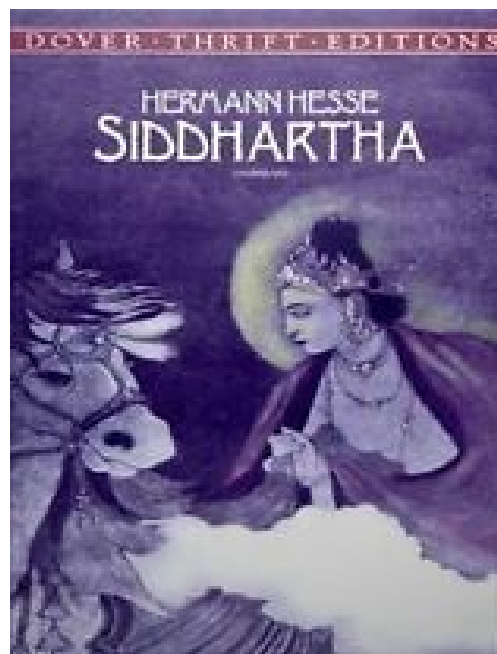


# Hành trình tìm hiểu Phật Giáo

Trùng Thanh HTT

Nhân đọc bài Tu Theo Đạo Phật của tác giả AH Khánh Tông trong LTAHCC 104, tôi cũng xin đóng góp một vài kinh nghiệm bản thân về việc đi tìm hiểu đạo Phật. Sinh ra và lớn lên trong một gia đình theo đạo Phật, cha tôi là một người thuần thành phật tử, ông từng giữ các chức vụ như Tỉnh Trưởng, Thị Trưởng của các thành phố hoặc các tỉnh ở miền Trung Việt Nam như Huế, Đà Nẵng, Thừa Thiên, Quảng Nam. Trong thời gian có những xung đột giữa chính quyền và Phật Giáo thời Tổng Thống Ngô Đình Diệm mặc dầu chịu các khó khăn, nạn khổ nhưng cha tôi vẫn không vì thế mà đi ngược với tín ngưỡng và lý tưởng đoàn kết dân tộc của mình. Năm 1962 khi cha tôi đang làm Thị Trưởng Thành Phố Đà Nẵng ông đã không tuân hành lệnh đàn áp các cuộc biểu tình đòi quyền treo cờ Phật Giáo của Giáo Hội Phật Giáo Thống Nhất (GHPGTN) nên ông bị cách chức và bị chuyển vào làm nhân viên Bộ Nội Vụ tại Saigon. Thừa nhỏ ở Huế, tôi thường theo gia đình đi chùa để dự các lễ Phật Đản, Vu Lan, hoặc cầu siêu cầu an nên cũng biết chút ít kinh kệ và cũng hiểu lờ mờ vài điều căn bản về giáo lý Phật như tham, sân, si tạo nghiệp, không sát sinh, không nói dối, không uống rượu, không ăn cắp, không tham dục, hoặc khái niệm sắc sắc không không, đời là vô thường, đời là bể khổ và về luật nhân quả. Những khái niệm này mặc dầu tôi không thấu hiểu một cách tường tận cũng đã giúp hướng dẫn tôi thành một người có tinh thần trách nhiệm, không đua đòi, không tham lam. Bản chất tôi ham thích toán, khoa học vì thế nên cũng muốn học hiểu về Phật Giáo một cách rõ ràng minh xác, không mơ hồ, vì thế sau khi đậu tú tài hai tôi bắt đầu tìm hiểu về phật giáo, đặc biệt là ý nghĩa của sự giác ngộ cũng như các hệ thống tư tưởng và triết học

