hãy quét sạch mọi tà kiến về mình và các vật hữu.

Chuyển đổi ý tưởng vô minh là thể hiện kinh nghiệm trên bản thân về mặt tác ý. Một khi hiểu rõ mình và người đang hiện hữu quanh đây do nghiệp duyên thì khép kín loạn tưởng về pháp với tư duy đúng đắn và với cái tâm rộng mở; tìm phương hướng hoàn hảo đưa mình và người thoát khỏi bầu trời u ám của vọng tâm. Hiểu như thế là khơi dậy tình thương, là phát nguyện tăng trưởng Bồ đề tâm, nhìn mọi người với nhãn quan từ ái, lắng nghe dung hòa những tình huống khác biệt.

Ý tưởng về mình và người từ đây không còn vẫn đục, dẫn cho nhân sinh dày xéo mình đến mức độ nào xin đừng quên lời nói của Hermann Hesse.” Dù đau khổ đến mức độ nào, tôi cũng tha thiết yêu thương trần gian điên dại này.”

Hành động là chức năng quý báu phản ánh trung thực chiều sâu bên trong của mọi người. Hiểu hành động là làm việc... Hành động đó dù xảy ra ở dạng nào rất khó thoát khỏi mạng lưới vô hình của nghiệp thức. Hành động đem lại niềm an vui hay khổ lụy cho tha nhân, chúng thường bị đánh lừa bởi cảm giác. Cảm giác là kết quả như loại thuốc xoa vết thương ngàn đời của sanh tử. Dù có thỏa mãn mục đích hay từ ái thì hành động chính là phơi bày bản chất vọng động mê mờ khá rõ nét.

Nếu để hành động đi qua trong âm thầm mặc cảm; trong sự đề cao bản ngã, hay bất luận khía cạnh nào cần nghiêm chỉnh tìm hiểu thực chất của chúng. Tỏ rõ vấn đề này, mọi

hành động xảy ra trên cuộc đời làm tăng phần hy vọng. Thế nên hành động theo phương trời mùa xuân tâm linh không cứ là thời điểm nào hãy chú mục vào bây giờ, hiện tại để phát triển công hạnh qua sự thấu đạt.

Không tạo thêm nghiệp, luôn ý niệm làm lắng đọng phiền não, những điều chúng ta không mong đón đợi thì cũng đừng đem đến cho nhân sinh.

Giảm thiểu, khắc phục tâm ý sanh khởi làm tổn thương các loài. Nhờ công đức hiếu sinh giúp tăng tuổi thọ mà xuất sanh các công hạnh lợi nhân.

Tĩnh thức trên mọi hiện tượng của sanh tử và niết bàn. Hòa hòa với trạng thái bản nhiên.

Thi thiết công hạnh không nương tựa vào bất kỳ đối tượng nào. Chơn chất làm việc vì niềm vui và hạnh phúc của muôn loài.

Các mặt hành động như thế hãy để nó tự nhiên thấm sâu vào thân, khẩu, ý.

Như mùa xuân ta chuẩn bị bông hoa phẩm vật dâng cúng chư Phật và tổ tiên, ông bà cha mẹ. Làm được thân người không hề biết đến nguồn gốc của mình là một lầm lẫn. Cái biết đó là thể hiện lòng tri nhận với cuộc đời, trợ duyên cho việc nỗ lực hành động. Cũng như Tam Bảo là gốc rễ, nơi nương tựa của chúng sanh. Nền tảng này giúp mọi loài phát sanh trí tuệ, đoạn diệt vô minh, xóa tan dần vết tích cái tôi trong biển đời sống động.

Mùa xuân là sự gợi nhớ bao mùa đã đi qua hay chuẩn bị cưu mang cái sẽ tới? Thực ra mùa xuân trong sáng của tâm hồn được diễn đạt sâu sắc qua cái nhìn của ngài Mã Minh. “Tất cả các pháp không thể dùng danh từ để kêu gọi, không thể dùng lời nói để bàn luận, cũng không thể dùng tâm suy nghĩ được.” Chỉ khi nào Tâm và hành hợp nhất thì mùa xuân đích thực hiện hữu.

*“Xuân khứ bách hoa lạc,
Xuân đáo bách hoa khai.
Chớ bảo xuân tàn hoa rụng hết.
Đêm qua sân trước một cành mai.”*

(Mãn Giác Thiền Sư)

Xuân kỷ hợi 2019

Thích Nữ Tịnh Minh



HÀNH HƯƠNG

Thái lan - Bhutan

Tháng 10 / 2018

Chinh phục Tiger's Nest Monastery (Bhutan)

Tôi đã có dịp đi du lịch nhiều nơi, khám phá nhiều vùng đất lạ từ Âu sang Á nhưng đây là lần đầu tiên tôi được có mặt trong đoàn đi hành hương Thái Lan - Bhutan này. Chuyến hành hương thật đúng nghĩa của nó vì cùng đi với đoàn có Sư Trụ Trì Chùa Phổ Từ, Sư Cô Phổ Châu, hai Sư Cô nữa ở Tu Viện Kim Sơn và các bạn đạo đủ mọi lứa tuổi ở Úc Châu, ở Đan Mạch, ở Thụy Sĩ... Cả đoàn gồm hơn 50 người.

Mỗi buổi sáng, trên xe bus đi từ khách sạn tới điểm tham quan, là những lời cầu kinh cho một ngày mới an lành của tất cả chúng tôi với sự hướng dẫn của Thầy hoặc của các Sư Cô. Các buổi

ăn sáng và trưa hoặc tối cũng vậy, cũng là dịp để chúng tôi chia sẻ những suy nghĩ, những kinh nghiệm, những điều tai nghe mắt thấy trong ngày tham quan hôm đó. Bạn đạo rất khác với bạn đời. Chúng tôi rất thành thật và giúp nhau trong mọi tình huống. Các bạn còn rất trẻ, 25 - 35 tuổi, sẵn sàng kẹp nách, xách giỏ cho các người lớn tuổi đi cùng đoàn mà không đủ sức khỏe để cả đoàn chúng tôi đều tới được đỉnh núi cao. Các bạn đạo già, lứa tuổi 60 - 70 vừa đi vừa chỉ nhau cách leo núi sao cho khỏi bị trượt té, kinh nghiệm lợi bộ sao cho khỏi mệt....Qua chuyến hành hương này, tôi đã có thêm nhiều bạn mới. Chúng tôi hẹn nhau là sẽ gặp nhau nhiều nhiều nữa cho những chuyến đi sau.



Điểm nhấn của chúng tôi trong chuyến đi này là đến xứ Phật Bhutan.

Xứ Phật Bhutan:

Chỉ trừ các bác quá già, không thêm biết đến Internet mới không tìm hiểu về đất nước Bhutan trước khi tham gia chuyến hành hương. Đa số 55 người của chúng tôi đều biết Bhutan qua Google:

Đây là đất nước duy nhất đánh giá sự phát triển của đất nước họ bằng tổng chỉ số hạnh phúc quốc gia (GNH - Gross National Happiness) thay cho cách đánh giá bình thường của tất cả các nước khác trên thế giới : đánh giá bằng tổng sản lượng quốc nội (GDP – Gross Domestic Product).

Đây là một quốc gia Phật Giáo nhỏ ở dãy Hi Mã Lạp Sơn (Himalaya), nằm giữa Trung Quốc và Ấn Độ, được mệnh danh là “thiên đường hạ giới cuối cùng “ (The last Shangri-la). Ở đây không có lò mổ thịt, thịt phải nhập cảng, không sát sanh nên chó hoang ở khắp nơi. Các chú chó này rất hiền và thân thiện với tất cả mọi người .

