

Vượt thoát hệ lụy

*Pháp Thoại của Sư ông Làng Mai, ngày 14.12.2006 tại Xóm Thượng,
chùa Pháp Vân, Làng Mai, khóa an cư kết đông*

Cái Học người tu

Kính thưa đại chúng,

Hôm trước chúng ta có nói đến chánh niệm như một năng lượng mà mỗi người trong chúng ta đều có khả năng chế tác. Công dụng của chánh niệm là nhận diện, trước hết là nhận diện một cách đơn thuần. Ví dụ như khi ngồi, chúng ta biết rằng chúng ta đang ngồi; năng lượng cho mình biết mình đang ngồi đó là chánh niệm. Khi đang đi, mình biết là mình đang đi; năng lượng cho mình biết mình đang đi đó là chánh niệm. Trong khi bực bội, gắt gỏng mà mình biết là mình đang bực bội, gắt gỏng, thì năng lượng cho mình biết là mình đang bực bội, gắt gỏng đó là chánh niệm. Mình đang còn sống mà biết rằng mình đang còn sống, đó là chánh niệm. Có nhiều người đang sống nhưng không biết là mình đang sống; đến khi sắp chết rồi, họ mới biết là họ chưa bao giờ từng sống hết. *Niệm* là một trong ba nguồn năng lượng mà người tu phải chế tác. Người nào không biết chế tác ba nguồn năng lượng đó thì không phải là người tu, dầu là người tu trong truyền thống Đạo Bụt hay trong truyền thống Cơ Đốc giáo. Ba nguồn năng lượng này trong Đạo Bụt gọi là “*Tam Vô Lậu Học*”. Đó là *Niệm, Định, Tuệ*. Có khi chúng ta nói: *Giới, Định, Tuệ*. Nhưng tại Làng Mai chúng ta biết rằng *Giới* chẳng qua là *Niệm* mà thôi.

Chữ *Học* trong “*Tam Vô Lậu Học*” có nghĩa là *rèn luyện*, là *công phu tu tập*; nó không có nghĩa là chất chứa kiến thức như ngoài đời. Chúng ta phải phân biệt chữ *Học* trong đạo Bụt với chữ *Học* ở ngoài đời. *Học* ngoài đời tức là dùng trí năng để thu thập kiến thức, còn

chữ *Học* trong đạo Phật có nghĩa là thực tập, công phu, rèn luyện. Chữ *Học* này được dịch từ chữ “*sikṣa*” (như trong *sikṣamāṇa*) nghĩa là thực tập. Những người *Sa di ni*, sau một thời gian thực tập, được trao cho sáu giới *Sikṣamāṇa* (*Thức Xoa Ma Na*), tức là sáu Học Pháp để thực tập, rèn luyện. Tiếng Anh gọi “*sikṣa*” là “*training*”, chứ không phải “*learning*”. Khi chưa thành công, vẫn còn thực tập thì gọi là “*Hữu Học*”. Khi thực tập thành công rồi, thì gọi là “*Vô Học*” – “*Vô học*” không có nghĩa là không biết gì hết. Ngoài đời, “*vô học*” có nghĩa là “không có educated, không có học vấn”. Trong khi đó, chữ “*Vô Học*” trong đạo Phật lại có một giá trị rất lớn, nghĩa là người đã thực tập xong rồi, đã rèn luyện xong rồi, khỏi phải thực tập nữa, gọi là “*Vô Học*”.

Ý nghĩa của chữ *Học* là như vậy. Cho nên, đi học Kinh điển trong trường Trung cấp Phật học hay trong Học viện Phật giáo, cái học đó không phải là chữ *Học* này. Cái học đó là thu thập kiến thức còn cái học này là áp dụng điều mình hiểu trong đời sống hằng ngày. Học đây là thực tập. “*Tam Học*” được gọi là “*Three Trainings*” chứ không phải là “*Three kinds of learning*”.

“*Vô Lậu*” có nghĩa là thoát ra khỏi vòng hệ lụy. Mình đi vòng vòng trong thế giới của hệ lụy, sầu thương, giận hờn, tuyệt vọng, tham đắm. Đôi khi mình gắng leo lên, được một chút thì rớt trở lại trong cái vòng đó. Mình thoát ra không được, xa lìa không được. Thế giới của hệ lụy, của khổ đau, của phiền giận, của hận thù... gọi là thế giới “*Hữu Lậu*”. Thoát ra được rồi thì mình có tự do lớn, không bao giờ còn muốn rơi trở lại trong thế giới hữu lậu nữa. Đó gọi là “*Vô Lậu*”. *Vô lậu* là không bị rơi vào trở lại, không bị lọt vào trở lại.

Năng lượng nào vớt mình ra khỏi thế giới hệ lụy? Đó là ba loại năng lượng: *Niệm, Định và Tuệ*. Tinh ba của đạo Bụt là ba nguồn năng lượng này. Nếu mình không có đủ



ba nguồn năng lượng này, thì đừng nói đến chuyện vượt thoát ra khỏi thế giới hệ lụy. Đời sống hằng ngày của mình là để chế tác ba nguồn năng lượng đó.

Ba Nguồn Năng Lượng

Nguồn năng lượng đầu tiên là *Niệm*. *Niệm* tức là năng lượng giúp cho mình biết cái gì đang xảy ra: Đang đi, biết mình đang đi; đang ngồi, biết mình đang ngồi; đang ăn, biết mình đang ăn; đang thở, biết mình đang thở. Riêng về chuyện thở thôi, Đức Thế Tôn đã dạy rất nhiều. Một Kinh nói về hơi thở có tên là “*Quán Niệm Hơi Thở*”. Khi mình thở vào, thì biết là mình đang thở vào. Khi mình thở ra, thì biết là mình đang thở ra. Khi mình thở vào có hạnh phúc, thì biết là mình đang thở vào có hạnh phúc. Chữ “*An Ban Thủ Ý*” (*Anapanasati*) có nghĩa là như vậy. *Sati* có nghĩa là *Niệm*. Còn “*anapana*” là “*hơi thở vào, hơi thở ra*”. Ý thức được hơi thở vào hơi thở ra, gọi là “*anapanasati*”. Ngày xưa Tổ Tăng Hội dịch “*Anapanasati*” là “*An Ban Thủ Ý*”. “*Thủ ý*” tức là ý thức được, lấy tâm ý, lấy chánh niệm mà nhận diện rằng: “À, mình đang thở vào. À, mình đang thở ra”.

Vì vậy, người tu là phải biết nhận diện. Nhận diện những gì đang xảy ra trong cơ thể của mình gọi là *Niệm Thân*. Nhận diện những cảm thọ của mình: vui, buồn, hay không vui không buồn; dễ chịu, khó chịu, hay không dễ chịu - không khó chịu, thì đó gọi là *Niệm Thọ*. Chúng ta có 51 tâm hành: buồn, giận, hy vọng, sầu, khổ... những tâm hành bất thiện, những tâm hành thiện, và những tâm hành trung tính; mỗi khi tâm hành nào phát hiện thì mình nhận diện nó. Khi giận thì mình biết là mình giận, khi buồn thì mình biết là mình buồn, khi tham đắm thì mình biết là mình tham đắm, khi

thảnh thơi thì mình biết là đang thảnh thơi. Đó là nhận diện tâm hành hay *Niệm Tâm*.

Kinh dạy về *niệm thân*, gọi là “*Kinh Niệm Thân*” (*Kayagatasati*). Hơi thở thuộc về thân, cho nên niệm hơi thở thuộc về niệm thân. Trở về nhận diện những gì xảy ra trong cơ thể gọi là niệm thân. Khi có khả năng niệm thân rồi, thì mình sẽ có khả năng niệm thọ. Những cảm thọ: dễ chịu, khó chịu, vui, buồn xảy ra trong người mình, mình đều nhận diện được hết. Năng lượng giúp cho mình nhận diện đó là chánh niệm, *mindfulness*, tiếng Pali là *sati*, tiếng Phạn là *smṛti*. Khi 51 tâm hành tuần tự phát hiện mà mình nhận diện ra được, thì đó gọi là niệm tâm. Niệm tâm có nghĩa là niệm tâm hành. “*Citta saṃskāra*” là *tâm hành*. Trong truyền thống của mình, có ít nhất là 51 tâm hành: tham, sân, si, mạn, nghi, kiến, phần, hận, phú, đố, tật, san, cuồng, siểm, hại, kiêu, v.v... (tâm sở bất thiện); tín, tầm, quý, vô tham, vô sân, vô si, cần, khinh an, bất phóng dật, bất hại, v.v... (tâm sở thiện). Mỗi khi một tâm hành xuất hiện thì mình phải có khả năng nhận diện: “Ah, Good morning!”, “Hello, I know you!”, “Ta biết anh là ai!” Đó gọi là *nhận diện đơn thuần*; và người tu phải làm được chuyện đó.

Đối tượng thứ tư của sự nhận diện là *Pháp*. Pháp này không có nghĩa là giáo pháp. Pháp này có nghĩa là những *đối tượng của nhận thức*, những *đối tượng của tri giác*. *Tri giác* là một danh từ tâm lý học, tiếng Anh gọi là *perception*, danh từ Phật học là *tưởng*. Tưởng tức là “*saṃjñā*”, tri giác. Thí dụ mình nhìn lên cái bảng trắng, thì cái bảng trắng này là một *pháp*, đối tượng của tri giác. Khi mình nhìn trời xanh, thì trời xanh là đối tượng của tri giác. Khi mình nhìn một sư em của mình, biết đó là sư em của mình, thì đó là đối tượng của tri giác, của tưởng. Khi tri giác đó đúng thì không sai, nhưng khi nó sai, thì đó là vọng tưởng. Vọng tưởng tức



là không nhận diện được thực tại: trắng mà cho là đen, đúng mà cho là sai, khổ mà tưởng là vui, vui mà tưởng là khổ. Nhận thức đảo ngược với thực tại gọi là *vọng tưởng điên đảo*. Điên đảo nghĩa là lộn ngược lại, tiếng Anh là *upside down*.

Đối tượng của chánh niệm gồm bốn lĩnh vực, tiếng Pali là “*Patthana*”, dịch là *Xứ*. Bốn lĩnh vực của chánh niệm gọi là “*Tứ Niệm Xứ*” (*The Four Foundations of Mindfulness*).

Niệm, Định, Tuệ là tinh ba của sự thực tập. Hễ có *Niệm* là bắt đầu có *Định*. Ví dụ như khi nhìn bông hoa này, mình ý thức “À, đây là một bông hồng. Bông hồng màu vàng”. Mình *nhận diện* được cái bông hồng màu vàng này, thì tự nhiên mình *chú tâm* vào nó. Vì vậy, trong *Niệm* có mầm mống của *Định*. Và nếu mình liên tục chú tâm tới đối tượng đó, thì *Định* sẽ càng lúc càng mạnh. *Niệm* chuyên chờ *Định*. Khi *Định* có mặt rồi, thì trong lòng *Định* có *Tuệ*. *Định* chuyên chờ *Tuệ*. Trong *Kinh Pháp Bảo Đàn* có một câu có ý rất hay; Tổ nói rằng: “*Định và Tuệ, đừng tưởng đó là hai cái. Định tức là Tuệ*”. Ví dụ như *Định* về vô thường, *Định* về vô ngã, *Định* về tương tức đều chính là *Tuệ*. Câu trong *Kinh Pháp Bảo Đàn* đó cho chúng ta thấy rằng trong *Định* đã có sẵn *Tuệ* rồi. Thành ra đừng có dùng *Định* để đi tìm *Tuệ*. Cứ an trú trong *Định* và làm cho *Định* hùng hậu, thì *Tuệ* sẽ tự nhiên hiển lộ và phát triển.

Cố nhiên, nếu trong *Niệm* có *Định*, thì trong *Niệm* cũng có *Tuệ*. Nếu trong *Định* có *Niệm*, thì trong *Định* cũng có *Tuệ*. Một cái chứa đựng được cả ba cái, gọi là “*tương dung*”. Nhìn vào trong một cái mình thấy có cả ba cái. Hễ có chánh *Niệm* là bắt đầu có *Định* và có *Tuệ*. Thí dụ khi mình thở vào và có ý thức: “À mình đang thở vào”, thì ngay trong hơi thở vào đó, mình có luôn cả *Niệm, Định, và Tuệ*. Đó đã là Giác Ngộ rồi. *Tuệ* tức là Giác Ngộ. Cho nên, giác ngộ không phải là cái gì phải đi kiếm xa lắm. Hễ thở vào một hơi mà biết là mình đang thở vào hơi đó, an trú được trong hơi thở vào đó, thì hơi thở vào đó có đủ *Niệm, Định, và Tuệ*. Và, cứ như vậy mà đi tới thì *Niệm, Định, Tuệ* sẽ lớn lên. Hạnh phúc càng ngày càng lớn, tự do càng ngày càng lớn. Khi mình đi thiền hành mà mình ý thức được tròn đầy bước chân, tâm không suy nghĩ gì hết, những bước chân của mình hoàn toàn nằm trong chánh niệm, thì mỗi bước chân như vậy có mang theo cả *Niệm, Định, và Tuệ*. Điều đó có nghĩa là *Tam Vô Lậu Học* có ngay trong từng hơi thở, từng bước chân. Công phu là chỗ đó. Cứ làm cho miên mật thì sẽ thoát khỏi cái vòng hệ lụy mà mấy ngàn năm, mấy ngàn kiếp nay mình chưa thoát ra được.

Khả Năng Buông Bỏ

Ba nguồn năng lượng *Niệm, Định, Tuệ* có khả năng vớt mình ra khỏi thế giới của hệ lụy. Nhưng cái gì đã ngăn

không có cho mình sử dụng ba nguồn năng lượng đó? Đó là sự bận rộn. Sự bận rộn là trở ngại lớn nhất của người tu.

Khi đọc lại tiểu sử của Tổ Nhất Định, người khai sinh ra chùa Từ Hiếu, mình thấy có một điểm son. Điểm son của Tổ Nhất Định không phải là Ngài được làm Tăng Càng nhiều chùa Vua. Điểm son của Ngài không Phải là Giới Đạo Độ Diệp, được Vua và các quan sùng kính, rồi được làm trụ trì hết chùa này đến chùa kia. Điểm son của Tổ Nhất Định là tới cái tuổi suýt soát sáu mươi thì Ngài cương quyết thoát ra. Ngài đã tìm cách xin với Vua để trả hết tất cả những ngôi chùa kia để về núi Dương Xuân, dựng một cái am ở một mình, với bà mẹ. Một người được trọng vọng, được cung kính, có nhiều lợi lộc, quyền danh như vậy, mà chỉ trong vòng một niệm là buông bỏ được, thoát ra được. Đó là điểm son của Tổ Nhất Định. Cố nhiên là lên đồi Dương Xuân, Ngài chỉ cất một cái am tranh thôi. Ngài đi với hai người đệ tử, hai thầy trẻ mới thọ đại giới. Ba thầy trò cuộc đất trồng khoai. Hồi đó, ở xung quanh chùa Từ Hiếu hoang vu lắm, không phải như bây giờ. Có nhiều vị quan trong triều đình nhớ Ngài và tìm lên. Thấy Ngài sống cực khổ quá, họ tội nghiệp. Trong khi đó, Ngài hạnh phúc quá chừng. Chưa bao giờ Ngài hạnh phúc như vậy. Tại vì Ngài đã buông bỏ tất cả. Ngài được sống một mình với hai người đệ tử, cuộc đất trồng khoai, và được sống với bà mẹ “*chuối ba hương, xôi nếp một, đường mía lau*”. Các quan xin với Ngài để lập chùa cho “*có tiện nghi*”. Ngài nói: “*Thôi thôi, tiện nghi tôi có quá nhiều rồi. Chính tôi đi kiếm cái này*”. Và Ngài cương quyết không cho các quan lên lập chùa. Cứng đường cái gì Ngài cũng trả lại hết. Điểm son của Tổ Nhất Định là chuyện đó. Và mình, con cháu Từ Hiếu, phải hãnh diện là mình có một vị thầy như vậy: Vất công danh, phú quý, địa vị dễ dàng như vất một đôi dép cùn. Cái đó là điểm son của Ngài, chứ không phải là cái lâu thông tam tạng Kinh điển, hay những chức vị và sự sùng kính của Vua và các quan. Đến ngày giỗ Tổ, để xưng tán công hạnh của Tổ thì phải nói điểm đó.

Đi trở lui trong lịch sử, mình thấy có nhiều chuyện tương tự, và mình rất lấy làm hãnh diện vì chư Tổ đã làm được những chuyện đó.

Thực Tập Thả Bò

Có một mùa xuân, Bụt đi khất thực với bốn năm mươi thầy. Đó là một buổi sáng rất đẹp. Ông trưởng giả kia ra lệnh cho tất cả các công nhân của ông đem bò ra cày ruộng. Ông ta có đến ba ngàn con bò và bao nhiêu là công nhân để cày ruộng. Trưởng giả có nghĩa là ông nhà giàu, có rất nhiều đất ruộng, và nhất là có nhiều bò. Ngày xưa, tài sản của một người được đo bằng bò hơn là bằng đất ruộng. Ở Texas, hay các miền đồng rộng mênh mông ở bên Mỹ, ngày xưa, ai sở hữu những đàn bò lớn nhất thì chứng tỏ người ấy là người giàu nhất.

Những chủ nông trại giàu nhất có rất nhiều *cowboys* (tức là người chăn bò). Họ chăn bò bằng ngựa. Vì bò nhiều quá, làm sao mà chăn bằng một chú bé với một cây roi được! Năm bảy con bò hay vài chục con bò thì còn chăn bằng cây roi được, chứ cả bảy ngàn hay hai mươi ngàn con bò thì làm sao mà chăn bằng một cây roi được! Phải có nhiều *cowboys* cưỡi ngựa thì mới có thể chăn bò được. Buổi sáng đó, Bụt đi khát thực, ôm bình bát đi với các thầy, thì thấy ông nhà giàu, đại trưởng giả kia đem ba ngàn con bò ra để cày ruộng. Ruộng nhiều lắm. Thấy Đức Thế Tôn với các thầy đi chậm rãi, ung dung, ông hơi tức, nói: *“Minh làm việc như vậy mà mấy cái ông thầy chùa này không làm ăn gì hết, mà cũng không có ích lợi cho xã hội”*. Khi mới bắt đầu học chủ thuyết cộng sản, người ta cũng ưa nghĩ như ông đó lắm. Người ta nói: *“Mấy ông thầy tu là cái thứ ăn không ngồi rồi, chỉ tiêu thụ mà không có sản xuất. Các giới trí thức chẳng có ích lợi gì cả. Chỉ có lao động mới là quan trọng thôi. Lao động là vinh quang!”* Chúng ta đã đi qua cái giai đoạn say mê chủ nghĩa Mác-xít này và chúng ta đã biết điều đó. Những người trí thức “tiểu tư sản” đã được mĩa mai như thế này: *“Ôi, cái trí thức của anh hả? Không bằng một cục phân. Cục phân kia người ta bón ruộng được, làm thành lúa được. Còn cái trí thức của anh? Không có nghĩa gì cả”*. Đã có lúc những đảng viên Đảng Cộng Sản, những người chủ trương chủ thuyết cộng sản, đã nói như vậy, đã quan niệm như vậy. Nhưng Việt Nam bây giờ đã thay đổi, và thay đổi vượt mức rồi. Việt Nam bây giờ thấy rằng cái làm cho người ta giàu là chất xám. Trong công nghệ thông tin, mình thấy rất rõ ràng rằng chất xám nhiều thì giàu nhiều, không phải phân nhiều mà giàu nhiều, hay bò nhiều mà giàu nhiều. Cái ông trưởng giả đó, ông khinh khinh. Ông là nhà tư bản mà ông cũng khinh khinh như là nhà vô sản. *“Chúng tôi đem bò, đem ách, đem cày chúng tôi cày ruộng. Chúng tôi gieo hạt, chúng tôi bỏ phân, chúng tôi tưới tắm, và chúng tôi có ăn. Mấy thầy không làm gì hết mà mấy thầy cũng đòi ăn bình bát bự như vậy!”* Chê trách Đức Thế Tôn. Ngài cười và nói: *“Nè ông trưởng giả, ông không biết đó, chúng tôi cũng có cày, cũng có bừa, cũng có gieo giống, cũng có gặt hái như các ông vậy”*. Ông trưởng giả hỏi: *“Đâu? Quý vị cày bừa cái gì đâu? Đất đâu? Hạt giống đâu? Bò đâu?”* Đức Thế Tôn đáp: *“Tâm chúng tôi là ruộng, hạt giống là những thiện căn mà chúng tôi gieo hằng ngày. Xã hội nếu không có những hoa trái của sự tu học thì sẽ đau khổ vô cùng, tệ nạn xã hội sẽ tràn lan. Vì vậy, chúng tôi cũng có ruộng, cũng có cày. Chánh niệm, định, tuệ là những cái cày của chúng tôi. Và chúng tôi chỉ gieo những hạt giống tốt, gặt hái hiểu biết, thương yêu, tha thứ v.v... Xã hội rất cần đến sự gieo trồng của chúng tôi”*. Cũng may là nhà triệu phú này có một chút thông minh nên đã hiểu và phục Ngài. Khi đó đã gần trưa, sắp đến giờ ăn trưa. Ông ta mới đem phần cơm rất sang của mình ra cúng dường Bụt. Ông nói: *“Xin các thầy ngồi lại, tôi xin cúng dường”*. Bụt nói: *“Chúng tôi*

thuyết pháp đâu phải là để đổi thức ăn này. Xin cảm ơn ông”. Rồi Ngài xá chào và đi. Đó là câu chuyện ghi lại trong Kinh.

Trong một câu chuyện khác, cũng có dính líu đến bò: Hôm đó Đức Thế Tôn đang ngồi trong rừng Đại Lâm ở thành phố Vasali. Thầy trò vừa mới thọ trai xong, sắp pháp đàm, thì có một bác nông dân đi ngang qua, hốt hơ hốt hải. Bác này không giàu bằng ông trưởng giả ở trên kia. Bác chỉ có ba con bò thôi, nhưng mà bác khổ lắm. Bác hốt hơ hốt hải hỏi Đức Thế Tôn: *“Này thầy, thầy có thấy mấy con bò của tôi chạy ngang qua đây không?”* Đức Thế Tôn hỏi: *“Bò nào?”* *“Thầy ơi, quý thầy ơi, chắc tôi chết quá đi! Tôi chỉ có ba con bò mà không hiểu tại sao sáng nay chúng bỏ chạy đi đâu mất hết”*. Tại sao bò bỏ chạy? Nguyên do gì mà bò bỏ chạy? Ngày xưa làm chú tiểu ở chùa Từ Hiếu, tôi



đã bị bò bỏ chạy một lần rồi. Ngày xưa tôi đã đi chăn bò. Chùa nuôi bò không phải là để lấy sữa hay ăn thịt đâu! Chùa nuôi bò với mục đích duy nhất, các bạn Tây phương nghe đừng cười, đó là để lấy phân thôi. Chúng tôi cần phân bò để trồng rau. Mỗi buổi sáng tôi gánh hai cái giỏ rất lớn và đem cuốn *“Tì Ni Nhật Dụng Thiết Yếu”* đi lên núi. Sau khi tìm chỗ cho bò ăn cỏ rồi thì phải lấy liềm cắt lá. Cắt lá gọi là lá bồi. Cắt bồi nhận cho đầy hai cái giỏ rồi mới ngồi dưới gốc thông đem Kinh ra học. Lá bồi cắt là để thay rơm, vì đồng ruộng xa lắm (chùa thì ở trên núi). Chúng tôi phải lấy lá đó trải chuồng cho bò nằm. Mỗi ngày phải trải thêm lá mới để cho bò nằm. Phân bò sẽ được trộn chung với lá bồi. Cứ một tuần hay mười ngày chúng tôi vô dọn, cào hết các thứ vừa phân vừa lá đó gom thành đồng để ủ thành phân bón. Từ đó chúng tôi trồng sắn, trồng khoai, trồng rau, trồng đủ thứ hết. Mục đích của nuôi bò là để có phân thôi. Dù con bò có sinh ra con bê, có sữa đi nữa thì cũng không được lấy sữa của bò. Ngày xưa có quan niệm: sữa là để dành cho con bò con; nếu mình tranh ăn với con bò con thì mình không phải là người lớn. Đó là quan niệm của chùa ngày xưa: Không có lý mình như vậy mà giành ăn với con bò con sao? Có một bữa, hai con bò của tôi, không biết tại sao không chịu ăn cỏ. Hình như trời mưa làm cho nó nhột. Hình như là đến mùa ái tình của nó cho nên có một năng lượng gì trong người thúc đẩy nó chạy đi; chạy đi để tìm người

yêu. Là chú điều 16-17 tuổi, tôi đâu có hiểu được cái chuyện đó, đâu hiểu được tâm lý, sinh lý của bò. Cho nên, tôi không biết tại sao nó chạy. Nó chạy xuống An Cựu luôn. Và tôi sợ mất bò, về thể nào cũng bị thầy rầy nên nó chạy, tôi chạy theo. Hai chân bị sưng gai, chảy máu mà phải chạy theo hai con bò. Sau này lớn lên tôi mới biết nó chạy là vì năng lượng tình dục của nó. Bị mưa rơi làm nhột, rồi bị tiếng gọi của ái tình vọng lên, thành thử nó bỏ chạy. Không biết mấy con bò của ông nông dân này chạy vì lý do đó hay vì lý do khác, nhưng ông tìm không được. Và ông than thở với Đức Thế Tôn: *“Bạch Thầy, chắc tôi chết quá! Chỉ có ba con bò thôi mà nó bỏ đi hết. Và tôi có hai sào hạt mè, vậy mà năm nay sâu ăn hết một trăm phần trăm. Chắc tôi chết quá! Chắc tôi tự tử quá!”* Đó là cái giọng của những người thất vọng. Đức Thế Tôn thấy thương hại. Ngài nói: *“Bác nè, chúng tôi ngồi đây lâu rồi, mấy giờ đồng hồ rồi nhưng không có thấy con bò nào đi ngang qua đây hết. Bác đi tìm về phía bên kia coi thử. Chúc bác may mắn!”* Bác nông dân cảm ơn Đức Thế Tôn rồi đi về hướng Đức Thế Tôn chỉ. Sau khi bác nông dân đi rồi, Bụt quay lại nhìn các thầy, mỉm cười nói: *“Mấy thầy! Mấy thầy có biết rằng mấy thầy may lắm không? Mấy thầy đâu có bỏ đâu mà sợ mất!”* Khi đọc ngang Kinh này tôi rất thích. Vì vậy, ở Làng Mai, mình xây dựng một phương pháp thực tập gọi là *“thả bò”*.

