TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU
PHẬT HỌC
CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM
ISSN: 2734-9195

Những cuộc gặp gỡ, hướng dẫn giáo pháp từ Thiền sư Thích Nhất Hạnh (P.2)

ISSN: 2734-9195 10:09 23/09/2024

Pháp giới là thế giới vũ trụ trong cái nhìn đúng như pháp, cái nhìn thấy chân thật (khác với cái nhìn của chúng sinh bình thường, thấy vũ trụ là chia biệt, ngăn ngại và đây cũng là vũ trụ của sinh tử).

Tác giả: **Tiến sỹ LAM Yuen Ching**

Việt dịch: **Thích Vân Phong**

Nguồn: Buddhistdoor Globa

Bài viết trước, tôi đã mô tả sự thiếu quan tâm ban đầu của tôi với những lời diễn giải và thực hành của Thiền sư Thích Nhất Hạnh (1926 - 2022). Sau đó, tôi kể lại sự thay đổi trong nhận thức của bản thân tôi khi tham dự buổi pháp thoại trước công chúng của Ngài, và sự kết hợp sáng tạo giữa các yếu tố truyền thống và hiện đại trong cách tiếp cận của Ngài đối với phật pháp đã tác động sâu sắc đến tôi.

Tôi đúc kết bằng cách ám chỉ trải nghiệm sự chuyển hóa mà tôi đã gặp phải một tháng sau đó, vào tháng 6 năm 2007, tại buổi tuyên dương Diệu pháp Như Lai, diễn giảng Đại Phương Quảng Phật Hoa Nghiêm Kinh (Avatamsaka Sutra, 大方廣佛華嚴經) tại Trung tâm Văn hoá Hồng Kông.

Tôi tiếp tục phần tiếp theo của câu chuyện:



Cố thiền sư Thích Nhất Hạnh. Ảnh: st

Đại Phương Quảng Phật Hoa Nghiêm Kinh do Zuni Icosahedron (Hình nhị thập diện Zuni), một công ty sân khấu thử nghiệm quốc tế, một nhóm nghệ sĩ và chuyên gia sáng tạo có trụ sở tại Hồng Kông dàn dựng, là một buổi biểu diễn sân khấu đa phương tiện dựa trên bản dịch gốc của Thiền sư Thích Nhất Hạnh.

Buổi biểu diễn nhằm mục đích đưa khán thính giả đắm chìm vào Vũ trụ của Hoa Nghiêm là pháp giới viên dung vô ngại.

Pháp giới là thế giới vũ trụ trong cái nhìn đúng như pháp, cái nhìn thấy chân thật (khác với cái nhìn của chúng sinh bình thường, thấy vũ trụ là chia biệt, ngăn ngại và đây cũng là vũ trụ của sinh tử).

Viên dung vô ngại là giao thiệp với nhau một cách toàn triệt, trộn lẫn vào nhau một cách toàn hảo, không ngăn ngại, thông qua sự kết hợp hấp dẫn của hoà âm phối khí trong tiếng niệm kinh, ánh sáng, văn bản, hình ảnh, âm nhạc, bài hát và ngôn ngữ văn tự. Mỗi cảnh xúc động trong buổi biểu diễn đều in sâu trong tâm thức của tôi. Tuy nhiên, khoảnh khắc khó quên và sâu sắc nhất đã xảy ra trong vài phút trước khi buổi biểu diễn bắt đầu.

Tôi đã tham dự buổi biểu diễn Vũ trụ của Hoa Nghiêm vào một ngày trong tuần. Sau một ngày làm việc bận rộn, tôi đã tự mình đến địa điểm biểu diễn. Khi tôi bước vào hiện trường, chỉ còn chưa đầy 10 phút nữa là buổi biểu diễn bắt đầu. Ngay lúc đó, tôi chỉ có thể nghe thấy tiếng thì thầm nhẹ nhàng của khán thính giả. Khi đã ngồi xuống, ngay lập tức tôi bị cuốn hút bởi văn bản được chiếu lên tấm rèm sâu khấu. Tiếng leng keng nhẹ nhàng thanh thoát của một chiếc

chuông gió treo lơ lửng trên sân khấu làm tăng thêm bầu không khí trang nghiêm.