đằng sau giáo lý Phật. Đúng vào thời điểm này cuốn sách Siddhartha của nhà văn mà cũng là triết gia Herman Hess vừa được dịch sang tiếng Việt với tựa đề “Câu Chuyện của Giòng Sông”, tôi vội tìm mua đọc với hy vọng sẽ giải đáp được những thắc mắc của mình. Sau khi đọc xong cuốn sách này mặc dầu tôi không thấu hiểu một cách hoàn toàn ý nghĩa của sự giác ngộ nhưng tôi cũng rút tía được bài học là giòng đời cũng như giòng nghiệp, nếu ta chấp nhận nó, thuận theo nó, thì ta cũng tìm được sự an lạc trong cuộc sống y như giòng sông bình thản, len lỏi, róc rách chảy qua lùm cây kẽ lá hai bên bờ ra tới biển theo một chu kỳ bất tận của thiên nhiên, tạo hoá, đó là vào năm 1962.



Con đường tìm hiểu về Phật Giáo của tôi đến đây thì tạm ngưng vì tôi vào Saigon học Đại Học Khoa Học, ngành toán rồi sau đó vào học trường Kỹ Sư Công Chánh. Sau khi tốt nghiệp bằng cử nhân giáo khoa toán và kỹ sư công chánh tôi đi làm ở Tổng Nha Kiềm Lộ, bị động viên đi lính, được biệt phái về nhiệm sở cũ, ra

Đà Nẵng làm việc. Cũng trong thời gian này cuộc chiến Quốc Cộng giữa hai miền Nam và Bắc leo thang thật khốc liệt từ cuộc tổng công kích Tết Mậu Thân, đến trận chiến Hạ Lào, Mùa Hè Đỏ Lửa. Tháng ba năm 1975 sau khi Hoa Kỳ cắt dần mọi viện trợ quân sự, vì thiếu đạn dược, nhiên liệu, quân đội miền Nam bắt đầu tan rã và sau cùng là Đà Nẵng bị thất thủ. Tôi và bạn Trần Đức Anh, người cùng làm ở Khu Kiềm Lô Đà Nẵng phải di tản. Chúng tôi chạy từ Đà Nẵng vào Nha Trang bằng tàu buôn chở hàng do ông anh làm thuyền trưởng. Ở Nha Trang vì không mua được vé máy bay vào Saigon, chúng tôi lấy xe đò vào Mũi Né và sau đó đi thuyền nhỏ tới Vũng Tàu. Cuối cùng Saigon cũng thất thủ vào ngày 30 tháng 4 năm 1975. Tôi bị kẹt lại ở Việt Nam, hai năm đầu từ 1975 đến 1977 tôi làm công tác kỹ thuật công trình tái thiết đường sắt và đường bộ tại miền Trung. Năm 1977 tôi xin nghỉ việc ở Đà Nẵng để về Saigon đoàn tụ cùng cha mẹ và các anh chị em của tôi. Trong khi ở Saigon tôi lập gia đình với vợ tôi là cô gái đầu tiên mà tôi tình cờ gặp khi ra làm việc tại Đà Nẵng trong một buổi tiệc cưới của em một người bạn học tại trường Cao Đẳng Công Chánh. Vợ tôi hiền, đảm đang, lại vô cùng hiếu thảo với cha mẹ, thương yêu anh chị em bên mình cũng như bên chồng không chút nào phân biệt, tôi tự nghĩ có lẽ vì kiếp trước mình khéo tu nên mới gặp được như vậy. Tôi là người phóng khoáng thích tự do nên không thích ứng được với chế độ cộng sản nên sau khi đám cưới xong, vợ chồng chúng tôi quyết định đi tìm tự do. Sau nhiều lần thất bại, cuối cùng mặc dầu vợ tôi mang thai gần sinh, chúng tôi cũng quyết định ra đi. Cuối năm 1978 nhờ sự giúp đỡ của một vị thương gia người Trung Hoa vợ chồng chúng tôi được an toàn lên tàu ra khơi tìm tự do. Sau nhiều ngày lênh đênh trên biển cả vợ tôi hạ sinh được một cháu trai, may mắn mẹ tròn con vuông, cháu được đặt tên là Đại Dương. Cuối cùng chúng tôi cũng thành công

