Trọng Tâm Thiền Phật Giáo

Hòa thượng Nyanaponika
Tỳ khưu ni Huyền Châu dịch

Nguyên tác: "The Heart of Buddhist Meditation", Nyanaponika Thera, 1962

Lưu ý: Đọc với phông chữ VU Times (Viet-Pali Unicode)

Mục lục

[00] Giới Thiệu

[01] **PHẦN MỘT - TRỌNG TÂM THIỀN PHẬT GIÁO**

1) CHÁNH NIỆM - Ý nghĩa, Phương pháp và Mục đích
2) CHÁNH NIỆM VÀ HIỂU BIẾT RÕ
3) BỐN ĐỐI TƯỢNG CỦA CHÁNH NIỆM: THÂN, THỌ, TÂM, PHÁP (NỘI DUNG TÂM)
4) VĂN HOÁ CỦA TÂM TRÍ
5) PHƯƠNG THỨC CHÁNH NIỆM Ở MIỀN ĐIỆN
6) NIỆM HƠI THỞ (*Ānāpāna-sati*)

[02] **PHẦN HAI - BÀI KINH CĂN BẢN: ĐẠI KINH NIỆM XỨ**
(*Mahã Satipaṭṭhāna Sutta, Trường Bộ, 22*)

[03] **PHẦN BA - HOA GIẢI THOÁT:** Hợp Tuyển từ các văn bản liên quan đến Chánh Niệm, dịch từ Pali và Sanskrit, với các Ghi Chú.

-ooOoo-

Trọng Tâm Thiền Phật Giáo

Được in hơn ba mươi năm và được chuyển dịch ra khoảng mười ngôn ngữ, Trọng Tâm Thiền Phật Giáo của Nyanaponika Thera đạt được tầm cở nhà văn tinh thần hiện đại.Kết hợp bản thân có tuệ quán sâu sắc với năng lực giải thích rõ ràng, tác giả hướng dẫn người đọc và những nguyên tắc cơ bản tạo nên Con Đường Chánh Niệm của Đức Phật. Ngoài ra tặng một bản trong sáng của pháp hành thiền quán cơ bản, cuốn sách chứa bản dịch hoàn tất của bài kinh Đại Niệm Xứ, hướng dẫn của Đức Phật về pháp hành.

"Một tác phẩm quan trọng duy nhất... được viết với kiến thức uyên thâm phi thường, với tính nhân loại sâu sắc... Tôi không biết có cuốn sách nào khác có thể so sánh với tác phẩm nầy như cẩm nang cho pháp hành thiền quán." -- ***Erich Fromm***

Nyanaponika Thera (1901- 94) sinh ra ở nước Đức và trở thành tu sĩ Phật Giáo ở Tích Lan vào năm 1936, nơi đây người sống đến mãn tuổi thọ. Được biết rộng rãi như là một trong những người diễn dịch quan trọng nhất của Phật Giáo

Nguyên Thuỷ trong thời đại chúng ta, người là tác giả của nhiều cuốn sách và bản dịch cả hai Anh ngữ và Đức ngữ.

Buddhist Publication Society
Kandy. Sri- Lanka

-ooOoo-

Giới Thiệu

Mục đích của những trang này nhằm chú tâm vào í nghĩa sâu và xa Niệm Xứ của Đức Phật (Satipaṭṭhāna), và những hướng dẫn ban đầu để hiểu lời dạy nầy rồi áp dụng vào thực hành.

Sách này phát hành nhằm mục đích khẳng định dứt khoát rõ ràng hệ thống trau dồi chánh niệm như lời Phật dạy trong bài kinh Niệm Xứ, vẫn cung cấp phương pháp đơn giản và trực tiếp nhất, triệt để và hiệu quả nhất để huấn luyện và phát triển tâm từ cách thích ứng với những công việc và rắc rối hàng ngày đến mục đích cao nhất của việc luyện tâm: có được tâm giải thoát bất động trước ba kiểu nữ Tham, Sân và Si.