Văn bản trên tấm rèm gồm hơn 10 câu và xuất hiện bằng cả tiếng Trung và tiếng Anh. Đầu tiên, tôi thấy phiên bản tiếng Trung; tôi thấy từng câu từ xuất hiện từng cái một ở phía bên trái của tấm rèm, sau đó biến mất từng cái một sau khi toàn bộ văn bản đã được hiển thị. Tiếp theo phiên bản tiếng Anh xuất hiện ở phía bên phải của tấm rèm, với mỗi câu từ theo cùng một mô hình xuất hiện chậm rãi rồi lại biến mất. Hai phiên bản xen kẽ theo cách này.

Phiên bản tiếng Anh có nội dung như sau:

Dear friends,

The Hua-yen World is a place of sublime qualities.

Before you enter,

Please temporarily set aside your worries, fears, sorrows, and pains.

Gently focus your attention on your breathing,

Breathing in, smile gently,

Breathing out, relax slowly.

Tạm dịch:

Các bạn yêu quý,

Vũ trụ của Hoa Nghiêm là nơi có những phẩm chất cao quý.

Trước khi bước vào,

Xin hãy tạm gác lại những lo âu, sợ hãi, buồn phiền và đau đớn.

Nhẹ nhàng tập trung chú ý vào từng hơi thở ra vào,

Hít vào, miệng mỉm cười thanh thoát,

Thở ra, thư giãn chậm rãi.

Trong những khoảnh khắc cuối cùng trước khi buổi biểu diễn bắt đầu, tôi lắng lòng nghe tiếng chuông gió và nhìn dòng chữ liên tục xuất hiện, nán lại rồi biến mất. Không hiểu sao, sự cảm động trong tâm hồn, nước mắt cứ tuôn trào trên khuôn mặt tôi.

Mặt dù trước đây trong nhiều lần tôi đã từng thấy những văn bản tương tự, nhưng những gì tôi trải nghiệm trong khoảnh khắc đó lại khá khác biệt. Cảm giác như thể một giọng nói nhẹ nhàng và từ bi đang trực tiếp nói với tôi. Trong bầu không khí trang nghiêm và thanh tịnh, khi tôi làm theo hướng dẫn để hít vào và thở ra chậm rãi, những lo âu, sợ hãi, buồn phiền và đau đớn của tôi dường như dần tan biến.

Đây là lần đầu tiên tôi thực sự trải nghiệm uy lực chuyển hóa của sự đơn giản. Những từ ngữ đơn giản đó có khả năng thấm sâu vào tâm hồn. Tâm thức tôi liên tục dừng ngay những huyên thuyên - không khái niệm, không phân tích - chỉ có cảm giác tĩnh lặng và bình yên sâu lắng.

Trong sự hiểu biết, tôi đã trải nghiệm một sự thay đổi đáng kể và kết nối của mình với những lời dạy của Thiền sư Thích Nhất Hạnh, sau khi tham dự buổi Tuyên dương Diệu pháp Như Lai công khai trước công chúng của Ngài (như đã mô tả trong bài viết của tôi lần trước) và chứng kiến buổi biểu diễn Vũ trụ của Hoa Nghiêm. Ngay sau đó, tôi đã có được các bản ghi âm CD từ khoá tu gần đây do Thiền sư Thích Nhất Hạnh hướng dẫn tại Hồng Kông, được phát hành miễn phí cho bất kỳ ai quan tâm.

Các bản ghi âm này bao gồm các bài giảng và nhiều phương pháp thực hành chính niệm khác nhau được phân phát trong khóa tu, truyền cảm hứng cho tôi bắt đầu kết hợp một số phương pháp này vào thói quen thường nhật của mình.