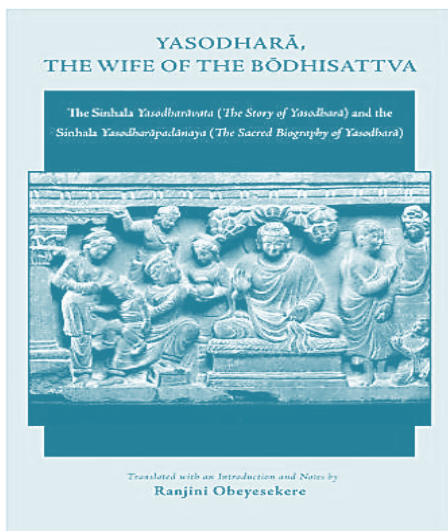
đến bến bờ tự do ở Malaysia, sau đó được đưa vào trại tị nạn Pulau Bidong. Tại đây tôi gặp lại các bạn cùng lớp tại trường Công Chánh là Nguyễn Thanh Mai và Cao Minh Lý cùng các anh em Công Chánh khác là các anh Nguyễn Thiệp, Trần Hữu Lai, Trương Quang Tịnh (Có phải là Hồ đắc Tịnh hay sai tên?), Nguyễn Xuân Mộng và Lê Kim Thắng.

Tháng 10 năm 1979 gia đình chúng tôi được đến định cư tại Mỹ. Suốt quãng đời từ ngày ra trường đại học đến ngày vào trại tị nạn ở Malaysia tôi cũng như những người cùng lứa khác đã bị cuốn vào cơn lốc của thời đại, kinh qua những khó khăn, những hiểm nguy không mấy người tưởng tượng nổi nhưng rồi cũng may mắn vượt qua như có phép lạ tôi nghĩ là nhờ lòng tin vào Phật, vào luân hồi nhân quả.

Sau khi đến Mỹ, bắt đầu cuộc sống mới, tôi bận rộn đi tìm việc làm, lo học để lấy lại bằng tương đương. Tháng 12 năm 1979 tôi được một hãng nhỏ ở Deer Park, Texas, nhận vào làm về thiết kế. Qua tháng tư năm 1980 tôi thi đậu bằng Engineer in Training (EIT) ở Texas, sau đó tháng 5 năm 1980 tôi được hãng Fluor Constructors and Engineers ký giao kèo một năm để huấn luyện và vào làm Piping Designer. Tháng 4 năm 1981 tôi thi đậu bằng Kỹ Sư Chuyên Nghiệp (Professional Engineer) tiểu bang California và được hãng Ralph M Parsons nhận vào làm Structural Engineering Associate, cũng trong năm này con gái của tôi được sinh ra đời. Năm 1982 khi kỹ nghệ xây dựng các nhà máy lọc dầu trên thế giới bị suy sụp, tôi bị mất việc. Năm 1983 tôi được Public Works thuộc Thành Phố Los Angeles tuyển dụng, tôi làm việc cho đến ngày về nghỉ hưu vào năm 2009.

Công việc tìm hiểu đạo Phật của tôi bị gián đoạn một thời gian dài từ năm 1962 đến năm 1998 vì phải lo học, lo kiếm sống và do các khó khăn của thời cuộc. Năm 1998 con gái tôi

đang học trung học, phải làm một bài luận văn về Phật Giáo lấy ý tưởng từ cuốn sách Siddhartha, cháu có hỏi tôi Phật Giáo là gì? Dĩ nhiên với sự hiểu biết còn thô thiển về Đạo Phật, tôi đã không thể giải thích cho cháu một cách thỏa đáng. Lúc này cuộc sống của chúng tôi cũng đã ổn định, nhưng vì bận rộn với công việc ở sở mãi đến năm 2007 tôi mới bắt đầu công cuộc tìm hiểu về Đạo Phật bằng cách tra cứu các tài liệu trên mạng. Như đã nói ở trên, tôi đi tìm hiểu về Phật Giáo không phải với mục đích tìm giải thoát như hầu hết mọi người khác mà là để tìm kiếm một nhân sinh quan, một thế giới quan trong Phật Giáo hầu có thể mang lại cho tôi sự an lạc, đồng thời giúp tôi tìm được con đường tâm linh hầu hướng dẫn cuộc sống của tôi được hữu ích và có ý nghĩa hơn.

