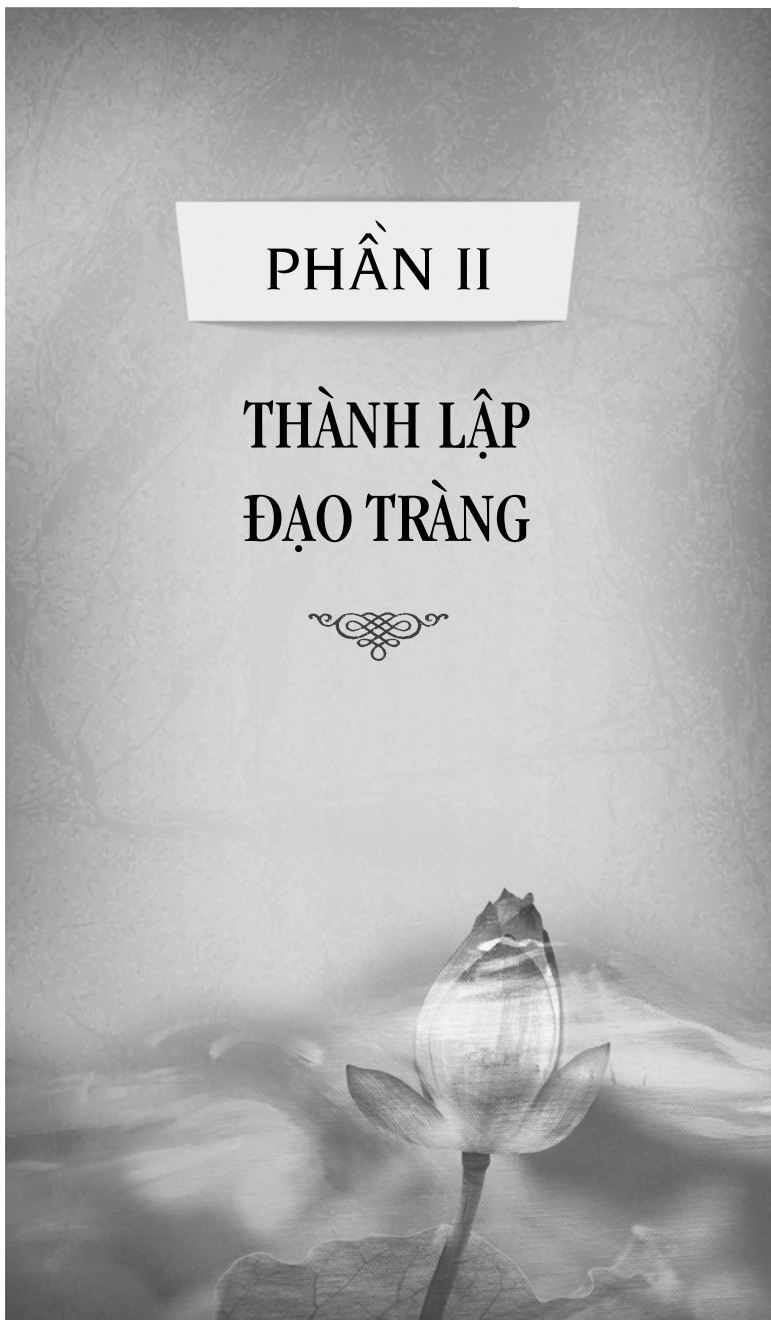


PHẦN II

THÀNH LẬP
ĐẠO TRÀNG



Tên pháp lý, Trung tâm Phật giáo Hayward đã được thành lập vào ngày 30 tháng 1 năm 1986 với giấy phép số 1297623 của tiểu bang California. Sau khi được Thầy cho phép, tôi bắt đầu lập chương trình di chuyển về Hayward, lập Đạo Tràng sinh hoạt. Mọi liên lạc đã có từ trước, khi tôi sinh hoạt với lớp Phật pháp vào tối thứ sáu, và những ngày Quán Niệm lưu động trong vùng. Vui nhất, là có 2 Phật tử đồng ý đi theo tôi để lập Tăng thân đầu tiên tại Hayward, đó là Quảng Thuận và Quảng Hòa. Ba chúng tôi, mượn căn nhà trên đường Duval Lane, và “xắn tay áo” làm việc!