Tổ Nhất Định có bao nhiêu con bò rất mập, rất quý. Đến lúc muốn thả thì Ngài thả. Danh lợi, quyền hành... tất cả những cái đó thả một cái, và trở thành con người tự do. Mình hãy trở về coi thử mình còn có bao nhiêu con bò. Từ lâu nay mình nghĩ rằng: Nếu không có mấy con bò này chắc tôi chết quá! Nếu không có mấy con bò này đời tôi sẽ không còn gì nữa! Ai dè, sự thật là:

chính vì những con bò đó mà mình lận đận, lao đao, quanh quẩn trong cái vòng hệ lụy này. Mình không thoát ra được chính là vì bò. Nhưng những con bò ở bên ngoài đó tương đối dễ thả, bò ở bên trong mới khó thả. Có những cái làm cho mình lận đận, lao đao, hệ lụy suốt đời. Vậy mà mình không có can đảm buông bỏ. Vì mình có cảm tưởng rằng buông bỏ rồi thì mình không còn gì hết, và mình sẽ không có hạnh phúc. Ai dè, sự thật là nếu buông bỏ được thì mình mới bắt đầu có hạnh phúc.

Tặng phẩm dâng đời

Ngày xưa, khi còn trẻ, khi xướng câu *“Bồ Tát thanh lương nguyệt. Du ư tất cánh không”*, tôi có rất nhiều sự biết ơn. Có bốn câu:

*Bồ Tát thanh lương nguyệt.
Du ư tất cánh không,
Chúng sanh tâm cố tịnh
Bồ đề ảnh hiện trung.*

“Thanh lương” tức là trong và tươi mát. *“Bồ Tát thanh lương nguyệt”*. Vị Bồ Tát như là mặt trăng trong và mát. Nếu anh muốn làm Bồ Tát thì anh phải có hai chất liệu đó: trong và mát (*thanh lương*). Không trong và không mát thì sức mấy làm Bồ Tát được, dầu là Bồ Tát xuất gia hay Bồ Tát tại gia. Hình ảnh một vị Bồ Tát có đầy đủ sự trong sáng và tươi mát là hình ảnh tuyệt vời. Hai chất liệu đó là tặng phẩm rất đẹp cho cuộc đời. Tu là mình muốn tặng cho đời những cái gì đẹp nhất, phải không? Cái gì đẹp nhất để mình tặng cho đời? Con người mình, nếu trở thành vị Bồ Tát, có đầy đủ sự trong sáng và tươi mát, thì đó là tặng phẩm lớn nhất cho cuộc đời. Mình

tự hỏi mỗi ngày mình có chế tác được sự trong sáng và tươi mát đó hay không?

“Bồ Tát thanh lương nguyệt. Du ư tất cánh không”. *“Du”* tức là đi chơi, du hành. Mình đi đâu cũng là đi chơi. Đi Hà Nội cũng là đi chơi, đi qua Làng Mai cũng là đi chơi, đi Thái Lan cũng là đi chơi, đi Singapore cũng là đi chơi, đi Xóm Hạ cũng là đi chơi, đi Xóm Thượng cũng là đi chơi, đi vô thiên đường cũng là đi chơi, đi vô nhà bếp cũng là đi chơi. Không vội vã, *relax*, *“từng bước chân thành thoi”*^[1]. Đó là sự tự do. Đó là dấu hiệu của một vị Bồ Tát đích thực: Có sự trong sáng, có sự tươi mát,



Lễ Giỗ tổ tiên

và có rất nhiều tự do. “*Du*” là đi chơi, rong chơi. Rong chơi ở đâu? “*U*” là ở đâu. “*Tức cảnh không*” là không gian không có lằn mé, không có biên giới, nghĩa là tự do tuyệt đối. Mình có thể gọi tên nó là giải thoát, là thánh thời. Hình ảnh của nó là không gian bát ngát. Thơ, nếu đúng thật là thơ, thì phải làm bằng hình ảnh. Nếu muốn làm thơ, thì đừng nói thẳng, mà phải dùng hình ảnh. Ví dụ muốn diễn tả mình buồn, thì đừng nói: “*Tôi buồn quá!*” Nói vậy không phải là thơ. Mình nói: “*Chiều hôm nay mây xám giăng trong hồn tôi*”, dùng hình ảnh, thì đó là thơ. Ở đây nói về tự do, nhưng không dùng danh từ *tự do*, mà nói: Mặt trăng đi chơi trong không gian không có lằn mé. Đó là bức họa đẹp nhất mình có thể vẽ về một vị Bồ Tát hay một vị Bụt. Phật Thích Ca cũng là một vị Bồ Tát. “*Bồ Tát thanh lương nguyệt. Du ư tức cảnh không*”. Thơ mà làm đến mức đó thì gọi là thơ thần, thơ thánh. Hãy tưởng tượng, hay không cần tưởng tượng, một bữa khuya, trên con đường từ cư xá của mình đi ra thiền đường, mình dừng lại nhìn lên trời, thấy một vầng trăng rất trong sáng, rất tươi mát, xung quanh có không biết bao nhiêu là không gian. Không gian đó tượng trưng cho sự tự do.

Người tu mà không có không gian, không có tự do, không có sự thánh thời, thì đâu có khác với người đời. Người đời họ hệ lụy, họ ràng buộc, họ không có thì giờ để thờ, không có thì giờ để ăn, không có thì giờ để đi những bước chân thánh thời. Mình vô chùa mà mình cũng như vậy, thì mình đâu khác gì người thế gian!

Ba yếu tố của người tu là: Trước hết, phải *trong sáng*, không có những cái u ám của sự lo sợ, buồn phiền, hận thù, dục vọng. Thứ hai là phải có sự *tươi mát* của người có nhiều từ bi, hỷ xả. Yếu tố thứ ba là *tự do*, là không gian. Quý vị tu để làm gì? Quý vị tu không phải là để sanh về Thiên Quốc, hay sanh về tịnh độ. Quý vị *tu là để có thêm sự trong sáng, có thêm sự tươi mát, và nhất là để có tự do*. Tự do đó không phải là ở ngoài đi vào. Tự do đó là từ trong đi ra. Bụt và các vị Bồ Tát có rất nhiều tự do. Tự do càng nhiều thì hạnh phúc càng lớn. Hình ảnh của vị Bồ Tát là mặt trăng tròn đang đi ngang qua khung trời bao la rộng lớn. Tự do quá nhiều. Tự do nhiều như vậy thì hạnh phúc làm sao mà đo lường cho được?

Một bước thánh thời

Vì vậy, mỗi bước chân, mỗi hơi thở của mình phải đem lại cho mình tự do. Chuyện này không phải là chuyện nói chơi, hay lý thuyết. Tự do thì tôi muốn đó, nhưng mà làm sao để có tự do? Hay là mình chỉ nói tự do thôi? Sự thật là khi mình bước một bước chân, tùy theo cách mình bước mà mình có tự do hay không có tự do. Một bước chân có thể buông bỏ tất cả, một ngàn con bò, hai ngàn con bò, ba ngàn con bò... Một bước chân thôi, buông bỏ hết. Cái đó là thiền hành. Đầu cần phải tu tám năm, hay mười năm mới làm được, chỉ cần đi một bước chân thôi, đi trong ý thức sáng tỏ. Mình muốn vượt thẳng ra khỏi

cái thế giới hệ lụy mà lâu nay mình bị chìm đắm, trôi buộc. Một hơi thở, một bước chân thôi có thể đưa mình ra khỏi liền. Bởi vì hơi thở đó có *Niệm, Định, và Tuệ*. Bước chân đó cũng có *Niệm, Định, và Tuệ*.

Chờ đợi ngày mai

Có ông thầy họ có một người đệ tử. Hai người ở trong cái chùa rất là bận rộn. Chùa thành phố, thành ra bận rộn lắm. Không biết đó là thành phố nào? San Francisco hay là San Jose? Paris hay là Melbourne? Chùa chỉ có một ông thầy và một người đệ tử. Hôm đó, người đệ tử mới nảy ra một ý kiến, tôi gọi là “crazy idea”: “Bạch thầy, bữa nào thầy trò mình tổ chức đi picnic một bữa đi”. Tây phương họ thích đi picnic lắm. Picnic là chuẩn bị thức ăn, chuẩn bị đồ rồi đi chơi một ngày, khỏi làm gì hết. Ông thầy nói: “*Hay lắm, hay lắm! Good idea!*” Ông thầy chịu chơi. Ông thầy thấy rằng đệ tử của mình nó cần đi picnic, mà chính bản thân mình cũng cần đi picnic nữa. Không phải là ông thầy không thấy được sự thật đó. Đi chơi một ngày và buông bỏ hết, để chơi thôi. Hai thầy trò cùng đồng ý với nhau rồi thì còn gì hạnh phúc hơn nữa! Nhưng mà ngày mai đi picnic không được. Ngày mốt đi picnic cũng không được. Ngày kia đi picnic cũng không được. Tuần này đi picnic không được, tuần tới đi picnic cũng không được. Cuối cùng, mấy năm trôi qua mà hai thầy trò chưa bao giờ có cơ hội để đi picnic hết. Đó là chuyện của ai vậy? Chuyện của hai thầy trò đó hay là chuyện của mình? Cho đến một ngày kia, hai thầy trò đi ngang thành phố thấy người ta đông ơ là đông, cờ xí, kèn trống rất nhiều. Thầy mới hỏi: “Nè con, họ làm cái gì vậy? Con ra coi họ đang làm cái gì vậy?”. Đó là một cái đám ma. Người đệ tử đi ra một hồi, về báo cáo: “Bạch thầy, họ đang đi picnic!” Nếu mình không đi picnic hôm nay, thì đám ma của mình là cái picnic duy nhất của đời mình. Đó là câu chuyện thật xảy ra giữa một ông thầy và một đệ tử ở Tây phương, nhưng Đông phương cũng có thể xảy ra như vậy. Câu chuyện đó cũng không phải là câu chuyện của người khác; nó có thể là câu chuyện của mình.

Vì vậy, mình phải có cơ hội nhìn lại xem thử mình có đang đi trên con đường ngày xưa mình đã phát nguyện đi hay không, hay là mình đã, đang rẽ qua một con đường khác. Khi chúng ta đọc lại hành trạng của chư Tổ, chúng ta thấy mình có thể tự hào đã có những bậc thầy có khả năng buông bỏ, có khả năng đạt đến tự do.

Tập là thói cũ

Ở Làng Mai có truyền thống mỗi tuần có một *ngày làm biếng*. Có người hỏi: Tại sao dùng chữ *làm biếng*? Không hay gì hết! Phải nói đó là ngày nghỉ ngơi, day-off! Không biết *day-off* là *off* cái gì? Rất khó. Cái ngày đó gọi là ngày gì? Và trong hai chục năm nay đã có rất nhiều bạn bè đến làm áp lực để mình bỏ cái danh từ “*làm biếng*”

đi. Họ nói mình dùng: “ngày nghỉ ngơi”, “ngày thực tập cá nhân” (*personal practice*), hay là “ngày không làm gì hết” (*day-off*) chứ dùng chữ “*làm biếng*” thấy không có vẻ đạo đức gì hết! Nhưng mà thầy trò ở đây đã ráng phần đầu để giữ lại được cái chữ “*làm biếng*”, “*lazy day*”. Tại vì *làm biếng* khó lắm! *Làm biếng*, không làm gì hết là rất khó, vì mình đã có tập khí luôn luôn làm cái gì rồi. Ở Tây phương, nghiện rượu gọi là “*alcoholic*”; có chương trình gọi là “*12 steps program*” để giúp người ta thoát khỏi tập khí gọi là uống rượu đó. Hiện giờ có một chữ mới gọi là “*workaholic*”. “*Workaholic*” là nghiện làm việc, tức là không làm việc chịu không nổi, ngã lăn ra chết liền. Lâu nay mình coi chuyện nhàn hạ là bất thiện, không làm gì hết là tội lỗi. Vì vậy, phải luôn luôn làm cái gì. Ông bà tổ tiên mình đã trao truyền cho mình tư tưởng đó: “*Nhàn cư vi bất thiện*”. *Con đừng nên bao giờ nhàn cư. Nhàn cư là bất thiện. Con phải luôn luôn làm cái gì để cho ngày mai*. Vì vậy cho nên bận bịu suốt ngày trở thành tập khí. Hai tay mà ở không, không làm gì thì khó chịu vô cùng; phải đi tìm cái gì để làm mới được. Nhất là chuyện mình nghĩ rằng phải làm, phải sản xuất để có đồng ra đồng vào. Chuyện này đã trở thành tập khí không phải chỉ nơi một người, một gia đình, mà ở cả làng, cả xóm, cả tỉnh, cả nước. Tất cả mọi người đều bận rộn, và trở thành một đặc tính của nền văn hóa bây giờ. Tất cả đều bận rộn. Người nghèo bận rộn đã đành, mà người giàu “nứt đố đổ vách” cũng bận rộn không kém, có khi còn bận rộn hơn nữa. Người nghèo nói rằng: “À chừng nào mình có được từng này lợi nhuận thì đủ, có thể ngưng được”. Nhưng khi tới đây thì thấy: Tại sao không tăng thêm mức lợi nhuận? Tới đây rồi vẫn thấy không đủ, vẫn tiếp tục đi như vậy hoài. Tại Làng Mai mình có tổ chức một khóa tu cho các nhà doanh thương. Mình thấy rằng những nhà doanh thương khó có bao giờ ngừng lại được. Trong đầu của họ cứ nghĩ làm sao để thành công hơn, để giàu hơn..., và họ không bao giờ ngừng lại được. Họ không có thì giờ cho họ. Họ không có thì giờ cho vợ, cho con, cho người thương. Những nhà doanh thương giàu có rất tội nghiệp! Đầu

óc ngày đêm chỉ nghĩ đến chuyện: Không biết trong thị trường chứng khoán hôm nay cổ phần của mình tăng giá trị lên hay là sụt xuống? Trong khi vị Bồ Tát có biết bao nhiêu là không gian thì người này không có chút không gian nào hết. Tất cả thân, khẩu, ý của ông ta đều

xoay về hướng thị trường chứng khoán, xem nó lên hay là nó xuống. Rất tội nghiệp! Giàu mà khổ vô cùng: Không có tình thương, không có sự nhàn hạ.

Vì vậy, ngày làm biếng của Làng Mai mình phải thực tập cho nghiêm chỉnh. Khi gặp nhau tại Làng Mai, thay vì hỏi “*Sư anh có mạnh không? Có vui không?*”, thì mình hỏi: “*Sư anh hôm nay làm biếng có khá không?*”. “*Làm biếng khá*” nghĩa là biết tận hưởng những giây phút của mình. Thật sự, ngày làm biếng nếu mình thực tập thành công thì có ảnh hưởng rất tốt cho các ngày không gọi là ngày làm biếng. Trong ngày làm biếng mình thực tập như thế nào để an trú sâu sắc trong từng giây phút. Ngày làm biếng, mình cũng phải tắm giặt, cũng phải viết thư, cũng phải ăn cơm, cũng phải đi cầu, cũng phải chải răng; nhưng mà mình tắm giặt, viết thư, đi cầu, chải răng như thế nào để có hạnh phúc ngay trong khi làm những việc đó. Thành công trong ngày làm biếng thì những ngày theo thời khóa mình cũng có thể làm được như vậy: Ngồi thiền cũng hạnh phúc, đi thiền hành cũng hạnh phúc, chấp tác ngoài vườn cũng hạnh phúc, làm việc trong bếp cũng hạnh phúc... Luôn luôn có sự tươi mát, có sự trong sáng và có rất nhiều không gian thanh thoi. Giá trị của người tu nằm ở chỗ đó. Nếu không có ba phẩm chất đó thì tu làm gì?

Nền văn minh của chúng ta có thể gọi là nền văn minh của sự bận rộn. Sự bận rộn đã trở thành một nhà tù giam hãm tất cả chúng ta. Nếu muốn thoát khỏi nhà tù đó, thì nhất thiết phải có ba loại năng lượng: Niệm, Định và Tuệ. Mình cầu chúc cho mọi người có thể nương vào Niệm, Định, Tuệ để thoát khỏi cái nhà tù bận rộn đó. Được như vậy thì mới có hạnh phúc chân thật. Hãy nhìn vào một vài người mà người ta thường ao ước, mong cầu, ví dụ như Tổng thống Bush, là người có quyền hành rất lớn. Trở thành tổng thống Mỹ là giấc mơ của rất nhiều người trai trẻ bên Mỹ. Chưa nếm mùi đó thành ra họ không biết. Ăn không ngon, ngủ không yên, lo lắng suốt ngày suốt đêm, ác mộng suốt đêm về tình



trạng Iraq: Khắc không ra, nuốt cũng không vô, ngày nào cũng có những thanh niên chết bên đó. Mình có đánh đổi đời sống của một ông thầy tu để lấy đời sống của một ông tổng thống hay không? Nếu mình làm giám đốc của một hãng xưởng lớn, thì suốt ngày mình phải lo lắng, bận rộn, không có một giây phút nào để nghỉ ngơi, không có hạnh phúc, không có thì giờ để thờ, để đi những bước chân thánh thoi... Khi mình làm một ông thầy tu, khi mình làm một người thực tập, thì mình có rất nhiều cơ hội, và mình phải có hạnh phúc ngay trong giây phút hiện tại.

Chẳng ở đâu xa

Tổ Lâm Tế đã thành một tiếng chuông rất lớn. Nếu quý vị từng học Lâm Tế Lục, quý vị sẽ thấy rằng đời sống của Tổ Lâm Tế cũng như giáo lý của Ngài là một nhân bản luận rất hào hùng. Tổ không muốn mình ngồi đó để ăn những cái bánh vẽ, Tổ muốn mình có hạnh phúc, có tự do, có giác ngộ lập tức trong giây phút hiện tại. Pháp môn thiền đi của Làng Mai là trực tiếp lấy nguồn cảm hứng từ Tổ. Tổ nói: *“Thần thông là khi mình đi trên mặt đất”* (Địa hành thần thông). Đi như thế nào để mỗi bước chân đem lại giác ngộ, giải thoát và hạnh phúc. Đi như vậy giúp mình đi vào Phật địa, tịnh độ. Tịnh độ hay Phật địa nằm trong từng bước chân. Tổ Lâm Tế còn nói: *“Quý vị đi tìm Bụt hả? Quý vị đi tìm Tổ hả? Bụt là cái gì? Tổ là cái gì?”* Hồi đó người ta đang mê cái gọi là *“Tổ sư thiền”*. Gặp được Tổ, Tổ nói một câu là mình giác ngộ liền, vì vậy mình đi tìm Tổ. Gặp được Bụt, ngồi bên Bụt thì giác ngộ liền. Vì vậy, có nhiều người chuyên môn đi bán Bụt, bán Tổ: *“Tôi có Bụt thật. Tôi có Tổ thật. Anh tới đây, tôi bán cho”*. Nhưng đó chỉ là bánh vẽ, không phải thật. Tưởng tượng vẽ một cái bánh chưng, rồi nói: *“Anh ăn cái này đi!”* Làm sao nó được? Trong *Kinh Bách Dụ*, Đức Thế Tôn có nói chuyện này: Có một anh đó bị bệnh. Ông thầy thuốc nói: *“Bệnh của anh, nếu ăn chim trĩ thì hết”*. Ông thầy thuốc bận quá, nói xong câu đó ông phải đi ngoại quốc. Anh này hiểu lắm, nghĩ rằng lập lại chữ *“chim trĩ”* như thần chú thì sẽ lành bệnh. Và anh cứ ngồi đó nói *“Chim trĩ, chim trĩ, chim trĩ”* suốt ngày. Không hết bệnh mà còn bệnh thêm nữa. Sau đó có một thiện tri thức nói: *“Cả ngày anh lẩm bẩm cái gì vậy? Tại sao anh cứ ngồi nói “chim trĩ, chim trĩ, chim trĩ” hoài vậy?”* Người bệnh nói: *“Tại ông thầy thuốc nói chim trĩ trị hết bệnh”*. *“Anh ngốc quá đi, ông thầy thuốc nói rằng anh phải đi tìm con chim trĩ anh ăn. Anh biết con chim trĩ là như thế nào không? Đưa tôi tờ giấy tôi vẽ cho để anh biết con chim trĩ là gì”*. Và người bạn ngồi đó vẽ ra con chim trĩ: *“Con chim trĩ là con này nè! Anh phải đi tìm con này, ăn cho nhiều thì anh sẽ hết bệnh”*. Anh chàng này vốn không có trí tuệ (hầu hết chúng ta đều như vậy hết), khi bạn đi khỏi rồi, anh lấy cái kéo cắt hình con chim trĩ đó ra nhai. Không hết bệnh, anh mới thuê thêm họa sĩ đến vẽ thêm những con chim trĩ khác để ăn thêm. Suốt mấy tháng cũng không

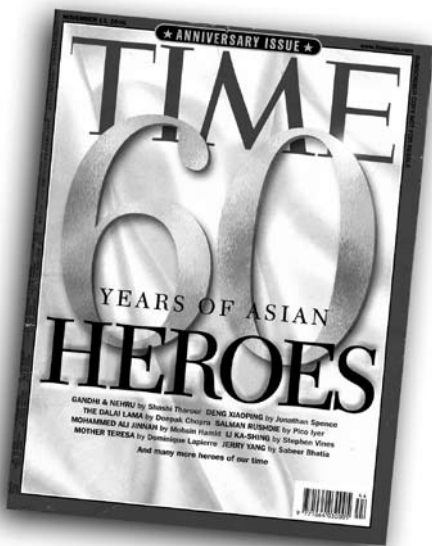
hết bệnh. Một hôm một người bạn khác đến: *“Anh làm cái gì vậy? Anh vẽ cái gì mà nhiều vậy?”* *“Tôi vẽ chim trĩ. Tôi phải ăn nhiều mới hết bệnh”*. *“Anh dại quá đi. Làm sao ăn chim trĩ vẽ mà lành bệnh được? Anh đi với tôi ra ngoài chợ”*. Người này nhất định giúp cho anh thành công. Hai người ra ngoài chợ, thấy bán con chim trĩ người bạn nói: *“Anh phải mua về nấu cháo”*. Và người đó cương quyết giúp anh cho tới nơi tới chốn: Mua về, làm thịt, nấu cháo, bắt anh ăn ngay trước mặt. Và anh lành bệnh. Chuyện bánh vẽ Đức Thế Tôn cũng đã có nói tới, không nói bánh mà nói chim trĩ vẽ. Chúng ta suốt ngày nói Bụt, nói Tổ, nói giải thoát, nói giác ngộ, nói xã hội chủ nghĩa. Tổ Lâm Tế nói: *“Quý vị đi tìm Tổ hả? Bụt là ai? Tổ là ai? Bụt với Tổ chính là quý vị đó! Đang ngồi trước mặt tôi, đang nghe Pháp đó”*. Nếu trong giây phút hiện tại mà quý vị trở về với quý vị được và làm phát sinh ra Niệm, Định, Tuệ, thì quý vị đang chính là Bụt, là Tổ, đang sống trong tịnh độ, trong Phật địa. Đừng đi tìm xa. Ngài nói là mình phải nắm liền cái đó. Ở Làng Mai mình cũng làm như vậy. Mỗi bước chân nếu có Niệm, Định, Tuệ, thì bước chân đó đưa mình vào ngay trong tịnh độ, niết bàn, giải thoát. Vấn đề là vấn đề của giây phút hiện tại chứ không phải là vấn đề ao ước trong tương lai. Phật độ, giải thoát, giác ngộ không phải là vấn đề tương lai. Đó là vấn đề hiện tại.

Một cụm từ ở trong giáo điển mà phần lớn chúng ta đều không nhớ là *“hiện pháp lạc trú”*. *“Hiện pháp lạc trú”* là phải có hạnh phúc ngay trong giây phút hiện tại. Chữ *“Hiện pháp”* có nghĩa là những gì đang xảy ra trong giây phút hiện tại, mình dịch là *“the present moment”*. *“Lạc”* tức là hạnh phúc. Mình sống, an trú với hạnh phúc ngay trong giây phút hiện tại gọi là *“hiện pháp lạc trú”* (*drstadharmasukhavihara*). *Vihara* có nghĩa là trú, *sukha* có nghĩa là lạc, và *drstadharma* có nghĩa là hiện pháp. Cái mình đi tìm là tự do, hạnh phúc, giải thoát. Đi tìm ở đâu nếu không ở trong từng bước chân, trong từng hơi thở, trong từng bữa ăn sáng? Ăn sáng như thế nào mà trong thời gian ăn sáng đó mình an trú trong tịnh độ, trong giải thoát, trong tự do, không phóng tâm về tương lai, không phóng tâm về chỗ nào khác, hoàn toàn thiết lập trong giây phút hiện tại. Làng Mai là chỗ quý vị tập sống như vậy.

