

"THIỆN" TRONG PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỜI TRUNG ĐẠI

TRAO ĐỔI - NGHIÊN CỨU



"Thiện" trong Phật giáo Việt Nam thời trung đại



Dưới triều đại vua Lý Nhân Tông trị vì, đất nước đang thời kỳ phát triển, Phật giáo đã trở thành quốc giáo, nhân dân trở thành phật tử. Hàng loạt chùa tháp được xây dựng liên tục, biểu thị cho thành quả của đất nước trên các mặt chính trị, kinh tế, văn hóa, xã hội,...

ThS. Mai Thị Huyền

Viện Sử học - Viện Hàn lâm Khoa học Xã hội Việt Nam

Tạp chí Nghiên cứu Phật học **Số tháng 9/2023**

Tóm tắt: Bài viết đề cập đến khái niệm “thiền”, ghi chép về “thiền” trong các tư liệu Phật giáo, từ đó thấy được tầm quan trọng của yếu tố này trong Phật giáo. Bài viết chỉ ra biểu hiện của yếu tố “thiền” trong xã hội Việt Nam thời trung đại ở những phương diện như: đời sống tu tập và nhập thế của các thiền sư, văn học, văn hóa và nghệ thuật. Trong đó nhấn mạnh yếu tố thiền nhập thế và vai trò của nó đối với đất nước. Thiền không chỉ là một khái niệm về phương pháp luyện thở, tu tập của các thiền sư mà còn là con đường giúp nhân sinh đạt được sự giải thoát.

Từ khóa: Thiền, yếu tố, Phật giáo, xã hội, ảnh hưởng.

Phật giáo du nhập vào nước ta khá sớm, để lại dấu ấn đậm nét trên những phương diện văn hóa, chính trị, xã hội, nghệ thuật,... Một trong những pháp thực hành của Phật giáo đó chính là Thiền. Để đi tới con đường giác ngộ, đạt tới cõi Niết Bàn, có khá nhiều phương pháp thực hiện, tuy nhiên, thiền là biện pháp như thế nào và ảnh hưởng của nó trong xã hội Việt Nam thời trung đại cụ thể ra sao là một vấn đề cần được làm rõ. Trong bài viết này, tác giả chỉ ra khái niệm thiền, biểu hiện của nó trong đời sống của các thiền sư, văn học và văn hóa, nghệ thuật.

1. Khái niệm “Thiền” trong ghi chép của các tài liệu về Phật giáo

Thiền, hay còn gọi là thiền định, chữ Hán là 冥想 (ming xiang) đã bắt đầu xuất hiện từ rất sớm, cụ thể trong những ghi chép về quá trình tu thiền của các nhà sư. Trong Từ Hải, “thiền” được định nghĩa như sau: “Thiền: tưởng tượng và trầm tĩnh của tư tưởng”(1). Cũng trong Phật Quang đại từ điển, khái niệm này được chép khá rõ: “Thiền gọi là tĩnh lự, tư duy tu tập, công đức từng lâm chỉ cho một trạng thái định tuệ đồng đều, tâm chuyên chú vào một đối tượng nào đó, rất vắng lặng để tư duy một cách sâu sắc, rõ ràng Là pháp tu chung cho cả Đại thừa, Tiểu thừa, ngoại đạo, phàm phu.... nhưng mục đích đạt đến và đối tượng tư duy thì đều khác nhau. Thiền và các thứ định khác gọi chung là Thiền định”(2).

Trong cuốn Thiền đốn ngộ, Cư sĩ Nguyên Giác lại cho rằng thiền là một pháp để thực hành, đạt tới Niết Bàn. Tác giả viết: “Thiền Nam tông dựa trên nguyên tắc đối trị, lấy Trí Huệ chiếu phá phiền não, thấy có Niết Bàn để mong cầu, thấy có vô minh để đoạn lìa. Thiền Đại Thừa dựa trên nguyên tắc chuyển y, chuyển vọng thành chân, chuyển phiền não thành Niết bàn, chuyển Vô Minh thành Trí Huệ”(3).

Trên con đường tìm cách giải thoát cho nhân loại khỏi khổ đau, phiền não, đức Phật đã chỉ ra phương pháp để đạt tới sự giác ngộ. Phương pháp chính là một biểu hiện của thiền, tức là quán hơi thở.