Đọc lại một số văn kiện ban đầu, chúng ta sẽ thấy một con người có 2 mặt của tôi: rất nghiêm túc nhưng đồng thời cũng rất nghệ sĩ! Đó là lời nhận xét của anh Phan Lạc Tiếp sau này. Tôi không hiểu do đâu mà tôi có những ý tưởng và tìm cách sắp xếp công việc theo chiều hướng như vậy, nhưng tận trong lòng mình, tôi biết, tu không phải là ngồi thiền, tụng kinh từ giờ này qua giờ khác, cũng không phải là công việc riêng của mình, mà

là những hoạt động với mọi người chung quanh nằm ngay trong đời sống hàng ngày nhằm chuyển hóa thân tâm của mình cho được nhẹ nhàng, an vui. Với mục tiêu đó, tôi lập chương trình sinh hoạt, một mặt có thể tự túc kinh tế, mặt khác gieo duyên lành tu tập đạo Giải thoát đến với mọi người, trong đó chính yếu là giới trẻ.

Xin in lại nơi đây những bài viết ngắn, trong bản tin của Trung tâm Hayward, trong giai đoạn đầu 1987-1988, để cống hiến đến quý vị những ý tưởng ban đầu này, gồm có các bài: Lập Nguyễn Lên Đường, Thiên Quán: Sợi Dây Nối Liên Đời Sống, Trước, Hãy Làm Cho Được Những Việc Tâm Thường, và Vấn Đề Giáo Dục Thanh Thiếu Nhi.



— ㊦ LẬP NGUYỆN LÊN ĐƯỜNG ㊧ —

Đã trên dưới ba năm hay hơn một ngàn ngày trôi qua kết thúc việc chuẩn bị cho một cuộc lên đường, nói rõ hơn, khởi đầu một hành trình mà hầu như người tăng sĩ nào cũng hoài bão như hạnh nguyện. Năm tháng dành cho việc sắp xếp hành trang tư tưởng và tinh thần có vẻ chật vật hơn nhiều so với việc chuẩn bị hành lý cho một chuyến đi xa. Giờ đây, không chần chờ gì nữa, không thắc mắc, lo ngại gì nữa vì chí đã quyết mà hướng cũng đã có rồi.

Người tăng sĩ nghĩ đến con đường trước mặt, dài dặc và không thiếu vướng mắc, chông gai nhưng chuyển đi cần thiết không chỉ mang tính chất thử thách mạnh mẽ với niềm tin và hạnh nguyện cá nhân mà còn là cơ hội hiếm có cho việc rèn luyện bản thân trong việc thực tập những điều ý thức được từ chánh pháp. Tìm kiếm an bình cho nội tâm thường được nhắc nhở như một trong những mục tiêu để từ đó mưu cầu an lạc cho đại chúng. Vạn sự khởi từ tâm nhưng nhân duyên và hoàn cảnh khác biệt với từng người nên có thể nói mỗi cá nhân có một lộ trình lên đường và chuyển hóa.

Chuyến lên đường hôm nay không đơn độc vì mục đích của nó là mời gọi, là tạo thêm cơ duyên cho những tâm hồn tìm về với ánh sáng từ bi, là giúp tăng thêm sức mạnh của niềm tin vốn đã phai pha vì hoàn cảnh cá nhân, gia đình hay xã hội. Chuyến lên đường này còn là động lực xúc tác, thúc giục, kích thích cuộc khởi hành đây chuyễn của mỗi người trong tập thể địa phương, trước sau, trong cuộc vận động của lòng tin và trí tuệ.

Trong hoài bão đó, Trung tâm Phật giáo được thành lập mà trước hết nhằm vào việc học hỏi và hành trì Phật pháp. Nội dung hoạt động thu gọn trong hai công tác chính: tổ chức việc tu học cho Phật tử mọi giới, mọi lớp tuổi tại địa phương, và tiến hành chương trình hoằng pháp lưu động nhằm mở rộng địa bàn hoạt động tại những nơi cần thiết.