Sống được như vậy vài ba ngày rồi thì về trú xứ của mình, quý vị cũng thấy tịnh độ, cũng thấy an lạc, cũng thấy giải thoát. Đó là tại vì quý vị đã biết chế tác ba nguồn năng lượng Niệm, Định, và Tuệ. Chính ba nguồn năng lượng đó vớt mình ra khỏi thế giới của hệ lụy, và mình không phải đợi tới giờ phút đám ma thì mới bắt đầu cuộc picnic của mình. Mình phải picnic ngay trong giây phút hiện tại. ☸

Ghi chú: [1] Tên một bài hát của Tịnh Thủy.

NHỮNG VỊ ANH HÙNG CHÂU Á



Time là tuần báo tiếng Anh nổi tiếng và có lẽ có nhiều độc giả nhất thế giới. Để cập nhật và thích hợp với độc giả địa phương, báo có các ấn bản cho từng vùng, từng lục địa. Trong số đặc biệt kỷ niệm 60 năm ra đời của ấn bản Time tại Á Châu (Time Asia) báo viết về những nhân vật, những khuôn mặt, nổi bật của Á Châu trong thời gian qua. Riêng Việt Nam, chỉ có hai nhân vật được báo Time giới thiệu, đó là Thiền sư Nhất Hạnh - một thầy tu và Đại tướng Võ Nguyên Giáp - một vị tướng.

Tại sao báo Time đã chọn tôn vinh một thiền sư và một đại tướng? Theo báo Time, chiến thắng Điện Biên Phủ là một bắt đầu hào hùng cho sự cáo chung của chế độ thực dân tại các nước nhược tiểu. Cuộc chiến đấu của người Việt, qua tài lãnh đạo quân sự của Đại tướng Võ Nguyên Giáp, đã gây nên sự hưng phấn, trả lại một niềm tự tin vô biên vào khả năng tự giải phóng mình cho những nước (ở Á châu nói riêng và toàn thế giới nói chung) đã từng bị Tây phương đô hộ trong một thời gian dài. Trong khi đó, Thiền sư Thích Nhất Hạnh, không một tác sát trong tay, với bộ quần áo nâu đơn giản của người tu sĩ Phật giáo Việt Nam, đã đi du thuyết khắp thế giới, sang tận Mỹ quốc, nói về sự tàn khốc của cuộc chiến tranh tại Việt Nam, giảng về tinh thần bất bạo động, bắt buộc các nhà lãnh đạo thế giới phải đối diện với lương tâm của mình và chấp nhận tìm một giải pháp cho sự ngưng chiến, thiết lập lại hòa bình trên đất nước Việt Nam. Với tinh thần đạo Bụt nhập thế đó, Thiền sư đã làm cho người Tây phương kinh ngạc, kính phục, và kết quả là hàng trăm ngàn người đã trở thành đệ tử (xuất gia và tại gia) của Thiền sư. Thiền sư là người có công mang đạo Bụt Việt Nam đến với Tây phương, xiềng dương được tinh thần phá chấp của Đạo Bụt Đại Thừa và đóng lên tiếng chuông tỉnh thức: còn cuồng tín và cố chấp vào chủ nghĩa và ý thức hệ là còn chiến tranh, tranh chấp. Đó là tinh thần của Bát Nhã và Kim Cương.

Có một điều thú vị khác là khi tôn vinh một thiền sư và một đại tướng, báo Time, vô tình hay cố ý, đã nhìn thấy tinh

thần bất khuất của người Việt, qua một sự kết hợp vô cùng độc đáo: khả năng đoàn kết, đánh đuổi ngoại xâm và khả năng tha thứ, bao dung. Đây không phải là lần đầu tiên ta nhận ra sự kết hợp kỳ diệu này. Vào thế kỷ thứ 13, sau khi đánh đuổi vó ngựa Mông Cổ ra khỏi đất nước, chém đầu tướng Ô Mã Nhi, người Việt Nam đã không ngần ngại lập cho vị tướng giặc (đã từng tỏ ra rất tàn bạo trong khi đô hộ) một đền thờ. Đây là tình thần lấy tình thương hóa giải hận thù sau một cuộc chiến tàn khốc, giúp đất nước đi đúng phương hướng tha thứ, bao dung và cũng nhằm mục đích giáo dục, xây dựng con người. Vì vậy, sau 1975, với nhiều người thì cuộc chiến tranh Việt Nam đã chấm dứt, Thiền sư Thích Nhất Hạnh tiếp tục công việc hóa giải oan ức, hận thù bằng những khóa tu được tổ chức khắp nơi trên thế giới. Riêng tại Hoa Kỳ, những khóa tu này đã mang lại cho cựu chiến binh Mỹ những cơ hội để chữa lành những thương tích chiến tranh đang có mặt ở trong lòng mình. Có vị đã đi qua những chuyển hóa rất lớn, thoát khỏi khổ đau, dằn vặt của nội tâm và cuối cùng đã xin quy y, xuất gia theo truyền thống đạo Bụt.

Trong tinh thần đó, vào mùa xuân năm nay (2007), Thiền sư Thích Nhất Hạnh sẽ tổ chức những trại đàn chần tế, giải oan cho những người Việt, dù thuộc bất cứ tôn giáo nào, đảng phái chính trị nào, tại ba miền trên đất nước Việt Nam. Cuộc chiến tranh Việt Nam đã tạo ra bao nhiêu hận thù và oan ức trong lòng những người đang sống và những người đã chết, ở trên bờ cũng như trên mặt biển. Bây giờ đã đến lúc để những người Việt Nam nhìn nhau, nắm tay nhau, cùng nhau hóa giải những hận thù và ngăn cách ở trong lòng mình. Chỉ có cách đó thì những người Việt đang sống mới thật sự tìm ra được hạnh phúc cho chính mình, một hướng đi chung cho cả dân tộc, một con đường cho con cháu mai sau và giúp những oan hồn đã khuất sớm được tự do, siêu thoát.



60 YEARS OF ASIAN HEROES

The most tumultuous decades of the most populous continent on earth have produced an astonishing array of heroes. During the 60 years since TIME began publishing an Asian edition, it has been our privilege to encounter the most exceptional of them – on the

campaign trail and the battlefield, in the boardroom and the research lab, on the factory floor and the film set. In following these remarkable individuals, we have told the story of Asia's transformation from poverty to powerhouse, from imitator to imitated, from being

colonized to leading the global economy into a new era. From Gandhi to Rushdie, Bruce Lee to Li Ka-shing, this special anniversary issue pays homage to the men and women who have shaped our destiny and our times.

NHỮNG VỊ ANH HÙNG CHÂU Á đã xuất hiện trong vòng sáu mươi năm qua

Dịch từ Time Asia Magazine, ấn hành ngày 13 tháng 11 năm 2006, bộ 168, số 20

Trong sáu mươi năm qua, tạp chí TIME đã liên tục đưa lên thời sự những thành đạt lớn lao của châu Á. Trong số đặc biệt kỷ niệm 60 năm này, chúng tôi muốn vinh danh những con người Á châu đã góp phần tạo dựng xã hội chúng ta trong thời đại mới.

Trong sáu thập niên huyền ảo vừa qua, châu Á, một châu đông dân cư nhất của địa cầu, đã cho ra đời một loạt các vị anh hùng đáng làm cho chúng ta sửng sốt. Trong 60 năm từ ngày tạp chí TIME bắt đầu phát hành ấn bản Á châu, ban biên tập chúng tôi đã có hân hạnh tiếp xúc được với những con người lỗi lạc nhất trong số các vị anh hùng ấy, có lúc trên những nẻo đường vận động, có lúc giữa chiến trường, có lúc trong phòng thí

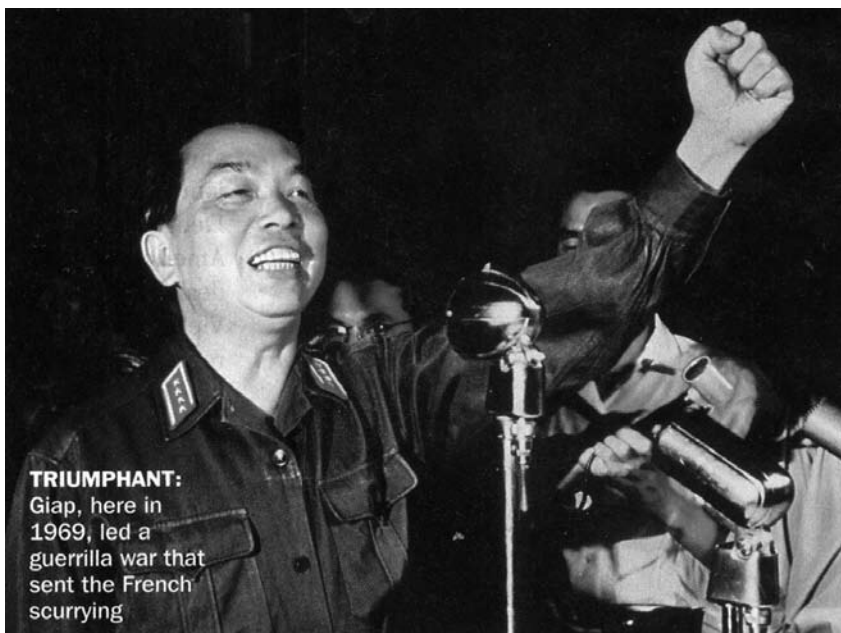
nghiệm khoa học, hoặc trong phòng trọ, lại có lúc trên sân nhà máy hoặc tại phim trường. Đi theo dấu chân của những con người lỗi lạc ấy chúng tôi đã có cơ duyên tường thuật lại câu chuyện quá trình chuyển hóa của châu Á: từ một xóm làng nghèo đói đi đến sự thành lập một trung tâm điện lực, từ hồi phải đi bắt chước người ta cho đến khi người ta phải trở lại bắt chước mình, từ khi bị đô hộ cho đến khi thoát ra để lãnh đạo kinh tế toàn cầu đi vào một kỷ nguyên mới. Từ Gandhi đến Rushdie, từ Bruce Lee cho đến Li Ka Shing, số báo đặc biệt này được ra đời để tôn vinh những người đàn ông và những người phụ nữ Á châu đã góp phần dựng thành số phận và thời đại chúng ta.

General Vo Nguyen Giap

In defeating the French at Dien Bien Phu, he heralded the end of imperialism

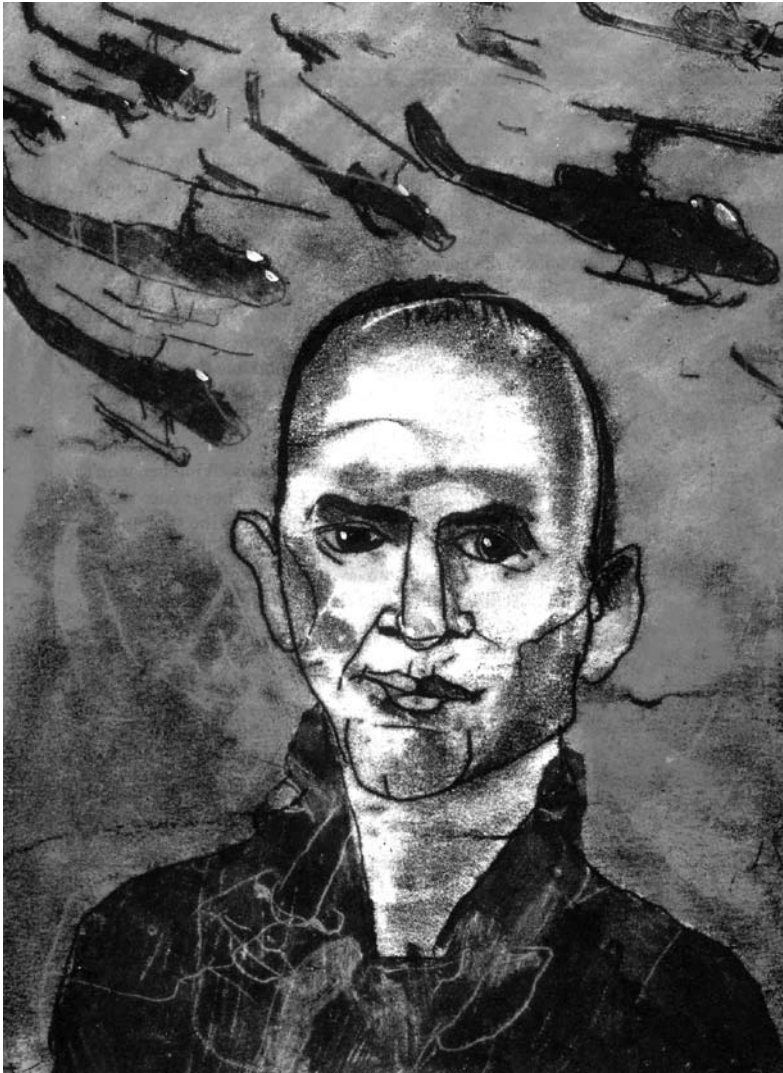
At age 95, his face is sunken and his white hair a mere wisp. But in 1954, General Vo Nguyen Giap masterminded the bloody 57-day siege against a French garrison in Dien Bien Phu in northwestern Vietnam - which signaled the coming end of colonialism. Fourteen years later, Giap triumphed in another epic battle, the Tet offensive, widely considered the turning point of the Vietnam War.

The communist Viet Minh's victory at Dien Bien Phu was the first by an Asian resistance group against a colonial army in a conventional fight. It struck down the myth of Western invincibility, led to the ignominious withdrawal of the French from Vietnam, and inspired anti-imperial forces worldwide.



TRIUMPHANT:
Giap, here in 1969, led a guerrilla war that sent the French scurrying

Today, still dashing in his uniform, Giap modestly rejects the notion that these military feats made him a hero. They were merely proof, he insists, that "the Vietnamese people, with the spirit of patriotism, can do extraordinary things." True. But Giap showed them the way. - **By Kay Johnson**



Thich Nhat Hanh

This Buddhist monk helped end the suffering of the Vietnam War

By Pankaj Mishra

On June 11, 1963, a Buddhist monk called Thich Quang Duc set himself on fire in a Saigon street in protest against the repressive, U.S.-backed regime in South Vietnam. Pictures of the monk in serene meditation as flames devoured his body became the first of the images of the long Vietnam War to trouble the world's conscience. Over the next few years more than 30 other monks gave up their lives in similar protests against a senseless and brutal war.

So great and prolonged was the suffering in Indochina in those years that the Buddhist attempt to alleviate it may seem a distant memory. But Thich Nhat Hanh, the Vietnamese monk and teacher whose philosophy of “engaged Buddhism” inspired these efforts, is still

with us. One of the most important religious thinkers and activists of our time, Nhat Hanh understood, from his own experience, why popular secular ideologies and movements—nationalism, fascism, communism and colonialism—unleashed the unprecedented violence of the 20th century. His education began early. Few battlefields were as bloody as Vietnam, where France and then the U.S. fought nationalists and communists for more than three decades. Though part of a quietist tradition, Nhat Hanh couldn't help being drawn into the conflicts around him. He could see how urgent it was to assert the buddhistic importance of compassion in a culture growing increasingly violent. War, he believed, could be ended only by extinguishing the emotions—fear, anger, contempt, vengeance—that fueled it.

In 1965, after yet another Buddhist self-immolation, Nhat Hanh wrote to the American civil-rights leader Martin Luther King Jr. that “the monks who burned themselves did not aim at the death of the oppressors, but only at a change in their policy. Their enemies are not man. They are intolerance, fanaticism, dictatorship, cupidity, hatred and discrimination, which lie within the heart of man.” Nhat Hanh led King, and, by extension, American public sentiment, to oppose the fighting in Vietnam. During the late 1960s, while living in the U.S. in exile, Nhat Hanh became one of the icons of the antiwar movement. His essays were published in such leading periodicals as the *New York Review of Books*, and his poems were sung, like songs of protest, to guitar accompaniment at college campuses. It's no exaggeration to say that Nhat Hanh helped force Washington's eventual withdrawal from Vietnam.

Nhat Hanh, now 80 years old and living in a monastery in France, has played an important role in the transmission of an Asian spiritual tradition to the modern, largely secular West. “Do not”, he has written, “be bound to any doctrine, theory or ideology, even Buddhist ones. All systems of thought are guiding means, not absolute truth.” As political leaders from the U.S. to Iran loudly ask their people to join new ideological battles, threatening to make this century even more violent than the last, we would all do well to heed the wisdom of Thich Nhat Hanh.

*Pankaj Mishra's latest book is *Temptations of the West: How to be Modern in India, Pakistan, Tibet, and Beyond**

Đại tướng Võ Nguyên Giáp

Chiến thắng quân Pháp
tại Điện Biên Phủ, ông đã
mở đường cho sự cáo chung
của chủ nghĩa đế quốc

Vào tuổi 95, khuôn mặt ông giờ đây hóp lại, mái tóc bạc màu chỉ còn mấy sợi lơ thơ. Nhưng vào năm 1954, Đại tướng Võ Nguyên Giáp là người đã vạch ra kế hoạch cho cuộc bao vây đầm máu đồn trăn thủ của quân đội Pháp ở Điện Biên Phủ thuộc miền Tây Bắc Việt Nam trong suốt 57 ngày; trận đánh này đã báo hiệu cho sự dấy chết của chủ nghĩa thực dân. Mười bốn năm sau, tướng Giáp lại chiến thắng một trận đánh hào hùng khác, đó là cuộc tổng nổi dậy Tết Mậu Thân, được xem như bước ngoặt dẫn đến chung cuộc của chiến tranh Việt nam.

Chiến thắng ở Điện Biên Phủ của những người Việt Minh cộng sản là chiến thắng đầu tiên của một tổ chức kháng chiến Á châu đánh bại được một quân đội thực dân trong một trận đánh quy ước. Chiến thắng Điện Biên đã làm sụp đổ huyền thoại về sức mạnh vô địch của Tây phương, dẫn đến sự rút lui nhục nhã của Pháp khỏi Việt Nam, và đã nêu cao gương sáng cho các lực lượng chống thực dân đế quốc trên toàn thế giới.

Hôm nay, vẫn còn chinh tề trong bộ quân phục, tướng Giáp khiêm tốn bác bỏ ý kiến cho rằng ông là một vị anh hùng vì đã tạo nên những chiến công kia. Những chiến công kia, theo ông, chỉ đơn thuần chứng tỏ rằng “dân tộc Việt Nam, với tinh thần yêu nước, có thể làm nên những việc phi thường”. Đúng thế. Nhưng tướng Giáp là người đã chỉ lối đưa đường cho họ.

Ký giả Kay Johnson

(Dịch từ bài của ký giả Kay Johnson đăng trong tuần báo TIME ASIA)

Lời người dịch: Liên hệ tới vụ Mậu Thân trong bài này, chúng tôi dịch đúng với nguyên văn, mặc dù ý thức rằng có người sẽ không đồng ý với quan điểm này của tác giả.

Thích Nhất Hạnh

Vị tăng sĩ Phật giáo
đã góp phần
chấm dứt khổ đau của
chiến tranh Việt Nam.

Ký giả Pankaj Mishra

Ngày 11 tháng 06 năm 1963, giữa một đường phố Sài Gòn, Thượng tọa Thích Quảng Đức ngồi xuống châm lửa tự thiêu để chống đối chế độ áp bức của miền Nam Việt Nam, một chế độ độc tài do Hoa Kỳ yểm trợ. Hình ảnh ông thầy tu ngồi an nhiên trong lửa đỏ đã trở thành những hình ảnh đầu tiên của cuộc chiến dai dẳng, những hình ảnh có tác dụng đánh thức và gây ra niềm đau nhức trong lương tâm thế giới. Trong những năm kế tiếp, hơn 30 vị xuất gia khác đã dâng hiến mạng sống của mình như thế để tiếp tục chống đối cuộc chiến vô nghĩa và thô bạo này.

Những năm tháng khổ đau chất ngất và dai dẳng của cuộc chiến Đông Dương, trong đó giới Phật tử đã nỗ lực để làm vơi bớt đau thương, những tháng năm ấy dường như đã lui về một quá khứ xa xăm. Nhưng ông thầy tu Thích Nhất Hạnh, người đã xướng xuất chủ thuyết triết học **Engaged Buddhism** (Đạo Phật gắn thân), và đã gây niềm cảm hứng cho phong trào Phật Giáo tranh đấu cho hòa bình trong những năm tháng ấy, ông thầy tu này vẫn còn sống với chúng ta. Ở lãnh vực tôn giáo, Thầy là một trong những tư tưởng gia và hành động gia lớn nhất của thời đại chúng ta.

Bằng kinh nghiệm bản thân của mình, Thầy đã thấy được tại sao những ý thức hệ và những tư trào thế tục và đại chúng hóa - như chủ nghĩa quốc gia quá khích, chủ nghĩa phát xít, chủ nghĩa cộng sản và chủ nghĩa thực dân - đã làm tuôn ra bao nhiêu nguồn năng lượng bạo động cho thế kỷ thứ 20, những nguồn năng lượng bạo động chưa từng được tuôn ra quá nhiều như thế trong quá khứ. Thầy đã học được bài học này từ khi còn nhỏ tuổi. Ít có những chiến trường nào lại đầm máu nhiều như những chiến trường tại Việt Nam, khi hết người Pháp rồi tới người Mỹ đem quân tới để đàn áp phong trào yêu nước và phong trào cộng sản trong suốt ba thập niên dai dẳng. Tuy là lớn lên và sống trong không khí thanh tịnh của thiền viện, Thầy Nhất Hạnh cũng không thể nào đứng ra ngoài được cuộc tranh chấp đang xảy ra chung quanh. Thầy thấy được nhu cầu xác định sự quan yếu cấp thiết của lòng từ bi đạo Phật trong một nền văn hóa càng ngày càng bắt buộc phải trở nên bạo động thêm lên. Thầy tin tưởng rằng chỉ có thể chấm dứt được chiến tranh khi ta dập tắt được ngọn lửa của sợ hãi, thù hận, khinh miệt và giận dữ, những chất liệu đích thực đang nuôi dưỡng chiến tranh.

Năm 1965, sau ngày có một vị xuất gia nữa tự thiêu cho hòa bình, Thầy Nhất Hạnh đã viết cho mục sư Martin Luther King Jr, nhà lãnh đạo dân quyền Mỹ rằng: “*Những vị xuất gia khi tự thiêu, không nhắm tới cái chết của những người áp bức họ, mà chỉ muốn có một sự thay đổi chính sách của những người ấy thôi. Họ bảo kẻ thù của họ không phải là con người. Kẻ thù của họ là sự thiếu bao dung, là cuồng tín, là độc tài, là tham lam, là hận thù và sự kỳ thị đang nằm sâu trong trái tim con người*”. Thầy Nhất Hạnh đã hướng dẫn cho mục sư King và tiếp sau đó chuyển hóa cảm nghĩ của cả dư luận Hoa Kỳ đi về hướng chống đối lại chiến tranh Việt Nam. Trong những năm 1960, Thầy Nhất Hạnh đã trở thành một trong những biểu tượng cho phong trào phản chiến. Những bài viết của Thầy được đăng trong những tạp chí nổi tiếng nhất của Hoa Kỳ như tạp chí The New York Review of Books, và các bài thơ của Thầy đã được hát lên với đàn ghi ta như những bài nhạc phản chiến trong khuôn viên các trường đại học Hoa Kỳ. Ta sẽ không bị mang tiếng là quá đáng khi nói rằng Thầy Nhất Hạnh đã có công gây sức ép buộc Hoa Thịnh Đốn phải rút quân ra khỏi Việt Nam.

Thầy Nhất Hạnh năm nay đã 80 tuổi, vẫn còn sống và hành đạo trong một tu viện bên Pháp. Thầy đã đóng góp một vai trò quan trọng trong việc trao truyền một truyền thống tâm linh Á châu cho xã hội Tây phương, một xã hội tân tiến nhưng phần lớn đã hoàn toàn thế tục hóa. Thầy dạy: “*Đừng bị kẹt vào một chủ thuyết nào, một lý thuyết nào, một ý thức hệ nào, kể cả những chủ thuyết Phật giáo. Những giáo nghĩa Phật dạy phải được nhận thức như những pháp môn hướng dẫn thực tập để phát khởi tuệ giác và từ bi mà không phải là một chân lý tuyệt đối để thờ phụng và bảo vệ*”. Trong khi các nhà lãnh đạo của thời đại ta từ Hoa Kỳ đến Iran đang lớn tiếng đốc thúc quần chúng họ tham dự vào những cuộc chiến tranh ý thức hệ mới, tạo nên những nguy cơ biến thế kỷ này thành một thế kỷ còn đẫm máu hơn cả thế kỷ vừa rồi, chúng tôi thiết nghĩ tất cả chúng ta đều nên hướng về và đi theo tuệ giác của thiền sư Nhất Hạnh.