Lời dạy của Đức Phật cho ta những sự khác biệt rất rõ về những phương pháp luyện tâm và đề mục hành thiền, thích hợp cho mỗi nhu cầu khác nhau của cá nhân, tính cách và khả năng. Tuy nhiên tất cả những phương pháp nầy rốt cuộc tập trung vào cách chánh niệm mà chính bậc Đại Sư gọi là con đường duy nhất (ekāyano maggo). Do đó, đúng ra Chánh niệm có thể gọi là 'trọng tâm Thiền Phật Giáo' (dhammahadaya). Thật ra cốt tử của Trọng tâm nầy chính là trung tâm của tất cả các dòng máu luân lưu trong khắp cơ thể Giáo pháp (dhamma kāya).

Tầm vóc của phương pháp Chánh Niệm

Cách Chánh Niệm cổ xưa nầy được thực hành hôm nay cũng như đã từng thực hành cách đây hai ngàn năm trăm năm. Chánh niệm được áp dụng trong những vùng đất ở phương Tây cũng như phương Đông; giữa những rối rắm cuộc đời cũng như trong những sinh hoạt bình dị trong cốc của tu sĩ.

Thật ra Chánh Niệm là nền tảng cơ bản không thể thiếu được của Chánh Mạng và Chánh Tư Duy- khắp mọi nơi, bất cứ lúc nào cho tất cả mọi người. Chánh Niệm là một thông điệp sống động cho tất cả: không những chỉ dành cho những đệ tử chân chính của Đức Phật và Giáo lý của Ngài (Dhamma), mà cho tất cả những ai đang ra sức luyện cái tâm khó kiểm soát nầy, và những ai tha thiết mong phát huy những năng lực tiềm ẩn của tâm để có sức mạnh và hạnh phúc cao vượt hơn.

Những lời đầu tiên của bài Kinh nói lên mục đích chính của nó, được diễn tả rằng phương pháp nầy giúp 'vượt qua sầu não, đoạn tận khổ ưu'. Phải chăng đó chỉ là những gì mọi người mong ước? Đau khổ là kinh nghiệm phổ thông của con người, và do đó phương pháp triệt để chinh phục nó, là mối quan tâm phổ biến của nhân loại. Cho dù mỗi cá nhân rốt cùng có thể diệt Khổ, vẫn còn xa vời con đường chánh niệm được chỉ dẫn rõ trong bài Kinh nầy. Và hơn thế nữa: từ những giai đoạn sơ khởi nhất của con đường nầy, cách chánh niệm đúng sẽ chỉ thẳng và mang lại kết quả có thể thấy ngay trong tính hiệu quả của nó, bằng cách vượt khổ trong nhiều chiến trận đơn độc. Những kết qủa thực tiễn như thế, theo nghĩa hạnh phúc, ắt hẳn có tầm cực kỳ quan trọng đối với tất cả mọi người, hơn nữa chánh niệm giúp phát triển tâm có hiệu quả nhất.

Mục đích chính của Satipaṭṭhāna rốt cùng không gì hơn là Thoát Khổ, là mục tiêu tối hậu trong giáo pháp của Đức Phật - Nibbāna. Con đường thẳng và trực chỉ đến cứu cánh nầy, như được chỉ dẫn trong bài Kinh Satipaṭṭhāna, tuy nhiên muốn tiến bộ liên tục trên con đường đòi

hỏi duy trì nổ lực hành thiền, và áp dụng chánh niệm vào vài đối tượng được chọn lọc thích hợp với mỗi cá nhân.

Trong những trang nầy sẽ cho những điều hướng dẫn sơ khởi, ngắn gọn để thực hành.

Nhưng, áp dụng Chánh niệm tổng quát vào mức sinh hoạt trong đời sống hằng ngày sẽ không giảm đi tầm quan trọng chút nào trong việc phấn đấu đến cứu cánh tuyệt đối. Việc đó sẽ hỗ trợ vô giá trong quá trình tăng cường và chuyên sâu chánh niệm. Nó sẽ in sâu hơn vào tâm khảm thái độ chánh niệm, những tâm trạng phổ biến vẫn chưa thuần và làm quen với 'tâm khí' của nó. Kết quả hữu hiệu của nó, trong lãnh vực nông cạn ở đời, sẽ bổ sung dần dẫn đến tầm ứng dụng rộng hơn, và sẽ là nguồn cổ vũ để thực hành có hệ thống nhắm đến cứu cánh tuyệt đối. Vì lý do đó, chú tâm đặc biệt vào những phương diện tổng quát của Chánh Niệm, nghĩa là vị trí của nó trong đời sống vật chất của con người nói chung được đề cập ở đây.