Đây là một đất nước mà hạnh phúc đến từ cái nghèo, cái mà có thể chúng ta cho là lạc hậu. Mọi thứ đều rất chậm chạp... Nhưng xin mời các bạn hãy đến đây một lần để trải nghiệm một cách sống hoàn toàn khác .

Du khách muốn đến Bhutan phải có thị thực nhập cảnh và du lịch của một công ty lữ hành trong nước hoặc đối tác quốc tế .

Tiếng Anh là ngôn ngữ bắt buộc ngay từ các lớp của bậc tiểu học. Chúng ta sẽ không gặp khó khăn trong giao tiếp khi đến với Bhutan .

Thật vậy, có tới đây rồi mới thấy Bhutan là một quốc gia thật đặc biệt, mang dáng vẻ cổ xưa, cả nước không có một toà cao ốc nào. Kiến trúc rập khuôn theo một mẫu thiết kế nhất định từ dinh thự, chùa chiền, nhà nhà và... ngay cả nhà vệ sinh công cộng ! Đường xá nhỏ & hẹp, nhiều khúc cua, nhiều ngã rẽ... nhưng đẹp và thanh bình rất giống các con đường quê ở Miền Tây của Việt Nam. Thủ

đô Thimphu không sử dụng đèn giao thông nhưng tuyệt đối an toàn (một tuần ở Bhutan không thấy một tai nạn giao thông nào). Ngoài đường phố, mọi người, kể cả trẻ nhỏ học mẫu giáo, mặc quốc phục thật chỉnh tề . Họ thật hiền hoà. Đây là quốc gia đầu tiên trên thế giới cấm sử dụng thuốc lá và cũng là quốc gia sử dụng truyền hình miễn phí . Món ăn chủ đạo của Bhutan là ớt. Trên khắp mọi mái nhà, ớt được phơi khô, sẽ dùng nấu cùng với tất cả mọi món ăn như một loại rau. Đông trùng hạ thảo là đặc sản nổi tiếng của Bhutan. Ai rời Bhutan cũng mang về đông trùng hạ thảo tươi hoặc các sản phẩm chế biến như trà, bánh Phi trường Paro của Bhutan là một trong mười phi trường đẹp và nguy hiểm của thế giới. Đẹp & thơ mộng thì dĩ nhiên rồi , còn tại sao lại nguy hiểm? Bởi vì nó bị kẹp giữa hai dãy núi Hi Mã Lạp Sơn dài hơn 18 ngàn bộ , phi cơ rất khó cất và hạ cánh. Muốn hạ cánh, phi công phải luôn lách qua các ngọn núi với gió núi rất mạnh và trên nóc các căn nhà để cuối cùng sẽ hạ xuống một đường băng nhỏ và hẹp. Vì sự khắc nghiệt như thế nên phi cơ chỉ được hạ cánh vào ban ngày, khi thời tiết thật tốt để mắt các phi công được nhìn thấy thật rõ. Qua nghiên cứu từ Google tôi được biết chỉ có 8 phi công giỏi được cấp phép hạ và cất cánh ở phi trường Paro này. Biết được điều này nên buổi chiều ngày 21 tháng 10/2018,



trên đường bay từ Bangkok đến Bhutan, cả đoàn hành hương chúng tôi háo hức để nhìn thấy cho được đỉnh Everest và tài hạ cánh của viên phi công! Thật là một trải nghiệm tuyệt vời, chỉ có được khi đến Bhutan !

Tiger's Nest (Hang Hổ):

Hang Hổ nằm cheo leo trên một vách núi dựng đứng, 3000 mét cao hơn so với mực nước biển và hơn 914 mét phía trên thung lũng Paro. Tổ hợp thiền viện được khởi công vào năm 1692 xung quanh hang động Taktsang Senge Samdup nơi tương truyền rằng Thiên Sư Guru Rinpoche đã ngồi thiền trong 3 năm, 3 tháng, 3 ngày và 3 giờ vào thế kỷ thứ 8. Thiên sư là người có công truyền bá đạo Phật và cũng là vị thần bảo hộ đất nước Bhutan. Cấu trúc của Hang Hổ ngày nay thay đổi nhiều sau trận hoả hoạn năm 1998 và sau nhiều lần xây sửa lại. Đến Hang Hổ bằng hai cách: tự leo núi suốt đoạn đường hoặc lớn tuổi như tôi thì dùng ngựa vượt qua nửa đoạn đầu. Cứ hai hoặc ba con ngựa thì có một người nài dẫn dắt. Dừng chân ở coffee – house chỗ nửa đường. Từ chỗ này, chúng ta đã có thể ngắm Hang Hổ thật đẹp, ngoạn nghể trên vách núi sừng sững. Những người sức khoẻ yếu đều được khuyên phải dừng chân tại đây, đợi các bạn đồng hành leo núi tiếp, khi họ quay lại thì sẽ cùng về. Đoạn

đường sau đó mỗi người tự leo núi với hai cây gậy hỗ trợ. Ngựa không đi tiếp được vì rất dễ trượt chân! Trên đường đi ai cũng thán phục Thầy Từ Lược. Thầy không nhờ ngựa, tự đi hết đoạn đường, lại đến nơi sớm nhất! Hỏi bí quyết, Thầy bảo rằng, cứ thông thả đi, đừng quan tâm còn bao lâu nữa sẽ tới đích. Bái phục Thầy! Sư Cô Phổ Châu cũng tự đi suốt đoạn đường. Sư Cô giỏi thật nhưng dĩ nhiên vì Sư Cô còn trẻ mà ! Đây là những tấm gương vượt khó cho cả đoàn hành hương của chúng tôi.

Hơn hai giờ đồng hồ vượt gian nan, có lúc quá mệt, tôi nghĩ tới khi trở về không biết mình có đủ sức khỏe để xuống núi không? Ước gì có chiếc trục thăng rước về ??? Trên đường đi, bao nhiêu người quá mệt, nằm lăn kênh trên đường đá gồ ghề, thở hổn hển ...

Đến Bhutan mà chưa đến Hang Hổ thì xem như chưa đến Bhutan. Bản thân tôi tự rút ra kết luận: “Tôi đã tới được đỉnh của Tiger's Nest. Vậy, không còn địa điểm du lịch nào hiểm trở trên thế giới này mà tôi không thể đặt chân tới”.

Tôi có quá tự tin không ?!

Dù sao, qua chuyến hành hương Thailand – Bhutan 2018, với tôi, là một trải nghiệm sinh động không thể nào quên, sẽ theo tôi suốt cuộc đời.



*“Đường đi không khó vì ngăn sông, cách núi
Mà khó vì lòng người ngại núi, e sông”*



*Hayward, tháng 3/2019
Diệu Mỹ - Nguyễn Thị Phi Phượng*

THẮNG THUA



Có một hòa thượng lên núi chặt củi, trên đường trở về, ông phát hiện cậu thiếu niên nọ đã bắt được một con bướm và đang cố gắng khom hai bàn tay lại để giữ cho nó khỏi bay.

Nhìn thấy người tu hành, cậu cất lời: “Thưa hòa thượng, cháu và ngài đánh cược một ván được không?”

Hòa thượng hỏi lại: “Cược thế nào?”

“Ngài đoán xem con bướm trong tay cháu sống hay chết? Nếu ngài đoán sai, bó củi sẽ thuộc về cháu”, – cậu thiếu niên trả lời.

Vị hòa thượng nọ đồng ý và đoán: “Con bướm trong tay cháu chết rồi.”