Trong sách Sự tích Đức Phật Thích Ca, có đoạn viết như sau: “Tất cả mọi khổ đau của ta đều bắt nguồn từ vô minh, cố chấp, tham ái. Muốn thoát khỏi khổ đau phải diệt trừ vô minh, cố chấp, tham ái bằng cách dùng trí huệ quán chiếu muôn vật đúng như thật. Người chưa đủ trí tuệ phải thực tập từ từ bằng cách quán hơi thở, minh sát tuệ, phải trì giới để ba nghiệp thân miệng ý được thanh tịnh; nhờ ba nghiệp thanh tịnh nên tâm ý được định; nhờ tâm ý được định nên trí tuệ phát sinh; nhờ trí tuệ phát sinh nên vô minh, cố chấp, tham ái không còn; đau khổ do đó cũng chấm dứt” và Ngài đã dạy đệ tử về cách quán hơi thở: “Mỗi ngày con cũng phải

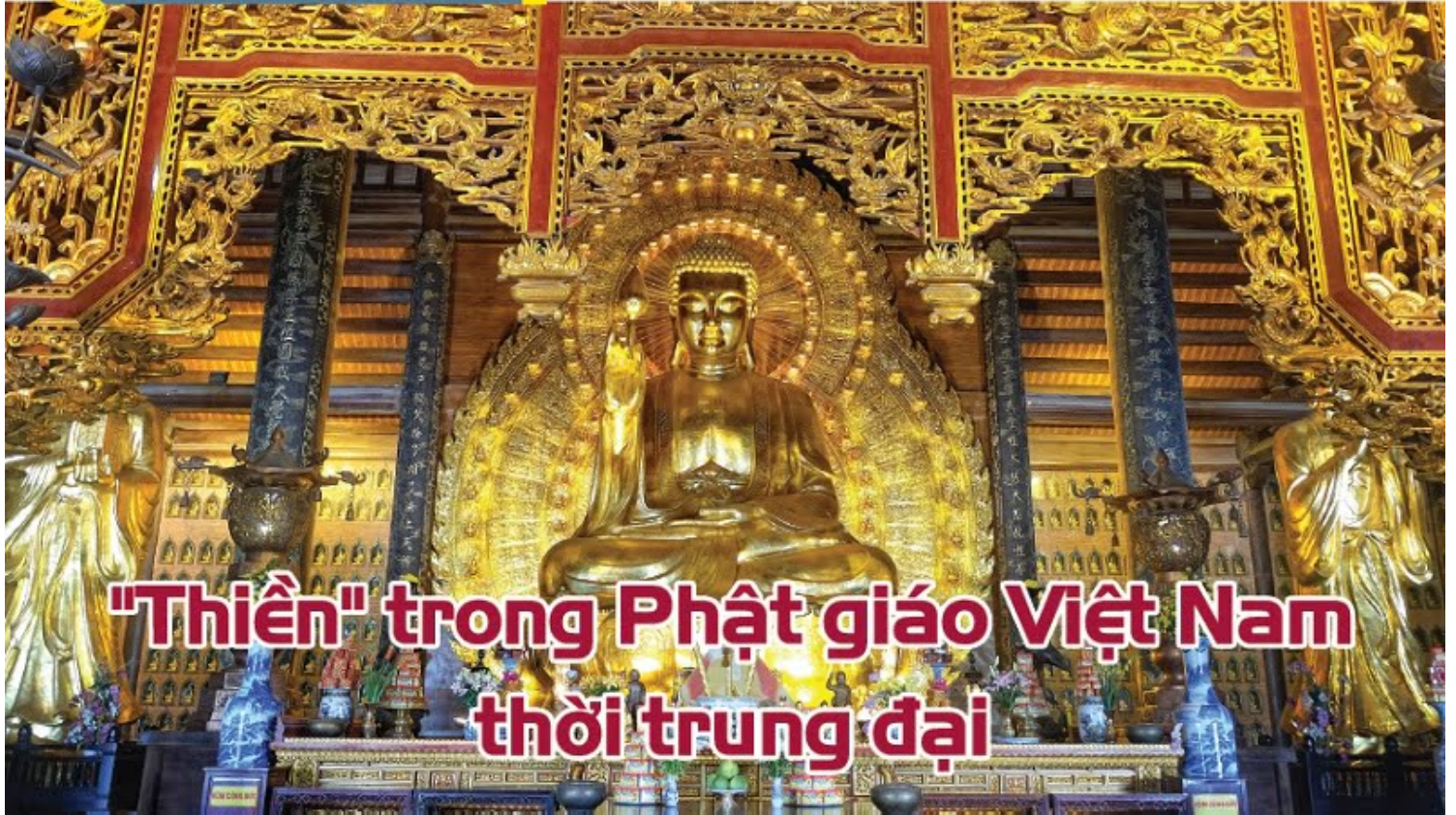
siêng năng thực tập phép quán hơi thở để giữ chính niệm, để thân tâm được an lạc. Mỗi khi thở vào ta biết là ta đang thở vào, mỗi khi thở ra là ta biết ta đang thở ra. Trong lúc chú tâm vào hơi thở như thế ta trừ được những tạp niệm, những suy nghĩ viển vông loạn động Quán niệm hơi thở giúp chúng ta giữ chính niệm. Sống trong chính niệm là sống trong tỉnh thức, là sống trong sự giác ngộ. Càng giữ chính niệm được lâu thì tính giác ngộ nơi ta càng sáng tỏ và lớn mạnh”(4).