Trong bài Kinh Satipaṭṭhāna tồn tại năng lực sáng tạo cũng như lời kêu gọi thường xuyên và phổ biến cho nhân loại một chân pháp Giác Ngộ. Bài Kinh vừa có tầm sâu lại có tầm rộng, vừa giản dị lại uyên thâm nhằm cung cấp nền tảng và khuôn khổ của pháp sống động cho tất cả, hay, ít nhất, cho số lượng lớn nhân loại vẫn đang phát triển không còn dễ bị ảnh hưởng bởi các loại thuốc an thần tôn giáo hay tôn giáo giả tạo, trong đời sống và tâm trí họ chưa cảm thấy cấp bách trong những vấn đề cơ bản loại giải quyết gọi là không-vật chất nầy mà không có khoa học nào hay niềm tin tôn giáo nào có thể cho được. Nhằm mục đích đó *Satipaṭṭhāna diệu pháp cho tất cả*, cơ bản phải nói chi tiết cách áp dụng phương pháp nầy vào những vấn đề và điều kiện sống hiện đại. Ở đây, trong giới hạn của những trang nầy, chỉ trình bày những chỉ dẫn ngắn gọn. Những chi tiết hay bổ sung chắc phải để dành cho dịp khác hoặc cho những cây bút khác.

Vì lợi ích của những người, đặc biệt ở Phương Tây, chưa quen nhiều với văn chương Phật Giáo, vài mẫu tin sau đây, về những sách cần thiết mà truyền thống Satipaṭṭhāna căn cứ vào.

Bài Kinh, tựa bài Kinh và chú giải

'Bài Kinh Tứ Niệm Xứ' nguyên bản gốc của Đức Phật xuất hiện hai lần trong kinh tạng Phật Giáo (1) là bài kinh thứ 10 trong cuốn 'Trung Bộ Kinh' (Majjhima Nikāya), (2) là bài Kinh thứ 22 trong cuốn 'Trường Bộ Kinh' (Dīgha Nikāya) với tựa đề là Mahā-Satipaṭṭhāna Sutta, nghĩa là, Kinh Đại Niệm Xứ,etc. Bài sau khác bài trước chỉ mô tả về Tứ Diệu Đế, bao gồm trong phần 'Qúan Tâm' liên quan đến chúng. Trong việc xuất bản hiện nay, bản thứ hai và dài hơn được xuất bản như Phần hai, và sau đó, liên quan ngắn gọn đến "Bài Kinh'.

Tựa bài Kinh- Trong thuật ngữ Pali ghép 'sati-paṭṭhāna', chữ đầu tiên, *sati* (Sanskrit: smrti), trước tiên có nghĩa là 'trí nhớ', 'ghi nhớ'. Tuy nhiên, theo cách dùng Phật giáo và đặc biệt theo kinh điển Pali, chỉ thỉnh thoảng có nghĩa nhớ những sự kiện quá khứ, còn đa phần đều liên quan đến hiện tại, và như là thuật ngữ tâm lý chung, nó mang nghĩa 'chú tâm' hay 'tỉnh giác'., nhưng vẫn thường sử dụng trong kinh điển Pali được giới hạn vào loại chú tâm mà, theo ý nghĩa Phật pháp, là tốt, khéo hay đúng (kusala). Nên chú ý rằng chúng tôi đã dành riêng từ 'niệm', chỉ để sử dụng sau nầy. 'Sati', theo nghĩa nầy, là chi thứ bảy trong Bát Chánh Đạo, với cái tên là Chánh Niệm (Sammā-sati), được diễn giải như Tứ Niệm Xứ (Satipaṭṭhāna).