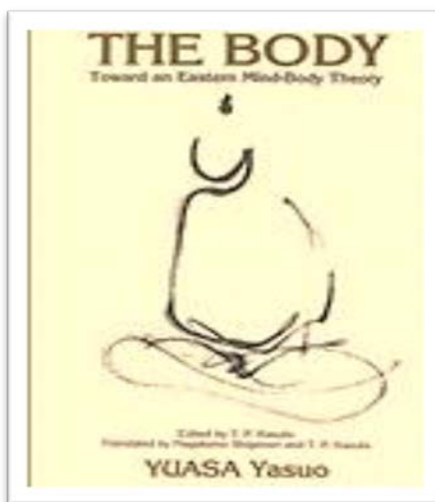


Tôi là người thực tiễn mong muốn đọc hiểu giáo pháp Phật bằng ngôn ngữ hàng ngày dễ hiểu, nhưng các học giả Phật Giáo lại thường dùng các từ ngữ cao siêu, khó hiểu để diễn tả những giáo lý thực dụng mà Đức Phật lúc đương thời giảng giải cho các đệ tử, hoặc để giải đáp các câu hỏi của người thường nhân muốn thực hành giáo lý của ngài. Tôi lấy thí dụ sách vở Phật Giáo tiếng Việt thường dùng những chữ giác ngộ, chân như, vô ngã v.v. mà không thấy có định nghĩa hoặc giải thích rõ ràng; điều này đã gây khó khăn không ít thì

nhều cho việc tìm hiểu cũng như truyền đạt Phật Pháp.

Để có thể hiểu Phật Pháp một cách trung thực nhất tôi tìm đọc lịch sử của Đức Phật. Theo các tài liệu lịch sử tôi được biết Đức Phật có tên là Tất Đạt Đa (Siddhartha Gautama) sinh ra vào khoảng 500-600 năm trước Tây Lịch trong một gia đình hoàng tộc, vua cha là Tịnh Phạn Vương ở thành Ca Tì La Vệ. Trong thời kỳ này Ấn Độ mặc dầu chưa có chữ viết nhưng đã có một nền văn minh và văn hóa thật cao, các nhà học giả, các nhà tư tưởng, các tu sĩ Bà La Môn được tôn kính vì sự hiểu biết thông thái của họ; trong thời gian này các giá trị đạo đức cũng đã được thành lập. Thái tử Tất Đạt Đa lập gia đình cùng Công Chúa Da Du Đà La (Yasodhara) lúc ngài 16 tuổi. Năm thái tử Tất Đạt Đa được 19 tuổi, trong lúc du hành ra ngoài kinh thành, ngài chứng kiến sự khác biệt giữa các cảnh đói nghèo, bệnh hoạn, già lão, chết chóc của người dân và sự an hòa của các vị tu sĩ Bà La Môn, vì thế ngài xin vua cha được đi tu để tìm đường cứu khổ. Vua Tịnh Phạn từ chối không cho ngài đi tu vì thương con và muốn thái tử Tất Đạt Đa sau này lên ngôi kế vị ngài. Không thuyết phục được vua cha để xuất gia tìm đạo, Thái tử buộc lòng phải tiếp tục ở lại trong cung đình. Năm Thái tử được 29 tuổi, ngài và Công Chúa Da Du Đà La sinh hạ được một con trai đặt tên La Hầu La (Rahula), lúc này Thái tử đã quyết tâm từ bỏ cung đình, vua cha, vợ và con để đi tìm đạo cứu khổ. Từ già gia đình thái tử tìm đến hai vị đạo sĩ Bà La Môn nổi tiếng thời bấy giờ để học đạo và tu theo lối kiết già (yogi) và khổ hạnh (ascetic). Sau sáu năm tu tập theo lối khổ hạnh cùng năm người bạn trong đó có ông Kiều Trần Như, thân thể gầy yếu như bộ xương khô nhưng vẫn chưa tìm thấy đạo cứu khổ, thái tử quyết định già từ thầy và nhóm ông Trần Kiều Như để đi tìm đạo riêng của mình. Đi đến một thôn làng cạnh bờ sông thì thái tử bị ngất xỉu vì đói, ngài được một thôn nữ cúng dường một tô cháo, ngài ăn và dần dần phục hồi lại sức khỏe. Sau đó thái tử bỏ lối tu khổ hạnh để đi theo con đường trung đạo, ngài tìm một gốc cây bồ đề để ngồi thiền cho đến khi nào tìm thấy đạo mới thôi. Tại đây sau nhiều ngày thiền định ngài giác ngộ được đạo