Tác giả cuốn sách Sự tích đức Phật Thích Ca cũng chỉ ra phép tu Phật một cách đại cương, trong đó nhấn mạnh đến khái niệm Thiền ngoại định (Kasina): “Tập trung hoàn toàn tinh thần vào một đối tượng bên ngoài như đất, nước, gió, lửa, màu xanh, màu vàng... (có 10 đối tượng quán) cho đến khi đối tượng đó trở thành một định hướng Pháp môn này làm tăng trưởng định lực, giúp thiền giả diệt trừ sáu thức, đạt đến tứ thiền và ngũ thông”(5). Sách “Trí tuệ siêu việt, giảng luận về Bát nhã tâm kinh”, có đoạn viết về thiền: “Chúng ta có thể nhầm lẫn tin rằng thiền định đã tạo ra trí huệ, nhưng không đúng như vậy. Thiền định chỉ đơn thuần làm hiển lộ trí huệ vốn đã luôn có. Theo đức Phật, mỗi người đều có Phật tính. Phật tính ấy bị ác nghiệp và nhiễm ô che mất. Thiền và mọi phương tiện thiện xảo khác là nhằm tịnh hóa nghiệp và những phiền não”(6).

Cư sĩ Nguyên Giác với cuốn Thiền tập với pháp ấn đã ghi chép về sơ thiền với nội dung như sau: “Nếu bạn muốn vào sơ Thiền, chỉ đơn giản thiền với hơi thở vô, hơi thở ra, nhìn thấy thân mình và thân hơi thở chỉ là vô thường, vô ngã, rỗng không”(7). Hay trong cuốn Như Lai thiền thực hành, Trần Hữu Danh (Cư sĩ Minh Thiện) đã phân loại ra nhiều cách thiền khác nhau. Trong số đó có pháp thiền: “Ngồi kiết già là ngồi trên bồ đoàn, hai chân co lại, hai đầu gối bẹt ra để sát xuống tọa cụ, dùng tay phải kéo bàn chân trái để lên đùi phải, gót chân trái sát vào bụng, rồi dùng tay trái kéo bàn chân phải để lên đùi trái, gót chân phải sát vào bụng”(8). Kết quả thu được là “Người đắc Tam thiền rất ít bệnh, được thân tâm an lạc ngay trong lúc ngồi thiền, ngay trong đời này, và sau khi mạng chung có thể sinh về các cõi trời sắc giới: Thiếu Tịnh Thiên, Vô Lượng Tịnh Thiên, Biến Tịnh Thiên”(9).

Như vậy, có thể hiểu thiền là sự tập trung tư duy, lắng đọng, hay còn gọi là sự tĩnh tại, cũng là một hương pháp nhằm đạt tới sự giải thoát hoàn toàn của thân và tâm bằng hơi thở. Nhờ vào phương pháp thiền định mà sáu căn của con người được bất động, không bị lôi kéo vào sáu pháp trần gian bên ngoài, không bị rối loạn thân tâm. Như vậy, thiền là sự kết hợp giữa thân thể và ý niệm trong thời gian và không gian hiện tại để nhận biết về sự vật, hiện tượng và ý niệm. Nhờ vậy mà trí huệ hiển hiện, nâng cao và con người có thể sáng suốt thoát khỏi phiền não.