1- Về hoạt động truyền bá – tu học tại địa phương, công việc tổ chức và chương trình hoạt động đã được ấn định minh bạch, đầy đủ.

a. Hiện tại thư viện Phật học đã được sắp xếp xong. Có khoảng hai ngàn cuốn sách tiếng Việt để người tu học tìm hiểu về giáo lý căn bản và văn hóa Việt nam. Một số sách khác bằng Anh ngữ đa số viết về thiền học, lịch sử Phật giáo... được phân theo từng chủ đề trong thư mục.

b. Về phương diện thực tập thiền quán. Hằng tháng có Ngày Quán Niệm. Hằng tuần có phần sinh hoạt vào ngày chủ nhật. Hằng ngày có hai buổi công phu sáng tối với các giờ tham thiền, tụng trì kinh điển.

c. Ngoài ra, việc hướng dẫn thiếu nhi học hỏi và gìn giữ tinh hoa đặc thù của văn hóa dân tộc Việt Nam cũng được lưu tâm. Vài ba lần trong một tháng, các cháu được dạy tiếng Việt, Phật pháp, vẽ, làm thủ công. Tuy nhiên, mục đích không thu hẹp trong việc cung cấp kiến thức, tri thức mà là khuyến khích sự chung sống trong tình thương, đùm bọc. Các cháu được mời tham dự Ngày Quán Niệm, ngồi thiền với người lớn trong vòng mười lăm phút, cùng ăn cơm trong im lặng, uống trà.

2- Riêng về chương trình hoằng pháp lưu động hằng năm, Trung tâm Phật giáo cố duy trì thực hiện liên tục,

đều đặn. Mục đích chính của chương trình nhằm bắc một nhịp cầu thông cảm với những người bạn đạo ở các tiểu bang khác để cùng trao đổi kinh nghiệm tu học. Lại mong rằng, chúng tôi có dịp hợp tác với các Chùa, Hội để cùng làm việc trong các Phật sự tu học, duy trì niềm tin cho giới trẻ hải ngoại. Nhìn xa hơn, chắc mọi người có thể đồng ý là sự hợp tác giữa các cơ sở Phật giáo càng được chặt chẽ bao nhiêu thì tình đạo, tình đời càng được thấm đượm bấy nhiêu trong cộng đồng Phật giáo. Còn gì sung sướng hơn khi mọi người con Phật hân hoan ngồi lại bên nhau để cùng ôn lại bài học đạo đức mà đấng Giác ngộ đã trao truyền.

Trước viễn tượng về một hướng đi đúng đắn và hữu ích cho đời, cho người, một lần nữa, chúng ta cần lưu tâm thêm về vấn đề niềm tin cho giới trẻ và cho những ai thật tâm tìm đến an lạc bằng con đường tu học. Đành rằng, Phật giáo có khi tùy duyên để độ đời. Nhưng nếu không đặt trọng tâm vào việc làm chủ hành nghiệp, tinh cần thiền quán thì e rằng càng hành sự càng xa rời chân lý giải thoát. Thế nhưng, đời sống ở xã hội này nhiều dao động nên con người dễ bị sa ngã nhất là các thanh thiếu niên. Do vậy việc đầu tư và lưu tâm hơn nữa đến nội dung sinh hoạt thích hợp và hữu ích cho tuổi trẻ là việc làm cần thiết và cấp thiết.

Chúng ta đều hiểu rằng con đường chúng ta đi, bước đầu sẽ gặp nhiều khó khăn và cả thử thách. Mong sao, chí nguyện chúng ta luôn bền vững, cái nhìn chúng ta luôn hướng về phía trước. Rồi sau đó, chúng ta luôn nắm chặt tay nhau, giữ vững niềm tin tưởng và cùng tiếp tục cuộc hành trình.

Sau hết, xin được nhắc lại ở đây lời nguyện ước chân thành từ những ngày đầu:

“Không có khó khăn nào mà không vượt qua được nếu chúng ta thực sự có tấm lòng vì Đạo vì Đời. Muốn có một tấm lòng thao thức, ý chí phục vụ, chúng ta cần tích cực hơn trong việc bền chí tu tập thường xuyên. Hơn thế nữa, đây là một lối đi của người Phật tử hầu tìm lại ý nghĩa cuộc sống đồng thời thể hiện tinh thần phụng sự Chánh pháp”.