Cậu thiếu niên cười lớn đáp: “Ngài đoán sai rồi.” Nói đoạn, cậu mở tay ra, con bướm từ trong bay lên.

Hòa thượng nói: “Được, gánh củi này thuộc về cháu.” Nói xong, ông đặt gánh củi xuống, vui vẻ bước đi.

Cậu thiếu niên không biết vì sao hòa thượng lại có thể vui vẻ đến như vậy nhưng nhìn gánh củi trước mặt, cậu ta cũng không để tâm lắm mà vui vẻ gánh gánh củi về nhà.

Nhìn thấy con về, người cha liền hỏi số củi đó ở đâu ra, cậu mới đem chuyện kể lại cho cha nghe.

Nghe hết câu chuyện của con trai, đột nhiên ông nói, giọng giận dữ: “Con ơi là con! Con hồ đồ quá rồi! Con nghĩ là mình đã thắng sao? Ngay cả khi con đã thua, con cũng không hề biết mình đã thua đấy.”

Lời cha nói khiến cậu con trai ngỡ ngàng, không hiểu gì. Người cha liền ra lệnh cho cậu ta gánh bó củi lên vai, hai cha con mang củi đến trả cho nhà chùa.

Nhìn thấy vị hòa thượng nọ, người cha liền cất tiếng: “Thưa thầy, con trai tôi đắc tội với thầy, xin thầy lượng thứ.”

Hòa thượng gật đầu, mỉm cười nhưng không nói gì.

Trên đường trở về nhà, cậu thiếu niên sau một khoảng thời gian băn khoăn cuối cùng cũng đã nói ra những nghi vấn trong lòng.

Người cha thở dài, nói: “Vị hòa thượng đó cố ý đoán con bướm chết, như thế con mới thả nó ra và thắng được gánh củi. Nếu ông ấy nói con bướm còn sống, con sẽ bóp chết con bướm và con cũng sẽ thắng cược. Con cho rằng vị hòa thượng đó không biết con tính toán gì sao? Người ta thua một bó củi nhưng đã thắng được thứ giá trị hơn rất nhiều, đó là lòng từ bi. Còn con, con đã thua, đã để mất thứ quý giá đó mà chẳng hề hay biết.”

Câu chuyện có thể rất đơn giản nhưng đó là bài học cho chúng ta trong cuộc sống. Thắng, thua, thành, bại là những chuyện thường xuyên giầy vò cuộc sống của con người.

Có những lúc chúng ta tự cho rằng mình đã thắng nhưng trên thực tế, có khi chúng ta đã thua nhiều hơn mà chẳng hề hay biết.

Nguyễn Thọ (sưu tầm)



HÌNH ẢNH ĐẠO TRÀNG
Sinh Hoạt tại **PHỔ-TỬ**







BÁO CÁO SINH HOẠT TẠI TRUNG TÂM TU HỌC PHỔ TRÍ

Thưa Quý Vị,

Mùa xuân đang về trên vùng đất hiền lành của Trung tâm Phổ Trí, Vacaville, với hình ảnh cây xanh, nắng mới, ấm áp tình người.

Chúng tôi rất lấy làm hoan hỷ, xin chia sẻ với Quý vị và bạn hữu một số sinh hoạt dưới đây:

1. Với lòng biết ơn, xin tán thán công đức quý Đạo hữu ở địa phương đã đến tu tập và góp sức làm công quả, tu bổ cơ sở cũng như tham gia các chương trình tu tập hàng tuần. Đến nay, mỗi Chủ nhật, dưới sự hướng dẫn của Sư cô Phổ Tường, đạo tràng đã sinh hoạt đều đặn, với phần Phật pháp, tụng kinh cầu nguyện, lớp tiếng Việt cho thiếu nhi và cơm trưa thân mật.

Gần nhất là ngày tu học hàng tháng do Thầy Nhuận Trí đến thuyết giảng, cùng chư Tăng Ni làm lễ Tụng giới, quá đường rất trang nghiêm, vui vẻ.

2. Nhà thầu DHD cũng đã khởi công để nới rộng căn nhà, làm thành phòng ăn và sinh hoạt cho khoảng 60 người. Phí tổn là 200,000 Mỹ kim và dự trù hoàn tất trong năm nay. Tới đây, Đạo tràng sẽ tổ chức buổi cơm chay gây quỹ xây dựng Trung tâm



Phổ Trí ở Vacaville vào ngày **Chủ Nhật, 23 tháng 6 năm 2019**, lúc 3 giờ chiều. Kính mời Quý Vị tham dự để ủng hộ Tăng thân, cùng góp tay phụng sự Tam bảo.

3. Ngoài các buổi lễ Phật đản, Vu Lan để đáp ứng nhu cầu tín ngưỡng cho Phật tử, Trung tâm Phổ Trí sẽ tiếp tục tổ chức khoá Tập Hạnh Xuất Gia vào cuối tuần Thứ Bảy và Chủ Nhật, 14 và 15 tháng 9 năm 2019 để đào tạo giới xuất gia. Đặc biệt, trong dịp này sẽ có Thượng toạ Thích Thông Triết, Viện chủ Thiền viện Chánh Giác ở Oklahoma City đến hướng dẫn phần thiền tập, giảng pháp cho tứ chúng.



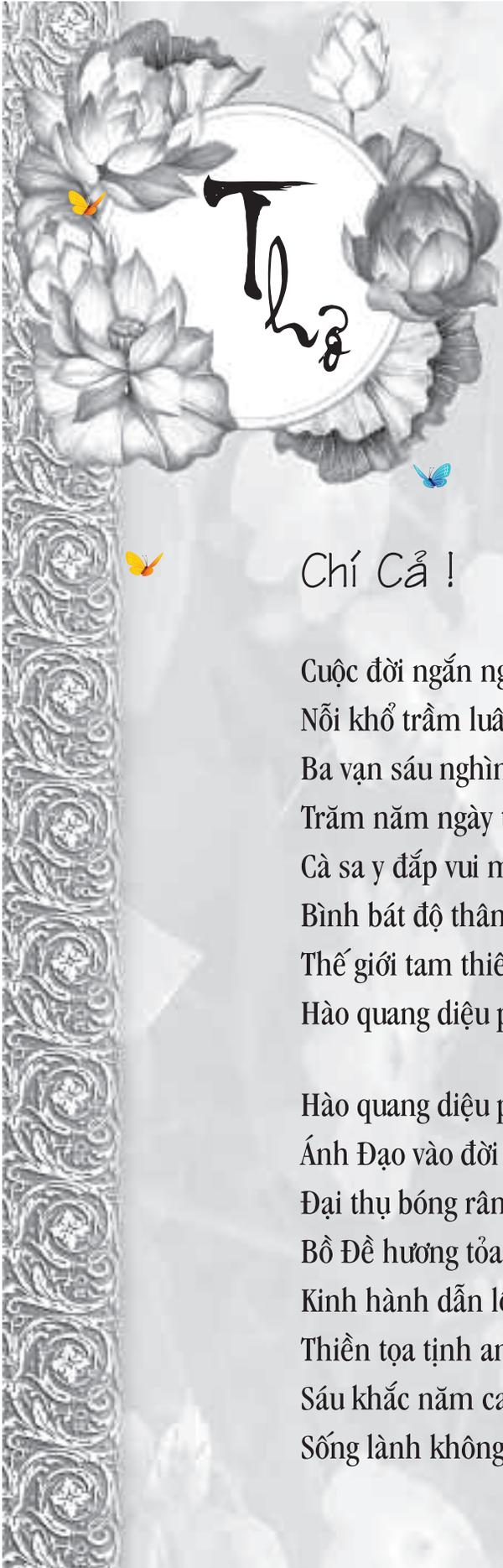
4. Phần tu học cho các bạn ngoại quốc nói tiếng Anh cũng đạt được kết quả khả quan. Anh John Chân Địa An cho biết, chúng ta đã tổ chức các ngày Quán Niệm (Days of Mindfulness) hai tháng một lần được 4 năm, với hai lễ Quy y truyền giới cho người Mỹ. Về phía tổ chức GDPT, đây cũng là nơi tu học thường xuyên cho Huynh trưởng và Đoàn sinh. Vào ngày Chủ Nhật 28 tháng 4 này, Ban Hướng Dẫn miền Thiện Minh sẽ tổ chức ngày Tu học cho các đơn vị đang sinh hoạt tại miền Bắc California.