Phần thứ hai của từ ghép, *paṭṭhāna*, thay vì *upaṭṭhāna,* nghĩa đen, 'đặt gần (tâm của mình), cùng với hiện tại, duy trì giác tỉnh vững vàng. Theo những cấu trúc văn phạm khác nhau, diễn giải nầy thường được dùng kèm với 'niệm', thí dụ trong bài Kinh của chúng ta, *satiṃ upaṭṭhapetvā*, nghĩa đen là ' thường chánh niệm trên thực tại'. Hơn nữa, trong bản Sanskrit có lẽ rất cũ, tựa bài Kinh là Smrti- upasthāna-sūtra. Theo giảng giải đó, từ hoàn chỉnh có thể dùng là 'Thực tại Chánh niệm'.

Giữa nhiều cách diễn giải tựa bài Kinh,Chú giải nhắc đến bốn đề mục hay quán niệm (thân,v.v..),liên quan trong bài Kinh, là 'nơi chính' (padhānam ṭhānaṃ) hay địa hạt thích hợp của Niệm; điều nầy gợi lên một từ diễn dịch là 'Địa Hạt Niệm' hay 'Niệm Xứ', và từ sau được dùng ở đây.

Tuy nhiên, từ Pali Satipaṭṭhāna nên được độc giả Phương Tây làm quen khi đọc các tác phẩm trong văn học Phật Giáo, như trong trường hợp những thuật ngữ như Kamma (Karma), Dhamma, etc.

Bản Chú Giải về bài Kinh được bao gồm trong những tác phẩm bình luận về hai bộ sưu tập kinh điển đã đề cập trước.Những bản chú giải nầy, ít nhất có dữ kiện, ngày tháng, hầu như chắc thật với thời kỳ khai sinh Giáo Pháp. Tuy nhiên, bản gốc hoàn hảo trong tất cả các bản chú giải cổ về kinh điển Phật Giáo bằng tiếng Pali không còn tồn tại đến thế kỷ thứ tư sau Công nguyên. Bản mà chúng tôi có bây giờ là bản dịch lại, và một phần có lẽ viết lại bằng tiếng Pali từ bản bằng tiếng Tích được tìm thấy ở Ceylon. Bản dịch thành Pali nầy được Buddhaghosa- nhà đại học giả và chú giải vào thế kỷ thứ tư sau Công nguyên. Ngoài những mẩu chuyện minh hoạ, Người viết thêm đôi lời bình phẩm của riêng mình vào những gì đã có trong truyền thống Ceylon.

Từ khi có bản tiếng Anh trung thực của Chú Giải đó do Đại Lão Hoà Thượng Đại Đức Soma ở Ceylon (1960), được xem như không cần thiết nhắc lại ở đây đầy đủ tài liệu nầy. Tuy nhiên, bản chú giải đó được sử dụng cho những chú thích của bài Kinh, và một ít đoạn có lợi ích phổ biến lấy từ bản Chú Giải đó được liệt kê vào Phần hợp Tuyển thành Phần Ba của cuốn sách nầy.

Tuy nhiên đối với những ai thích làm quen với tài liệu bình luận đầy đủ liên quan đến bài Kinh của chúng tôi, việc nghiên cứu chú giải trong bản dịch của Đại Đức Soma sẽ rất bổ ích. Ngoài tầm quan trọng trực tiếp của nó đối với đề tài của chúng tôi, bản Chú Giải chứa một tài sản tư liệu về Phật pháp quan trọng khác nhau, và, cũng có những chuyện cổ tích khơi dậy quyết tâm và anh hùng tính trong Con Đường Duy Nhất do chư vị tu sĩ thời xưa đã trải qua, và lướt qua những thông tin chi tiết về pháp hành của chư tiền bối.

Satipaṭṭhāna truyền thống Đông Phương

Không có bài Kinh nào của Đức Phật, ngay cả bài Kinh đầu tiên của Ngài, 'bài Kinh ở Benares' nổi tiếng, được ưa chuộng trong các nước Phật Giáo ở Phương Đông gắn bó với truyền thống không pha trộn của giáo pháp nguyên thủy, như bài Kinh Satipaṭṭhāna được phổ biến và tôn kính như thế.