Cuốn sách mới nhất của cô Pankaj Mishra là “*Temptations of the West: How to be Modern in India, Pakistan, Tibet, and Beyond*” (Để có sự hiện đại ở Ấn Độ, Pakistan, Tây Tạng, và các nước khác mà không rơi vào sự cám dỗ của Tây phương)

Mười sáu bài thơ của Thiền Sư Huyền Quang

Nhất Hạnh dịch

Thiền sư Huyền Quang là tổ thứ ba của thiền phái Trúc Lâm Yên Tử do Trúc Lâm Đại Sĩ (vua Trần Nhân Tông) thành lập tại Việt Nam (thế kỷ XIV).

CHU TRUNG

Nhất điệp biến chu hồ hải khách
Tranh xuất vi hàng phong thích thích
Vi mang tứ cổ văn triều sinh
Giang thủy liên thiên nhất âu bạch

LÀM TRÊN THUYỀN

Một lá thuyền con khách hải hồ
Vượt bờ lau lách, gió vi vu
Triều dâng bốn mặt, hoàng hôn phủ
Trời nước mênh mông, một dáng cò.

DIÊN HỮU TỰ

Thượng phương thu dạ nhất chung lan
Nguyệt sắc như ba phong thụ đan
Xi vãn đảo miên phương kính lãnh
Tháp quang song trĩ ngọc tiêm hàn
Vạn duyên bất nhiễu thành già tục
Bán điểm vô ưu nhãn phóng khoan
Tham thấu thị phi bình đẳng tướng
Ma cung Phật quốc hảo sinh quan

CHÙA DIÊN HỮU

Đêm thu chùa vắng, tiếng chuông ngân
Sóng ánh màu trắng, lá rụng hồng
Cánh đảo chim âu trời lạnh ngủ
Tháp vương đỉnh bạc sáng từng không
Thành gần tục lụy trần không vương
Cửa ngõ vô ưu mắt rộng tầm
Thấy được thị phi cùng một tướng
Ma cung Phật quốc cũng ngồi chung.

YÊN TỬ SƠN AM CƯ

Am bức thanh tiêu lãnh
Môn khai vân thượng tầng
Dĩ can Long động nhật,
Do xích Hồ khô băng.
Bảo chuyết vô dư sách
Phủ suy hữu sáu đăng
Trúc lâm đa túc điều
Quá bán bạn nhân tăng.

AM YÊN TỬ

Am cao trên đỉnh lạnh
Cửa mở mây từng không
Long Động trời đã tỏ
Hồ Khê nước còn băng
Văn chương không kể sách
Gậy chống thân gậy còm
Hầu hết chim rừng Trúc
Là bạn của nhân tăng.

NGỌ THỤY

Vũ quá khô sơn tịnh
Phong lâm nhất mộng lương
Phản quan trần thế giới
Khai nhãn túy mang mang

NGŨ TRƯA

Mưa tạnh, khe núi tĩnh
Ngủ mát dưới rừng phong
Nhìn lại cõi nhân thế
Mắt mở vẫn say nồng.

THẠCH THẤT

Bán gian thạch thất hòa vân trụ
Nhất lĩnh xối y kinh tuế hàn
Tặng tại thiên sàng, kinh tại án,
Lô tàn cốt đột nhật tam can.

AM THẠCH THẤT

Nửa gian thạch thất cùng mây ngủ
Chống rét năm trường chiếc áo bông
Tặng tọa thiên sàng, kinh đặt án,
Mặt trời ba trượng, củi lò không.

THỨ BẢO KHÁNH TỰ BÍCH GIAN ĐỀ

Hoang thảo tàn yên dã tứ đa,
Nam lâu Bắc quán tịch dương tà.
Xuân vô chủ tịch thi vô liệu,
Sầu tuyết Đông phong kỷ thụ hoa.

GHẾ CHÙA BẢO KHÁNH

Tình quê man mác mầu sương cỏ
Quán Bắc lầu Nam nhuộm nắng tà
Thơ không tài liệu, xuân không chủ
Buồn nhớ đông phong, lũ cỏ hoa.

ĐỊA LÔ TỨC SỰ

Ồi dư cốt đột tuyết phần hương,
Khẩu đáp sơn đồng vắn đoản chương.
Thủ bả suy thương hòa thái thác,
Đồ giao nhân tiểu lão tăng mang

HÓA LÒ

Củi hết, lò còn vương khói nhẹ
Sơn đồng hỏi nghĩa một chương kinh,
Tay cầm dùi mõ, tay nâng sáo
Thiên hạ cười ta, cứ mặc tình.

NHÂN SỰ ĐỀ CỨU – LAN TỰ

Đức bạc thường tâm kẻ tổ đăng,
Không giao Hàn Thập khởi oan tăng.
Tranh như trúc bạn quy sơn khứ,
Điệp chương trùng san vạn vạn tăng.

ĐỀ CHÙA CỨU LAN

Đức bạc then mình nói tổ đăng
Học theo Hàn, Thập dứt đa đoan
Hãy đi với bạn về non ở
Rừng núi bao quanh đến vạn tầng.

MAI HOA

Dục hướng thương thương vắn sở tông,
Lầm nhiên cô trĩ tuyết sơn trung.
Chiết lai bất vị già thanh nhãn,
Nguyện tá xuân tư ủy bệnh ông.

HOA MAI

Ngửa mặt trời xanh hỏi lý do
Hiên ngang trong núi mọc mình hoa
Bẻ vế, không để chung vui mắt
Chỉ mượn mầu Xuân đỡ bệnh già.

TRÚ MIÊN

Tổ phụ điền viên nhậm tự sừ,
Thiên thanh bàn khuất nhiễu ngô lư.
Mộc tê song ngoại thiên cư tịch,
Nhất chẩm thanh phong trú mộng dư.

NGŨ NGÀY

Vườn ruộng tổ tiên hãy tự cày
Nhà tranh non biếc khắp bao vây
Ngoài song, hương mộc, chìm im tiếng
Gió mát vừa qua, giấc đã say.



SƠN VŨ

Thu phong ngộ dạ phát thiêm nha,
Sơn vũ tiêu nhiên chầm lục la.
Dĩ hĩ thành thiên tâm nhất phiến,
Cùng thanh tức tức vị thù đa!

NHÁ NÚI

Gió thu xào xạc thổi qua hiên
Núi vắng lều tranh gói cỏ mềm
Nếu quả thiên tâm đà một khối
Tiếng trùng sao réo gọi thâu đêm?

AI PHÙ LỒ

Khóa huyết thư thành dục ký âm,
Cô phi hàn nhận tái vân thâm.
Kỷ gia sâu đối kim tiêu nguyệt,
Lưỡng xứ mang nhiên nhất chủng tâm.

THƯƠNG TỪ NHÂN

*Thư biên bằng máu nhấn tin nhau
Cô đơn chiếc nhận vút mây sâu
Bao nhà nhìn nguyệt đêm nay nhĩ?
Hai chốn cùng chung một nỗi đau!*

PHIẾM CHU

Tiểu đình thừa phong phiếm diêu mang,
Sơn thanh thủy lục hựu thu quang.
Sổ thanh ngư địch lô hoa ngoại,
Nguyệt lạc ba tâm giang mẫn sương.

ĐI THUYỀN

*Mênh mông theo gió con thuyền nhỏ
Thu sáng ngời xanh nước với cây,
Tiếng sáo thôn chài lau lách vọng
Trắng lặn giòng sông sương trắng đầy.*

ĐỀ ĐỘNG

HIÊN ĐÀN VIỆT GIẢ SƠN

Hoa mộc di duyên chủng tác sơn,
Lung yên trạo nguyệt, lạc hoa hàn.
Tùng tư niệm lự đô vô tục,
Doanh đặc thanh phong nhất chẩm an.

NON BỘ CỬA ĐỘNG HIÊN

*Núi dựng nên bằng đá với cây
Có lòng hoa rụng, tuyết, trắng, mây
Từ đây mọi niệm đà thanh thoát
Gió mát riêng mình giấc ngủ say.*

TẢO THU

Dạ khí phân lương nhập họa bình,
Tiêu tiêu đình thụ báo thu thanh.
Trúc đường vong thích hương sơ tận,
Nhất nhất tùng chi vãng nguyệt minh.

ĐẦU THU

*Hương đêm mát dịu, bình phong lạnh
Xào xạc thu sang lá động cành
Trúc đường thông thả, hương vừa đốt
Cành cây chẳng lười lọt trăng thanh.*

CÚC HOA

Tùng thanh Tường Hủ tiên sinh kính,
Mai cảnh Tây hồ xử sĩ gia.
Nghĩa khí bất đồng nan cửu hợp,
Cô viên tùy xứ thổ hoàng hoa.

Đại giang vô mộng cán khô tràng,
Bách vịnh mai hoa nhượng hảo trang.
Lão khứ sầu thu ngâm vị ổn,
Thi biểu thực vị cúc hoa mang.

Vương thân vương thế dĩ đô vương,
Tọa cửu tiêu nhiên nhất tháp lương.
Tuế vãn sơn trung vô lịch nhật,
Cúc hoa khai xứ tức trùng dương.

Niên niên hòa lộ hướng thu khai,
Nguyệt đậm phong quang thiếp thốn hoài.
Kham tiểu bất minh hoa diêu xứ,
Mãn đầu tùy đảo tháp quy lai.

Hoa tại trung đình nhân tại lâu,
Phân hương độc tọa tự vong ưu.
Chủ nhân dữ vật hồn vô cạnh,
Hoa hướng quần phương xuất nhất đầu.

Xuân lai hoàng bạch các phương phi,
Ái diễm liên hương diệc tự thi.
Biển giới phồn hoa toàn trụ địa,
Hậu điều nhan sắc thuộc đông ly.



HOA CÚC

*Đường nhà Tường Hủ tre reo gió
Vườn cảnh Tây Hồ đẹp nét mai
Nghĩa khí chẳng đồng không ý hợp
Cúc hoa nở sáng khắp vườn ai.*

*Ngàn sông không đủ thấm lòng già
Bách Vịnh Mai Hoa vẫn kém xa
Đầu bạc ngâm hoài vẫn chưa ổn
Mỗi khi cúc nở rộn lòng ta.*

*Buông thân buông thế, thấy đều buông
Thiền tọa giờ lâu lạnh thấm giường
Trong núi năm tàn không có lịch
Thấy hoa cúc nở biết Trùng dương.*

*Năm năm nở đúng tiết Thu qua
Gió dịu trăng trong ý mặn mà
Cười kẻ không hay hoa huyền diệu
Khi về, mái tóc giắt đầy hoa!*

*Người ở trên lầu, hoa dưới sân
Vô ưu ngồi ngắm, khói trầm xông
Hồn nhiên người với hoa là một
Giữa vùng hương sắc lộ hình dung.*

*Phương phi Xuân sắc, trắng hay vàng
Thời tiết tùy loài hợp sắc hương
Khi mọi loài hoa rơi chật đất
Dậu Đông hoa cúc vẫn chưa tàn.*

Tham luận của Phái Đoàn Tăng Thân Làng Mai đọc tại Diễn Đàn Phật Giáo Thế Giới Hàng Châu ngày 13 tháng 4 năm 2006

Vào dịp ăn mừng 2000 năm đạo Bụt tới Trung Quốc, Hiệp hội Phật giáo Trung Quốc với sự hợp tác của chính quyền đã tổ chức Diễn Đàn Phật Giáo Quốc Tế Thứ Nhất tại Thượng Hải và Hàng Châu, mời những nhân vật Phật giáo quốc tế đến tham dự từ ngày 13.04.2006 đến ngày 16.04.2006. Tòa Đại sứ Trung Quốc tại Pháp cho biết tại Pháp có hai nhân vật được mời, đó là Thầy Matthieu Ricard và Thiền sư Nhất Hạnh. Thiền sư Nhất Hạnh đã đề cử bốn vị đệ tử xuất gia thay thầy đi phó hội, đó là các thầy Pháp Ấn, Pháp Khí, các sư cô Giác Nghiêm và Tùng Nghiêm. Sau đây là bài phát biểu của phái đoàn Đạo tràng Mai Thôn do Thầy Pháp Ấn trưởng phái đoàn tuyên đọc tại Diễn Đàn.

Kính bạch chư Tôn Đức
Kính thưa Đại Chúng,

Chúng tôi rất vui mừng được giới thiệu thầy chúng tôi, Thiền Sư Thích Nhất Hạnh và Tăng Đoàn Làng Mai nơi đây, trong buổi gặp gỡ lịch sử hôm nay. Chúng tôi xin gửi đến ban tổ chức lòng biết ơn của chúng tôi về cơ hội quý báu này, để có thể trình bày về những cố gắng của chúng tôi trong việc đưa đạo Bụt đến nhân dân nhiều nước trên thế giới, đặc biệt là đến nhiều cộng đồng Tây phương trong suốt 30 năm qua. Một tập tài liệu chi tiết về việc làm nói trên đã được chuyển đến ban tổ chức diễn đàn, cũng như được lưu trữ trên trang nhà www.plumvillage.org và www.plumvillage.hk, dưới dạng Anh ngữ và Hoa ngữ.

Trong thế kỷ và thiên niên kỷ mới này, chúng tôi tin rằng đạo Bụt có một cơ hội rất lớn để phát triển và được cải tiến, hầu đáp ứng những tiến bộ trong nhiều lĩnh vực bao gồm kỹ thuật và y khoa, cũng như những biến đổi sâu rộng đang diễn ra khắp thế giới trong quá trình toàn cầu hóa. Trong vòng một trăm đến hai trăm năm qua, đạo Bụt đã đi vào xã hội Tây phương phần lớn như những khái niệm và ý tưởng. Nhưng ngày nay, chúng ta có thể thấy rằng đạo Bụt đã bắt đầu cắm rễ sâu hơn trong đời sống hằng ngày, nghiêng về thực hành nhiều hơn là lý thuyết.

Như một tăng thân cùng thực tập trong suốt 30 năm qua, bằng mọi nỗ lực, chúng tôi đã ứng dụng đạo Bụt vào nếp sống tân tiến trong mỗi ngày. Chúng tôi liên tục phát triển, học hỏi và khám phá lại những phương pháp thực tập khác nhau, những phương pháp có thể được truyền đạt hiệu quả và được con người trong kỷ nguyên mới này dễ dàng chấp nhận. Chúng tôi đã góp phần sáng lập và phát triển mô thức “Đạo Bụt Đi Vào Cuộc Đời” trong nhiều khía cạnh của cuộc sống, bao gồm các khóa tu cho những nhà bảo vệ sinh môi, những nghệ sĩ, những thanh thiếu niên, những nhà tranh đấu cho hòa bình, những cuộc đối thoại tôn giáo, những nhà tâm lý trị liệu, những cựu chiến binh, những doanh nhân, những tù nhân, những nhân viên tư pháp như trong giới cảnh sát, kiểm soát trại giam, luật gia, những giáo chức, những dân biểu quốc hội Mỹ và nhiều khóa tu cho những cặp vợ chồng, những bậc cha mẹ, những gia đình.

Chúng tôi đã chứng kiến nhiều điều mâu thuẫn xảy ra trong mỗi khóa tu và tại trung tâm thực tập của chúng tôi. Nhiều người đã có thể hòa giải và trở về sống chung hòa hợp với người thương của họ sau bao nhiêu năm khổ đau bởi trách móc, hiểu lầm và chia rẽ. Các nhóm thù nghịch như giữa người Do Thái và người Palestine đã có thể ôm ấp được niềm đau của đối phương, đồng lòng cùng nhau xây dựng hòa bình, thông cảm. Các doanh nhân và dân biểu có thể thực tập thiền hành ngay trong đời sống bận rộn và căng thẳng của mình. Trong chuyến thăm Việt Nam vừa qua sau 39 năm lưu vong của thầy chúng tôi, bằng tấm lòng chân thật và sự thân tình của tăng đoàn, chúng tôi có thể giúp xóa đi nhiều lo lắng và nghi kỵ trong giới chính quyền Việt Nam. Qua đó họ đã nhận ra rằng chúng tôi là bạn chứ không phải là thù. Trong mọi tình huống, chúng tôi luôn thực tập lắng nghe và dùng ái ngữ để truyền thông. Điều này căn cứ trên giới thứ tư của năm giới Bụt dạy, được thầy chúng tôi cải tiến như sau:

Ý thức được những khổ đau do lời nói thiếu chánh niệm gây ra, con xin học theo hạnh ái ngữ và lắng nghe để dâng tặng niềm vui cho người và làm vơi bớt khổ đau của người. Biết rằng lời nói có thể đem lại hạnh phúc hoặc khổ đau cho người, con nguyện chỉ nói những lời có thể gây thêm niềm tự tin, an vui và hy vọng, những lời chân thật có giá trị xây dựng sự hiểu biết và hòa giải. Con nguyện không nói những điều sai với sự thật, không nói những lời gây chia rẽ và căm thù. Con nguyện không loan truyền những tin mà con không biết chắc là có thật, không phê bình và lên án những điều con không biết rõ. Con nguyện không nói những điều có thể tạo nên sự bất hòa trong gia đình và đoàn thể, những điều có thể làm tan vỡ gia đình và đoàn thể.

Cách diễn đạt mới mẻ này của các giới được xem như một thí dụ về những cố gắng của chúng tôi nhằm mục đích hiện đại hóa lời dạy của Bụt, hầu thích nghi với thế giới hiện nay. Trong nhiều dịp, thầy chúng tôi luôn nhấn mạnh tính quan trọng trong sự thực hành Năm Phép Thực Tập Chánh Niệm như một con đường giúp vượt khỏi

những hoàn cảnh khó khăn đang diễn ra trên thế giới hiện nay như chiến tranh, bạo động và nghèo đói, để chúng ta còn có một tương lai.

Pháp ấn của pháp môn Làng Mai có thể được diễn đạt bằng một câu kệ rất đơn giản: “*đã về, đã tới*”. Lời dạy của Bụt và những vị tổ sư thiên của chúng tôi được diễn tả trong Kinh Người Biết Sống Một Mình (*Bhaddekaratta Sutta, Majjhima Nikaya 131*). Câu kệ trên đi đôi với hơi thở vào, hơi thở ra trong lúc thiền ngồi, thiền đi, thiền buông thư hay trong những sinh hoạt hằng ngày, những cử động cơ thể. Sự thực tập dựa trên những phương pháp được dạy trong Kinh Quán Niệm Hơi Thở (*Anapanasati Sutta, Majjhima Nikaya 118*) và Kinh Bốn Lành Vực Quán Niệm (*Satipatthana sutta, Majjhima Nikaya 10*). Những điều dạy trong các kinh này được khám phá rộng hơn, được diễn giải qua ánh sáng trí tuệ trong truyền thống Đại Thừa và được ứng dụng vào đời sống hằng ngày, căn cứ trên tinh thần của dòng thiền chúng tôi.

Chúng tôi nhận ra rằng một cộng đồng xuất gia tạo nên nơi nương tựa vững vàng và chắc chắn nhất cho mọi người trong tứ chúng. Chúng tôi đã giúp cải tiến nhiều phương pháp thực tập trước đây chỉ dành riêng cho giới xuất gia và giới thiệu chúng đến giới cư sĩ. Xây dựng tăng thân là một trong những việc cần thiết nhất trong thiên niên kỷ mới như một chiến lược để vượt thoát xu hướng phân hóa trong lối sống tân kỳ. Chúng tôi biết rằng điều này là một thử thách khó khăn, nhưng cũng chính là một cố gắng cao quý. Thầy chúng tôi gợi ý rằng vị Bụt tương lai, Bụt Di Lặc, có thể biểu hiện dưới dạng một tăng thân, một đoàn thể tu học, thay vì một cá nhân. Trên tinh thần đó, cộng đồng xuất gia sẽ mang nhiều trách nhiệm hơn trong xã hội tân tiến. Nhu cầu đổi mới qua sự thực tập ngay trong đời sống hiện đại thật cấp bách. Chúng tôi đã giới thiệu đến đoàn thể xuất gia Giới Bản Tân Tu Ba La Đề Mộc Xoa, có thể xem trên trang nhà của chúng tôi, nhằm hướng đến những điều thực tập ngày nay như khi sử dụng xe hơi, máy vi tính, truyền hình, trò chơi điện tử và lên mạng.

Tóm lại, trong 30 năm qua, chúng tôi luôn cố gắng làm mới và hiến tặng giáo lý của Bụt cùng sự thực tập đến mọi tầng lớp xã hội, từ cá nhân đến gia đình và những lĩnh vực khác rộng lớn hơn. Hôm nay, chúng tôi thật hạnh phúc được chia sẻ những cố gắng đã thành công của mình đến nhiều người anh em nơi đây thuộc những truyền thống khác. Chúng tôi hy vọng các bạn sẽ soi sáng cho chúng tôi bằng những kinh nghiệm và tuệ giác của các bạn, hầu giúp chúng tôi làm tốt hơn. Nếu các bạn nghĩ rằng những phương pháp của chúng tôi mang lại nhiều lợi lạc, chúng tôi xin vui mừng chào đón mọi người với sáng kiến và ứng dụng chúng vào nhiều lĩnh vực mới lạ khác.

Xin chân thành cảm tạ sự quan tâm của các bạn. ☸

Hollywood theo gót chân Bụt

Cúng dường tác quyền sách
Đường Xưa Mây Trắng
cho Bụt và các thế hệ tương lai

(Nhật ký Làng Mai, sư cô Chân Không ghi lại)



Tin vui

Tối ngày 12.03.2006, Làng Mai được tin có một nhà tỷ phú muốn làm một cuốn phim về đời của Bụt từ cuốn sách Đường Xưa Mây Trắng. Tiến sĩ B. Modi, một trong ba người giàu nhất Ấn Độ nói rằng ông đã có ý định làm cuốn phim này từ 18 năm nay, nhưng bao lần không thành. Rồi cách đây hai năm ông đọc được cuốn sách này bằng tiếng Hindi và rất cảm động. Ông kết luận đây là cuốn sách mà ông chờ đợi từ lâu. Hay tin tác giả đang sống bên Làng Mai, ông Modi mừng quá, xin được gặp tác giả ngay cuối tháng ba của năm 2006 này.

Làng Mai cư mang

Quý thầy ở Làng Mai điện thoại hỏi thăm về ông tỷ phú này thì được người bạn ở Ấn Độ trả lời: “*Ông Modi thuộc một gia đình Ấn Độ giáo, rất giàu và thuần thành. Ông ta làm chủ tịch hội Maha Bodhi Society, nhưng chắc nhờ giàu nên thiên hạ mời làm chủ tịch, chứ gia đình đó vốn rất mộ Ấn Độ giáo! Nếu ông ta hỏi tiền bản quyền sách Đường Xưa Mây Trắng thì Làng Mai nên đòi 50 triệu đô la. Giá cả sẽ cò kè qua lại, từ 50 triệu có thể xuống 10 triệu đô la. Với số tiền ấy, Thầy cũng đủ nuôi cả ngàn đệ tử và yểm trợ cho ban Từ Thiện của Làng nữa. Quý thầy quý sư cô khỏi cần kêu gọi các bạn bè khắp nơi đóng góp*”. Ban Tiếp Xúc - Tiếp Trợ của Làng Mai cũng rất cần tiền: Năm 2005, Làng đang nuôi 1078 lớp mẫu giáo. Sang năm 2007 chắc sẽ chỉ còn nuôi nổi 887 lớp mẫu giáo ở những vùng xa xôi vì nếu ngoài tiền ăn của các cháu mà còn phải lo lương hằng tháng cho 887 cô giáo thì nhiều quá. Không biết năm 2008, bao nhiêu lớp sẽ bị cắt bớt sự trợ giúp?

Kiểm duyệt nghệ thuật

Ngày hôm sau, Tăng thân Làng Mai nhận được điện thoại của luật sư John Newman, người Mỹ, chuyên lo về luật pháp cho tất cả tác quyền sách của Thầy xuất bản ở Mỹ. Anh Newman căn dặn: “*Quý thầy quý sư cô phải đề nghị lấy bản quyền trên số tiền đầu tư của ông ta (gross amount), tức 5%, 3%, 2% hay 1%, ngay cả 0.5% cũng được, nhưng phải trên tiền đầu tư nhé! Các nhà làm phim khôn lắm, họ có thể đồng ý cho từ 5% đến 7% tiền lời. Nhưng phim ít bao giờ có lời cả. Họ cứ tính toán sao đó mà cuối cùng là sau 10 năm, 20 năm hay 50 năm, chưa chắc tác giả đã nhận được tiền bản quyền đó!*” Sư cô Chân Không nói rằng Thầy dạy chỉ đòi quyền theo dõi tinh thần cuốn phim và có quyền can thiệp nếu phim đi sai tinh thần Bụt dạy. Anh Newman nói: “*Không được đâu. Ở nước Mỹ này, họ được tự do tư tưởng và nghệ thuật. Mình rất khó đòi điều đó, họ có thể nói là mình vi phạm tự do tư tưởng và luật pháp sẽ bênh vực họ! Cái gọi là “quyền tinh thần” (droit moral) bây giờ ít có nước nào chấp nhận*”.