cứ khổ và đạt tới cảnh giới niết bàn (nirvana) không tái sinh. Sau khi thành đạo, Đức Phật lấy danh hiệu là Thích Ca Mâu Ni, lúc đó ngài mới được 35 tuổi. Mới đầu nhận thấy đạo của mình dựa trên một chân lý hoàn toàn khác với niềm tin vào Thần Quyền của những tôn giáo khác thời bấy giờ, Đức Phật ngần ngại chưa muốn đi thuyết giảng, nhưng cuối cùng ngài đổi ý vì ngài nhận ra rằng ngài đã hy sinh mọi thứ, từ bỏ cuộc sống giàu sang, từ bỏ ngôi vị thái tử, bỏ vua cha, bỏ vợ con để đi tìm đạo cứu khổ, đến nay đạo đã thành thì phải nên đem đạo này đi truyền giảng để cứu người, vì thế ngài quyết định đi tìm hai người thầy cũ để bàn về đạo cứu khổ mà ngài vừa giác ngộ nhưng hai vị này đã qua đời nên ngài tìm đến năm người bạn cùng tu thuở xưa, trong đó có ông Kiều Trần Như để thuyết phục các ông này vào làm đệ tử của ngài. Ban đầu các ông này không phục vì nghĩ rằng Đức Phật không có đủ bản lãnh để tu theo lối khổ hạnh nên mới bỏ cuộc thì làm sao có thể làm thầy của mình được, nhưng sau khi nghe giảng bài pháp đầu tiên về Tứ Diệu Đế (Four Noble Truths), Bát Chánh Đạo (Eight Rightfull Paths), bài kinh Vô Ngã (Anatta Lakkhana Sutta) và thuyết Trung Đạo (Middle Path), các ông này bắt đầu giác ngộ Phật pháp nên xin vào làm đệ tử của ngài. Bài giảng thứ hai rất quan trọng mà sau này Đức Phật đích thân giảng cho các đại đệ tử của ngài trong đó có ông Ananda là bài giảng về thuyết thập nhị nhân duyên nói về cơ chế (mechanism) của luật nhân quả luân hồi qua các giai đoạn sinh hoại diệt rồi tái sinh của các loài chúng sanh. Bài giảng này là căn bản của thuyết Duyên Nghiệp. Duyên tiếng Anh là conditions, là circumstances hay là incidences hoặc affinity là nguyên nhân nội, ngoại tại trong hiện tại và quá khứ tạo ra hành (hành là ý nghĩ hay hành động). Nghiệp (Karma) là nguyên nhân nội tại trong quá khứ và hiện tại tạo ra hành. Đức Phật bảo rằng người nào thấy, hiểu được thuyết Duyên Nghiệp thì cũng như thấy



Phật, điều này cho thấy sự quan trọng của thuyết Duyên Nghiệp trong Phật Pháp.