Chúng tôi xin chân thành cảm tạ mọi sự hỗ trợ của tất cả Quý vị. Cầu nguyện hồng ân Tam Bảo gia hộ tất cả chúng ta và mọi người tạo được nghiệp lành, chóng thành Phật quả.

Trân trọng,

Thích Từ Lực





Thầy

Kính dâng Thầy !

Chí cả không màng điều lợi dưỡng
Tâm thành quyết sống kiếp thanh cao

Chánh Đức

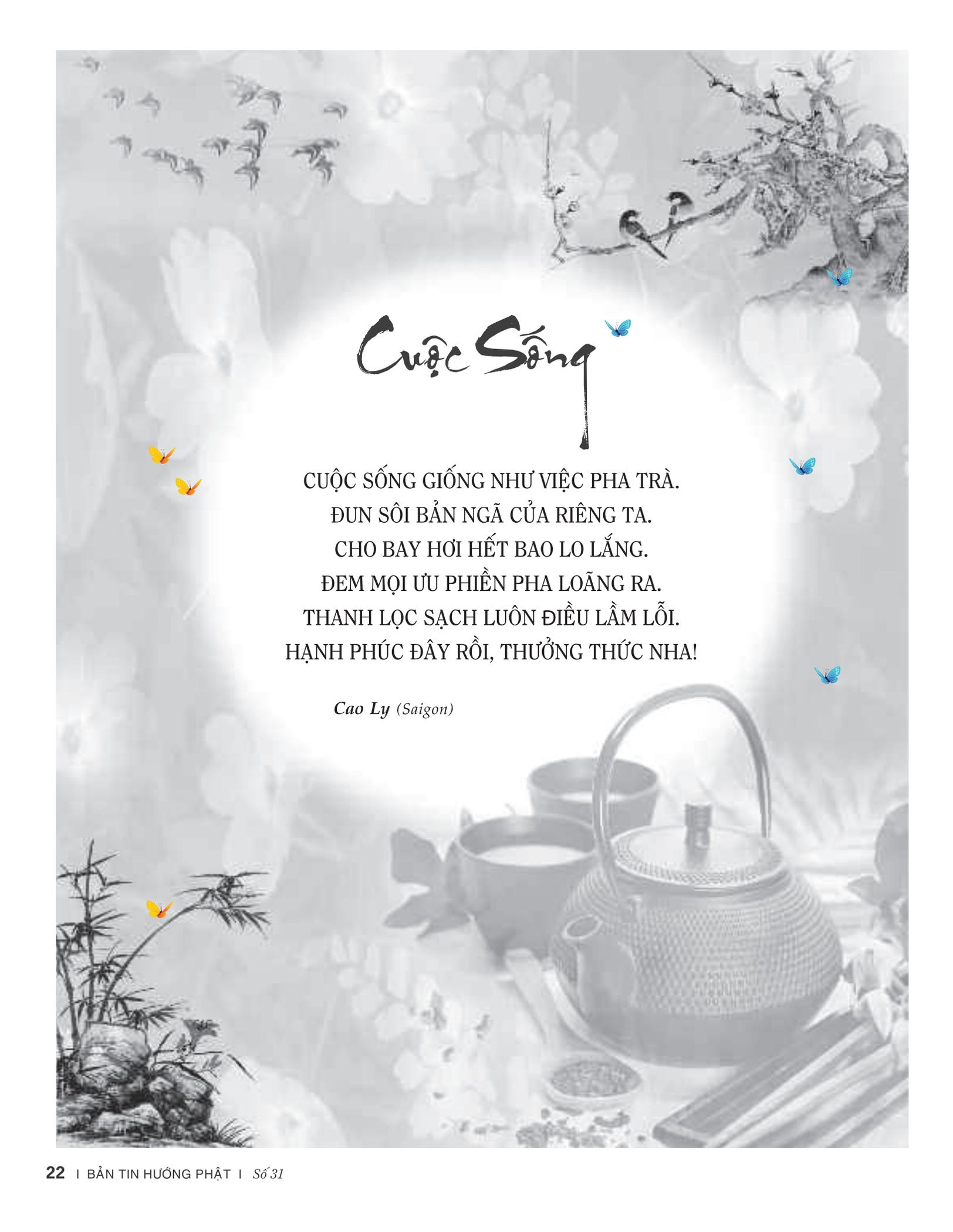
Chí Cả !

Cuộc đời ngắn ngủi có là bao
Nỗi khổ trầm luân khiến nghẹn ngào
Ba vạn sáu nghìn trong mộng ảo
Trăm năm ngày tháng cõi trần lao
Cà sa y đắp vui mùi đạo
Bình bát độ thân chí hướng cao
Thế giới tam thiên vằng thái tử
Hào quang diệu pháp lặn ba đào

Hào quang diệu pháp lặn ba đào
Ánh Đạo vào đời đẹp biết bao
Đại thụ bóng râm che nóng khổ
Bồ Đề hương tỏa chấn trần lao
Kinh hành dẫn lối người si ám
Thiền tọa tịnh an kẻ cống cao
Sáu khắc năm canh luôn chánh niệm
Sống lành không nhiễm cảnh lao xao

Chánh Đức





Cuộc Sống

CUỘC SỐNG GIỐNG NHƯ VIỆC PHA TRÀ.
ĐUN SÔI BẮN NGÃ CỦA RIÊNG TA.
CHO BAY HƠI HẾT BAO LO LẮNG.
ĐEM MỌI ƯU PHIỀN PHA LOÃNG RA.
THANH LỘC SẠCH LUÔN ĐIỀU LẦM LỖI.
HẠNH PHÚC ĐÂY RỒI, THƯỜNG THỨC NHA!

Cao Ly (Saigon)

Những nẻo quan hà

Mọi việc dù lớn hay nhỏ cũng cần có duyên khởi để thành tựu, kể cả chuyện liên quan đến văn chương. Hay nói cho rõ hơn, việc được đọc bộ hồi ký đồ sộ của bác Khương Hữu Điều gửi cho cũng không ngoài chữ duyên ấy.

Mối duyên vào lúc thịnh thời khoa học đã được khởi đầu bằng lá thư điện tử (e-mail), được đánh dấu bằng tình cảm đơn sơ nhưng hồn nhiên của vị lão ông đã quá tuổi bát thập. Buổi đầu, Bác Điều đã thân tình gọi tôi là "ông bạn Thích Từ-Lực."

Ngay tối hôm nhận sách, bộ hồi ký "Đông và Tây", bản Việt ngữ, bác gửi cho, đã lôi cuốn tôi đọc luôn một mạch 200 trang tập 1. Hai trăm trang mới chỉ là sự khám phá ban đầu cuộc hành trình phong phú của cuộc đời một con người xuất sắc. Sinh trưởng tại một vùng quê miền Tây, có cơ hội trau dồi học vấn đến bậc cao tại những học đường nổi tiếng ở Hoa Kỳ, và có những đóng góp đáng kể trong lãnh vực xây dựng kinh tế nước nhà vào giai đoạn éo le và phũ phàng nhất của lịch sử.