Tác quyền và quyền dịch thuật

Còn hai tuần nữa, tiến sĩ Modi và các người phụ tá sẽ sang Làng Mai gặp Thầy. Nhóm luật sư của hãng Modi Buddha Film ở Mỹ, đại diện là ông Larry Mark, đã soạn thảo một bản hợp đồng và gửi cho anh John Newman, luật sư của Làng Mai, một bản sao gửi cho Làng Mai. Luật sư John Newman giải thích: “*Trước hết phải giải quyết vấn đề quyền dịch thuật quyền sách Đường Xưa Mây Trắng, rồi mới tới tác quyền của Thầy. Vì nếu sử dụng bản dịch không có phép, cô Mobi, dịch giả, có thể kiện hãng Modi Buddha Film và bắt ngưng quay phim. Tồn kém vô cùng! Thầy chỉ có tác quyền tiếng Việt. Nếu hãng Modi Buddha Film không trả tiền cho cô dịch giả thì họ phải mượn người khác dịch lại cuốn sách*”. Chỉ mới tác quyền dịch giả thôi, mà ông Larry Mark đã tranh thủ ráo riết để “tiết kiệm” cho chủ của họ. Đọc xong hợp đồng và thấy trước là nếu bắt đầu bằng chuyện tiền bạc như vậy thì chắc cuốn phim sẽ không ra gì, các vị phụ tá bèn trình lên Thầy, được Thầy khen: “*Các con nói đúng. Thầy trò mình sẽ không lấy một đồng một xu nào của họ thì mới có sức mạnh tinh thần để hướng dẫn họ làm phim theo ý định của mình*”. Nghe Thầy nói thế tất cả đều vui và cảm động.

Nhiều bàn tay và nhiều tấm lòng

Thủ quỹ trung ương của Làng Mai cho biết là sẽ không có tiền để trang trải các việc Phật sự khác, dù người ta nói rằng ông tỷ phú Modi sẽ bỏ ra 120 triệu đô la để làm cuốn phim. Tuy thế, ai nấy đều vui mừng vì nhiều người trẻ sau khi đọc quyền Đường Xưa Mây Trắng, đã buông bỏ hết và quyết chí đi tu. Ông Modi như vậy là người tri kỷ của Làng Mai. Thầy mà nhận 10 triệu đô

la tiền tác quyền thì có thể Làng Mai sẽ bị hư đốn. Mọi người nhắc nhau: “*Xưa nay mình có nhận đồng nào của cuốn phim nào đâu, vậy mà mình vẫn làm được từng ấy việc? Nếu mình có tu tập và thực tập tri túc thực sự thì sẽ có rất nhiều tấm lòng yêu chuộng con đường phụng sự của Thầy cùng đến góp một tay. Lo chi! Để vài ông nhà giàu lo tài chính thì họ sẽ lấy hết phước sao?*” Bất cứ công việc Phật sự nào mà càng có nhiều bàn tay đóng góp - dù mỗi người chỉ cho một số tiền nhỏ, nhưng với tất cả tấm lòng - thì công đức mới ngút ngàn và đó mới là hạnh nguyện làm Phật sự như một dòng sông.

Vì sao thông điệp được chọn?

Rạng ngày 26.03.2006, ông tiến sĩ Dhar đã tới Xóm Mới trước để gặp quý sư cô. Ông Dhar phụ tá cho ông Modi trong Tập đoàn Modi Corporation Global Empire (MCGE), chuyên xuất nhập cảng máy vi tính, máy in Laser, và điện thoại cầm tay. Modi Buddha Film là một chi nhánh của tập đoàn ấy. Ông Dhar nói rằng ông Modi là bạn thân của Đức Đạt Lai Lạt Ma, đã có nhiều đóng góp tài chính cho các công trình của Ngài và của các đạo sư Phật giáo trú danh ở Sri Lanka, Ấn Độ và Dharamsala. Sư cô tặng ông quyển sách Transformation At The Base nói về sự vận hành của tâm. Sách đúc kết các bài giảng Duy Biểu học. Ngày hôm sau ông Dhar cho biết ông đã đọc say mê cuốn sách này. Khi về lại Ấn Độ, ông điện thư cho sư cô, báo tin là gia đình ông đã bắt đầu tu tập theo các pháp môn của Làng. Ông cũng báo cáo là ông và bà bây giờ tập ăn cơm theo phương pháp chánh niệm: không coi truyền hình nữa và cũng không còn nói chuyện vô ích trong buổi ăn. Mỗi ngày, cả gia đình đều thực tập đi thiền hành.

Ngày 27.03.2006 phái đoàn Modi Buddha Film chính thức tới thăm Làng. Bên Làng Mai có Thầy, các thầy Pháp Ấn, Pháp Dụng, Pháp Lạc, Pháp Hiển và quý sư cô Chân Không, Định Nghiêm, Tuệ Nghiêm. Bên đoàn phim thì có tiến sĩ Bhupendra Kumar Modi, người ra vốn, ông Michel Shane, giám đốc điều hành sản xuất phim, cô giám đốc quản trị, ông Dhar, chuyên nghiên cứu về những dữ kiện lịch sử trong cuốn phim và một bà dân biểu Ấn Độ, bạn của ông Modi. Mọi người được mời ngồi uống trà trong cốc Ngõi Yên của Thầy ở Xóm Thượng.

Ông Modi kể rằng, đã mười tám năm nay ông muốn làm một cuốn phim về cuộc đời của Đức Bụt Siddharta nhưng việc không thành. Cách đây chưa đầy hai năm, ông được một người bạn cho đọc quyền Đường Xưa Mây Trắng bằng tiếng Hindi và cuốn sách đó đã thay đổi cả cuộc đời ông. Thầy nói: “*Trong suốt hai nghìn sáu trăm năm nay, người ta cứ thần thánh hóa Bụt, làm như Ngài chuyển hóa được khổ đau là nhờ có phép thần thông. Vì vậy nên thiên hạ cứ xem Ngài như một nhân vật thần thoại. Thật oan cho Ngài. Chúng ta sẽ trình bày*

lại con người thật của Ngài để có thể cống hiến tuệ giác, những phương pháp chuyển hóa các khổ khăn và đau khổ của Ngài cho người trẻ, cho các giới thương gia, trí thức, khoa học gia, chính trị gia, cho giới văn nghệ sĩ... Ngày xưa Ngài đã từng làm việc đó”. Ông Dhar nói ông Modi đã từng từ chối một phim bản về đời của Bụt do tiến sĩ Deepak Chopra viết, dù ông này là bạn thân của Đức Đạt Lai Lạt Ma. Một phần vì phim bản ấy có nhiều đoạn thần thánh hóa Siddharta quá, e rằng tuổi trẻ không nuốt nổi. Ông Modi rất mong rằng cuốn phim này sẽ được hàng chục triệu người ưa chuộng.

Giám đốc Michel Shane nói: “Cuốn sách này được viết rất hay, chúng ta cứ theo y như sách mà trình bày. Cứ để cho chú bé chăn trâu Svastika và vị tỷ kheo trẻ kể lại cuộc đời của Bụt thì sẽ không bị ai trách cả. Còn nếu mình trình bày Đức Bụt theo truyền thống Tây Tạng thì các vị theo truyền thống Miến Điện, Thái và Sri Lanka sẽ không vui, sẽ khen chê này nọ...” Mãi sau này, Làng Mai mới biết là có rất nhiều áp lực chống đối. Người ta nói với ông Modi: “Ông thuộc Ấn Độ giáo, tin Trời, tại sao ông không làm một cuốn phim về Trời Phạm Thiên, Visnu hay Shiva, mà lại làm về Bụt?” Nhiều phe bên Thiên Chúa giáo, Do Thái giáo, Hồi giáo... không ai ưa phim này và bàn ra mãi.

Một hợp đồng lạ lùng

Mục đích của đoàn Modi Buddha Film sang Làng Mai là để thương thuyết và ký hợp đồng trao bản quyền sách Đường Xưa Mây Trắng cho họ làm phim. Thật bất ngờ cho họ, khi nghe Thầy nói: “Chúng tôi sẽ không lấy một đồng nào về tác quyền cuốn sách. **Chúng tôi sẽ tặng bản quyền sách như là một sự cúng dường cho Bụt và cho các thế hệ tương lai.** Chúng tôi cũng mong rằng chúng ta sẽ xem nhau như anh em một nhà để cùng chung sức cống hiến cái thông điệp vô giá của Bụt cho các thế hệ tương lai. Chúng ta sẽ mời các nhà làm phim, từ đạo diễn đến các diễn viên, thực tập sống đẹp và sâu sắc. Chúng ta sẽ giúp họ có cơ hội học được cách đi, đứng, nói, cười, ăn uống trong chánh niệm, và có được một ít thực chất của sự hiểu biết và tình thương khi họ đóng phim. Khi diễn xuất, uy nghi, chánh niệm và lòng từ ái phải được hiển lộ một cách chân thực chứ không thể giả đồ. Vì vậy, cả đoàn phải vừa tu vừa thực hiện công tác nghệ thuật này. Trái tim ta có trong sáng thì cuốn phim mới thành công. Và nếu sau này có tiền lời thì tôi xin Modi Buddha Film để ra 1% tiền lời cho các chú bé

chăn trâu như Svastika, đang còn ở Ấn Độ và đang cần được có cơm ăn và học hành”. Nghe Thầy nói sẽ không lấy tiền tác quyền, hình như cả đoàn chưa tin lắm. Ông Dhar nói: “Giúp trẻ em Ấn Độ à? Tiến sĩ Modi cũng có tài trợ cho hơn 10.000 trường học ở Ấn Độ”. Sư cô Chân Không nghe thế rất thán phục: “Ông dễ thương quá, ông giúp hơn 10.000 trường học trong khi thầy trò chúng tôi cùng một số Tăng thân địa phương chỉ giúp được 1078 lớp mẫu giáo ở các vùng sâu xa của Việt Nam thôi”. Nghe vậy thì tới phiên các ông Ấn Độ tròn mắt: “Làng Mai mà giúp tới một ngàn lớp học à?” Có thể là họ thấy nhà cửa, thiền đường và phòng ốc ở Làng Mai quá thanh bần nên ngạc nhiên là làm cách nào Làng có thể giúp tới cả ngàn lớp học, trả lương cho cả ngàn cô giáo đều đặn mỗi tháng? Sư cô tiếp: “Nhưng chúng tôi có rất nhiều bạn thiền sinh và may mắn đã quy tụ được nhiều tấm lòng vàng!”

Sáng ngày 28.03.2006

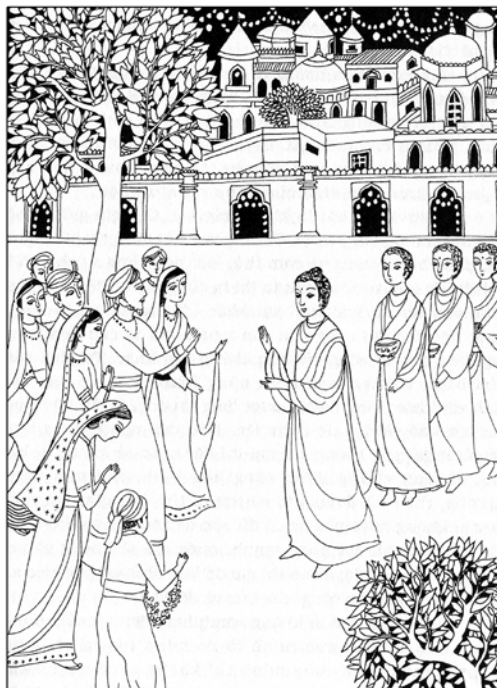
09:00 - Hai bên gặp mặt; 11:00 - Đi thiền hành; 12:30 - Cơm trưa ở Xóm Hạ; Chiều 15:00 - Thiền trà ở Xóm Mới.

Sáng ngày 29.03.2006

07:00 - Nghe pháp thoại ở Xóm Hạ.
10:00 - Uống trà với Thầy và quý thầy, sư cô
11:00 - Giã từ

Sáng nay ở cốc Ngòi Yên, Xóm Thượng, hai bên ngồi uống trà để lắng nghe và hiểu nhau hơn. Michel Shane cho biết trước nhất là phải tìm ra người viết phim và viết cho xong chuyện phim. Tiến sĩ Modi nói: “Chúng tôi muốn chọn tài tử thật giỏi. Nhưng những người được chọn không nhất thiết phải nổi tiếng, đã đóng nhiều phim vì chúng tôi ngại rằng công chúng sẽ nhận ra họ, và như thế sẽ mất linh! Rất nhiều diễn viên đã nộp đơn rồi, nhưng chúng tôi chưa nhận người nào”. Thầy bảo

thầy Pháp Ấn hướng dẫn và cùng đi thiền hành với đoàn làm phim. Sau bữa cơm trưa tại Xóm Hạ, ông Modi hỏi thầy Pháp Ấn là Thầy đã đồng ý ký hợp đồng mà luật sư Larry Mark đã thảo cho cuốn phim chưa? Sư cô Chân Không nhắc lại là Làng sẽ không lấy một xu nào, nhưng cả đoàn làm phim phải tu tập chánh niệm. Và nếu có lời thì chỉ xin 1% cho trẻ em nghèo ở Ấn Độ. Ông Modi liền đề nghị tặng thêm 1% cho trẻ em ở các nước nghèo khác như Việt Nam. Sư cô Chân Không thêm: “Chúng tôi xin góp phần tâm linh vào nền giáo dục thiếu nhi. Cho chúng ăn no chưa đủ, phải biết dạy các cháu biết làm chủ cơn giận, đối trị với năng lượng bạo động trong người,



tập sống cho thành thoi và bình an, biết nhận ra cái đẹp chân thật. Đó là “nghề” của chúng tôi!” Sư cô liền đánh máy tóm lược các nét chính của hợp đồng như lời Thầy căn dặn, đề phát cho mọi người. Ngoài ra, Modi Buddha Film sẽ trả 10.000 đô la cho cô Mobi (dịch giả tiếng Anh) và toàn chi phí (khoảng 8.000 đô la) cho hai ông luật sư của Làng Mai.

Chiều hôm ấy sư cô Trụ Trì chùa Từ Nghiêm, Xóm Mới tổ chức thiền trà cho đoàn Modi Buddha Film. Một số quý thầy và quý sư cô thuộc bốn chùa của Làng cùng tham dự giúp vui. Nhờ sống ở Làng hai ngày, mọi người trong đoàn làm phim mềm ra, dịu xuống. Còn nhớ lúc mới đến, ông Dhar đã nói về tầm vóc của Tập đoàn Modi Corporation Global Empire, nếp sống của từng người trong đoàn, và mục đích rõ ràng của họ khi đến Làng: Làm thương mại (business), ký hợp đồng mua tác quyền làm phim thôi. Nhưng qua hai ngày sinh hoạt, người nào trong đoàn Modi Buddha Film cũng có cái nhìn khác và thấy được cái đẹp của Tăng thân. Trong buổi thiền trà họ cảm nhận được tình huynh đệ, sự trẻ trung, niềm vui và hạnh phúc thanh bạch tỏa rạng trong ánh mắt quý thầy, quý sư cô.

Lý do sâu xa

Mãi đến ngày 23.05.2006 tại Liên Hoan Phim Cannes, ông Modi mới tiết lộ là cô con gái út của ông, hồi nhỏ đã có hỏi ông: *“Is this the world I have to live in?” (Con phải sống trong cái thế giới này hả ba?)*. Có thể vì câu hỏi đó mà ông Modi muốn thực hiện cuốn phim này để giúp tuổi trẻ có cơ hội tiếp nhận được tuệ giác của Bụt. Còn một lý do nữa mà mãi về sau Làng mới được biết, do ông Dhar kể lại với anh Shantum Seth, thân hữu của Làng. Số là bố của ông Modi rất sùng Ấn Độ giáo và rất phục tùng một vị thầy Gu Ru lớn tuổi. Từng phục đến nỗi chỉ cần một lời khuyên của ông Gu Ru là ông bố sẵn sàng đuổi ngay các nhân viên nào bị cho là người không tốt cho hăng của ông. Khi bố qua đời, ông Modi có dịp đi thăm ông Gu Ru của bố. Khi ông Gu Ru sắp qua đời, ông Modi được nghe ông Gu Ru trần trối: *“Sở dĩ nước Ấn Độ ta không ngóc đầu lên nổi, con người ăn ở xấu với nhau là vì chúng ta không sống theo tuệ giác của Bụt”*. Câu nói đó làm ông Modi suy nghĩ hoài. Sau đó ông định làm phim với Deepak Chopra, nhưng khi xem kỹ lại thì phim đó quá thần bí, không thể thích hợp với con người thời đại.

Liên Hoan Phim Cannes

Ngày 21.05.2006 phái đoàn Làng Mai gồm 15 thầy và 15 sư cô lái xe đi Cannes, tá túc tại nhà các bạn cư sĩ thuộc Tăng thân của các thành phố Cannes và Nice. Thầy cùng sáu quý thầy và quý sư cô thị giả đi xe lửa và được ở tại Carlton International Hotel, nơi có tổ chức hội chợ phim ảnh. Liên Hoan Phim Cannes được tổ chức trong hai tòa

lâu đài cổ xưa, được sửa sang thành hai khách sạn cực kỳ sang trọng: khách sạn Carlton International Hotel là một tòa nhà bảy tầng, mỗi tầng gồm khoảng 100 phòng, nhìn bên ngoài có vẻ như một lâu đài thời trung cổ ở Pháp, nhưng bên trong có thang máy bóng loáng, và vô số phòng sang trọng; khách sạn thứ hai có nhiều lối vào và tên là Palais du Festival de Cannes (Cung Liên Hoan Phim Cannes). Có lối vào dành cho các tài tử trẻ mới vào ngành, để họ có dịp thi thố tài năng. Cửa chính của Cung Liên Hoan Phim Cannes, được trải thảm đỏ, là lối vào dành riêng cho các tài tử và các giám đốc sản xuất phim nổi tiếng. Phim nào được chấm giải độc đáo thì ông giám đốc sản xuất, đạo diễn và các vị tài tử chính sẽ được danh dự bước lên các bậc thang trải thảm đỏ ấy, dưới ánh sáng của hàng trăm đài truyền thanh truyền hình trên thế giới. Hai bên hàng rào an ninh, đám đông kiên nhẫn đứng chờ để có dịp hâm mộ và chiêm ngưỡng các minh tinh màn ảnh.



Hãng Modi Buddha Film mượn ba phòng ở Carlton International Hotel cho phái đoàn Làng Mai. Sư cô Mai Nghiêm chia sẻ: *“May quá! Con rất mừng được sống đời xuất gia. Con thấy được nếp sống quá giả tạo và phù phiếm của các tài tử phim ảnh. Họ đang lao đầu vào ngọn lửa danh lợi như những con thiêu thân. Cách họ ăn mặc, ăn uống, hút xách, chơi bời..., khuynh hướng chạy theo danh vọng và giàu sang, tất cả thế giới ấy đều là những lâu đài trên cát, thật tội nghiệp cho họ! Họ không được sống an lạc như con, dù rằng chỉ trong một giờ. Con cảm ơn Thầy và Tăng thân đã cho con một nếp sống thanh bạch và an lạc, một chỗ nương tựa thật vững chãi. Cái thế giới xa hoa phù phiếm này không động được tới con”*.

Sáng hôm đó Thầy và Tăng thân Làng Mai bàn chuyện chi tiết với Michel Shane, giám đốc sản xuất phim. Anh Shane nói thời gian sớm nhất là sáu tháng, anh và người viết phim mới làm xong chuyện phim, căn cứ trên sách Đường Xưa Mây Trắng. Dĩ nhiên người viết phim sẽ tới gặp Thầy và tu tập ở Làng. Và tuân theo hợp đồng, khi chọn xong các tài tử thì cả nhóm sẽ đi Làng Mai tu tập vài tuần. Sư cô Chân Không hơi lo là nếu đã có tài tử rồi

mà lỡ lúc ấy Thầy đang ở Từ Hiếu hay Bát Nhã, Việt Nam thì sao? Anh Michel Shane nói tình bơ: *“Trong trường hợp này, thay vì từ Mỹ bay đi hướng Đông sang Pháp, chúng tôi sẽ bay đi hướng Tây về Việt Nam với Thầy!”*

Báo chí vẫn chưa tin

Buổi chiều có họp báo và tiếp tân, rất vui. Chưa từng thấy buổi tiếp tân và họp báo nào ở Liên Hoan Phim Cannes mà có ba mươi thầy và sư cô đi thiền hành rất đẹp vào hội trường, rồi chấp tay tụng Bát Nhã Tâm Kinh và niệm Bồ Tát Quan Thế Âm. Nhiều đài truyền hình lớn có mặt, trong đó có đài Đức và đài Ấn là ở lại lâu nhất. Thầy nói: *“Chúng tôi chỉ là người đối tác tâm linh (Spiritual Partner) cho cuốn phim thôi”*. Tiến sĩ Modi tuyên bố với báo chí: *“Ông tác giả này lạ lắm, ông không cần đồng nào cả, ông chỉ muốn cùng đường cho Bụt thôi”*. Một lời tuyên bố quan trọng như vậy từ miệng ông Modi mà báo chí lại không tường trình. Họ bị chóa mắt bởi câu nói trước đó của ông Modi: *“Tôi dự trù bỏ ra 120 triệu đô la Mỹ để làm cuốn phim này”*. Thầy và Tăng thân Làng Mai được chụp hình liên tục và các hình ảnh được đưa lên các tờ báo Variétés, Riviera Reporter, Media Cannes Film, Nice Matin. Tờ Hollywood Reporter đăng hình Thầy cùng sáu đệ tử xuất gia bước trên các bậc thang trải thảm đỏ của Cung Liên Hoan Phim Cannes. Lý do của sự tiếp đãi danh dự và đặc biệt này là vì tài tử Danny Glover, người sản xuất phim *Bamako*, muốn mời Thầy cùng bước trên thảm đỏ để anh ấy được nêu tên Thầy trong những người có danh tiếng về đạo đức đã ủng hộ phim của anh. Phim *Bamako* nói lên thảm trạng của nước Mali (Phi châu), một nạn nhân của chính sách kinh tế mà Quỹ Tiền Tệ Quốc Tế (International Monetary Funds) và Ngân Hàng Thế Giới (World Bank) ép buộc các nước nghèo phải theo.

Tối 22.05.2006

Tại CINEM, trung tâm Công giáo ở Cannes, Tăng thân địa phương thuê được một hội trường nhỏ cho các thân hữu đến nghe Thầy thuyết pháp.

Sáng ngày 23.05.2006

06:00 - Tăng thân các vùng lân cận đều về tham dự buổi đi thiền hành và ngồi thiền trên bờ biển với Thầy. Tờ Nice Matin có tới phỏng vấn quý thầy và quý sư cô.

09:00 - Tiến sĩ Modi xin gặp Thầy để bàn thêm về cách thức làm phim. Ông giới thiệu ông giám đốc điều hành, tiến sĩ Mehta, sẽ thay ông liên hệ điều động việc làm phim, và sẽ thường xuyên thỉnh ý Thầy và Tăng thân.

Thầy và Đức Đạt Lai Lạt Ma tại Hollywood

Ngày 11.09.2006, tại khách sạn Peninsula ở trung tâm điện ảnh Hollywood, Đức Đạt Lai Lạt Ma cùng với Thiền sư Nhất Hạnh đã tuyên bố dự án thực hiện cuốn

phim về cuộc đời của Bụt, dựa trên quyển Đường Xưa Mây Trắng, trước một thính chúng gồm toàn những vị giám đốc các ngành thuộc kỹ nghệ điện ảnh, các nhà đạo diễn, viết chuyện phim, các vị tài tử, và rất nhiều phóng viên báo chí.

Thầy đã kể lại quá trình sáng tác quyển Đường Xưa Mây Trắng, chia sẻ sự thực tập và những việc làm của Thầy nhằm góp phần làm bớt sự bạo động trên thế giới. Thầy nói: *“Phim ảnh có thể đóng góp rất nhiều cho sự thức tỉnh của nhân loại trước hiểm họa bạo động, chiến tranh và nguy cơ hâm nóng toàn cầu (global warming). Cuốn phim phải được thực hiện như thế nào để có thể đánh động đến tâm thức người xem, giúp họ sống có ý thức, để cho trái đất có một tương lai. Muốn được như thế, trước hết các nhà làm phim và các diễn viên phải qua Làng Mai thực tập chánh niệm, biết cách trở về chăm sóc thân tâm để có an lạc và thanh thoi thật sự”*.

Đức Đạt Lai Lạt Ma cũng gửi lời cầu chúc và hộ niệm của Ngài cho cuốn phim được thành công viên mãn. Hướng về Thầy Nhất Hạnh, Ngài nói rằng, dù trải qua bao nhiêu khó khăn, khổ đau và tủi nhục, Thầy vẫn giữ được tâm từ bi, không lấy hận thù để đối phó với những kẻ đã gây nên khổ đau cho Thầy, cho đất nước và dân tộc của Thầy. Công trình hoằng pháp độ sinh của Thầy thật to lớn. Với tư cách của một người huynh đệ trong đạo pháp, Ngài xin được tán dương công hạnh của Thầy. Mục đích của cuốn phim không phải để khuyến dụ người ta từ bỏ các truyền thống tôn giáo khác để theo đạo Bụt, mà để cho thông điệp từ bi và bao dung của Đức Thế Tôn có cơ hội thấm vào lòng người. Theo đạo Bụt Đại thừa, tuy Đức Bụt Thích Ca đã là Bụt trước khi giảng sinh, nhưng *trình bày Đức Bụt một cách rất con người* như trong sách Đường Xưa Mây Trắng sẽ giúp cho người trẻ dễ dàng tiếp nhận thông điệp hòa bình của Bụt hơn. Mỗi chúng ta cứ giữ đạo gốc của mình, nhưng ai cũng có thể thừa hưởng, học hỏi được từ giáo pháp duyên sinh mẫu nhiệm của Bụt, vì giáo pháp này đi đôi với tinh thần khoa học.