Thuyết Duyên Nghiệp bao hàm trong hai định đề quan trọng là: luật luân hồi nhân quả (law of causes and effects hay causality) và luật liên hệ hỗ tương (Law of Interdependence hay Dependence of Origination). Luật liên hệ hỗ tương được Đức Phật diễn tả một cách thật đơn giản nhưng cũng thật đầy đủ và chính xác là: “nếu cái này có thì cái kia có, nếu cái này mất thì cái kia mất, nếu cái này sinh thì cái kia sinh, nếu cái này diệt thì cái kia diệt”.

Các hiện tượng sinh hoại diệt trong vũ trụ diễn ra theo một chu trình chi phối bởi Duyên và Nghiệp. Mọi vật, mọi sự do Duyên mà hợp thành, nếu hết Duyên thì biến mất, do đó mọi hiện tượng, mọi vật đều mang tính chất Vô Thường (impermanence) lý do là các nhân và quả không ngừng tác động lẫn nhau cái này sinh ra cái kia, cái kia sinh ra cái nọ và tiếp tục như vậy liên tục không dứt. Một hệ luận quan

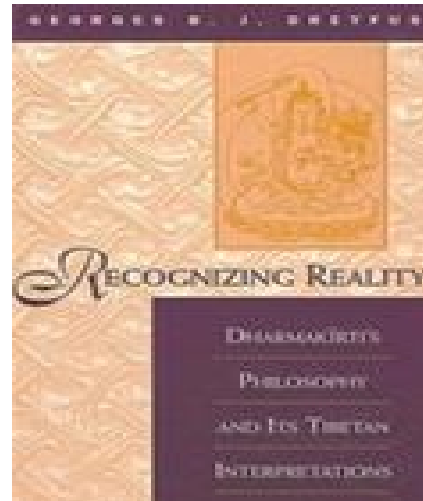
trọng khác của luật liên hệ hỗ tương là không có một cái gì có hay hiện hữu mà không phụ thuộc vào một cái gì khác, điều này cũng có nghĩa là không có một cái gì hiện hữu một cách độc lập mà nó phải phụ thuộc vào một cái khác để hiện hữu do đó mọi sự, mọi hiện tượng đều không có tự tánh (Not-Self Existence). Hệ luận này được đề cập đến trong bài Kinh Vô Ngã, Vô Ngã ở đây có nghĩa là Thân hay Sắc (body) và

Tâm (soul) bao gồm bốn yếu tố tâm lý là Thọ hay cảm giác (sensation), Tưởng là trí nhớ (memory), Hành là việc làm hay ý định (volition), Thức là sự nhận biết hay lương tâm (conscience) đều không có tự tánh hay không phải là Chủ Thể (Subject) tự nó mà có, mà chỉ là do Duyên và Nghiệp gặp gỡ mà thành, nó vô thường luôn luôn thay đổi và sẽ biến mất khi Duyên không còn nữa. Vô Ngã cũng có cùng ý nghĩa với Tánh Không trong Kinh Bát Nhã. Thân hay Sắc và bốn yếu tố của Tâm gộp

lại được gọi là Ngũ Uẩn (Five Aggregates) trong Phật Pháp.