Phương pháp thực hành rất ấn tượng của tôi vào thời điểm đó là "*thư giãn hoàn toàn*", giúp giải phóng căng thẳng trong tâm hồn và làm cơ thể thư giãn thoải mái để tạo điều kiện cho quá trình chữa lành.

Tôi cũng bắt đầu đọc các cuốn sách của Thiền sư Thích Nhất Hạnh. Tôi sẽ đến thư viện, tìm những giá sách có sách của Ngài, và chọn ngẫu nhiên một cuốn sách để nghiền ngẫm. Khi đọc xong một cuốn, tôi sẽ chọn một cuốn sách khác, rồi lại tiếp theo cuốn sách khác nữa. Mỗi ngày sau giờ làm việc, tôi dành thời gian ở thư viện để đọc sách của Ngài, và trong những ngày lễ hoặc ngày nghỉ, tôi tiếp tục đọc chúng tại tư gia.

Một khi tôi bắt đầu ghé mắt đọc sách, tôi khó có thể dừng lại. Văn phong của Thiền sư Thích Nhất Hạnh, mặc dù giản dị và thẳng thắn, đã tạo được tiếng vang sâu sắc với tôi. Mỗi câu mỗi chữ diễn giải của Ngài không chỉ liên quan đến cuộc sống thường nhật mà còn thu hút tôi ở một mức độ sâu sắc. Chúng cuốn hút tôi và thúc đẩy tôi khám phá nhiều hơn, khiến tôi háo hức tiếp tục say mê đọc.

Trong hai đến ba năm tiếp theo, tôi đã đọc nhiều sách của Thiền sư Thích Nhất Hạnh, và sự quan tâm cũng như hiểu biết của tôi về những lời dạy và thực hành của Ngài mỗi ngày thêm sâu sắc hơn. Sau đó, năm 2010, tôi đã tham dự một buổi tuyên dương Diệu pháp Như Lai công khai, đã nâng cao hiểu biết của tôi về những lời giảng giải của Thiền sư Thích Nhất Hạnh lên một tầm cao mới. Thầy giáo thụ Thích Chân Pháp Ấn và các vị tăng thân Làng Mai đã đến viếng thăm Hồng Kông vào tháng 4 năm đó, để tổ chức một khoá tu chính niệm kéo dài 5 ngày.

Trong thời gian lưu trú, Thầy giáo thụ Thích Chân Pháp Ấn cũng đã có những buổi chia sẻ pháp thoại công khai, bao gồm cả buổi thuyết pháp mà tôi đã tham dự, buổi diễn giảng đề tài "*Hoà bình nơi chính mình, Hoà bình trên thế giới*" tại Đại học Bách khoa Hồng Kông. Buổi diễn giảng này đặc biệt hơn vì có sự tham gia của một diễn giả khác, Linh mục Tiến sĩ Thomas Kwan.

Trong buổi thuyết giảng, hai diễn giả đã chia sẻ quan điểm và kinh nghiệm của họ về chủ đề này. Tôi chưa bao giờ nghĩ rằng một nhà sư Phật giáo và một Linh mục Thiên Chúa giáo sẽ cùng nhau hàn huyên tâm sự, chia sẻ giữa tình Đạo hữu, nhưng họ đã làm như thế một cách hài hoà và sâu sắc. Hơn nữa, sự hợp tác của họ đã làm nổi bật nền tảng chung giữa các giáo lý của họ và đưa ra một góc nhìn độc đáo và phong phú về đối thoại liên tôn.

Sau buổi diễn giảng, có một buổi tu tập thiền ngắn bên ngoài giảng đường do hai diễn giả dẫn đầu. Đây là một buổi chiều trong tuần, vì thế khu vực này rất đông người. Khi buổi tu tập thiền bắt đầu, thầy giáo thụ Thích Chân Pháp Ấn và Linh mục Tiến sĩ Thomas Kwan đang cùng nhau từng bước chân an lạc đi thiền hành một cách chính niệm trước mặt khán thính giả chúng tôi.