Xin tâm nguyện của chúng ta được thành tựu để đóa hoa Tỉnh Thức nở mãi trong lòng mọi người con Phật.



—☉ THIỀN QUÁN ☽—
SỢI DÂY NỐI LIỀN ĐỜI SỐNG

Thông thường vào những lúc tâm ý bất định, buông thả như vượn trên cây như ngựa ngoài đồng, người ta mới cảm thấy sự cần thiết của sức mạnh nội tại an định được tâm tư mà không cần trông cậy vào năng lực đến

tự bên ngoài. Những người thực tập thiền quán tin tưởng vào khả năng hóa giải mà phương pháp thiền đem lại có tác dụng không khác việc tái lập tương quan giữa con người với cuộc sống mà trước đây họ không có khả năng gắn liền với nó trong ý nghĩa chân xác. Thiền quán - hiểu theo nghĩa rộng - được thực hành tại nhiều nơi, từ trong các ngôi chùa mộc mạc ẩn khuất trong rừng sâu đến những thiền đường đầy đủ tiện nghi hiện thời nằm giữa lòng đô thị. Mặt khác, việc quán chiếu nội tâm không phải là khả năng chuyên biệt của những người trì giới, thoát tục mà mọi người, mọi giới, bất phân trình độ đều có thể thực hành miễn có lòng tin và nghị lực. Nói rõ ra, ai cũng có thể thực tập thiền quán được cả.

Trong Phật giáo, thiền mang theo ý nghĩa phổ quát vì là pháp môn quan trọng nhất tại nhiều nơi. Cửa chùa còn mệnh danh là thiền môn. Thức ăn tinh thần do thiền mang lại được gọi là thiền duyệt thực. Vị tăng có trách nhiệm hướng dẫn tu trì ở chùa gọi là thiền sư; người học trò tập sống đời tỉnh thức thì gọi là thiền sinh. Như thế, nói chung, có mối tương quan chặt chẽ và hòa trộn giữa thiền phái, giáo lý Phật và quan niệm chung của những người tin tưởng thực hành khiến sự phân biệt trở thành không cần thiết.

Vì sự tương quan mật thiết đó mà cách sống, cách chiêm nghiệm cuộc đời của người tu học thiền quán mang sắc thái hồn nhiên, gần gũi với đời sống phóng khoáng, bình dị, xem nhẹ vật chất, công danh. Có người đi xa hơn nữa đã đồng nhất với quan niệm xuất thế, cái nhìn vạn vật như phù vân của người xử sĩ và mệnh danh Nguyễn Bình Khiêm, Nguyễn Trãi (thời gian trí sĩ ở Côn

sơn) là thiền sư dù các vị đó không phải là Phật tử chính danh. Như thế, ở một khía cạnh riêng, thái độ thoát ly khỏi sự kiềm tỏa, trói buộc của danh vọng và tham vọng của người thức thời đã được liên kết với kết quả của việc quán chiếu nội tâm đem đến tỉnh thức trong thiền phái. Phần nào, người ta đã chấp nhận không khí thiền bàng bạc giữa thế gian như cách sống minh triết hơn là nỗ lực ý thức của bản thân xuất phát từ niềm tin tôn giáo.

Vậy sống như thế nào mới gọi là có một đời sống thiền?

Nếu chúng ta có cơ hội đọc đoạn kinh dưới đây trong bài kinh Niệm xứ thì đã thấy rõ lối sống của một thiền gia. Đức Phật nói *“Này các vị tỳ kheo, ở đây vị tỳ kheo đi đến khu rừng, đi đến gốc cây, hay đi đến ngôi nhà trống, và ngồi kết già, lưng thẳng và an trú chánh niệm trước mặt. Tỉnh giác, vị ấy thở vô. Tỉnh giác, vị ấy thở ra. Thở vô dài, vị ấy biết: “tôi thở vô dài”, hay thở ra dài, vị ấy biết “tôi thở ra dài”... (Trung Bộ Kinh, Thích Minh Châu dịch). Như thế, ngay chính trong cuộc sống này, trong hơi thở này mà hành giả chú tâm thực tập; từng bước đi, từng việc làm thường nhật, có việc nào, có lúc nào mà không phải là cơ hội thực tập thiền quán đâu? Cho đến việc hái rau, bửa củ... trong thiền môn cũng là công phu thiền quán cả.*