Ngoài luật liên hệ hỗ tương và luật luân hồi nhân quả, Đức Phật đề cập đến một tiền đề nói về đặc tính của các loài chúng sinh, hay nói theo ngôn ngữ hiện đại là các sinh vật. Đặc tính của các sinh vật mà Đức Phật nói đến là tính yêu thích hay quyến luyến (attachment) một cái gì đó, vì thế Đức Phật gọi các sinh vật là các loài hữu tình. Đặc tính này là do thói quen (huân tập) hay nói khác hơn là nghiệp từ nhiều kiếp trước. Khi có yêu thích thì ắt có ghét bỏ, hờn giận, khi có quyến luyến thì ắt có rời xa hoặc tránh né. Đặc tính thương yêu, giận ghét này là nguồn gốc của tham và sân và cũng là nguồn gốc của mọi đau khổ. Khi thích mà không có thì tham sinh ra, khi thích mà người khác không làm cho ta thì sân giận sinh ra, khi thích mà cái đó rời xa thì buồn hay đau khổ sinh ra. Mỗi người có một sở thích khác nhau đó là do nghiệp hoặc thói quen (huân tập) đã có, đã làm từ nhiều đời trước. Người thì thích danh, người thích lợi lộc, tiền bạc, người thích quyền lực, người thích sắc đẹp, người thích thanh nhàn, người thích tự do và hầu như tất cả mọi sinh vật đều thích chính mình cũng như thích duy trì mạng sống của mình. Tiền đề này được làm cơ sở cho bài giảng về sự đau khổ (dukkha) là một phần trong bài giảng về Tứ Diệu Đế.

Tứ Diệu Đế (Four Noble Truths) bao gồm Khổ Đế nói về các loại đau khổ gồm có đau khổ về thể chất, sinh lão bệnh tử, đau khổ tinh thần như giận, ghét, tham và đau khổ vì mất mát hoặc bị lừa xa những gì mình thương, mình thích v.v., Tập Đế nói về nguyên nhân hay nguồn gốc của các đau khổ. Sự đau khổ có thể là do duyên nghiệp hoặc do sự vô thường (sinh hoại diệt) của vạn vật, Diệt Đế bàn về Bát Chánh Đạo là phương thức để diệt trừ nguồn gốc của đau khổ và cuối cùng đạt đạo đó là Đạo Đế.



Bát Chánh Đạo nói về tám con đường chân chánh để giúp chúng ta diệt khổ, đó là:

1. Chánh Kiến (Right View)
2. Chánh Tư Duy (Right Intention)
3. Chánh Ngữ (Right Speech)
4. Chánh Nghiệp (Right Action)
5. Chánh Mạng (Right Livelihood)
6. Chánh Tinh Tấn (Right Effort)
7. Chánh Niệm (Right Mindfulness)
8. Chánh Định (Right Meditation)

Từ giáo lý Duyên Nghiệp tôi nhận ra rằng tính vị tha là quan trọng nhất để diệt khổ và thành đạo, vì có tha (others) thì mới có ngã (self), ngã là danh xưng tôi hay ta theo nghĩa thông thường, nếu tha diệt thì ngã cũng diệt, nếu không có cha mẹ thì sẽ không có ta, nếu chúng ta không bảo vệ môi trường đất, nước, không khí, các sinh vật khác thì nhân loại cũng đi đến diệt vong vì bệnh tật, thiếu ăn v.v. Theo tôi tánh vị tha là tánh Phật vì sau khi giác ngộ được chân lý liên hệ hỗ tương, luật luân hồi nhân quả và thuyết duyên nghiệp, Đức Phật trong khi ngồi thiền định thân tâm của ngài đã đạt được tánh vị tha viên mãn, không còn tham giận, không còn tạo nghiệp vì thế đạt đến cảnh giới niết bàn, không còn luân hồi sinh diệt. Muốn có tánh vị tha thì trước hết ta phải có tâm không phân biệt (non-differentiating mind). Một khi ta còn phân biệt đẹp xấu, đúng sai, tốt xấu, trai gái, nghèo giàu v.v. thì tình cảm thương ghét, thích, không thích sẽ nảy sinh. Khi đã ghét hay không thích thì hành bị diệt (vì không thích thì không làm gì cả) do đó

tính vi tha cũng bị diệt. Nếu ta tin vào luật liên hệ hỗ tương thì mọi cái hoặc tha hoặc ngã đều không có chủ thể, chúng hòa quyện vào nhau không thể tách rời, trong tha có ngã và trong ngã có tha. Để có hài hòa giữa ngã và tha, Đức Phật đề ra thuyết trung đạo (middle path) nghĩa là không nên quá cực đoan. Thái độ cực đoan là nguồn gốc của tranh chấp, của sân giận, có thể dẫn đến chiến tranh hoặc hủy diệt.