TRAO ĐỔI - NGHIÊN CỨU



"Thiền" trong Phật giáo Việt Nam thời trung đại

2. Biểu hiện của "Thiền" Phật giáo ở Việt Nam

Việc thiền tập và nhập thế của các thiền sư

Theo ghi chép của một vài tài liệu, yếu tố thiền được nhắc đến khá ít, tuy nhiên việc tu tập của các thiền sư thì được chép rõ hơn. Có thể kể đến dòng thiền Vô ngôn thông, đã có nhiều ghi chép về quá trình thiền tập của các nhà sư này khi họ hoạt động hay khi viên tịch. Theo các học giả cho biết, nếu như thiền phái Tì Ni Đa Lưu Chi có tinh thần nhập thế rõ nét thì thiền phái Vô Ngôn Thông còn có tinh thần nhập thế tích cực hơn.

Thiền sư Cảm Thành (?- 860) thuộc dòng Vô Ngôn Thông đã nói một bài kệ, trong đó có nhắc đến yếu tố Thiền:

Các nơi đồn đại
Đối tự huyền truyền,
Rằng Thủy Tổ ta,
Gốc từ Tây Thiên
Truyền pháp Nhãn tạng
Gọi đó là Thiền.
Một hoa năm cánh
Hạt giống liên miên

Thâm hợp lời mật
Muôn ngàn có duyên,
Đều gọi tâm tông
Thanh tịnh bản nhiên(11).

Như vậy, theo thiền sư, pháp Nhãn tạng là thiền. Nhãn tạng, có thể hiểu là dùng đôi mắt để quán chiếu vào sự vật nào đó hay chính bản thân mình, từ đó mà có được sự thanh tịnh. Nhưng để đạt được tầm cao như thế, bắt buộc người luyện tập phải thực hành trải qua thời gian.

Thiền sư Đạo Huệ (?-1173), đời thứ 9 dòng Vô Ngôn Thông, đã có thời gian tu tập hành thiền. Điều này cũng được chép rõ trong Thiền sư Việt Nam như sau: “Sư tìm đến chùa Quang Minh núi Thiên Phúc trong huyện Tiên Du dừng trụ. Sư khép mình trong giới luật, chuyên tu thiền định, suốt ngày đêm không nằm, ngót sáu năm trường. Cảm đến loài khỉ vượn trong núi họp lại nghe pháp. Do đó tiếng sư vang dậy đến kinh sư”(12). Hay Thiền sư Tịnh Không (1091-1170) trong quá trình trụ trì ở chùa Khai Quốc (phủ Thiên Đức) đã sáu năm tu hạnh đầu đà “ngày chỉ dùng một ít đậu, một ít mè, ngồi hoài không ngủ”(13).

Thiền sư Đại Xá (1120-1180) đã chỉ ra phương pháp trị bệnh cho vua Lý Anh Tông bằng tập thiền. Vua Lý Anh Tông triệu Sư vào hỏi:

- Trẫm bị phiền muộn, Sư có thuật gì trị chẳng?

Sư đáp:

- Pháp 12 nhân duyên là căn bản tiếp nối sự sống chết, cần lấy đó để trị, nó thật là phương thuốc hay vậy.

Vua hỏi:

- Ý chỉ nó thế nào? Sư đáp:

- Vô minh là nhân duyên của hành cho đến lo buồn khổ não, muốn cầu quả Bích Chi Phật nên nói 12 nhân duyên. Dem trị trong thân này thì không còn phiền não.

Vua hỏi:

- Thế thì trẫm phải tĩnh tâm tu tập?

Sư đáp:

- Khi ngăn được nghiệp thức yên tịnh, tức là lòng trong phiền não, không còn pháp nào khác đáng tu tập cả(14).

Đây là một trong những cách nhập thế tích cực của các Thiền sư. Họ đã mang lại biện pháp tích cực cứu khổ đối với xã hội mà cụ thể là đối với nhà vua thời Lý.

Thiền sư Hương Hải (1628- 1715), thuộc phái Trúc Lâm đã từng theo Nguyễn Hoàng vào Nam, ông đã được chọn làm Văn Chức trong phủ chúa Nguyễn. Nhận thấy con đường quan

trường không phù hợp với bản thân, Hương Hải đã từ quan xin xuất gia. Tư liệu ghi chép những buổi thiền định của sư, ngài đã nhìn nhận thấy thế lực của thế giới bên kia nhưng vẫn bình thản làm phép: “Lại một lần, canh vắng đêm khuya, Sư đang ngồi thiền trước điện Phật, hương đèn sáng choang. Bỗng thấy quân ma vừa trai vừa gái đứng vây tứ phía, đưa cầm giáo, đưa cầm mác...Sư liền lập chí Kim Cương tướng lửa tam muội, quyết đốt cháy thân mình và tiêu cả thế giới. Một lát chúng ma biến đâu mất, cảnh sắc lại quang minh như trước”(15). Sư đã để lại bài kệ thể hiện ẩn ý của thiền:

*Nhận quá trường không
Ảnh trầm hàn thủy
Nhận vô di tích chí ý
Thủy vô lưu ảnh chi tâm*

Dịch nghĩa:

*Nhận bay trên không
Bóng chìm đáy nước
Nhận không để ý dấu
Nước không tâm lưu bóng(16).*

Bài kệ của Thiền sư Hương Hải đã thể hiện rõ cái không trong đạo Phật cũng như cái không trong chính đời sống của con người. Lấy hình ảnh chim nhận và nước để nói về sự vật trong đời, nhà sư đã gửi gắm cho con người một kinh nghiệm: tất cả là “có” nhưng thực ra lại là “không”.

Cái “không” thể hiện ở việc nó xuất hiện “nhận bay trên không, bóng chìm đáy nước”, nhưng chính bản thân hai sự việc này cũng không lưu tâm điều đó, tức là không quan tâm đến sự việc có chim nhận hay bóng của nó dưới đáy nước. Hiểu sâu sắc được cái “không”, nghĩa là lĩnh hội được đạo thiền trong đó. Con người đau khổ và nguồn gốc của các cảm giác đau khổ là vì họ bám víu vào cái “có” – tức sự sở hữu. Nhưng khi hiểu rõ bản chất của sự vật không phải là có, mà là không, thì họ được hoàn toàn giải thoát khỏi đau khổ. Đó cũng chính là nội dung quan trọng nhất của con đường giác ngộ của Phật giáo.

Dòng thơ văn thiền Việt Nam

Trong các tác phẩm văn thơ thời Trần, dễ nhận thấy yếu tố thiền biểu hiện khá rõ nét. Vua Trần Thái Tông đã từng viết như sau: “Vả thuở trẻ còn niên thiếu, hiểu viết mới vẽ vẽ, được nghe loáng thoáng lời dạy bảo của thiền sư đã dập tắt ngay mọi điều vương vấn; lòng thốt nhiên trong lặng, để tâm vào nội giáo, tham cứu đạo Thiền, dốc lòng tìm thầy, thành khẩn mộ đạo”(17). Hoặc có hẳn một tác phẩm nghiên cứu về thiền “Tọa thiền luận” (Bàn về thiền) thời Trần có đoạn viết như sau: “Thích ca Văn Phật vào núi Tuyết Sơn, ngồi ngay ngắn trong sáu năm, chim bồ các làm tổ trên đầu, cỏ mọc xuyên qua bấp vế mà thân tâm vẫn bình thản. Song đi, đứng, nằm, ngồi cũng đều là thiền,.. Vả lại thiền có bốn loại. Loại thứ nhất dùng kế lạ làm vui người trên, làm chán kẻ dưới mà tu hành, đó là ngoại đạo thiền. Loại thứ hai hết lòng tin ở nhân quả, nhưng cũng lấy việc làm vui, gây chán mà tu thì đó là phàm phu thiền.

Loại thứ ba, hiểu rõ cái lẽ cuộc sống là không, chứng riêng được đạo chân chính mà tu hành, thì đó là tiểu giáo thiên. Loại thứ tư, hiểu rõ người và pháp đều không mà tu hành, đó là đại giáo. Nay những người hậu học nên lấy đại giáo làm chính. Đó là tập thiên dập tắt mọi suy nghĩ, chớ để nảy sinh những kiến giải vậy”(18).



Trần Nhân Tông, người sáng lập ra dòng thiền Nhập thế, còn gọi là dòng Thiền Trúc lâm Yên Tử, là biểu hiện cho sức sống diệu kỳ của đạo Phật trong mọi hoàn cảnh đời sống và xã hội thời Trần. Chính dòng thiền này mà vào thế kỷ XIII, cha ông ta đã giành chiến thắng trong cuộc kháng chiến 3 lần chống quân Nguyên Mông, khi đạo Phật lúc này đã có mặt trong tất cả các mối tương quan vua – tôi, cha con, chồng vợ, anh em... Đọc những tác phẩm của Phật hoàng Trần Nhân Tông trong “Trần Nhân Tông thi tập”, “Đại hương hải ấn thi tập” cho thấy những nội dung triết học và giáo lý đạo Phật đã thể hiện rõ nét, khiến nó trở thành tác phẩm đặc biệt.