Ví dụ ở Lanka, hải đảo Ceylon, vào những ngày rằm, Phật tử thuần thành thọ tám giới trong số mười giới của Sa di, ở suốt ngày và đêm trong tự viện, họ thường chọn bài kinh nầy để đọc, tụng, lắng nghe và quán tưởng. Trong nhiều gia đình vẫn còn sách Satipaṭṭhāna được kính cẩn gói trong tấm vải sạch, và thỉnh thoảng vào chiều tối, được đọc cho mọi người trong gia đình nghe. Bài Kinh nầy thường được tụng bên giường của Phật tử sắp từ trần, hầu trong giờ phút cuối đời, tâm họ có thể chấp nhận, được an ủi và vui tươi nhờ thông điệp Giải Thoát vĩ đại của bậc Đạo Sư. Dù thời đại của chúng ta có in ấn, ở Ceylon vẫn còn có những bản thảo về Kinh được khắc trên lá bối, và dâng đến Tàng Kinh Các của tự viện. Một bản sưu tập gần hai trăm bản thảo như thế của Kinh Satipaṭṭhāna, vài bản có bìa đắc giá, và được người viết tìm thấy trong một tự viện cổ ở Ceylon.

Việc vô cùng tôn kính đối với một bản kinh điển duy nhất như thế có thể một phần quy cho sự kiện rằng Kinh Satipaṭṭhāna là một trong rất ít những bài Kinh mà chính bậc Đạo Sư đã chọn bằng cách giới thiệu và kết luận một cách xác định rõ ràng và long trọng. Nhưng chỉ bài Kinh nầy thôi sẽ không đủ để giải thích sự kiên trì qua hằng ngàn năm về sự tôn kính đặc biệt như thế.

Mong lời dạy bất tử nầy của Đức Phật tiếp tục có năng lực đem lại lợi ích, ngay cả địa điểm và thời gian cách rất xa nguồn gốc ban đầu của nó, ở Tây Bán cầu. Mong lời dạy nầy là chiếc cầu nối liền các chủng tộc, bằng cách chỉ ra những gốc rễ phổ biến của bản chất loài người và tương lai phổ biến việc điều khiển cái tâm cao thượng vượt trên định mệnh con người.

Hợp Tuyển

Bây giờ giới thiệu với độc giả hai phần đầu của cuốn sách nầy – bài tiểu luận và Văn bản cơ bản- Vẫn cần thêm vài lời vào Phần Thứ Ba trong những văn bản Phật giáo đính kèm có giá trị cho Chánh Niệm được sưu tập.

Những văn bản nầy sẽ cho sinh viên nhiệt thành nhất lời giải thích bổ sung vào bài kinh và trình bày những phương diện áp dụng của Niệm Xứ mà chỉ nói lướt qua hay không đề cập đến ở hai chương trước. Bản hợp tuyển nầy có ý như là cuốn sách có nguồn gốc về đề tài của nó; nhưng vượt trên mục đích cung cấp dữ liệu với mong ước rằng nó sẽ là sách gối đầu giường để độc giả thường xuyên đọc đi đọc lại hầu phát sinh nguồn cảm hứng mới.

Phần chính yếu của những văn bản nầy được trích ra từ Kinh điển Pali của phái Theravāda, trong đó lời dạy của Đức Phật hằng được gìn giữ trong truyền thống cổ xưa nhất và trung thành nhất. Từ Tạng Kinh (Sutta piṭaka) của Kinh Điển đó, đặc biệt Tương Ưng Bộ Kinh là nguồn tài liệu phong phú của các văn bản về Satipaṭṭhāna: trước hết trong Bộ có tên Satipaṭṭhāna, Satipaṭṭhāna – Saṃyutta; trong Anuruddha- Saṃyutta, gọi tên sau khi vị Alahán vĩ đại- người thực hành rất thuần thục Niệm Xứ (Satipaṭṭhāna); và cuối cùng, trong Saḷāyatana -Saṃyutta, Bộ văn bản về Lục Căn, chứa nhiều dữ liệu có giá trị lớn về sự phát triển quán sát (vipassana) vào những tiến trình tâm nhận thức cơ bản.