Hình ảnh hai người đàn ông - một nhà sư Phật giáo và một Linh mục Thiên Chúa giáo - cùng nhau từng bước chân an lạc đi thiền hành qua khuôn viên trường Đại học đông đúc thật đáng kinh ngạc và cảm động. Đây là một minh chứng hùng hồn và hoàn hảo về sự thống nhất liên tôn và tôn trọng lẫn nhau, được khuyếch trương hơn nữa bởi ý nghĩa của cử chỉ chung của họ. Tôi vô cùng xúc động trước cách buổi thiền hành thể hiện tinh thần đối thoại liên tôn và tôn trọng lẫn nhau trong lời dạy của Thiền sư Thích Nhất Hạnh.

Vào tháng 11 năm 2010, Thiền sư Thích Nhất Hạnh đã đến thăm Hồng Kông một lần nữa, để hướng dẫn một khoá tu thiền chính niệm với thời gian 5 ngày, Ngày chính niệm, và có thể những buổi Pháp thoại trước công chúng. Buổi Pháp thoại mà tôi tham dự với chủ đề "*Hạnh phúc ở đây và ngay bây giờ*", được tổ chức tại Trung tâm Hội nghị và Triển lãm Hồng Kông.

Chỗ ngồi của tôi ở hàng ghế đầu tiên của lối đi rộng nơi Thiền sư Thích Nhất Hạnh sẽ đi ngang qua khi Ngài đăng lâm bảo toạ tuyên dương Diệu pháp Như Lai. Trong vài giây, tôi đã có cơ hội được chiêm ngưỡng pháp tướng trang nghiêm của Ngài ở cự ly gần. Sau khi trải qua nhiều năm hiểu sâu hơn về những lời giảng dạy của Ngài, tôi cảm nhận một sự kết nối hùng hồn hơn khi lần này được trực tiếp diện kiến Ngài.

Cùng lúc đó, một triển lãm kéo dài thời gian hai tháng với đề tài *"Thư pháp: Nghệ thuật chính niệm của Thiền sư Thích Nhất Hạnh"* đã khai mạc tại Bảo tàng và Phòng trưng bày nghệ thuật của trường Đại học Hồng Kông. Triển lãm trưng bày một số tác phẩm thư pháp của Thiền sư Thích Nhất Hạnh được viết bằng mực tàu và giấy gió truyền thống của Trung Hoa. Ngài đã giới thiệu một phong cách thư pháp Thiền độc đáo bằng chữ Hán, tiếng Anh, tiếng Việt và tiếng Pháp, minh hoạ cách thư pháp có thể đóng vai trò như một phương pháp thiền định. Thông qua những từ đơn lẻ hoặc cụm từ đơn giản, Ngài đã nhắc nhở người xem về bản chất của chính niệm. Một lần nữa tôi ấn tượng trước cách tiếp cận sáng tạo và khéo léo của Ngài trong việc trình bàu các giáo lý và thực hành Phật giáo.

Sau tất cả những lần tiếp cận với giáo lý và thực hành của Thiền sư Thích Nhất Hạnh, tôi cảm thấy sẵn sàng để đi sâu vào thực hành của mình. Vào tháng 3 năm 2012, tôi đã tham dự khoá tu thiền chính niệm với thời gian 5 ngày tại Viện Phật giáo Ứng dụng Châu Á (Làng Mai Hồng Kông) trên Đảo Lantau. Trải nghiệm này đã khơi dậy mong muốn của tôi đến thăm Làng Mai, Pháp quốc. Điều gì trong khoá tu? Tôi sẽ viết thêm vào lần tới!

CLip video: (華嚴經) 2007 精華片段 Hua-yen Sūtra Excrepts 2007 https://www.youtube.com/watch?v=6i7eVGs9hFk

Tác giả: **Tiến sỹ LAM Yuen Ching**

Việt dịch: **Thích Vân Phong**

Nguồn: Buddhistdoor Globa