Nhà vua Trần Nhân Tông, tổ của phái Trúc lâm Việt Nam đã cho thấy thái độ của ông với thời cuộc, hay chính là pháp thiền của ngài qua bài thơ:

*“Niên thiếu hà tăng hiểu sắc không,
Nhất xuân tâm sự bách hoa trung,
Như kim khám phá Đông hoàng điện,
Thiền bản đồ đoàn khán trụ hồng”*

Dịch nghĩa:

*Niên thiếu chưa từng lẽ có không
Ngày xuân hoa nở rộn tơ lòng.
Chúa xuân nay đã thành quen biết,
Thiền tọa an nhiên ngắm bóng hồng(19).*

Như vậy, theo Trần Nhân Tông, khi còn niên thiếu thì chưa đủ khả năng để thấu triệt lẽ có không trong cuộc sống, nhưng khi đã trải qua tu thiền, khi đã đủ an nhiên ngời thiền thì đức vua đã có thái độ bình thản trước sự vật. Điều này cũng cho thấy quá trình thiền tập của Trần Nhân Tông thực sự có kết quả, ngài đã ngộ được những vấn đề của thế sự.

Văn hóa, nghệ thuật

Yếu tố thiền còn thể hiện trong các lễ hội Phật giáo. Yếu tố thiền rõ nét nhất ở các lễ Phật thời Lý. Vào thời Lý, có các lễ hội như lễ hội Thiên Phật, Lễ hội Nhân Vương và hội đèn Quảng Chiếu. Hội đèn này đã thể hiện yếu tố thiền: “Yếu tố thiền vẫn là nét chính, bởi ở Việt Nam dường như không có sự tách biệt riêng lẻ của hai tông Tịnh độ và Mật. Đọc đoạn mô tả về hội đèn Quảng Chiếu trong bia tháp Sùng Thiện Diên Linh là hiểu rõ điều này. Tầng trên cùng của chiếc đèn là đức Thích Ca (Thiền), bảy đức Như Lai trong ngôi tháp xoay là Mật, cảnh sắc chính tầng trời mô tả ở dưới là Tịnh độ”(20).

Biểu hiện của việc thiền định thể hiện rõ trong tư thế “kiết già” hoặc “bán già” của các bức tượng Phật trong chùa của Việt Nam. Những công trình kiến trúc chùa, tháp thời Lý, Trần xây dựng đã chứng minh sự thành tựu đỉnh cao kiến trúc Phật giáo thời kỳ này. Dưới triều đại vua Lý Nhân Tông trị vì, đất nước đang thời kỳ phát triển, Phật giáo đã trở thành quốc giáo, nhân dân trở thành phật tử. Hàng loạt chùa tháp được xây dựng liên tục, biểu thị cho thành quả của đất nước trên các mặt chính trị, kinh tế, văn hóa, xã hội,... Để nhận thấy các công trình chùa tháp hiện nay vẫn còn hình tượng của các vị Phật được tạc lại với tư thế đang tọa thiền. Chùa Dâu, (Thuận Thành, Bắc Ninh) là một trong những ngôi chùa cổ, trong nhà thờ tổ vẫn còn tượng của các vị sư với tư thế ngồi bán già. Hay tượng Trúc Lâm tam Tổ ở chùa Hoa Yên, Yên Tử (Quảng Ninh) cũng được tạc với tư thế kiết già. Chùa Long Quang (Thanh Liệt, Hà Nội) có ba bức tượng Phật lớn bằng đồng được tạc ở tư thế kiết già, Phật ngồi trên tòa sen. Chùa Vĩnh Khánh (Võng Thị) (phường Bưởi, Hà Nội) được khởi dựng từ thời Lý có tượng Tam thế phật với tư thế ngồi kiết già(21).

Tư thế kiết già còn gọi là tư thế hoa sen, được coi là tư thế thiền định phổ biến nhất hiện nay trong Phật giáo nói chung và trong đời sống người dân nói riêng. Tư thế này tạo cho người tập bế 5 ngũ quan, tránh động loạn tâm tưởng, có lợi cho sức khỏe, làm chậm nhịp tim và huyết áp, tập trung tư tưởng và khiến cho trí óc sáng suốt(22). Các nhà khoa học đều đi đến kết luận tư thế hoa sen đem năng lượng vào trong tâm trí, đó là lý do mà nhà Phật giới thiệu là tư thế tốt nhất để luyện thiền và tập trung tư tưởng. Do vậy, các tượng Phật được tạc với tư thế hoa sen là để cho người ta thấy với tư thế này, Phật đã chứng đắc được nhân quả, đạt tới giác ngộ.