Đặc điểm thứ nhất mà người đọc nhận ra nơi người-kể-chuyện-mình, không chỉ là những thăng trầm phải trải qua và nỗ lực gần như phi thường để vượt thắng, sự tự tin mạnh mẽ vào năng lực và sự cần cù làm việc, mà khi ở tuổi xế bóng, còn là ý thức về sự gặp gỡ trong tư tưởng giữa Đông và Tây về sự hữu hạn của cuộc đời. Điều này gợi cho lớp người đi sau những suy nghĩ đúng đắn về sự có mặt giữa đường đời muôn ngã truân chuyên, bên cạnh điều tác giả cuốn hồi ký đã gửi gắm. *Cuộc đời tôi, từ thuở trung niên cho đến lúc lão niên là một cuộc hành trình, không tìm mà gặp, cái đáp số cho cái nhận định này. Quyển sách mà quý bạn sắp đọc là câu chuyện kỳ thú về Đông và Tây của một cậu học trò sinh ra ở phương Đông, lớn lên ở phương Đông và phương Tây và sẽ nằm xuống ở phương Tây. Tôi chưa bao giờ viết sách trong đời, thế sao ở tuổi 80 tôi lại làm việc này? Khi con người đã sống tới ngưỡng cửa "nhân sinh lão lai tài tận" như câu ngôn ngữ Trung Hoa hay "cát bụi cũng trở về với cát bụi" như triết lý phương Tây, con người thường tìm về với quá khứ.* (trang vi).

Đặc điểm thứ nhì của tập sách là sự thể hiện quan niệm viết hồi ký của Bác. Hồi ký không chỉ là sự trần thuật của ký ức mà còn cho thấy cách diễn đạt một nếp sống, một quan niệm sống của tác giả. Không tìm đâu xa, chúng ta có thể tìm thấy ngay ở cái cách Bác chọn người bạn đời như một thử thách không mấy khó khăn giữa quan niệm gia đình và cá nhân, giữa cái mới và cái cũ.

ĐỌC SÁCH

ĐÔNG

GẶP

TÂY

CỦA

KHƯƠNG HỮU ĐIỀU

Phương châm ta có câu: “Dò sông dò biển dễ dò, nào ai có thước để đo lòng người.” Nhờ vào câu này, tôi đã can đảm nói với ba má tôi là tôi sẽ tự chọn vợ cho mình. Đây là lối xử trí gần với văn hóa phương Tây hơn là với phong tục Á Đông. Tôi sẵn lòng đi gặp những cô gái do ba má tôi giới thiệu nhưng tôi sẽ là người quyết định chọn lựa. Tôi cảm thấy vui vẻ và nhẹ nhàng khi ba má tôi chấp thuận ý kiến của tôi. Thực ra, ba má tôi cũng nhận rằng chưa chắc ông bà sẽ chọn vợ đúng cho tôi vì tôi có ảnh hưởng lối sống ở ngoại quốc sau bao năm độc lập và thành công bên Mỹ (trang 278).

Đặc điểm thứ ba của tập hồi ký là một vấn đề xã hội quan trọng được đặt ra, không chỉ cho riêng Bác Điều, mà cho một tập thể rộng lớn, không chỉ riêng với người Việt có chung hoàn cảnh như chúng ta mà với cả những thành phần dân tộc khác ở trong cảnh định cư bên ngoài đất mẹ. Bác viết “Khi ôn lại tất cả những kỷ niệm theo lộ trình đặc biệt qua thời gian và không gian, đối với tôi vẫn còn hấp dẫn và đồng thời còn có thêm một cuộc hành trình nội tại khác trong tâm trí tôi. Đó là sự biến đổi tiệm tiến của tôi trong tiến trình thích nghi và hội nhập kỳ thú với chánh sách “melting

pot” của người Mỹ - một phong cách sống hiểu như trong cái “nồi thập cẩm” hợp chung mọi thứ lại.”

Điều Bác Điều vừa nêu đúng là một thực tại hiển nhiên với mức độ khó khăn khác biệt tùy theo hoàn cảnh mỗi người và ngay cả trong việc thích nghi và hội nhập với xã hội mới, không phải ai cũng đều ý thức được một cách rõ rệt như nhau trong tiến trình.

Ngoài ra, chúng ta có thể đã tự mâu thuẫn khi một mặt, xem tiến trình thích nghi và hội nhập là cần thiết, mặt khác, về mặt tâm lý và tình cảm, vẫn muốn duy trì sắc thái, tình tự dân tộc, chưa kể điều này cũng là điều được xã hội khuyến khích.

Như thế, vấn đề được đặt lại trong hồi ký của Bác Điều là sự nhắc nhở lần nữa về một vấn đề liên quan đến ý nghĩa cuộc sống mà chúng ta hằng nghĩ đến bằng việc hoàn thiện.

Kinh nghiệm được dần trải trong hồi ký là kinh nghiệm của một người tâm huyết, có ý thức rõ rệt về sự đóng góp cho cuộc đời, cho đất nước và trước hết là ý thức về cứu cánh của sự trau dồi tri thức. Bác đã quyết định về lại quê hương sau bốn năm du học và ba năm làm việc ở ngoại quốc với đồng



lượng rất hậu. Kinh nghiệm của Bác có lẽ cũng là nỗi trăn trở nơi một số người trước thúc đẩy tâm lý.

Khoảng 5 năm trước, tôi có một người cháu du học ở Nhật bản, Osaka University, và khi sắp tốt nghiệp, cháu P. cũng thường thắc mắc, hỏi ý kiến của tôi về chuyện tương lai. Tôi cũng có góp ý với cháu là nên theo tinh thần nhà Phật: sống ở đời, mình nên mở rộng lòng cống hiến, giúp đỡ người khác thì tâm mới thật sự an vui, và mới cảm thấy cuộc đời thêm ý nghĩa.

Nhưng, điều tôi xem là đáng lưu tâm hơn cả nơi bác Diệu là tình tự dân tộc xuất hiện ở Bác được ngự trị trong chốn sâu thẳm của tâm hồn, là sự nâng niu từng vóc dáng, tiếng nói, thú vui, đời sống tinh thần và vật chất của xóm làng, được thể hiện có ý nghĩa trong một phần không nhỏ giữa khối dữ kiện và hình ảnh cực kỳ phong phú của cuốn sách.

Tình cảm ấy trở thành ngọn lửa nhiệm màu dành cho quê hương khi người thanh niên Khương Hữu Diệu đặt chân trở về, xem thời gian du học nơi trời Tây không khác gì "một thời kỳ hưởng thụ đời sống xa hoa, xa cách một nước Việt Nam đang điêu linh trong chinh chiến." Kinh nghiệm của người trở về sau một giấc mơ dài, giấc mơ của Rip Van Winkle, khi phải chạm trán với thực tại đáng buồn trước mắt.

Tình cảm ấy cũng đã khiến Bác Diệu có cái nhìn sâu sắc hơn về thực tại xứ sở, nằm trong cuộc phân tranh ý thức, là "sự chạm trán kinh hoàng về mặt văn hóa và văn minh của phương Đông và phương Tây khi đôi bên gặp nhau." Một thực tại mâu thuẫn với ước vọng về sự giao tiếp giữa Đông Tây trên căn bản hợp tác và hiểu biết mà Bác hằng mưu cầu tha thiết.