Mặc dù sưu tập nầy nhấn mạnh vào văn chương Theravāda, nên lược bỏ nếu tiếng vang phát sanh từ Satipaṭṭhāna trong văn chương tiền Mahāyāna sẽ không được nghe ở đây.

Những bản Kinh tiền Mahayāna được trình bày lại ở đây bằng cách trích từ hợp tuyển của Santideva, *Sikṣa- samuccaya Bodhicaryāvatāra*, chỉ cho thấy ông đánh giá sâu tầm quan trọng của Chánh Niệm trong khuôn khổ của Giáo lí. Vài bài diễn đạt hay và súc tích của Santideva có thể xem như cổ điển, và nên thường được ghi nhớ bởi những ai đi trên Con đường Chánh Niệm.

Nếu giá trị cao đó được đặt vào Chánh Niệm và Satipaṭṭhāna trong văn chương tiền Mahāyāna thì không được phép xem chỉ là cặn bã lịch sử, mà trở thành lực lượng năng động trong đời sống và tư tưởng của tín đồ, nó có thể tạo nên một khuôn mẫu có mắc xích vững và gần với nỗ lực tinh thần chung giữa hai phái Mahāyāna và Theravāda, loại bỏ lý lịch khác nhau giữa hai phái nầy. Nhằm góp phần đến mục tiêu đó là một trong những lý do có đoạn về Mahāyāna được trích dẫn ở đây cho người quen với văn chương đó hơn, chắc có thể được gia tăng thêm nhiều.

Tuy nhiên trong sự kết hợp nầy hai phái phải nhớ. Thứ nhất: như chính Đạo sư nói rất rõ trong bài Kinh, đạt đến giải thoát cuối cùng khỏi khổ (Niết Bàn) là mục tiêu tối hậu và năng lực nội tại của Satipaṭṭhāna. Nhưng tín đồ nhiệt tình nhất của lý tưởng Bồ Tát Đại Thừa, trọn đủ cảnh giác hàm ý và thể đạt được quả vị Phật, cho nên ngừng phấn đấu giải thoát cá nhân trước khi thành đạt nguyện vọng cao cả. Do vậy, tránh áp dụng Satipaṭṭhāna vào việc phát triển có phương pháp tuệ quán (Vipassanā) hầu có thể dẫn người đó, ngay trong đời nầy, nhập dòng (Tư đà hoàn: Sotapatti) nơi chắc hẳn đưa đến giải thoát cuối cùng, chậm nhất là sau bảy kiếp; và dĩ nhiên, người đó phải chấm dứt sự nghiệp Bồ tát. Câu thúc như thế áp đặt vào việc thực hành trọn vẹn Satipaṭṭhāna tạo ra tình huống khá lạ từ quan điểm của Theravāda và trong hào quang giáo lệnh riêng của Đức Phật. Nhưng nó có thể như thế, không có nghi ngờ gì cả ai quyết định đi con đường gian khổ đến quả vị Phật sẽ đòi hỏi mức chánh niệm rất cao và hiểu biết rõ ràng, tỉnh giác bén nhạy và quyết tâm kiên định, giữa những lúc thăng trầm trong cuộc đời, những phẩm chất cao quí đó và sáu Ba la mật là điều kiện tiên

quyết để thành đạt quả vị Phật. Và người đó sẽ sống với nổ lực đó, theo con đường dài, đồng hành với huynh đệ Theravāda. Dĩ nhiên nổ lực cuối cùng dành cho Giác Ngộ và giải thoát, người đó sẽ phải đến đỉnh Tuệ Quán (Vipassana) bằng Con Đường Duy Nhất phát triển hoàn mãn Satipaṭṭhāna. Đây là con đường mà tất cả những ai đã Giải Thoát đã đi và sẽ đi, những vị đó là Chư Phật, Độc Giác Phật hay A la hán (xem bài kệ trong Phần III, Văn bản 1).