Hôm ấy tại Peninsula Hotel, nhân viên an ninh đứng khắp nơi, vì Đức Đạt Lai Lạt Ma được bảo hộ an ninh như một vị nguyên thủ quốc gia. Lễ trình làng dự án phim Đường Xưa Mây Trắng hôm ấy cũng nhằm ngày kỷ niệm biến cố 11.09.2001. Ngày hôm đó, bốn mươi vị xuất gia thuộc Tăng thân Làng Mai, Tu viện Lộc Uyển, đã đến tụng kinh và niệm danh hiệu Bồ Tát Quan Thế Âm làm nhiều người rơi nước mắt. Khi Thầy chia sẻ về bức thư Thầy viết cho Tổng thống Bush liên quan tới cuộc chiến ở Iraq, nhiều người đã bùng bật khóc. Những minh tinh màn bạc nổi tiếng như Sharon Stone, Goddie Hawn, Victoria Principal, Lawrence Fishburn, Robert Downey Jr... đều đến tỏ bày cảm xúc của mình với Thầy. ☸

Những dấu ấn hai mươi năm qua

sư chủ Chân Pháp Hoạt giới thiệu phim

Ngày 23.05.2006 từ kinh đô ánh sáng điện ảnh Cannes, Pháp quốc, các hãng thông tấn quốc tế đã đánh đi một tin như sau: “*Quyển sách Đường Xưa Mây Trắng của Thiền Sư Nhất Hạnh đã được chọn để làm một cuốn phim về cuộc đời của Bụt*”. Phim này sẽ do nhà tỉ phú người Ấn, tiến sĩ Modi, quyết định thực hiện với một kinh phí khoảng 120 triệu Mỹ kim. Tin này đã làm kích động dư luận thế giới, đặc biệt đối với người Việt trong cũng như ngoài nước. Nhiều người đã liên lạc với Làng Mai, bày tỏ sự vui mừng, phấn khởi trước sự kiện này.

Trước khi trở lại với vấn đề mà hiện nay vẫn còn nóng bỏng trên, người viết xin giới thiệu cho quý vị độc giả về một số các phim khác đã quay và nói về công cuộc hoằng hóa của Thầy Nhất Hạnh và về các sinh hoạt của Tăng thân Làng Mai. Các phim này không có mức độ vĩ đại như phim sắp sửa làm nhưng nội dung đa dạng, có tính cách lịch sử, liên quan đến chiến tranh Việt Nam và sự hình thành của Làng Mai cũng như về các pháp môn của Làng Mai đang được truyền bá khắp thế giới. Các phim này dài từ 50 đến 80 phút, thích hợp để chiếu trên ti-vi, nên đã được các đài truyền hình Tây phương mua lại để trình chiếu trong các chương trình có tính cách văn hóa, tôn giáo hoặc nhằm tạo sự cảm thông giữa các dân tộc.

Để độc giả có thể theo dõi được sự phát triển của Tăng thân và pháp môn Làng Mai, các phim sẽ được trình bày theo thứ tự thời gian.

Awakening Bell (Tiếng chuông tỉnh thức)

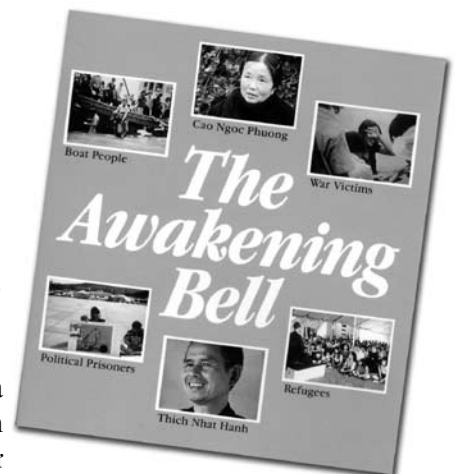
Phim thứ nhất với tựa đề là: **Awakening Bell (Tiếng chuông tỉnh thức)**, dài 55 phút, thực hiện bởi đạo diễn kiêm giám đốc sản xuất Gillian Coote. Phim được thực hiện nhân dịp Thầy và Tăng thân qua Úc năm 1986. Phim nói tiếng Anh ngoại trừ một vài đoạn nói tiếng Việt có phụ đề tiếng Anh. Sau đây là sơ lược nội dung phim:

Vào thời điểm này có khoảng 90.000 người Việt cư trú tại Úc, một số ở trước năm 1975 và phần lớn là thuyền nhân đã được chính phủ Úc nhận vào theo chính sách tỵ nạn. Phim cho thấy cộng đồng người Việt tại Úc, mặc dù đã hội nhập vào được xã hội Úc và có một đời sống vật chất tương đối đầy đủ nhưng vẫn còn có nhiều khó khăn và đau khổ do hậu quả của cuộc chiến đã qua. Rất

nhiều gia đình đã bị chia cắt, hàng ngàn người có thân nhân còn bị giam cầm. Cộng đồng người Việt tại Úc hơi bị phân hóa. Ngay trong khoảng 100 trung tâm sinh hoạt Phật giáo cũng thấy có sự khác biệt giữa những người tỵ nạn qua trước năm 1975, và các thuyền nhân tỵ nạn qua sau. Những người qua trước, mà đa số là các sinh viên du học và kiều bào ở tại Úc trước đó, vì không đồng ý với chính quyền mới, nên đã xin ở lại với quy chế tỵ nạn, họ không gặp phải những nỗi thống khổ và gian truân như các thuyền nhân trên đường vượt biên nên đã không thể cảm thông được với người đến sau.

Chuyến đi qua Úc của Thầy ngoài việc hoằng pháp còn để trợ giúp các vị xuất gia tại đó và giúp các gia đình biết cách tu tập để chuyển hóa những khổ đau do hậu quả của chiến tranh gây ra. Trong phim cũng có những cảnh hướng dẫn tu tập và các buổi pháp thoại của Thầy; cho thấy một số trung tâm sinh hoạt Phật giáo tại Úc, nơi các trẻ em được hướng dẫn để không quên văn hóa và lịch sử Việt Nam; cảnh phỏng vấn sư cô Chân Không và một số các vị xuất gia và cư sĩ khác; trong phim cũng có một số thông tin về sự cần thiết của giáo pháp và sự thực tập để ngăn ngừa xung đột. Trong phim còn có một số cảnh phim tài liệu nói về chiến tranh Việt Nam, hoàn cảnh và thời điểm thành lập Trường Thanh Niên Phụng Sự Xã Hội, về số phận của đồng bào vượt biên qua một đoạn phim tài liệu dài khoảng 4 phút, chiếu cảnh thuyền nhân lên bờ trên biển, được cứu vớt và cập đảo Nam Dương (đoạn phim này được lồng bài hát “*Lời nguyện cầu tìm đất sống*” do sư cô Chân Không hát). Trong một bài pháp thoại, Thầy đã nói: “*Thiền quán có nghĩa là mình không những chỉ ý thức (chánh niệm) được những gì đang xảy ra trong thân và tâm, mà còn phải ý thức được những gì đang xảy ra trên thế giới*”.

Các tác viên của Trường Thanh Niên Phụng Sự



Xã Hội (gọi tắt: Tác viên phụng sự xã hội) hoạt động trên căn bản tình thương, tránh hận thù và bạo động. Cũng như cách Hòa Thượng Thích Quảng Đức đòi hỏi được quyền bình đẳng tôn giáo dưới chính thể Ngô Đình Diệm. Ngày 16.05.1967 nữ sinh viên Nhất Chi Mai, một tác viên phụng sự xã hội, đã dùng chính thân mình làm ngọn đuốc để nói lên nguyện vọng mong muốn chấm dứt chiến tranh, mang lại hòa bình cho đất nước. Trước khi tự thiêu chị đã để lại một bức thư nói rõ lý do mà trong đó có những câu:

*Tôi muốn đem thân mạng này làm đuốc
để xua tan đi bóng tối
để đánh thức tình thương giữa người và người
và để đem lại hòa bình cho Việt Nam (*)*

Phim chiếu cảnh tự thiêu của Hòa Thượng Thích Quảng Đức.

Thầy nói: “Đôi khi mình phải tự thiêu để những nguyện vọng của mình được lắng nghe”

Phim cũng đề cập đến sự tranh đấu bất bạo động và thâm lặng của chị Đoàn Thị Ngọc Thanh: chị đã cùng hai con, ngồi thiền trước tòa đại sứ Việt Nam tại Úc và trước Quốc Hội Úc để xin trả tự do cho bố là nhà văn Đoàn Quốc Sĩ đang bị giam cầm. Chị nói, nếu không thực tập thiền quán bằng cách theo dõi hơi thở thì có lẽ không thể nào tranh đấu được bền bỉ như vậy.

Thầy nói: “Hòa bình tự thân đóng góp rất nhiều cho hòa bình bên ngoài. Nếu mình không có an lạc và sự cảm thông với người khác thì sự mong muốn xây dựng hòa bình ở một nơi nào đó đều trở thành vô giá trị”, và “An lạc cho bản thân và cho gia đình là yếu tố căn bản cho sự xây dựng đất nước trong tương lai”.

Giá trị lịch sử của phim là nói lên được sự khởi thủy của đường hướng “Đạo Bụt dần thân” do Thầy đề xướng trong giai đoạn chiến tranh Việt Nam và được tiếp tục phát triển cho đến bây giờ. Trong phim Thầy còn rất trẻ. Sư Cô Chân Không lúc đó chưa xuất gia, tóc còn để dài quá lưng. Phim đã được làm cách đây 20 năm nhưng hình ảnh và âm thanh khá rõ ràng.

(*) Nguyên tác bức thư “Lời tự thuật sau cùng của Nhất Chi” để lại trước khi tự thiêu:

Tôi viết tất cả mười bức thư để lại
Ngày mai tôi sẽ lo lắng một mình tôi buổi lễ tự thiêu
Tôi cho các nhà báo, nhiếp ảnh hay và một ít bạn thân
đến nơi tôi dự định mà không cho họ biết trước chuyện gì sẽ xảy ra.

Tôi mua mười lít xăng

Địa điểm tôi chọn là Chùa Từ Nghiêm, tôi có ý định đến Nhà Thờ Đức Bà hay một nơi công cộng có tính cách lịch sử một chút, mà thôi.

Phía trước mặt tôi đặt hai bức tượng: Đức Mẹ Maria với

hai bàn tay đưa ra. Đức Quán Thế Âm với đôi mắt dịu hiền. Cả hai nhìn tôi và ban ơn cho tôi tròn ước nguyện. Trước mặt và sau lưng tôi có hai biểu ngữ tôi viết:

*“Con chấp tay quỳ xuống
Xin Đức Mẹ Maria
Đức Quan Âm, Phổ Hiền
Cho con tròn ước nguyện.”*

và:

*“Xin đem thân làm đuốc
Xin soi sáng U Minh
Xin Tình Thương thức tỉnh
Xin Việt Nam Hòa Bình.”*

Cầu xin cho tôi can đảm, bình tĩnh mà ngồi yên trong lửa đỏ.

Tôi sẽ quỳ xuống và chấp tay niệm Phật và thầm gọi Việt Nam.

Người tự thiêu cầu Hòa Bình

Thích Nữ Nhất Chi Mai, tự Nhất Chi, Pháp danh Diệu Huỳnh



Peace in every steps (An lạc từng bước chân)

Phim thứ nhì với tựa đề: **Peace in every steps (An lạc từng bước chân)**, dài 55 phút, nói tiếng Anh, được thực hiện năm 1997; Giám đốc sản xuất là Gaetano Kazuo Maida với sự đỡ đầu của Community of Mindful Living, Film Arts Foundation.

Phim nói về sự cố gắng của Thầy trong việc làm thế nào để có được sự an lạc cho chính bản thân và tạo dựng được một nền hòa bình cho thế giới. Bắt đầu là cuộc gặp gỡ với các cựu chiến binh Hoa Kỳ đã từng tham chiến tại Việt Nam, kể đến là những hoạt động vào thời Việt Nam còn là thuộc địa của Pháp, và các giai đoạn chiến tranh Việt Nam. Trong phim có nhiều học trò của Thầy bày tỏ cảm nghĩ của mình.

Trước khi xảy ra cuộc chiến tranh vùng Vịnh (Trung Đông) vào cuối năm 1990 đầu năm 1991, Thầy có mặt tại Thủ đô Washington D.C để hướng dẫn một khóa tu cho các cựu chiến binh Hoa Kỳ và nhân cơ hội này, Thầy đã cùng họ tổ chức một buổi thiền hành để chống lại dự định can thiệp của Mỹ tại Trung Đông. Thầy đã nói với các cựu chiến binh: “Xin quý vị hãy làm tất cả những gì trong khả năng của quý vị để ngăn ngừa cuộc chiến tranh sắp xảy ra”. Các cựu chiến binh là những người từng trải, đã biết thế nào là khổ đau, thế nào là sự dã man, tàn bạo của chiến tranh, vì thế họ có bốn

phận phải nói lên những kinh nghiệm đau thương của mình cho mọi người cùng biết. Mình cần quán chiếu thật sâu để thấy rõ được sự thật của cuộc chiến. Thầy nói: “Cuộc chiến đã nằm sẵn trong ta. Ai ném bom? Chính mỗi chúng ta... Sự nhục nhã của hành động chiến tranh không phải chỉ có người lính phải gánh chịu, mà cả cộng đồng, cả xã hội đã gửi những người lính đó ra chiến trường cũng phải gánh chịu. Nguy cơ chiến tranh sẽ luôn luôn còn đó, nếu sự sợ hãi và hận thù đối với người khác, với dân tộc khác, với tôn giáo khác vẫn còn tồn tại trong xã hội”.

Trong phim Thầy nói rất chi tiết về một đạo Bụt nhập thế, được xem như là một phần của đời sống hằng ngày và của xã hội, nó hợp nhất thiền quán và hành động làm một. Ý tưởng về một Đạo Bụt Dẫn Thân đã manh nha trong đầu lúc Thầy mới 12 hay 13 tuổi. Khi còn là chú sa di 16 tuổi, Thầy đã ý thức được rằng, phải làm một cái gì (hành động) để chống lại sự đô hộ của người Pháp và để cứu giúp đồng bào đang bị chết đói (năm Ất Dậu 1945). “Trong một thời điểm như thế này mình không thể tiếp tục ngồi yên trong thiền đường được. Quán chiếu sâu sắc và hành động một cách sâu sắc cũng cần thiết như nhau, đó là hai thành phần của sự thiền quán”.

Sư cô Chân Không kể về giai đoạn đầu khi mới gặp và làm việc chung với Thầy vào năm 1960. Thầy đã đặt cô trước sự chọn lựa: hoặc là lo tu tập để đạt đến sự giác ngộ, sau đó có thể giúp được vô số chúng sinh – hay là ngay bây giờ phải ra tay để có thể cứu được một em bé khỏi chết? Sư Cô đã chọn con đường thứ hai và đã trở thành một trong những sinh viên đầu tiên của Trường Thanh Niên Phụng Sự Xã Hội (có chiếu hình chụp chung với các sinh viên đầu tiên khác, trong đó có Nhất Chi Mai) do Thầy sáng lập ra. Trường có hàng ngàn sinh viên và thiện nguyện viên cùng làm việc cho các công trình phát triển, tái thiết và xây dựng các xóm làng bị phá hủy vì chiến tranh. Họ làm việc “giữa hai làn đạn” và một số đã hy sinh mạng sống.

Ngay tại Hoa Kỳ, nơi mà từ năm 1966 Thầy đã có những nỗ lực vận động cho hòa bình tại Việt Nam và sau này cho toàn thế giới, Thầy cũng đã gặp áp lực từ nhiều phía. Và bây giờ lại phải đứng giữa hai phe, một bên chủ chiến, một bên chủ hòa (diều hâu và bồ câu). Phe nào cũng có những lời lẽ công kích, đe dọa và sẵn sàng ăn thua đủ nếu không hợp ý họ.

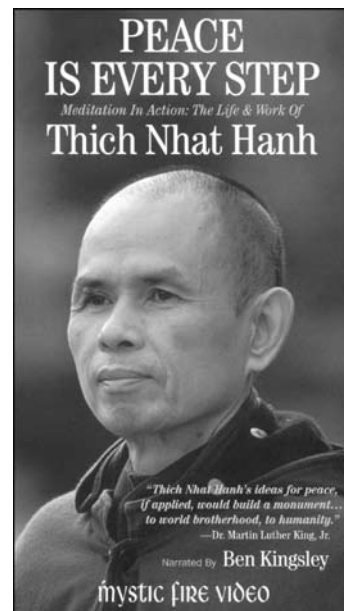
Về ý nghĩa của chữ “Interbeing” (tương tức), Thầy nói chữ này không có trong từ điển Anh văn, chữ này do Thầy sáng chế ra để nói về sự tương tức, trong cái này có cái kia, trong một có tất cả, tất cả đều liên hệ, tùy thuộc với nhau, không có cái nào có thể tự mình đứng cách biệt với mọi cái khác. Trong phim cũng nói về sự kiện nhà tranh đấu cho nhân quyền và được giải Nobel Hòa Bình, tiến sĩ Martin Luther King, đã viết thư đề nghị ủy ban xem xét và trao giải Nobel nên trao giải cho

Thầy. Ông viết như sau: “Để nhận lãnh giải thưởng Nobel Hòa Bình, tôi không biết một ai xứng đáng hơn vị tu sĩ khả kính đến từ Việt Nam này”. Cách nhìn tương tức và vô ngã của Thầy không những được giới “chống chiến tranh” ủng hộ mà còn được những người “kêu gọi bảo vệ sinh môi” tán dương. Với cái nhìn tương tức và vô ngã thì con người được biểu hiện bởi các nguyên tố không phải là người, con người là một với thiên nhiên, với muôn loài, với cỏ cây và đất đá. Vì thế tàn phá thiên nhiên, tàn phá môi trường sống tức là tàn phá chính mình.

Vào giai đoạn có những cuộc họp thương thuyết nhằm chấm dứt chiến tranh, tái lập lại hòa bình tại Việt Nam (1972-73), Thầy đã có mặt tại Paris để đóng góp quan điểm về hòa bình của đạo Bụt cho hội nghị. Từ năm 1976 Thầy sống chính thức tại Pháp, lúc đầu gần Paris và cho đến năm 1982 dời về miền Nam nước Pháp, gần Bordeaux và mở đầu cho sự hình thành Làng Mai.

Trong phim có khoảng 20 cựu chiến binh Mỹ, học trò của Thầy, chia sẻ cảm nghĩ về khóa tu, về kinh nghiệm tu tập để chuyển hóa những khổ đau và ám ảnh do cuộc chiến tranh tại Việt Nam gây ra. Anh Stephen Batchelor nói là những kinh nghiệm trong thời chiến đã ảnh hưởng đến sự tu tập và dạy dỗ của Thầy rất nhiều; cách sống của Thầy cũng ảnh hưởng được nhiều người. Phim nói nhiều đến cuộc đời của cựu chiến binh Claude Thomas. Anh kể về các cuộc hành quân của anh tại Việt Nam, từng bắn giết hàng trăm người Việt, và những hình ảnh này đã ám ảnh anh hằng đêm. Anh đã thoát chết nhiều lần và có lần anh bị một toán người mặc áo thầy tu tấn công anh bằng súng máy. Đến giờ anh vẫn không xác định được đây có phải thật sự là các nhà tu hay không.

Anh kể trong khóa tu: “Ngày đầu khi đến dự khóa tu tôi thấy một thầy tu Phật giáo người Việt đang ngồi đó. Tôi nhìn ông ta và nhận ra là tôi chưa từng bao giờ được dạy nhìn người Việt bằng một cách khác, ngoài thấy đó là kẻ thù. Đột nhiên tôi nhận ra người đó không phải là kẻ thù của tôi và tôi bật khóc”. Điều mà ám ảnh anh nhiều nhất, làm cho anh gần như mắc bệnh tâm thần là cái chết của năm trẻ em Việt Nam. Các em đã bị nổ banh xác khi nhặt một con búp bê có



chứa chất nổ. Để giúp anh có thể chuyển hóa các ám ảnh và sự khổ đau dày vò tâm tư, sau khóa tu sư cô Chân Không đã mời anh qua Làng Mai tu tập. Tại Làng anh đã thực tập sám hối, chuyển hóa dần được các khổ đau và làm lại cuộc đời bằng các công tác giúp đỡ các trẻ em nghèo đói trên thế giới. Thầy từng hướng dẫn để anh thay vì ngồi buồn khổ thì hãy làm một việc gì có ích: *“Trên thế giới mỗi ngày có khoảng 40.000 trẻ em bị chết vì đói khát, vì thiếu thuốc men. Ngay trong giây phút này cũng có nhiều trẻ em bị chết chỉ vì thiếu một viên thuốc. Tại sao anh không đem những viên thuốc đó đến cứu những đứa trẻ ấy? Nếu anh có chánh niệm thì anh đã làm như vậy, và làm được như vậy năm lần là anh có thể cứu được năm đứa trẻ. Tại sao anh cứ nghĩ đến năm đứa trẻ đã chết trong quá khứ mà không nghĩ đến những đứa trẻ sắp chết bây giờ? Bởi vì những gì quan trọng nhất mà mình có thể làm được, chỉ có thể làm được trong giây phút hiện tại mà thôi”*.

Sau một vài năm thực tập ở Làng anh đã hoàn toàn được chuyển hóa, thọ giới Tiếp Hiện, tham gia nhiều công tác từ thiện để cứu giúp trẻ em và năm 1995 đã trở thành một thầy tu Phật giáo.

Thầy nói là với sự thực tập chánh niệm mình sẽ có được định và tuệ giác và những thứ này có khả năng thay đổi được xã hội. Thầy nói: *“Một người mà có sự vững chãi, tươi mát và đầy tình thương thì có thể có tác dụng tới nhiều thứ”*.

Phim chấm dứt bằng những lời trong bài thơ mà cũng là tựa đề phim:

*“Từng bước chân thành thoi
Mặt trời như trái tim đỏ tươi
Từng đoá hoa mỉm cười
Ruộng đồng xanh mát như biển khơi
Từng bước chân thành thoi
Đường dài em bước đi mọi nơi”*.

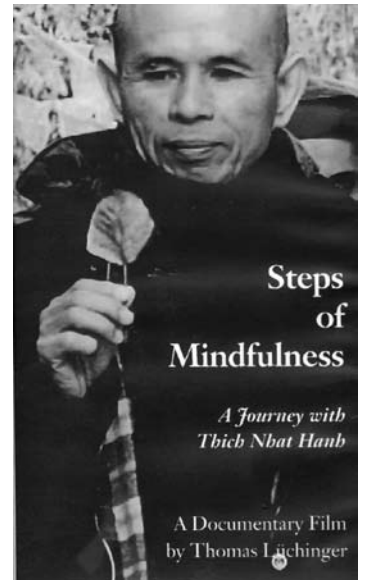
Phim đã được nhiều đài truyền hình trên thế giới phát hình, nhất là tại Âu châu, để nói về cuộc chiến tranh Việt Nam và hậu quả của nó; nói về sự thành công trong việc tu tập để chuyển hóa, đặc biệt là để hòa giải với chính mình và hòa giải giữa các dân tộc.



Steps of Mindfulness (Bước Chân Chánh Niệm)

Phim thứ ba với tựa đề: **Steps of Mindfulness (Bước Chân Chánh Niệm)**, dài 83 phút, nói tiếng Anh, một vài đoạn nói tiếng Việt, được thực hiện năm 1998 bởi Giám đốc Thomas Lüchinger thuộc nhóm làm phim “Roses for you”, Zürich và được sự hỗ trợ của nhà thờ Tin Lành cũng như Thiên Chúa giáo tại Thụy Sĩ.

Phim được thực hiện nhân dịp Thầy và Tăng thân, gồm các sư cô Chân Không, Diệu Nghiêm, Định Nghiêm, Tuệ Nghiêm, Thuần Nghiêm, Giới Nghiêm, Hà Nghiêm và các thầy Pháp Ấn, Pháp Ứng, Pháp Niệm, Pháp Cảnh, Pháp Hiện và một số Phật tử, đi hoằng pháp tại Ấn Độ vào năm 1997. Đoàn quay phim đã theo Thầy đi thăm nhiều nơi tại Ấn Độ, trong phim có những cảnh Tăng thân ngồi và



đi thiền tại nhiều nơi, các nghi lễ, các bài pháp thoại, Thầy đi thăm Bồ Đề Đạo Tràng, tụng năm giới trên núi Thửu và sau đó các thầy, các sư cô được xuống tóc lần thứ nhì, đi thiền hành giữa đường phố đông đúc tại các thành phố lớn của Ấn Độ như Tân-Đề-Ly, Calcutta, hay đi thiền dọc bờ biển, ngồi chơi và ăn cơm chung với các trẻ em nghèo.

Phim cho thấy có một sự tiếp nối liên tục, qua các bài pháp thoại và các cuộc phỏng vấn Thầy luôn luôn nói về sự thực tập thiền quán với các chủ đề: Chánh niệm là trọng tâm của sự thực tập; chỉ có thể tiếp xúc được với sự sống trong giây phút hiện tại mà thôi; chỉ có lòng từ bi và sự vững chãi mới đem lại an vui và hạnh phúc; phát khởi tình thương và lòng từ bi qua sự nhận diện khổ đau của kẻ khác; nhận diện các tri giác và cảm thọ của mình; chuyển hóa các cảm thọ và hạt giống xấu bằng sự thực tập nhìn sâu; an lạc tự thân là điều kiện tiên quyết để có thể giúp được người khác và xây dựng hòa bình.