Một thiền phổ quan trọng bậc nhất mà thiền sinh không thể không biết đến. Nó mang tên Đời Sống. Thiền phổ không chữ viết này là một bản văn vô tự mà hành giả phải học thuộc để thực hành. Làm sao để thuộc một bản văn không có chữ viết? Câu trả lời nếu có thì cũng phải tự cá nhân mỗi thiền sinh chiêm nghiệm, tìm kiếm.

Ni cô Chiyono, một người thực tập thiền quán lâu năm. Khi quán về lý vô thường của vạn hữu, ni cô cố đặt mình vào một sự phân tích chi ly để thấy thân xác mình, cuối cùng, rồi cũng trở về với cát bụi. Nhìn ra vạn vật, ni cô thấy cái gì cũng đổi thay. Nhưng đó có phải là bản thể của vô thường không? Ni cô vẫn chưa bằng lòng với sự nhận định của mình. Vẫn tiếp tục tìm tòi, nghiên ngẫm. Cho đến một hôm: nhân gánh nước dưới ánh trăng, đột nhiên chiếc đòn gánh gãy, thùng nước đổ làm vỡ luôn ánh trăng trong thùng. Ni cô chợt hiểu :

*Xách nước qua đây
Đai tre ải đứt
Thùng vỡ đáy tung,
Nước ào ra hết.
Đâu còn đáy nước trắng trong
Hư không còn lại tay không hững hờ*



Ngay giờ phút đó, mọi nghi ngờ về lẽ vô thường đều tiêu tan. Để không có ý thức sai lầm, không thể tách rời cuộc đời ra khỏi sự thực tập thiền quán. Tất cả nội tâm và ngoại cảnh đã vận hành từ tế vi đến phúc tạp để làm nên cuộc sống. Thiền tập là nhìn cho rõ sự vận hành đó để nhìn thấy cái như thật đang xảy ra ở phút giây hiện tiền. Đánh mất ý thức đó là đồng thời đánh mất luôn ý nghĩa của thiền quán.

Cho nên đời sống dù vui, dù buồn, dù ngang trái hay thuận lòng, thế nào đi nữa thì chúng ta đều cần nhìn cho thấu sự việc.

Tóm lại, ý thức thấp sáng chánh niệm trong cuộc sống hàng ngày là chiếc neo mà người tu học cần phải nắm lấy từng giây, từng phút. Và một khi đã nắm được rồi thì hạnh phúc cá nhân hay gia đình không phải là cái gì xa vời mà trái lại hạnh phúc đó sẽ luôn hiện hữu trong tâm tay của người kiên trì tu học.

— ॐ TRƯỚC, HÃY LÀM CHO ĐƯỢC ॐ — NHỮNG VIỆC TÂM THƯỜNG

Đã bao nhiêu lần, ta ngồi trước một tô canh bốc khói, ăn ngon lành mà không hề khen người nấu một câu? Đã bao bận, ta lên tiếng nạt nộ đứa cháu một cách vô lý không căn cứ? Có các hành động đó là bởi ta nghĩ rằng: ta có quyền làm như vậy. Thật là lối biện luận lạ kỳ! Nhưng thường thì ta cho như vậy là hợp tình, hợp lý - không thắc mắc gì cả.

Thiền quán giúp ta nhìn các chuyện tâm thường đó rõ hơn. Và dĩ nhiên, bằng cả tấm lòng thành thật của mình chứ không phải bằng bất cứ lối ngụy biện nào để mong dành phần thắng về phía mình.

Đây, mời bạn thử lược lại một vài việc cụ thể. Sáng nay thức dậy, bạn có ý thấp một nén hương cúng Phật, cúng tổ tiên. Mời bạn thong thả đến trước bàn thờ trong bước đi chánh niệm. Bạn thở đều. Lòng cảm thấy thanh thoi khi nhìn nụ cười nhẹ trên đôi môi ở bức hình trước mặt. Và bạn cũng nở một nụ cười nhẹ; nên nhớ là tụyet