Việc bác Diệu truy tầm ký ức vào năm tháng định mệnh của đất nước, làm tôi chạnh lòng không thể không nhắc đến

phận mình. Nhưng trước hết xin hãy nghe Bác Diệu tâm sự trong lần rời xa quê nhà lần đầu, khởi sự con đường mở rộng cho tương lai trước mắt. Những bước đi cũng làm rung động lòng người đọc vì mang theo hoài bão và ước mong không chỉ riêng của người đi.

Bạn ơi!

Quan hà xin cạn chén ly bôi

Ngày mai tôi đã đi xa rồi

Lời ca và tiếng nhạc trên bồng trở về bên tôi như nhắc nhở quá khứ giản dị, êm đềm. Tôi liên tưởng đến những chuyến đi và tâm trạng người đi lẫn người ở lại. Năm Bác Diệu du học ở Mỹ cũng là lúc tôi vừa ra chào đời trên quê hương xứ Huế. Bác kể thật rõ chuyến đi xa quê lần đầu như muốn gửi vào bao nhiêu ước mơ. *Để chuẩn bị cho chuyến đi đến Tân Thế Giới, tôi mua những đồ vật thật tốt để đem theo trong va li. Vào năm 1952, nhà buôn Grand Magasin Charner, GMC, của Pháp là thương xá tốt và lớn nhất thành phố Sài Gòn. Nơi đó, tôi tìm được cái va li nhẹ và tân tiến nhất sản xuất bên Pháp. Lúc đó, mỗi hành khách đi máy bay chỉ được đem theo tối đa 20 kí lô hành lý thay vì 50 cân Anh như ngày nay. Tôi được tặng chiếc máy chụp hình hảo hạng hiệu Rolleiflex và một đồng hồ đeo tay Omega của gia đình. (trang 137)*

Lớn lên, tôi cũng có những chuyến đi dù không xa lắm, chưa ra khỏi lũy tre làng, nhưng sự sôi sục trong lòng, cũng như mong muốn tìm thấy một chân trời mới mà mình không định trước được, thì tuổi trẻ cũng như nhau. Tôi bỏ nhà đi hoang ở tuổi 16, vào quân đội hai năm sau đó. Và vào những ngày cuối cùng của nền đệ nhị cộng hòa, năm 1975, thì Bác Diệu và tôi, cùng với khoảng 130,000 người khác cũng lên đường tỵ nạn. May mắn, chúng tôi đến được bến bờ tự do sau những khổ cực trên đường đi.



Tôi theo đơn vị sư đoàn 1 Bộ binh, đi từ Huế vào Đà-Nẵng, sau đó, do may mắn tình cờ, đến được Cam-ranh, tiếp tục xuôi Nam vào Vũng-tàu. Ra trình diện ở Phước-Tuy, và cuối cùng ngồi trên một tàu buôn do chính quyền Hoa kỳ mượn để chở người di tản đợt đầu đang có mặt ở hải phận quốc tế.

Còn gia đình bác Điều có mặt trên chuyến bay, đến trại tỵ nạn Pendleton trước tôi 12 ngày. Vào ngày định mệnh 23 tháng 4, 1975, khi tôi sắp sửa lên xe tới Bộ Kinh Tế để họp hàng tuần thì một nhân viên cho biết tôi có điện thoại khẩn cấp từ nhà gọi đến. Tôi trở lại văn phòng làm việc của tôi trên lầu hai. Ở đầu dây bên kia, Marie, vợ tôi, nói người cháu rể của tôi tên Tom Forbes là nhân viên giải mã của tòa đại sứ Mỹ đang có mặt ở nhà chúng tôi và muốn nói chuyện với tôi. Tom yêu cầu tôi về nhà gấp để gặp anh ta và tuyệt đối từ chối không nói thêm gì nữa cả. Khi tôi về đến nơi, Tom có vẻ lo âu và đưa tôi một lá thư có ghi địa chỉ ngôi biệt thự CIA dùng làm địa điểm an toàn để di tản khẩn cấp. (trang 395).

Phần tôi đến trại Ft. Chaffee vào ngày 5-5 năm đó.

Sau khi ra khỏi trại tỵ nạn, tôi về định cư tại San Francisco, bắt đầu chuyện học. Rồi tôi đi tu. Con đường trước mặt đã chuyển hướng là con đường đạo lý, phụng sự con người về phương diện tâm linh. Trên bước đường hoằng pháp, tôi đến nhiều nơi. Có lần trong ba tháng hè, đi qua 20 tiểu bang bằng nhiều phương tiện. Những chuyến đi giúp tôi nhìn lại mình với mong ước và mơ ước tuyệt vời là tìm cách giúp người bớt khổ.

Nói cho cùng, đời người là những chuyến đi, xa gần. Mục đích, lý do lên đường có khác nhau nhưng tựu chung đều quy về việc xem sự gieo rắc, phát triển tình thương là lẽ sống

*Ta đã đến nhường cơm sẻ áo
Dem tình thương trang trải đến muôn nhà
Để thế gian mãi mãi vẫn đơm hoa
Cho nhân loại hát bài ca nhân ái.*

— Thích Quảng Hiếu

Riêng với bác Điều, những chuyến đi, dù đến Đông hay Tây, đều là những cuộc lên đường cho tìm tòi, cho hiểu biết, cho đóng góp hữu ích. Với nỗ lực hiếm có trong việc trau dồi tri thức, kiến thức và đóng góp đáng kể trong việc thực thi sở đắc chuyên môn, Bác đã tự vạch được con đường đi tới cho chính mình với tự tin của người nắm vững được phương hướng, và trong cách riêng, nối liền Đông-Tây trong việc học hỏi, trao đổi và cảm thông. Và, Bác đã hoàn tất trong một cơ duyên hãn hữu trên đời. Còn gì mãi nguyện cho bằng việc hài lòng với những thành tựu và đạt được tâm an lạc của con người minh triết.

Xin trân trọng kính tặng tác giả, đôi câu từng làm nhan đề cho hai quyển sách của tôi, cũng nói về những chuyến đi đem lại ý nghĩa cho cuộc đời và ích lợi cho tập thể

*Vạn dặm rong chơi, đường rộng mở
Ngàn năm phiêu bạt, một lối về.*

Xin được hân hạnh góp lời đến quý độc giả về bộ sách nhiều giá trị, “Đông gặp Tây” của Khương Hữu Điều, gồm có hai tập, với nhiều dữ liệu lịch sử, cũng như chan chứa tấm lòng của tác giả muốn gửi gắm cho thân nhân, bạn bè và thế hệ tiếp nối. Riêng ấn bản Anh ngữ với nhan đề “East Meets West” Journey through War and Peace from the Mekong River to San Francisco Bay, đã được ra mắt trước.

Một lần nữa, xin cảm ơn Bác Điều rất nhiều về nhã ý gửi tặng bộ sách, cùng với sự tin tưởng, cho phép tôi viết đôi lời cùng bạn đọc xa gần. Hy vọng, Bác không thất vọng trước những lời giản dị nhưng chân thành của một người đọc quý trọng Bác. Xin cầu chúc Bác Khương Hữu Điều và Gia đình có những ngày tháng thong dong, an vui trong cuộc sống.

Hayward, ngày 15 tháng 4 năm 2019

Thích Từ-Lực



Transforming anger to create peace
Taming the Tiger



Calming our anger isn't easy, but it's always possible

by Quang Ly

Inside the meditation center, life is calm. Outside, it's a different story. The recurring theme of fiery anger—taunting, trolling, flaming—burns hotter today than ever, on social media, internet memes, talk shows, and even personal conversations. The rules of civility and good manners that most of us were taught as children are often defeated by personal attacks and political mud-slinging.