Trong những phái Mahāyāna ở Viễn Đông, chủ yếu là Thiền Trung Hoa và Thiền Nhật Bản (Zen) gần với tinh thần Satipaṭṭhāna. Không giữ vững những khác biệt về phương pháp, những khái niệm triết lý cơ bản, nhiều mắc xích liên kết vững chắc và thân cận với Satipaṭṭhāna, và đáng tiếc rằng chúng khó được nhấn mạnh hay chú ý đến. Ví dụ, nhìn chung là mâu thuẫn trực tiếp với thực tại (kể cả tâm con người), nhập đời sống hằng ngày với hành thiền, vượt quá tư tưởng khái niệm bằng trực quán và nội chiếu, nhấn mạnh Tại Đây và Bây Giờ. Tín đồ Zen, do đó sẽ thấy ra Theravada trình bày và thực hành Satipaṭṭhāna có thể giúp ích cho người đó rất nhiều trên lộ trình giác ngộ giải thoát. Từ khi văn chương Zen phát triển nhiều ở Phương Đông, nó sẽ bị lập lại trong những văn bản minh hoạ ở đây thường được sao chép nơi khác.

Vì lý do không gian, tác giả kiềm chế không thêm vào những âm thanh hợp tuyển từ Phương Tây cổ đại và hiện đại, cho bản chứng nhận tầm quan trọng của Chánh Niệm đối với cấu trúc cơ bản và quá trình tiến hoá sau nầy của tâm con người.

Những nhận xét cuối

Phần đầu cuốn sách nầy, *Trọng Tâm Thiền Phật Giáo*, cùng với bản Kinh ngắn hơn, được phát hành ở Ceylon trong hai lần xuất bản (Colombo 1954 & 1956, 'The Word of Buđha Publishing Committee'). Trong kỳ xuất bản nầy, cách xa nhiều bổ sung nhỏ và sửa đổi, một chương mới về 'Niệm Hơi Thở' (Ch.6) được bổ sung vào. Bản Kinh ngắn được thay vào bản Kinh dài với lời giải thích chi tiết của nó về Tứ Diệu Đế, thâu gồm tinh hoa Giáo lý của Đức Phật.

Một bản tiếng Đức ngắn hơn của phần đầu được bổ sung vào trong phần *Satipaṭṭhāna* của tác giả, *Der Heilswegbuddhitischer Geistesschulung*, phát hành năm 1950 do *Verlag Christiani*, *Konstanz.* Bản tiếng Đức hợp tuyển được phát hành trong cùng một nhà xuất bản, với tựa đề là *Der einzige Weg (Konstanz1956)* từ đó lần tái bản tiếng Anh nầy có khác với ít văn bản được thêm vào và ít văn bản lược đi. Tác giả gởi lời cảm tạ đến nhà phát hành sách Đức của *Dr. Paul Christian*, về việc ông hoan hỷ cho phép sử dụng bản quyền tài liệu bằng tiếng Anh nầy. Tác giả cũng bày tỏ niềm cảm khích về mối quan tâm của ông *Dr.Christian* trong việc đẩy mạnh văn chương Phật Giáo ở Đức.

Thật phấn khởi khi thấy rằng có mối quan tâm về thiền ngày càng lớn ở phương Đông cũng như phương Tây, và ít nhất điều đó đến từ nhu cầu nội tại chân chính. Hy vọng rằng cuốn sách nầy sẽ giúp cho nhiều người, trong nhiều miền, ai thiết tha mong phát triển tiềm lực của tâm con người để có sức mạnh và trầm mặc vĩ đại hơn, để tỉnh giác thâm nhập sâu hơn vào thực tại, và cuối cùng để tâm giải thoát bất động trước ba kiều nữ Tham, Sân và Si.

Chốn Ẩn Lâm
Kandy, Ceylon
Nyanaponika Thera

-ooOoo-

Đầu trang | **Mục lục** | **01** | **02** | **03**

[Trở về trang Thư Mục]
last updated: 18-10-2005