Đây là chuyến đi hoằng pháp của Thầy qua nhiều nơi nên ta thấy được nhiều cảnh Thầy cùng với Tăng thân giảng pháp thoại tại nhiều chỗ và với nhiều thính chúng khác nhau. Cuối phim là cảnh tiếp tân và ăn trong chánh niệm, sau đó mọi người cùng ra nhìn ngắm cảnh hoàng hôn tại bờ biển. Trong dịp này Thầy nói về tinh thức (giác ngộ) là khả năng nhìn sâu vào lòng sự vật: *“Khi*

bạn nhìn thấy một vị giác ngộ thì trong cách đi, đứng, nằm, ngồi, cười, nói của vị ấy đều tỏa ra một luồng ánh sáng. Và khi bạn chạm được vào luồng ánh sáng đó, bạn cũng được giác ngộ, lúc ấy bạn bắt đầu nhìn sâu vào chính mình và vào những thứ chung quanh”.

Tóm lại, phim cho thấy nhiều chặng của chuyến đi, nhiều cảnh đẹp, rất hùng vĩ và cũng có những cảnh sống thật của xã hội Ấn Độ. Xem phim mình sẽ có cảm tưởng được tháp tùng Thầy và Tăng thân, được nghe pháp thoại, được ngồi thiền trên núi Thửu ngắm mặt trời lên. Rất tiếc những địa danh, những nơi Thầy và Tăng thân thăm viếng không được trình bày rõ ràng để người xem biết được giá trị lịch sử cũng như sự liên hệ mật thiết với đạo Bụt. Những bài pháp thoại được Thầy giảng bằng ngôn ngữ dễ hiểu nên những người chưa quen với cách thực tập hay pháp môn của Làng Mai cũng có thể hiểu được.

My life is my message (Cách sống của tôi chính là thông điệp của tôi)

Phim thứ tư với tựa đề: **My life is my message (Cuộc đời tôi là một thông điệp)**, phim dài 60 phút, nói tiếng Anh, do Buddhist Broadcast Foundation thực hiện với giám đốc George Schouten.

Phim được mở đầu bằng bài thơ “Dặn Dò” và sau đó là hình ảnh tấm bia kỷ niệm ghi tên các chiến binh Mỹ đã tử trận tại Việt Nam. Phim nói về những giai đoạn trong cuộc đời của Thầy: Các hoạt động trong thời kỳ chống Pháp giành độc lập rồi vận động kêu gọi hòa bình cho Việt Nam trong giai đoạn chiến tranh, sau này phải sống lưu vong tại Mỹ và bây giờ sống tại Pháp. Thầy kể về thời niên thiếu đã có những ước nguyện làm mới đạo Bụt để có thể cứu độ được con người một cách tốt hơn. Ngay từ lúc còn là chú tiểu Thầy đã tìm tòi trong kinh điển, truyền thống đạo Bụt những pháp môn đưa tới hòa bình, an lạc cụ thể cho mọi người và cho xã hội, với sự nhận thức con người là một sinh vật khổ đau.

Phim đề cập đến sự hình thành của Làng Mai như là một đóng góp vào sự an lạc chung cho vùng đất tại đây. Thầy kể về những vụ thảm sát trong đệ nhị thế chiến xảy ra tại Xóm Thượng và vùng lân cận. Ngay bên cạnh nhà ăn Xóm Thượng vẫn còn bờ tường mà trước đây lính Đức đã dùng để xử bắn kháng chiến quân Pháp và trên ngọn đồi Thénac đã xảy ra nhiều vụ xung đột làm chết nhiều người và lính Đức đã nhốt nhiều kháng chiến quân Pháp và người bị tình nghi vào một nhà thờ gần Thénac rồi phóng hỏa đốt. Oán khí còn rất nặng nề khi Làng Mai được thành lập khoảng 22 năm về trước. *“Nhưng 22 năm qua chúng tôi đã thực tập xúc chạm mặt đất với những bước chân đầy tình thương, đầy chánh niệm. Chúng tôi thực tập ngồi thiền, thực tập bảo vệ cây cối thú vật. Rất nhiều người từ 30, 40 quốc gia đã đến đây hằng năm để*

thực tập, trong số đó có nhiều người Đức và họ thực tập rất tinh chuyên”. Phim chiếu cảnh đi thiền hành, cảnh các sinh hoạt trong Làng và phong cảnh đồi núi chung quanh Làng thuộc vùng Tây Nam nước Pháp. Làng Mai ngày nay đã trở thành một nơi mà mọi người tìm đến để được sống trong sự hòa bình, an lạc. Thầy nêu ra một vài thí dụ như trợ giúp các cựu chiến binh Việt Nam, các tù nhân, các tác viên xây dựng hòa bình, các nhà bảo vệ sinh môi và các nhà tâm lý trị liệu.

Trọng tâm của phim cho thấy hai thí dụ điển hình về hoạt động xây dựng hòa bình của Làng Mai: khóa tu cho người Palestin và người Do Thái tại Làng Mai và khóa tu cho các dân biểu Mỹ tại Hoa Kỳ.

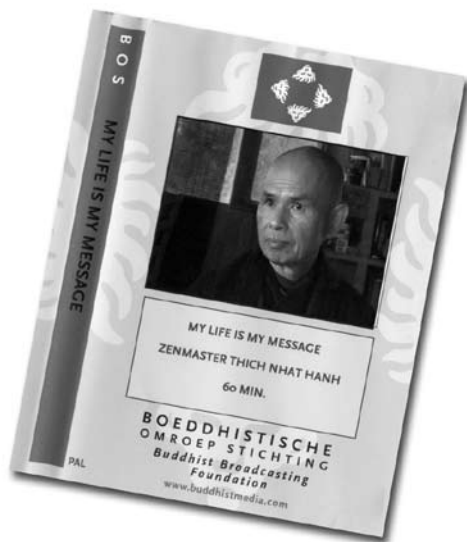
Mặc dù tại Palestin tình trạng chiến tranh vẫn còn đang tiếp diễn và người Palestin không được phép rời khỏi nước, khóa tu cho người Palestin và Do Thái vẫn được tổ chức vào tháng 10 năm 2003. Các tham dự viên đều là những người không ít thì nhiều có liên quan hoặc là nạn nhân của cuộc chiến. Một tham dự viên người Palestin ngồi xe lăn, ông ta bị trúng đạn Dum Dum và may mắn lắm mới còn sống, một số khác thì có thân nhân bị chết.

Những buổi ngồi thiền và thực tập chia sẻ đã giúp cho các tham dự viên của hai dân tộc có cơ hội lắng nghe những niềm đau nỗi khổ của nhau, nhận diện được nguyên nhân sâu xa đã có từ nhiều đời, nhiều thế hệ. Trên căn bản chánh niệm các tham dự viên có dịp nói về các cuộc tấn công, chiếm đóng của quân đội Do Thái hay về các cuộc “ôm bom tự sát” của các cảm tử quân Palestin. Và với sự thực tập

chánh niệm họ có thể bình tĩnh, mở lòng ngồi nghe mà không bị lôi cuốn ngay vào cuộc tranh cãi, trách móc hay đổ lỗi cho nhau. Thầy nói: *“Các cuộc nói chuyện về Hòa Bình sẽ không thể nào diễn ra được, nếu ngay từ*

đầu đã có sự tranh cãi về các đề mục chính trị”. Các cuộc đối thoại sơ dĩ thành công được, một phần cũng nhờ ở sự hướng dẫn khéo léo của những vị xuất gia đã từng có kinh nghiệm trong chiến tranh Việt Nam. Sau khóa tu các tham dự viên Do Thái và Palestin đều được chuyển hóa và đã có thể thiền ôm được với nhau.

Trọng tâm thứ nhì được đề cập đến trong phim là những cuộc gặp gỡ, tiếp xúc với các dân biểu Mỹ nhân dịp



Thầy có khóa tu cho một số dân biểu và thân nhân của họ tại Washington DC vào tháng 11 năm 2003. Trong dịp này Thầy nói là mặc dù biến cố 11 tháng 9 đã trôi qua hơn hai năm, nhưng mức độ của sự hận thù và bạo lực đối với những kẻ khủng bố đã không thuyên giảm mà còn có phần tăng thêm. *“Bạo lực không thể đẹp được bạo lực, mà chỉ tạo thêm kẻ thù”*, Thầy nói *“Lỗi lầm ngày xưa tại Việt Nam đang được lặp lại tại Iraq”*. Thí dụ về sự đối chọi, Thầy nói hai bàn tay của Thầy làm các công việc khác nhau, đôi khi còn đối ngược nhau, nhưng không bao giờ chúng cãi hoặc ganh tỵ với nhau. Tay phải của Thầy có khả năng viết các bài thơ hay thư pháp, nhưng không vì thế mà tỏ vẻ khinh khi tay trái, tay trái cũng không vì thế mà xấu hổ hay có mặc cảm thua kém. Có một lần trong lúc đóng đinh vào tường, tay phải đã vô ý nện búa vào bàn tay trái. Tay trái không nổi giận đòi lấy cây búa gõ vào tay phải để trả thù bởi vì chúng có cái tuệ giác của sự không phân biệt. Và nhờ tuệ giác không phân biệt này hàng ngàn tác viên phụng sự xã hội đã có năng lượng và nghị lực để làm việc trong những điều kiện bạo tàn của chiến tranh Việt Nam. Thực tập thiền quán không phải là một cái gì xa xỉ trong giai đoạn này, mà là một cơ hội để sống sót: *“Nếu anh không làm chủ được sự sợ hãi và nản lòng thì anh đã thua rồi và anh sẽ không thể giúp ai được nữa”*.

Theo Thầy thì mọi người không thể để cho các chính trị gia độc quyền làm chính trị mà phải giúp họ, Thầy nói: *“Tổng thống Bush và Bộ trưởng quốc phòng là sản phẩm của tâm thức cộng đồng, nếu tâm thức này thay đổi thì cách suy nghĩ của các chính trị gia cũng sẽ thay đổi”*. Một số dân biểu phát biểu cảm tưởng là sau khi dự khóa tu và nghe thuyết giảng, nhận thức của họ có thay đổi. Với sự thực tập chánh niệm, cách nhìn của họ về các vấn đề trên thế giới cũng có phần nào thay đổi.

Chủ đề của phim là sự Không Thù Hận Con Người, được nhấn mạnh bằng một đoạn trong bài thơ “Dẫn Dò” được chiếu ngay phần mở đầu. Bài thơ này Thầy đã viết vào năm 1965 cho các tác viên phụng sự xã hội, đang ngày đêm giúp đỡ đồng bào trong các vùng hiểm nguy và nhấn nhủ họ rằng, dù có bị đầy ải, dù phải chết cũng xin đừng bao giờ thù hận con người.

*Xin hứa với tôi hôm nay
Trên đầu chúng ta có mặt trời
Và buổi trưa đứng bóng
Rằng không bao giờ em thù hận con người
Dù con người
Có đổ chum trên đầu em
Cả ngọn núi hận thù
Tàn bạo
Dù con người giết em
Dù con người dẫm lên mạng sống em
Như là dẫm lên giun dế
Dù con người móc mắt moi gan em*

*Đẩy ải em vào hang sâu túi nhục,
Em vẫn phải nhớ lời tôi căn dặn.
Kẻ thù chúng ta không phải con người.
Xứng đáng chỉ có lòng xót thương*

Chỉ có khi nào nhận diện được niềm đau của mình và của kẻ khác, lúc đó mới bắt đầu có sự hòa giải. Thầy nói: *“Cuộc đời của tôi là một thông điệp, tôi trình bày tôi như một con người với tất cả mọi khổ đau của tôi”*. Phim rất có giá trị, đã được chiếu trên nhiều đài truyền hình tại Âu Châu, hình ảnh và kỹ thuật quay rất đẹp, âm thanh rõ ràng. Người xem có thể thấy được nhiều cảnh sinh hoạt tại Làng Mai như thiền hành, pháp đàm, lễ xuất gia v.v... có một đoạn về khóa tu tại Đức vào cuối tháng 05 năm 2003.

Going Home (Về Nhà)

Phim thứ năm với tựa đề: **Going Home (Về Nhà)**, phim dài 60 phút, nói tiếng Anh nhưng có nhiều đoạn phỏng vấn và pháp thoại được giữ nguyên tiếng Việt. Phim được thực hiện năm 2006 cũng do Buddhist Broadcast Foundation với giám đốc George Schouten. Nhóm này cũng đã làm phim “My life is my message”. Để thực hiện phim này, đoàn quay phim đã theo sát Thầy và Tăng thân Làng Mai suốt ba tháng trong chuyến về Việt Nam 2005, bắt đầu từ phi trường Charles de Gaulles, Paris, cho đến khi trở về lại Làng Mai.

Sau 39 năm sống lưu vong, lần đầu tiên Thầy đặt chân trở lại trên quê hương vào năm 2005. Trước khi về đến Việt Nam, học trò của Thầy, các tác viên phụng sự xã hội ngày xưa và bây giờ đã náo nức chờ đón. Trường Thanh Niên Phụng Sự Xã Hội được Thầy thành lập trong giai đoạn chiến tranh (1965) và ngày nay có khoảng trên 10.000 tác viên đang phụng sự tại khắp nơi trên đất nước. Với lời dạy của Bụt *“Tự thấp được mà đi”* họ đã và đang xây dựng các trường học, bệnh xá, nông trại tập thể để giúp những trẻ em và đồng bào nghèo khổ tại những nơi hẻo lánh. Với sự thực tập chánh niệm và tình thương họ đã có thể làm việc trong những giai đoạn khó khăn nhất của đất nước.

Vào năm 1966, sau chuyến đi Mỹ để vận động hòa bình cho Việt Nam, Thầy đã bị chính quyền miền Nam Việt Nam thời đó cấm không cho về nữa vì cho rằng việc tranh đấu cho hòa bình của Thầy làm lợi cho Cộng Sản. Sự cấm đoán này sau đó vẫn được chính quyền Cộng Sản duy trì vì nghĩ rằng Thầy hoạt động cho Mỹ. Sách của Thầy bị cấm xuất bản tại Việt Nam trong suốt thời gian Thầy sống lưu vong. Tuy nhiên vẫn được in lậu và lưu hành chui trong nước. Ngay từ đầu thập niên 90, Làng Mai đã có những cuộc tiếp xúc với một số chùa



tại Việt Nam và đã tạo cơ hội để các vị xuất gia từ Việt Nam có thể qua Làng Mai tu tập. Sư thầy Đàm Nguyễn, trụ trì Chùa Đình Quán, Hà Nội cho biết là vào năm 1994, Sư thầy được sang Làng tu tập một thời gian khá lâu và sau đó đã đem các pháp môn của Làng Mai như thiền hành, thiền tọa, hơi thở chánh niệm v.v..., về truyền bá tại Việt Nam.

Trong thời gian ba tháng, Thầy và Tăng thân Làng Mai đã đi qua khắp ba miền đất nước.

Bất cứ nơi nào Thầy đến cũng được các học trò cũ cũng như các cộng sự viên chờ đợi. Qua các cuộc phỏng vấn, người ta thấy rõ tầm quan trọng của Thầy và ngôi trường Thanh Niên Phụng Sự Xã Hội ngày trước và bây giờ. Một nữ tác viên chia sẻ: “Con nhìn thấy cặp mắt của Sư ông, nhất là nụ cười của Sư ông làm cho rất nhiều người, không phải chỉ riêng anh em chúng con, khi thấy nụ cười đó đều quý mến Sư ông”, và: “Gặp Sư ông như hạn hán gặp được cơn mưa rào, nó tưới tắm và nuôi dưỡng những hạt giống bỏ để trong con”. Một tác viên khác nói: “Hàng vạn, hàng triệu Phật tử Việt Nam mong Sư ông về để họ nhìn thấy cái ánh sáng, cái hào quang mà Sư ông đã thành đạt, đã chứng ngộ, nên tôi mong mỗi từng giờ, từng phút để gặp Sư ông”, và: “Sư ông giống như chiếc bè để tôi bám víu, như bó đuốc soi đường cho tôi để tôi đi giúp đỡ quê hương”. Nữ tác viên Võ Thị Kỳ nói về hình ảnh của Sư cô Chân Không ngày xưa, sư cô đã cố gắng lo liệu để các tác viên và thiện nguyện viên có đủ thực phẩm mặc dù họ vẫn cố gắng để tự lập về kinh tế: “Vào lúc đó Sư cô Chân Không còn rất trẻ, chúng con thường kêu là chị Chín, cô sống rất giản dị, mặc dầu khi chúng con gia nhập trường, cô đã là một giảng viên đại học, nhưng mà cô thường mặc áo vải, đi guốc mộc, đội nón lá và cô đi một cái xe rất đơn giản, thì cái hình ảnh đó... (quá xúc động nên nghẹn lời)”.

Giai đoạn đầu của chuyến đi, Thầy và Tăng thân đã đi thăm khá nhiều chùa và một số di tích lịch sử. Đây cũng là dịp để cho dân chúng có thể thấy được một Tăng thân đông đảo gồm 30 quốc gia với hơn 100 người xuất gia và 200 thiền sinh. Và cũng là cơ hội cho người dân Việt Nam thấy những người trí thức

Tây phương rất hâm mộ đạo Phật. Đi đứng tại những nơi công cộng Thầy và Tăng thân đều thực tập thiền hành, mọi hành động đều trong chánh niệm. Sự thực tập miên mật như thế, nhất là những nơi không được phép nói pháp thoại, chính là một bài pháp thoại sống của toàn thể Tăng thân.

Trong các bài pháp thoại sau này Thầy nói về hậu quả của chiến tranh Việt Nam. Chiến tranh đã để lại rất nhiều khổ đau, không phải chỉ có riêng tại Việt Nam mà cả ngay tại Mỹ, và Thầy có nói: “*Ngày nay người ta đang lặp lại lỗi lầm này tại Iraq*”. Sư cô Chân Không trong buổi thực tập thiền lạy cho một thỉnh chúng phụ nữ có nói về sự hy sinh lớn lao của người phụ nữ Việt Nam, của các bà mẹ, và về những vết thương do chiến tranh gây ra mà họ đã và đang còn phải gánh chịu như mất chồng, mất con hay bị tàn phế.

Thầy Pháp Trú trong phần “hỏi và đáp” nói về khả năng có thể áp dụng sự thực tập chánh niệm trong đời sống, trong công việc hằng ngày: “*Mình làm cái gì cũng vội vã, hấp tấp, lo lắng; không có hạnh phúc, không có niềm vui trong lúc làm việc; vì vậy công việc đã trở nên rất căng thẳng. Nấu cơm mình không biết mình nấu cơm, ăn cơm mình không biết mình đang ăn. Thực tập chánh niệm, mọi người ai cũng có thể làm được hết, nếu mình thật sự muốn làm, để cho đời sống mình có bình an và hạnh phúc*”.

Phim cho thấy cảnh đi khất thực rất đẹp của Tăng thân và các vị tôn túc trên đường phố. Cảnh các thầy từ hai giáo đoàn khác nhau đã đồng ý ngồi tụng giới với nhau tại chùa Từ Hiếu sau 13 năm tách rời.

Trong một đoạn phỏng vấn tại Việt Nam, Thầy nói là thoát đầu luôn luôn có nhiều công an và cảnh sát hiện diện trong các buổi pháp thoại, nhưng càng ngày càng ít dần. Thầy nói: “*Cho đến giờ chúng tôi chỉ được giảng Pháp trong các chùa mà thôi. Một sự kiện làm tôi rất hạnh phúc là có nhiều sĩ quan công an, cảnh sát đã có mặt. Họ đến không phải để chú tâm nghe Pháp thoại, nhưng... chúng tôi vẫn đón mừng họ, và họ rất biết ơn là đã cảm nhận được sự bình an, niềm vui, sự trong sáng và tình thương của phái đoàn chúng tôi. Có thể họ cũng được lợi lạc khi nghe các lời giảng về sự thực tập*”. Vào những ngày cuối cùng của chuyến đi, thật bất ngờ, Thầy đã được giảng tại những nơi công cộng khác và tại đây đã có nhiều học giả, trí thức, cán bộ và đại diện của chính quyền tham dự.

Một hình ảnh nổi bật là lúc Thầy giảng tại Trung tâm Khoa Học và Xã Hội, Thành Phố Hồ Chí Minh, với sự tham dự của nhiều đảng viên cao cấp nắm giữ các chức vụ quan trọng. Một vị đã đưa ra câu hỏi: “*Phật pháp có cho phép Phật tử quy y có cái quyền thế này không:*

ví dụ như quyền vẫn được yêu nước yêu đảng?” Thầy trả lời: “Nếu quy y mà không có quyền yêu nước, yêu đảng nữa thì quy y để làm gì”.

Về lại Làng Mai, Thầy tổng kết chuyến đi: “Trong chuyến đi chúng tôi có đề cập đến những vấn đề nan giải như tham nhũng trong chính quyền, trong đảng, trong quân chủng. Nhưng chúng tôi nói một cách khéo léo để không tạo ra sự tức giận, chúng tôi nói rằng chúng tôi muốn giúp họ”. Cũng trong cuộc nói chuyện này Thầy nói về sự liên hệ giữa chủ nghĩa Mác-Xít và đạo Bụt: “Marx đã nói về một đời sống tâm linh, ông phân biệt giữa đời sống tâm linh và tôn giáo và ông thiên về tâm linh hơn là tôn giáo. Sau đó thỉnh thoảng ông có nói là con người có lẽ phải đi qua giai đoạn tôn giáo để đạt tới giai đoạn tâm linh. Trong chiều hướng này, lối suy nghĩ của ông ta nên được hiểu rõ ràng hơn. Ông e rằng người khác hiểu lầm chế độ cộng sản chỉ duy nhất có cộng sản mà không có khía cạnh tâm linh và do đó sẽ tạo ra nhiều khổ đau. Đạo Bụt nói rằng, chúng sanh là Bụt sẽ thành và nếu ta tiêu diệt con người thì ta sẽ sống với ai? Cũng như thế, sự tranh quý và lo lắng cho con người như Marx nghĩ cũng rất gần với tư tưởng đạo Bụt. Nhưng mà Marx đã bị hiểu sai lạc quá, do đó chủ nghĩa Cộng Sản đã tạo ra quá nhiều khổ đau trong thế kỷ 20”(*). Thầy nói trước khi kết thúc phim: “Trước chuyến thăm viếng này họ xem chúng tôi như là kẻ thù, nhưng bây giờ chúng tôi được xem như một người bạn. Đây là một sự bực phá, một thành công lớn của chuyến đi”.

Phim rất có giá trị, âm thanh và hình ảnh rất tốt. Qua những cuộc phỏng vấn người ta có thể biết và hiểu thấu được nhiều giai đoạn của đất nước. Những danh lam, thắng cảnh của quê hương đã được thu rất nghệ thuật, vì thế không những có giá trị đối với người ngoại quốc mà đối với người Việt cũng là dịp để thấy lại được quê hương diễm tuyệt của mình.

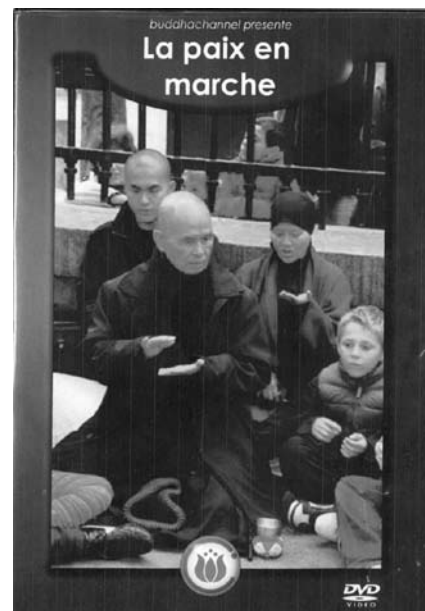
(*) So sánh với: Tư Bản Luận (Capital) Marx nói tới sự sản xuất vật chất như một nhu yếu lịch sử: “Cần phải đi ngang qua giai đoạn (sản xuất vật chất) có tính cách đối kháng ấy, cũng giống như con người trước khi có được sức mạnh tâm linh của chính mình phải đi ngang qua một giai đoạn hình thức tôn giáo nó làm cho con người đánh mất đi quyền tự trị của con người.” (It is necessary (for material production) to go through this antagonistic form, just as it is necessary at first to give man's spiritual forces a religious form by erecting them into an autonomous power against him).

Và The Economic and Philosophic Manuscript of 1844, p.144: “Poverty is the passive bond which causes the human being to experience the need of the greatest human wealth: the other human being” (Sự nghèo khổ là một yếu tố giúp cho con người gắn bó với nhau và thấy được rằng cái giá tài giàu có nhất của con người chính là sự có mặt của người khác).

La Paix en soi, la Paix en marche (Hòa bình trong tự thân, Hòa bình trong từng bước chân)

Phim mới nhất có tựa đề là La Paix en soi, la Paix en marche (Hòa Bình trong tự thân, Hòa Bình trong từng bước chân), phim nói tiếng Pháp, dài tổng cộng hơn ba tiếng đồng hồ do Buddha Channel thực hiện với giám đốc Delaporte-Digard, gồm hai đĩa DVD.