It's very stressful, but what can we do about it? How can we stand against social injustice and “fight” for the survival of our planet and the well-being of all of us who live on it without getting caught up in all of that anger?

Berkeley's Buddhist Peace Fellowship, founded in 1978 to “serve as a catalyst for socially engaged Buddhism,” recognizes today's anger problem as so crucial that it offers a six-week online class called, “U Mad? Wisdom for Rageful Times.” The premise of the course—taught by Dharma teachers from multiple lineages—is that injustices make us angry, which can be a powerful call to action, but rage is useless unless it's transformed into wisdom and compassion. The teachers offer guidance on specific practices. (For more information about the class, go to bpf.org/u-mad.)

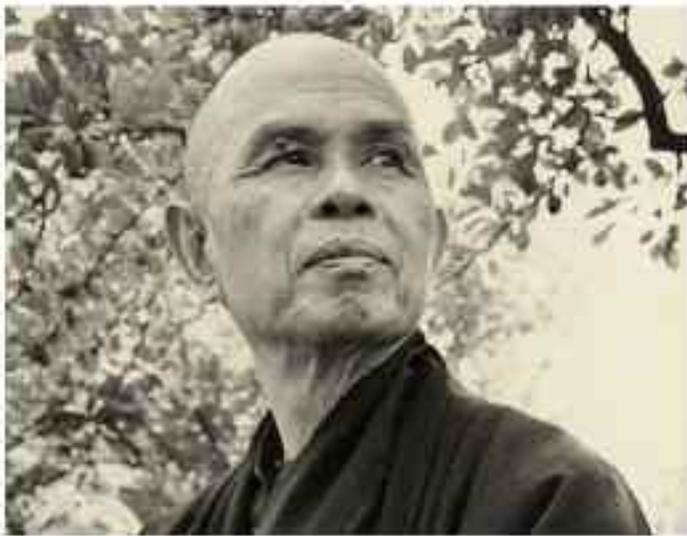
Thich Nhat Hanh's timeless book, “Anger: Wisdom for Cooling the Flames,” provides every lesson we'll ever need to know about anger—how to care for it, listen deeply, pause,

breathe, and create space to allow it to be transformed into compassion. One of the book's most powerful chapters, “No Enemies,” teaches us that whatever we do or say to others, we do and say to ourselves. The anger, fear, frustration, and violence we perceive in the other person are also in us. Looking deeply, we can see that we are the same. *We are not enemies.* Thay's experience in war-torn Vietnam allowed him to see that truth very clearly, and it remains vitally true today.

*“When you drop bombs on your enemy,
you drop the same bombs on yourself,
on your own country.
During the war in Vietnam,
the American people suffered just as much
as the Vietnamese people.
The wounds of war are as deep in America
as in Vietnam.”*

—Thich Nhat Hanh

Today, with our country so sharply divided, it is a perfect time to read that wonderful book again and practice deeply to transform our anger. ❀



Avoid Consuming Anger

*Excerpted from Thich Nhat Hanh's
"Anger: Wisdom for Cooling the Flames"*

In the teaching of the Buddha, we learn that our body and mind are not separate. Our body is our mind, and, at the same time, our mind is also our body. Anger is not only a mental reality because the physical and the mental are linked to each other, and we cannot separate them. ... We have to take very good care of our body if we want to master our anger. The way we eat, the way we consume, is very important.

The food that we eat can play a very important role in our anger. Our food may contain anger. When we eat the flesh of an animal with mad cow disease, anger is there in the meat. But we must also look at the other kinds of food that we eat. When we eat an egg or a chicken, we know that the egg or chicken can also contain a lot of anger. We are eating anger, and therefore we express anger.

Nowadays, chickens are raised in large-scale modern farms where they cannot walk, run, or seek food in the soil. They are fed solely by humans. They are kept in small cages and cannot move at all. Day and night they have to stand. Imagine that you have no right to walk or to run. Imagine that you have to stay day and night in just one place. You would become mad. So the chickens become mad.

In order for the chickens to produce more eggs, the farmers create artificial days and nights. They use indoor lighting to create a shorter day and a shorter night so that the chickens believe that twenty-four hours have passed, and then they produce more eggs. There is a lot of anger, a lot of frustration, and much suffering in the chickens. They express their anger and frustration by attacking the chickens next to them. They use their beaks to peck and wound each other. They cause each other to bleed, to suffer, and to die. That is why farmers now cut the beaks off all the chickens, to prevent them from attacking each other out of frustration.

So when you eat the flesh or egg of such a chicken, you are eating anger and frustration. So be aware. Be careful what you eat. If you eat anger, you will become and express anger. If you eat despair, you will express despair. If you eat frustration, you will express frustration.

We have to eat happy eggs from happy chickens. We have to drink milk that does not come from angry cows. We should drink organic milk that comes from cows that are raised naturally. We have to make an effort to support farmers to raise these animals in a more humane way.

We also have to buy vegetables that are grown organically. It is more expensive, but, to compensate, we can eat less. We can learn to eat less. ☸



Twitter Wisdom from @DalaiLama

His Holiness the Dalai Lama tweets about anger

"The first drawback of anger is that it destroys our inner peace; the second is that it distorts our view of reality. If we think about this and come to understand that anger is really unhelpful, that it is only destructive, we can begin to distance ourselves from anger."

"Anger and fear undermine our immune system, while warm-heartedness brings peace of mind. Therefore, just as we teach children to comply with physical hygiene for the good of their health, we should also counsel them in a kind of hygiene of the emotions."

"Anger may seem to be a source of energy, but it's blind. It causes us to lose our restraint. It may stir courage, but that too is blind."

"Anger destroys our peace of mind and causes trouble. It also hampers our ability to function properly."

"Anger and aggression sometimes seem to be protective because they bring energy to bear on a particular situation, but that energy is blind. It takes a calm mind to be able to consider things from different angles and points of view."

"Forgiveness is how we put a stop to anger, ill-will, and a desire for revenge." ☸



Discourse on the Five Ways of Putting an End to Anger

*Translation by Thích Nhất Hạnh
from the Madhyama Agama No. 25 [1]*

I heard these words of the Buddha one time when he was staying in the Anathapindika Monastery in the Jeta Grove near the town of Shravasti.

One day the Venerable Shariputra said to the monks, "Friends, today I want to share with you five ways of putting an end to anger. Please listen carefully and put into practice what I teach."

The bhikshus agreed and listened carefully. The Venerable Shariputra then said, "What are these five ways of putting an end to anger?"

"This is the first way. My friends, if there is someone whose bodily actions are not kind but whose words are kind, if you feel anger toward that person but you are wise, you will know how to meditate in order to put an end to your anger.

"My friends, say there is a bhikshu practicing asceticism who wears a patchwork robe. One day he is going past a garbage pile filled with excrement, urine, mucus, and many other filthy things, and he sees in the pile one piece of cloth still intact. Using his left hand, he picks up the piece of cloth, and he takes the other end and stretches it out with his right hand. He observes that this piece of cloth is not torn and has not been stained by excrement, urine, sputum, or other kinds of filth. So he folds it and puts it away to take home, wash, and sew into his patchwork robe. My friends, if we are wise, when someone's bodily actions are not kind but his words are kind, we should not pay attention to his unkind bodily actions, but only be attentive to his kind words. This will help us put an end to our anger.