3. Nhận xét

Thiền - Thiền định không chỉ là một pháp tu, không dừng lại là một khái niệm trong Phật giáo mà đã có sức mạnh nhập thể tích cực trong xã hội Việt Nam thời trung đại. Gắn liền với thiền định là vai trò của các thiền sư thuộc nhiều dòng phái khác nhau trong suốt chiều dài lịch sử Việt Nam như dòng Vô Ngôn Thông, Trúc Lâm, Tỳ Ni Đa Lưu Chi,...họ đã có mặt trong những vấn đề quan trọng của chính trị đất nước, chữa trị bệnh cho nhà vua, hay sáng tác những bài

kinh, kệ để lại kinh nghiệm có giá trị đối với hậu thế. Yếu tố thiền không tách rời đời sống của các thiền sư cũng như không đứng riêng rẽ trong văn hóa Việt Nam mà luôn có sự hòa nhập.

Thiền không chỉ ảnh hưởng đến tầng lớp lãnh đạo đất nước như vua, quan lại đại thần trong triều đình mà còn thể hiện tác động của nó đến các tầng lớp khác. Chính vì sự quan trọng của yếu tố thiền như vậy, mà ngày nay, trong những ngôi chùa, hiện vẫn còn dấu ấn sâu đậm của nó trên các công trình kiến trúc tượng Phật. Nhưng điều quan trọng hơn, thiền chính là một phương pháp, một cứu cánh để con người đạt được sự giác ngộ, giải thoát trong cuộc sống.

ThS. Mai Thị Huyền

Viện Sử học - Viện Hàn lâm Khoa học Xã hội Việt Nam

*Tạp chí Nghiên cứu Phật học **Số tháng 9/2023***

TÀI LIỆU THAM KHẢO:

1. Trần Hữu Danh (Cư sĩ Minh Thiện), Sự tích Đức Phật Thích Ca, Nxb. Tổng hợp Thành phố Hồ Chí Minh, 2015.
2. Trần Hữu Danh (Cư sĩ Minh Thiện), Như Lai thiền thực hành, 2017.
3. Nguyễn Huệ Chi (Chủ biên), Thơ văn Lý- Trần, tập II, Ủy ban khoa học xã hội Việt Nam, Viện Văn học, Nxb. Khoa học xã hội, Hà Nội, 1983.
4. Thích Phước Đạt, Vài suy nghĩ về bài Đại Việt quốc vương gia đệ tứ đế sùng thiện diên linh tháp bi của Nguyễn Công Bật đời Lý, Thông báo Hán Nôm học, 2005, tr. 203-220.
5. Thích Mãn Giác, Phật giáo và nền văn hóa Việt Nam, Ban tu thư Đại học Vạn Hạnh, 1967.
6. Cư sĩ Nguyên Giác, Thiền chốn ngộ, Nxb. Hội nhà văn, 2016.
7. Nguyên Giác, Thiền tập với pháp ấn, Nxb. Ananda Viet Foundation, 2023.
8. <http://thienvientuequang.vn.tu> the ngoi, nhap va xa thien- phap hanh.
9. La ma Migmar Tsenten, Trí tuệ siêu việt, giảng luận về Bát nhã tâm kinh, Thái An dịch, Nxb. Hồng Đức, 2016.
10. Nguyễn Ngọc Nhuận, Cố đô Hoa Lư- Một trung tâm Phật giáo thế kỷ X-XI ở nước ta, Tạp chí Hán Nôm, số 5 (102), 2010, tr. 49-55.
11. P.V. Bapat, 2500 năm Phật giáo, Nguyễn Đức Tư, Hữu Song dịch, Nxb. Tổng hợp Thành phố Hồ Chí Minh, 2007.
12. Phật giáo Việt Nam, Phật Quang đại từ điển, Hội Văn hóa giáo dục, Linh Sơn Đài Bắc xuất bản, 2000.
13. Từ Hải, Thượng Hải từ thư xuất bản xã, 1989.
14. Võ Văn Tường, Những ngôi chùa nổi tiếng Việt Nam, Nxb. Văn hóa- Thông tin, Hà Nội, 1994.
15. Thanh Từ, Thiền sư Việt Nam, Tu viện Chơn Không, Ấn quán Thăng Long, Sài Gòn, 1973.
16. Lê Mạnh Thát, Nghiên cứu về Thiền uyển tập anh, Nxb. Thành phố Hồ Chí Minh, 1999.
17. Mai Thị Thơm, Nét đẹp trong lễ hội Phật giáo thời Lý- Trần, Tạp chí Xưa & Nay, số 343, tháng 11-2019.