Đĩa thứ nhất gồm hai bài pháp thoại của Thầy tại Cung Mutualité, Paris. Bài thứ nhất vào ngày 21.10.2006 với tựa đề “La Colère” (Con Giận), dài 55 phút, và bài thứ nhì vào ngày 22.10.2006 với tựa đề “La Peur” (Nỗi Sợ Hãi), dài 65 phút. Hai bài này Thầy nói về những nguyên nhân đưa tới cơn giận, nỗi sợ hãi. Làm thế nào để nhận diện, ôm ấp, và những phương pháp đối trị và chuyển hóa. Sau mỗi bài pháp thoại đều có phần “Hỏi và Trả Lời” dành cho thính giả.



Đĩa thứ nhì gồm có ba phần: Phần thứ nhất, dài 27 phút, quay và nói về Làng Mai trong khoảng thời gian có khóa tu cho khoa học gia về não bộ (tháng 08 năm 2006), trong đó có phỏng vấn một số thiền sinh Tây phương. Họ trình bày về lý do tại sao đến Làng Mai để tu tập, về các pháp môn học được ở Làng, chỉ mới thực tập có một thời gian ngắn đã có thể nhận diện được các khó khăn của mình và đang cố gắng thực tập để chuyển hóa chúng. Nhiều cảnh sinh hoạt như thiền hành, thiền tọa, thiền chấp tác, truyền giới v.v..., vì thế quý vị nào ở tại Làng trong thời gian này có thể nhận ra được mình trong một số các sinh hoạt.

Phần thứ nhì, dài 14 phút, tường thuật về buổi thiền hành cho hòa bình tại Paris, Pháp. Buổi thiền hành này được lấy tên là “La Paix en soi, la Paix en Marche”, cũng được dùng làm tựa đề cho phim. Hơn 4000 người đã tập hợp

tại công trường Edmond Rostand, sát cạnh công viên nổi tiếng Luxembourg, vào buổi sáng ngày Chủ Nhật 22.10.2006 để cùng với Thầy đặt những bước chân an lạc trên đường phố Paris, để vinh danh sự sống (Célébrez la Vie) giữa kinh đô ánh sáng.

Trước khi bắt đầu, Thầy nói: “... Có rất nhiều bạo động trong xã hội và thiên hành là một món quà cho Paris. Các bạn hãy trở về với hơi thở, hãy đặt những bước chân đầy tình thương lên đất, hãy chế tác năng lượng từ bi để hiến tặng sự an nhiên, tự tại và thanh thoi. Mình đi để ăn mừng sự sống, trong khi mình đi, mình có thể khơi dậy được năng lượng của tình huynh đệ và có tình huynh đệ thì bạo động cũng bớt đi. Đây là món quà tuyệt đẹp cho Paris”. Trong khi chiếu cảnh đoàn người thiên hành qua các đường phố thì phim giới thiệu sơ về cuộc đời của Thầy, về ba điểm đề nghị của Thầy tại trụ sở UNESCO (tổ chức Giáo Dục, Khoa Học và Văn Hóa của Liên Hiệp Quốc) trước đó ít lâu. Trong phần thứ nhì này cũng có lồng một ít hình ảnh sinh hoạt tại Làng Mai, một ít của bài pháp thoại ngày hôm trước.

Phần thứ ba dài 30 phút, được bắt đầu với thiền hướng dẫn, phần phát biểu của ban tổ chức, Thầy nói về hiệu lực của sự niệm Bụt, niệm danh hiệu các Bồ tát và sau đó quý thầy và quý sư cô tụng kinh bằng tiếng Pháp và niệm Bồ Tát Quan Thế Âm bằng tiếng Phạn (Namo Avalokiteshvara).

Phim được làm với kỹ thuật khá, hình ảnh và âm thanh rõ ràng.

Xin trở về phim sắp sửa được thực hiện. Hiện giờ phim Buddha vẫn đang được xúc tiến. Theo ông Michel Shane, giám đốc sản xuất, nói trong buổi họp báo tại Cannes thì đầu tiên phải viết chuyện phim dựa theo sách Đường Xưa Mây Trắng, sau đó phải tuyển chọn tài tử, diễn viên. Đến khi đầy đủ thì từ giám đốc, đạo diễn, diễn viên, v.v... đều phải qua Làng để thực tập rồi mới bắt đầu quay, nghĩa là phim được trình chiếu sớm nhất vào năm 2008.

Để quý vị có được một ít hương vị của phim, xin dùng một đoạn văn ngắn trong quyển Đường Xưa Mây Trắng để kết thúc bài này: “Đường xưa còn đó. Những đám mây trắng vẫn còn. Nếu mình bước một bước trên con đường này, bước với tâm trạng an hòa và tỉnh thức, thì con đường xưa và những đám mây trắng cũ sẽ mau nhiệm biến thành con đường hôm nay và những đám mây trắng trong hiện tại. Những đám mây trắng ngày xưa còn đó và con đường ngày xưa hiện thực nằm dưới chân ta”.

*Tất cả các phim nói trên đều ở dưới dạng DVD, quý vị có thể liên lạc phòng DVD Xóm Thượng, bằng thư hay bằng điện thư. Địa chỉ: DVD Production, Village des Pruniers, Le Pey, 24240 Thénac, France.

Cho người niệm chú

sư cô Chân Hoa Nghiêm

Nhìn lại một năm qua, Tăng thân Lộc Uyển đã tổ chức thật nhiều khóa tu và những ngày quán niệm đặc biệt cuối tuần. Xã hội ngày nay đi về hướng của bạo động, của tiêu thụ và thỏa mãn những ham muốn nhất thời. Vì vậy các khóa tu phần lớn có mục đích giúp điều trị các vết thương, hàn gắn những đổ vỡ do sự thiếu truyền thông, thiếu hiểu biết gây ra.

Năm 2006 số lượng thiền sinh tăng gấp đôi so với năm ngoái. Dù không có Sư ông nhưng đại chúng Lộc Uyển vẫn tổ chức các khóa tu hàng năm: khóa tu cho người đa màu, khóa tu tại Colorado (Colorado Retreat), và khóa tu cho người Việt. Ngoài ra còn có các khóa tu cho thiếu niên từ 12 đến 18 tuổi và cho sinh viên học sinh. Đặc biệt năm nay có khóa tu “Joyfully forever” dành cho lứa đôi, và hai ngày quán niệm tại bệnh viện Paloma.

Đầu mùa đông 2005-2006, khóa tu cho sinh viên trường Đại Học Saint Mary

Cô Nushi, giáo viên trường trung học Saint Mary, dẫn một đoàn 16 em học sinh nam, nữ đến Lộc Uyển tu học hai tuần. Hai xóm cử ra hai thầy và hai sư cô để hướng dẫn tu học: Thầy Pháp Niệm và Thầy Pháp Hải, sư cô Châu nghiêm và sư cô Thuận Nghiêm. Các em thực tập theo thời khóa của tu viện và có các buổi sinh hoạt riêng để các em được học hỏi chi tiết hơn về các pháp môn Lâm Mới, Pháp Đàm, v.v... Trường Saint Mary là một trường Công giáo, những linh mục ở đó rất cởi mở, cho phép các em đến học thiền ở một tu viện Phật giáo. Có ba em rất ngoan đạo, có vẻ khép kín và lo sợ khi mới đến. Một trong ba em nắm chặt chuỗi mân côi trong tay khi ngồi thiền, như để tự bảo vệ lấy mình. Nhờ tiếp xúc với quý thầy, quý sư cô, em đã có cơ hội tâm sự những khổ đau của mình. Cuối cùng em chính là người đầu





Khóa tu cho thiếu niên - Lộc uyên

tiên xin thọ năm giới. Cuối khóa tu hầu hết các em đã tiếp thọ năm giới. Về lại trường, các em vẫn tiếp tục tổ chức ngày quán niệm ở nhà cô giáo Nushi. Trường Saint Mary sẽ tiếp tục tổ chức hàng năm một khóa tu hai tuần tại Lộc Uyên cho những em nào thích học thiền.

24.03-26.03.2006, khóa tu cho lứa đôi “Sống hạnh phúc suốt đời” (Joyfully forever)

Đã từ lâu Thầy đề nghị nên có khóa tu cho các đôi vợ chồng, nhưng đến năm nay Lộc Uyên mới thực hiện được. Trên ba mươi đôi nam nữ đã ghi tên tham dự khóa tu, có cả những đôi đồng tính luyện ái; có đôi lấy nhau hơn ba mươi năm; có đôi chỉ mới ba tháng; và có đôi sẽ làm đám cưới trong tháng tới.

Các đôi thiền sinh được đi núi, thực tập pháp môn Làm Mới, được nghe quý thầy, sư cô chia sẻ kinh nghiệm thực tập và nghe các anh chị Tiếp Hiện chia sẻ sự thực tập trong đời sống lứa đôi. Cuối khóa tu, hơn 20 cặp ký với nhau Hiệp Ước Sống Chung An Lạc, trông thật cảm động. Có người âm thầm rơi nước mắt vì quá hạnh phúc khi thấy mình vẫn còn ở bên nhau. Một cặp vợ chồng già người Mỹ nói: *“Cám ơn quý thầy, quý sư cô, khóa tu này giúp cho nhiều cặp vợ chồng lắm, vì ngày nay người ta rất dễ ly dị nhau. Chúng tôi lấy nhau đã trên ba mươi năm, chúng tôi khuyên người trẻ nên thực tập kiên nhẫn và chấp nhận khi sống với nhau”*.

21.04 – 24.04.2006 và 03.10 – 05.10.2006, hai khóa tu cho sinh viên học sinh

Năm nay ngay tại trường, các em đã được hướng dẫn trước về pháp môn chánh niệm và cách thức sinh hoạt, nên khi đến tu viện, các em trông rất bình tĩnh: Đi có chánh niệm, gặp quý thầy và quý sư cô thì chấp tay búp sen chào. Có em chia sẻ trong pháp đàm: *“Em thích ở đây. Ở đây em học và hưởng được nhiều thứ: Đi chậm lại, có thật nhiều thời gian để ăn, được nhìn núi rừng, thấy nhiều con thỏ, các thầy, sư cô ở đây thật hiền”*. Có em kể

rằng, vào phòng vệ sinh, thấy một con nhện độc, sợ quá em la lớn. Một sư cô nghe tiếng em la, chạy vào, bình tĩnh bao con nhện bằng giấy vệ sinh rồi đem bỏ ngoài sân. Nếu không có sư cô, có lẽ em đã giết chết con nhện rồi. Tuy bị căng thẳng do thi cử, do có nhiều bức xúc trong mối quan hệ với gia đình và xã hội, nhưng sau khóa tu nhiều em đã thực tập có kết quả và thư giãn được. Cuối hai khóa tu, hầu hết các em đều xin tiếp nhận năm giới. Chúng ta có thể đặt lòng tin nơi các em để phát huy Đạo Bụt ở phương Tây.

27.06 – 30.06.2006, khóa tu cho thiếu niên nam, nữ

Trên 70 em từ 12 đến 18 tuổi đến tham dự. Với tinh thần sáng tạo và nhạy bén của người xuất gia trẻ, quý sư cô Châu Nghiêm, Đăng Nghiêm, quý thầy Pháp Trạch, Pháp Lưu đã hướng dẫn một cách sinh động các buổi ngồi thiền, pháp đàm và chia sẻ pháp thoại về những đề tài nóng hổi như sự phát triển sinh lý của tuổi dậy thì, tính dục, cách thực tập vừa chơi vừa học ở tu viện. Loại pháp thoại này được gọi là “kịch pháp thoại” (comedy dharma).

Sư cô Đăng Nghiêm đã khéo léo mời một số em tham gia vào vở “kịch pháp thoại”, để các em có thể tiếp thu Phật pháp một cách dễ dàng và dễ nhớ hơn. Cha mẹ của các em cũng có nhiều cảm hứng khi hiểu được thêm quá trình phát triển tâm sinh lý của con mình, thấy được những áp lực và căng thẳng mà con mình phải đối diện hằng ngày.

Trong suốt khóa tu, các em được thám hiểm núi rừng Lộc Uyên, đốt lửa trại, ngồi vòng tròn chia sẻ, thực tập buông thư. Các em cũng phụ nấu ăn, dọn dẹp, rửa nồi, lau bàn ăn, những việc mà các em ít khi làm ở nhà.

Cuối khóa tu, trong buổi Làm Mới, các bậc cha mẹ đã học cách tưới hoa, xin lỗi và làm mới với các em. Các em cũng hồn nhiên và thành thật nhìn nhận những vụng dại và lỗi lầm của mình, đã làm cha mẹ phải lo lắng nhiều và trở nên nghiêm khắc. Các em được hướng dẫn viết thư cảm ơn bố mẹ và nói lên những lời biết ơn ấy trong buổi lễ Bông Hồng Cài Áo, làm nhiều người cảm động.

Từ 01.07 – 04.07.2006, khóa tu Gia Đình

Hơn 200 người đến tham dự, trong số đó có khoảng 60 trẻ em và 80 thanh thiếu niên. Đa số là người Mỹ.

Như thường lệ, khóa tu kết thúc bằng lễ Bông Hồng Cài Áo. Không khí thật cảm động. Đặc biệt năm nay, cha mẹ có dịp cài hoa cho thế hệ con em. Một cô thiền sinh tên Sharon chia sẻ rằng, nhịp điệu và mục đích của những sinh hoạt trong tu viện hoàn toàn trái ngược với đời sống thường ngày của cô. Cô tận hưởng được sự yên tĩnh, bình an, từng bước chân chậm rãi. Cô thích thực tập ái ngữ, pháp môn Làm Mới, và nhất là... đi núi. Trong chương trình thiếu nhi, các em được hướng dẫn nghe chuông, thiền sỏi và thiền ăn bánh. Những khuôn mặt thơ ngây đem lại rất nhiều niềm vui cho đại chúng.

Từ 06.09 – 10.09.2006, khóa tu cho người Việt

Như thường lệ, đồng bào đến tham dự rất đông. Đặc biệt năm nay có Thầy Pháp Đăng và Thầy Vô Ngại qua phụ giúp. Tăng thân tổ chức rước đèn Trung thu. Mỗi người từ bé đến lớn đều có lồng đèn, vừa đi rước đèn vừa hát. Một bác lớn tuổi chia sẻ: *“Sư cô ơi, con thấy đêm nay thật là vui. Lần đầu tiên sau bao nhiêu năm xa quê hương, đêm nay con mới thấy mình thật sự ăn tết Trung Thu”*. Buổi lễ Trung Thu giúp các em lớn lên ở phương Tây thấy được cái đẹp của văn hóa phương Đông.

Cuối tháng 09.2006, một ngày quán niệm cho nhân viên bệnh viện Palomar

Bệnh Viện Palomar với hàng trăm nhân viên là một bệnh viện khá lớn ở vùng Escondido. Đa số y tá là người Phi Luật Tân nên khó truyền thông với bệnh nhân người Latino, một chủng tộc chiếm đa số trong vùng. Gần 100 vị bác sĩ và y tá cảm thấy rất thoải mái khi vào thiền đường Thái Bình Dương vì không có tượng Phật, và vì sự thực tập chánh niệm không mang màu sắc tôn giáo. Trong phần hướng dẫn tổng quát, sư cô Hương nghiêm nói: *“Quý vị lần đầu tiên đến đây, mọi thứ đều lạ với quý vị, thì xin quý vị cũng nên hiểu tâm trạng những bệnh nhân lần đầu tiên đến bệnh viện, tâm trạng họ cũng như vậy. Khi hiểu được điều ấy thì quý vị sẽ biết cách đối xử với những bệnh nhân mới nhập viện”*. Đề tài pháp đàm là những câu hỏi đã được ban tổ chức của bệnh viện và tu viện soạn thảo trước như: Làm sao thực tập lắng nghe sâu? Làm thế nào để nuôi dưỡng sự tươi mát khi công việc quá bận rộn? Một cô y tá trưởng với ba mươi năm kinh nghiệm nói: *“Cái mà tôi sẽ về áp dụng khi làm việc là hơi thở chánh niệm”*. Cuối ngày quán niệm, mọi người đều có về thư giãn ra, bớt nét căng thẳng của lúc mới đến. Ai này đều hứa hẹn sẽ trở lại năm sau.

Ngày quán niệm cho gia đình trong tháng 12

Hơn 50 thiền sinh ở mọi lứa tuổi được chia thành năm nhóm sinh hoạt: nhóm một: hướng dẫn tu tập; nhóm hai: chơi trò nhận diện các tâm hành; nhóm ba diễn lại (role play) những hành động, những cư xử sai lầm trong quá

khứ đối với người thương, như con làm cha mẹ giận; nhóm bốn làm thủ công; nhóm năm học làm bánh và được thử liền tại chỗ (nhóm này được nhiều gia đình chiếu cố nhất). Các em đóng kịch, diễn xuất rất hay, y như thật! Nhờ đóng kịch mà mọi người có cơ hội bày tỏ nỗi lòng. Buổi chiều các em thiếu nhi thực tập hướng dẫn thiền buông thư cho ba mẹ, và cho cả quý thầy, quý sư cô. Ngày quán niệm chấm dứt với pháp môn Làm Mới, cha mẹ và con cái ngồi thành vòng tròn và thực tập lắng nghe nhau.

Ôn vẫn còn đó

*Việt Diệu Cao Phi Mãn Giác
Nhất Thừa Truyền Thật Tướng
Mỹ Châu An Trụ Huyền Không
Vạn Đại Đắc Chân Danh*

Nghe tin Hòa Thượng Mãn Giác tịch, Thầy gửi điện thư cho chúng tôi hai câu đối trên và dạy chúng tôi phải đi dự lễ nhập quan của Ôn. Dù đang có giỗ Thầy Giác Thanh, chúng tôi vẫn không chậm trễ đến Los Angeles để dự tang lễ. Sau khi lễ lạy và nói lời phân ưu xong, chúng tôi hát bài “Đạt Đạo” tặng Ôn. Trong khi hát, tôi cảm thấy là Ôn đang có mặt, đang nghe tiếng hát của chúng tôi. Tôi thấy được ánh mắt và nụ cười dịu hiền của Ôn. Nghi lễ của chúng tôi rất đơn giản, nhưng lại làm cho thầy tri sự mùi lòng. Chúng tôi đi nhiều quanh nhục thân của Ôn ba lần. Đang đi thầy Pháp Ấn dừng lại, nhìn thẳng vào thi hài của Ôn mà nói: *“Kính bạch Ôn, chúng con đại diện Sư ông đến lễ Ôn...”* Tôi nghe Thầy Pháp Ấn thưa mà cảm động và nghĩ đến tình huynh đệ thâm giao giữa Ôn và Thầy. Lúc Ôn còn sống, mỗi lần Thầy qua Mỹ để hướng dẫn các khóa tu, Ôn thường đến thăm Thầy kể cả khi Ôn không được khỏe.

Thầy đã từng dạy, ông bà cha mẹ đang có mặt nơi con cháu, chết không phải là sự chấm dứt. Ôn vẫn còn đó. Tại chúng ta là người phàm mắt thịt nên không nhìn thấy đó thôi.

Ngày không sử dụng xe (No Car Day)

Hiện nay nhiều nơi trên trái đất bị thiên tai, bão lụt, một phần có thể do hiện tượng “hâm nóng toàn cầu”, và bầu khí quyển ngày càng bị ô nhiễm.

Trong chuyến đi Mỹ vừa rồi, Thầy đã kêu gọi *“một ngày không sử dụng xe hơi”*. Lộc Uyên bây giờ mỗi tuần đều có một ngày không sử dụng xe, Rừng Phong và Làng Mai cũng vậy. Đại chúng Lộc Uyên hợp ráo riết mấy tuần liên tiếp để bàn thảo kế hoạch mua một loại xe không dùng nguyên liệu xăng dầu. Sau cùng chúng tôi đã tìm mua được hai chiếc xe gọi là “Vegies car” (xe chay), xe chạy bằng dầu thực vật được tái sử dụng sau khi chiên thức ăn. Vừa đỡ tốn mà lại ít ô nhiễm.



**Tháp vừa dựng trên núi,
tiếng cười trẻ đã vang**

Thầy Pháp Dung, trụ trì Xóm Vững Chãi, đã cùng Tăng thân thiết kế mô hình, xây dựng và hoàn tất tháp cho kịp trước ngày giỗ của thầy Giác Thanh. Con đường từ núi Yên Tử xuống tháp cũng được hoàn tất, thật đẹp và an toàn. Tháp có ba tầng, trên đỉnh có khắc hình

đóa sen. Trong tháp có để bàn thờ thầy và một bàn trà. Trước cửa có hai câu đối:

*“Một lá ngô đồng rơi,
người vẫn cùng ta leo đồi thế kỷ
Ngàn hoa thủy tiên hé,
đất cứ theo trời hát khúc vô sinh”*

Đứng trước Tháp, chúng ta có thể thấy toàn diện khung cảnh của Tu viện Lộc Uyển và thành phố Escondido. Sáng nào có sương mù, chúng ta sẽ thấy mây bồng bênh bao quanh Tháp.

An vị Bụt trên núi Yên Tử

Vào ngày 30.11.2006 lúc 11 giờ sáng, Thượng tọa Phước Tịnh và Tăng thân Lộc Uyển đã làm lễ an vị Bụt trên tòa sư tử cao khoảng hai mét. Hôm ấy trời đẹp, tượng Bụt trắng tinh nổi bật trên nền núi đá màu nâu đỏ sậm. ☸

*Quảng bang
đạm nhàn*

sư cô Chân Quy Nghiêm

Trời đã sang thu và khí hậu đã bắt đầu trở lạnh. Buổi sáng đi ngồi thiền có khi sương mù giăng phủ cả núi rừng, cảnh đẹp thật mơ màng nhưng vẫn rất hùng vĩ. Dù chìm trong biển sương, năng lượng của núi rừng vẫn tỏa ra rất mạnh mẽ, không khí buổi sớm mai thật tinh khiết, nên dù đi trong cõi mờ ảo, đầu óc mình vẫn rất tỉnh táo. Bắt đầu một ngày mới bằng những bước chân nhẹ nhàng thanh thản đi lên thiền đường, một sức mạnh mới dâng lên trong lòng, rạt rào mà êm ả, và lan rộng khắp không gian...

*giữa biển đời sương khói
thong dong thuyền lướt đi...*

Bước vào thiền đường càng thấy âm áp, mọi người ngồi bên nhau im lặng, gần gũi, thân thiết, mặc dù có nhiều người trong đại chúng mới đến tu viện lần đầu tiên. Hơi thở bình an như hương trầm thanh thoát lan rộng menh mông, kín đáo và dịu dàng ôm lấy mỗi người và quyện mọi người lại với nhau trong một vùng ánh sáng bao la trong suốt. Bên ngoài trời bắt đầu sáng nhưng sương vẫn chưa tan.

Đại chúng Lộc Uyển hôm nay dường như vắng mặt rất nhiều. Chỉ mới có bốn thầy cô vắng mặt mà đã thấy vắng rất nhiều. Sư cô Tín Nghiêm và các thầy Pháp Trạch, Pháp Khôi, Pháp Duệ mới rời Lộc Uyển để về lại Làng vì đã rời Làng khá lâu. Dù biết rằng ở Làng, ở Lộc Uyển, ở Thanh Sơn hay ở Bát Nhã, ở đâu cũng chỉ một tâm thôi, nhưng mỗi khi có một cuộc chia tay, vẫn thấy có cái gì cay cay trong mắt. Sắp sửa sẽ còn nhiều thầy cô vắng mặt để về Việt Nam với Sư ông. Vài ngày nữa thôi sư cô Hương Nghiêm sẽ rời Lộc Uyển về Việt Nam trước để lo chuẩn bị cho chuyến đi của Sư ông. Sư cô Tường Nghiêm, thầy Pháp Niệm, thầy Pháp Hội cũng đã về Việt Nam. Thời gian qua một số quý thầy và quý sư cô lớn đã về Việt Nam để yểm trợ, cho nên ở Làng cũng như ở Lộc Uyển và Thanh Sơn đã và sẽ vắng mặt rất nhiều. Thương nhiều thì phải chia sẻ nhiều, và khi đã thương thì thấy bao nhiêu cũng không đủ. Vì vậy mà Sư ông luôn ao ước có thật nhiều con để làm cho cuộc đời thêm đẹp.

Mỗi thầy mỗi sư cô trong vườn hoa tăng thân có một nét đẹp riêng, một hương sắc riêng; mỗi người có một cách đóng góp độc đáo cho đại chúng, cho nên thấy khó có ai có thể thay thế được cho ai. Cho nên khi thiếu một người là bức tranh đẹp thiếu đi một chút ánh sáng, một chút màu sắc. Mới hiểu vì sao có lần Sư ông nói chẳng muốn thiếu một ai trong đàn con của Sư ông, lúc nào Sư ông cũng muốn tất cả đều được quay quần bên nhau như một đàn ong để cùng nhau góp mật cho đời. Nhưng cuộc đời đâu có bao giờ để cho mình được đoàn tụ mãi, cho nên khi được gần nhau, mình mới biết trân quý nhau. Và nhờ biết thực tập hơi thở, nương vào hơi thở, mình biết tìm gặp lại nhau rất dễ dàng. Hơi thở thấm thiết nhiệm mầu như chiếc đũa thần luôn đưa mình về với nhau trong mọi thời gian và không gian. Thật vậy, có bao giờ ta mất hút ta đâu...

*giữa biển đời sương khói
thong dong thuyền lướt đi
tình thương về muôn lối
trắng sáng cả trời sao*

Thương kính gửi tất cả các sư anh, sư chị, sư em nhân dịp đầu xuân. ☸