"My friends, this is the second method. If you become angry with someone whose words are not kind but whose bodily actions are kind, if you are wise, you will know how to meditate in order to put an end to your anger.

"My friends, say that not far from the village there is a deep lake, and the surface of that lake is covered with algae and grass. There is someone who comes near that lake who is very thirsty, suffering greatly from the heat. He takes off his clothes, jumps into the water, and using his hands to clear away the algae and grass, enjoys bathing and drinking the cool water of the lake. It is the same, my friends, with someone whose words are not kind but whose bodily actions are kind. Do not pay attention to that person's words. Only be attentive to his bodily actions in order to be able to put an end to your anger. Someone who is wise should practice in this way.

"Here is the third method, my friends. If there is someone whose bodily actions and words are not kind, but who still has a little kindness in his heart, if you feel anger toward that person and are wise, you will know how to meditate to put an end to your anger.

"My friends, say there is someone going to a crossroads. She is weak, thirsty, poor, hot, deprived, and filled with sorrow. When she arrives at the crossroads, she sees a buffalo's footprint with a little stagnant rainwater in it. She thinks to herself, 'There is very little water in this buffalo's footprint. If I use my hand or a leaf to scoop it up, I will stir it up and it will become muddy and undrinkable. Therefore, I will have to kneel down with my arms and knees on the earth, put my lips right to the water, and drink it directly.' Straightaway, she does just that.

My friends, when you see someone whose bodily actions and words are not kind, but where there is still a little kindness in her heart, do not pay attention to her actions and words, but to the little kindness that is in her heart so that you may put an end to your anger. Someone who is wise should practice in that way.

"This is the fourth method, my friends. If there is someone whose words and bodily actions are not kind, and in whose heart there is nothing that can be called kindness, if you are angry with that person and you are wise, you will know how to meditate in order to put an end to your anger.

"My friends, suppose there is someone on a long journey who falls sick. He is alone, completely exhausted, and not near any village. He falls into despair, knowing that he will die before completing his journey. If at that point, someone comes along and sees this man's situation, she immediately takes the man's hand and leads him to the next village, where she takes care of him, treats his illness, and makes sure he has everything he needs by way of clothes, medicine, and food. Because of this compassion and loving kindness, the man's life is saved.

Just so, my friends, when you see someone whose words and bodily actions are not kind, and in whose heart there is nothing that can be called kindness, give rise to this thought: 'Someone whose words and bodily actions are not kind and

in whose heart is nothing that can be called kindness, is someone who is undergoing great suffering. Unless he meets a good spiritual friend, there will be no chance for him to transform and go to realms of happiness.' Thinking like this, you will be able to open your heart with love and compassion toward that person. You will be able to put an end to your anger and help that person. Someone who is wise should practice like this.

"My friends, this is the fifth method. If there is someone whose bodily actions are kind, whose words are kind, and whose mind is also kind, if you are angry with that person and you are wise, you will know how to meditate in order to put an end to your anger.

The Five Ways

- *Meditate mindfully in the present moment, observing anger but not participating in it.*
- *Notice the other person's kindness, and overlook their unkindness.*
- *Practice lovingkindness meditation, putting your enemies first.*
- *Understand the cause and effect of anger, and approach the issue or problem with patience*
- *Substitute something positive for the negative. If a person's action angers you, find the positive in the situation and focus on that.*

"My friends, suppose that not far from the village there is a very beautiful lake. The water in the lake is clear and sweet, the bed of the lake is even, the banks of the lake are lush with green grass, and all around the lake, beautiful fresh trees give shade. Someone who is thirsty, suffering from heat, whose body is covered in sweat, comes to the lake, takes off his clothes, leaves them on the shore, jumps down into the water, and finds great comfort and enjoyment in drinking and bathing in the pure water. His heat, thirst, and suffering disappear immediately.

In the same way, my friends, when you see someone whose bodily actions are kind, whose words are kind, and whose mind is also kind, give your attention to all his kindness of body, speech, and mind, and do not allow anger or jealousy to overwhelm you. If you do not know how to live happily with someone who is as fresh as that, you cannot be called someone who has wisdom.

"My dear friends, I have shared with you the five ways of putting an end to anger."

When the bhikkhus heard the Venerable Shariputra's words, they were happy to receive them and put them into practice. ❀

Practical Buddhist Solutions

Buddhist teachings are very practical. The Buddha said, "Conquer anger by non-anger. Conquer evil by good. Conquer miserliness by liberality. Conquer a liar by truthfulness." Modern teachers weigh in with some practical solutions of their own.



Pema Chödrön

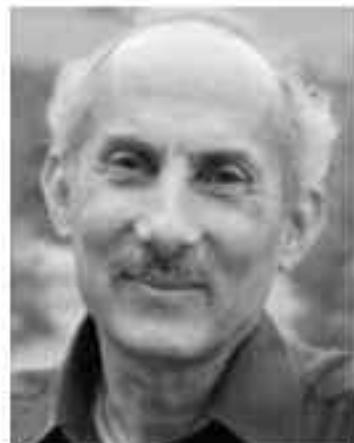
Anger has a hook, she told Bill Moyers in a 2006 interview. "You don't want to let go. There's something delicious about finding fault with something. And that can be including finding fault with one's self ... That's what I mean by hooked." Imagine you are a fish and

you see a hook. "It has this juicy worm on it and you know the consequences aren't going to be good. But you cannot resist," she said. A practical solution is patience. The moment you recognize that you are feeling angry, "You stop and wait," she said. "You also have to shut up, because if you say anything it's going to come out aggressive, even if you say, 'I love you.'"

Jack Kornfield

"We must learn the difference between reaction and response," he wrote on his website. "When we're in a hurry and the toast burns, we can react by fuming or hitting the counter, or we can feel our frustration and put in another piece of bread. When someone cuts us off in traffic, we can angrily retaliate by racing up to them shouting, trying to get back at them, or we can breathe and let it go. When we are criticized, when we are betrayed, we don't have to reinforce the pain of the situation by adding to the pain with our reaction.

"It's like two arrows, the Buddha said. The first arrow is the initial event itself, the painful experience. It has happened; we cannot avoid it. The second arrow is the one we shoot into ourselves. This arrow is optional. We can add to the initial pain a contracted, angry, rigid, frightened state of mind. Or we can learn to experience the same painful event with less identification and aversion, with a more relaxed and compassionate heart." ❀



CHÙA PHỔ-TỪ
Compassion Meditation Center

17327 Meekland Avenue
Hayward, CA 94541-1308
Tel: (510) 481-1577
www.chuaphotu.net

NONPROFIT ORG
U.S. POSTAGE

PAID

HAYWARD, CA
PERMIT NO. 525



Phiếu Ủng Hộ

Tôi tên là: _____

NAME

Địa chỉ: _____

ADDRESS

Điện thoại: _____

Email: _____

phát tâm đóng góp tịnh tài trong việc kiến tạo Trung Tâm Tu Học Phổ-Trí, theo cách thức dưới đây:

Cúng dường: \$ _____ Mỹ kim.
DONATION

Xin ủng hộ các Phật sự dưới đây:

Cúng dường \$ _____ để thỉnh tượng Quán Âm thờ lại chùa Phổ-Từ.

Cúng dường \$ _____ để hộ trì Tam Bảo.

Cúng dường \$ _____

Mọi sự đóng góp đều được khấu trừ miễn thuế theo luật định. Số Tax ID của chùa Phổ-Từ (Compassion Meditation Center) là: 94-3342636.

Chi phiếu xin gửi về: **Chùa Phổ-Từ**

17327 Meekland Avenue, Hayward, CA 94541