CHÚ THÍCH:

- (1) Nguyên văn chữ Hán: “冥想：深沉的思索和想象”， trích trong Từ Hải, Thượng Hải từ thư xuất bản xã, 1989, tr. 340, tác giả bài viết tạm dịch.
- (2) Phật giáo Việt Nam, Phật Quang đại từ điển, Hội Văn hóa giáo dục, Linh Sơn Đài Bắc xuất bản, 2000, tr. 5871, 5872.
- (3) Cư sĩ Nguyên Giác, Thiền chốn ngộ, Nxb. Hội nhà văn, 2016, tr. 69.
- (4) Trần Hữu Danh (Cư sĩ Minh Thiện), Sự tích Đức Phật Thích Ca, Nxb. Tổng hợp Thành phố Hồ Chí Minh, 2015, tr. 123, 203.
- (5) Trần Hữu Danh (Cư sĩ Minh Thiện), Sự tích Đức Phật Thích Ca, Nxb. Tổng hợp Thành phố Hồ Chí Minh, 2015, tr. 558.
- (6) La ma Migmar Tsenten, Trí tuệ siêu việt, giảng luận về Bát nhã tâm kinh, Thái An dịch, Nxb. Hồng Đức, 2016, tr. 25.
- (7) Nguyên Giác, Thiền tập với pháp ấn, Nxb. Ananda Viet Foundation, 2023, tr. 107.
- (8) Trần Hữu Danh (Cư sĩ Minh Thiện), Như Lai thiền thực hành, 2017, tr. 14.
- (9) Trần Hữu Danh (Cư sĩ Minh Thiện), Như Lai thiền thực hành, 2017, tr. 24.
- (10) Dẫn theo Nguyễn Ngọc Nhuận, Cố đô Hoa Lư- Một trung tâm Phật giáo thế kỷ X-XI ở nước ta, Tạp chí Hán Nôm, số 5 (102), 2010, tr. 49-55.
- (11) Thanh Từ, Thiền sư Việt Nam, Tu Viện Chơn Không, Ấn quán Thăng Long, Sài Gòn, 1973, tr. 31-32.
- (12) Thanh Từ, Thiền sư Việt Nam, Tu Viện Chơn Không, Ấn quán Thăng Long, Sài Gòn, 1973, tr. 121.
- (13) Thanh Từ, Thiền sư Việt Nam, Tu Viện Chơn Không, Ấn quán Thăng Long, Sài Gòn, 1973, tr. 145.
- (14) Thanh Từ, Thiền sư Việt Nam, Tu Viện Chơn Không, Ấn quán Thăng Long, Sài Gòn, 1973, tr. 150.
- (15) Thanh Từ, Thiền sư Việt Nam, Tu Viện Chơn Không, Ấn quán Thăng Long, Sài Gòn, 1973, tr. 273.
- (16) Thanh Từ, Thiền sư Việt Nam, Tu Viện Chơn Không, Ấn quán Thăng Long, Sài Gòn, 1973, tr. 277.
- (17) Nguyễn Huệ Chi (Chủ biên), Thơ văn Lý - Trần, tập II, Nxb. Khoa học xã hội, Hà Nội, 1983, tr. 28.
- (18) Nguyễn Huệ Chi (Chủ biên), Thơ văn Lý - Trần, tập II, Nxb. Khoa học xã hội, Hà Nội, 1983, tr. 88.
- (19) Thích Mãn Giác, Phật giáo và nền văn hóa Việt Nam, Ban tu thư Đại học Vạn Hạnh, 1967, tr. 39.
- (20) Mai Thị Thơm, Nét đẹp trong lễ hội Phật giáo thời Lý- Trần, Tạp chí Xưa & Nay, số 343, tháng 11- 2019, tr. 28.
- (21) Dẫn theo Võ Văn Tường, Những ngôi chùa nổi tiếng Việt Nam, Nxb. Văn hóa- Thông tin, Hà Nội, 1994, tr. 155.
- (22) Dẫn theo trang <http://thienvientuequang.vn.tu> the ngoi, nhap va xa thien- phap hanh.