Từ nhỏ mặc dầu chưa hiểu rõ giáo lý của Đức Phật một cách đầy đủ tôi đã có một niềm tin thật sâu đậm về luật nhân quả có lẽ vì tôi quan niệm mọi người phải có trách nhiệm về hành vi và cuộc sống của mình, luật nhân quả tương đồng với định luật lực và phản lực của Vật Lý Học, còn thuyết liên hệ hỗ tương mà tôi học được gần đây thì lại tương đồng với khái niệm không tách rời (non-separating hay entangle theory) của thuyết lượng tử trong khoa vật lý hiện đại. Qua bài học Tứ Diệu Đế và Thuyết Duyên Nghiệp tôi thấy nguồn gốc của đau khổ là do nghiệp hoặc do Vô Thường, Vô Thường là hệ quả của Tánh Không trong vạn vật, hoặc là do sự phối hợp của hai nguyên nhân này. Một khi ta biết rõ nguyên nhân của đau khổ thì ta cũng có phương cách để diệt trừ hoặc làm giảm bớt nó. Những bậc tu hành thì tu theo Bát Chánh Đạo để không còn tạo nghiệp ác, chấm dứt mọi đau khổ gọi là đạt đạo, riêng tôi là người thế tục thì cố gắng thực hành những điều sau:

1. Sống lành mạnh.
2. Sống không tham, không giận.
3. Nghe thấy nhận biết mọi vật, mọi việc một cách trung thực, không suy diễn, thiên kiến.
4. Dẹp bỏ các ý nghĩ hoặc hành vi tạo đau khổ.
5. Sống hữu ích, vi tha.
6. Thực hành trung đạo, không cực đoan.

Đạo Phật không dựa vào thần quyền, Đức Phật đã khai sáng Đạo Phật dựa vào sự quan sát của

các quy luật thiên nhiên đó là quy luật sinh hoại diệt (Vô Thường) và quy luật liên hệ hỗ tương (Tánh Không), và quy luật Nhân Quả. Nếu nhà toán học Stephen Hawking có nói Thượng Đế là đấng tạo các quy luật thiên nhiên (Law of Nature) thì Phật là vị đã giác ngộ được các quy luật thiên nhiên này. Tôi hy vọng các con của tôi cũng như những thế hệ trẻ sau này sẽ hiểu và chấp nhận Đạo Phật như là một chân lý hay nguyên lý diệt khổ. Người nào hiểu và áp dụng các nguyên lý này sẽ tìm được sự bình an, tự tại trong cuộc sống.

Tôi xin tạm kết bài này bằng mấy câu thơ do tôi sáng tác.

### ***Phật đạo đã tỏ tường.***

*Thực hành vi tha tánh.*

*Tâm trống rỗng tựa không,*

*Không tham cũng không giận.*

*Đường đời xuôi giong nghiệp.*

*Thanh thân nhẹ nhàng bước,*

*Không vướng tí bụi trần.*

Tài liệu tham khảo:

1. The Gospel of Buddha (1894) bởi Paul Carus
2. Lịch sử Đức Phật Thích Ca Mâu Ni bởi Tỳ Kheo Thích Minh Châu
3. The Four Noble Truths (2005) bởi Đức Dalai Lama
4. Chữ “Không” trong Kinh Bát Nhã bởi HT Thích Thanh Từ
5. Nguyên Lý Duyên Khởi Trong Giáo Pháp Đức Phật (2000) bởi HT Thích Thiện Siêu
6. Sciences and Buddhism bởi GS Trịnh Xuân Thuận
7. Thập Nhị Nhân Duyên bởi HT Thích Thiện Hoa
8. Law of Karma and Interdependence Origination (1997) bởi Venerable Khenchen Konchog Gyaltsen Rinpoche.