The background of the image is a photograph of a sunset or sunrise over a dark silhouette of a forest. The sky is a gradient from blue at the top to orange and yellow near the horizon, with scattered clouds. In the upper left corner, there are silhouettes of tree branches and leaves.

AJAHN BRAHM

Trí Tuệ và những điều Kỳ Diệu

NGUỒN CẢM HỨNG VÀ TUỆ GIÁC ĐẾN TỪ PERTH

Cảm hứng tô điểm thêm cho cuộc đời.

Ajahn Brahm

AJAHN BRAHM

Trí Tuệ và
những điều Kỳ Diệu

NGUỒN CẢM HỨNG VÀ TUỆ GIÁC ĐẾN TỪ PERTH

Bản quyền tác giả, Ajahn Brahmavamso 2014
Bản quyền hình ảnh, 2014

ISBN 978 983 9382 76 1

Được xuất bản theo hợp đồng xử dụng tác phẩm—cc by nc-nd
Tác phẩm có thể được sao chép và ấn tổng dưới mọi hình thức và mẫu mã trong khuôn khổ những
qui định dưới đây:

Qui định (attribution)

Tất cả sao chép, trích dịch, ấn tổng, đều được cho phép trong một mức độ hợp lý, với điều kiện phải
nêu tên tác giả, tên bản quyền, tên hợp đồng, và không được bằng cách này hay cách khác, ám chỉ
bạn hay cách xử dụng (tác phẩm) của bạn được phê chuẩn bởi cơ quan trách nhiệm bản quyền.

Phi thương mại

Tác phẩm không thể được xử dụng với những mục đích thương mại.

Phi chỉnh sửa, tái tạo

Tác phẩm không thể được phát hành nếu đã được pha chế, chuyển đổi, tái tạo.

Không thêm thắt qui định

Không ai có quyền áp dụng những quyền pháp lý hay những biện pháp kỹ thuật nhằm ngăn cấm
người khác xử dụng tác phẩm trong khuôn khổ bản quyền cho phép.

Lời giới thiệu

Hình ảnh trong tập sách này đến từ Tu viện Bodhinyana và Trung Tâm Tu Thiền Jhana Grove. Công trình tuyệt vời ở Perth này và những lời huấn từ đi kèm của thầy AB tương ánh lăng nhau. Điều này thật dễ hiểu vì động lực chính trong việc tạo dựng nên nơi tôn nghiêm để phát triển tâm linh này không ai khác hơn là Thầy Ajahn Brahm.

Tập sách này ngợi ca những cống hiến mà Thầy đã và sẽ còn trao thêm đến cho đời.

Hình ảnh và lời giảng như từ hai góc cạnh khác nhau cùng hòa điệu vẽ lên thành quả cao đẹp của Thầy.

Cầu mong các bạn có được niềm vui từ tặng phẩm này, nhân dịp đánh dấu 40 năm Thầy trở thành tỳ kheo.

Với lòng tôn kính và biết ơn sâu đậm nhất,

Ajahn Brahmali

Tháng sáu 2014, Perth.

(Thay mặt tất cả những ai đã giúp thực hiện tập sách này)



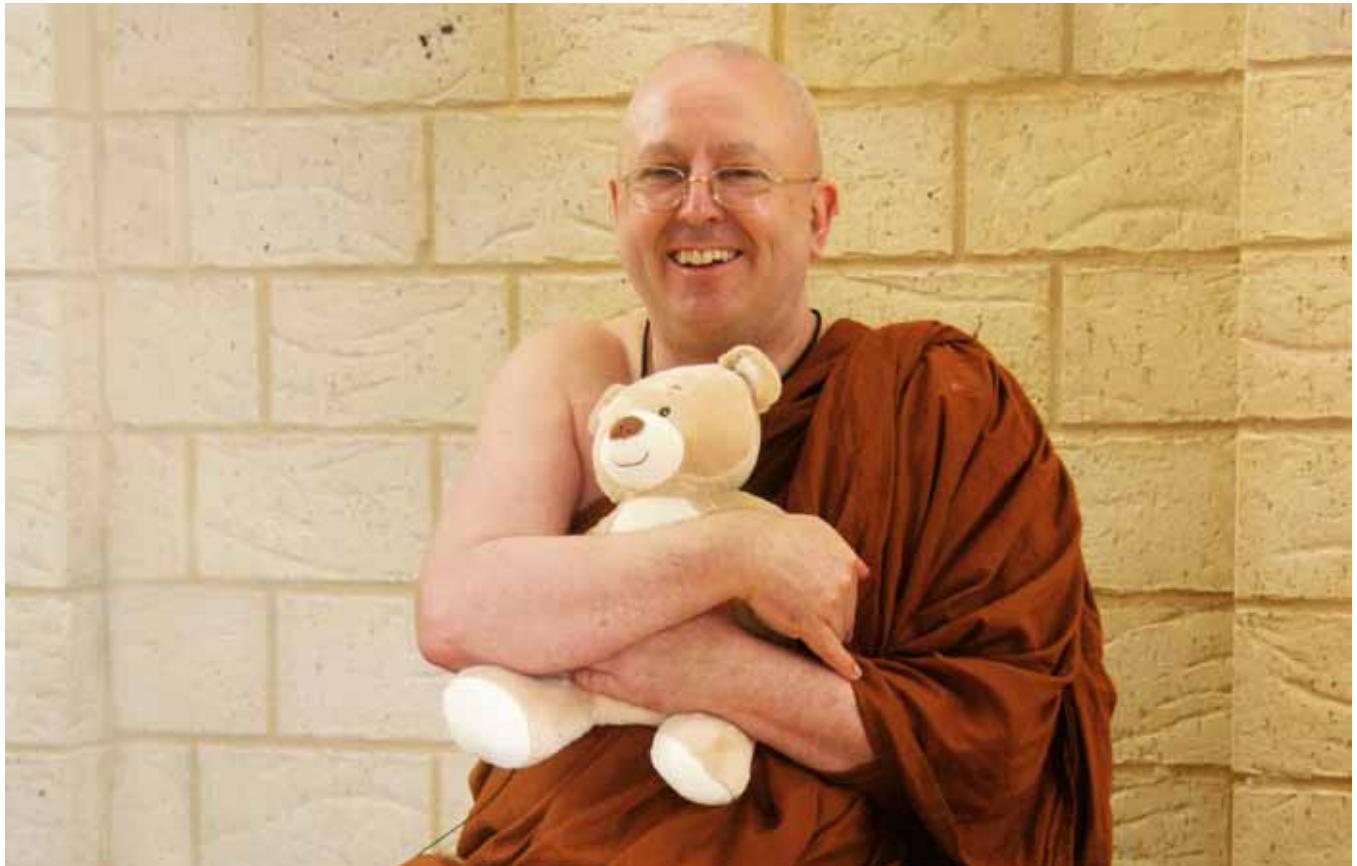
TIM TÔI LUÔN MỞ RỘNG CỦA ĐÓN CHÀO BẠN,
dù bạn là ai, hay đã làm gì.

**LÒNG THƯƠNG YÊU CỦA TÔI DÀNH CHO BẠN
KHÔNG CÓ ĐIỀU KIỆN.**

CỔNG VÀO HẠNH PHÚC KHÔNG CẦN VÉ VÀO CỬA.



Cách hay nhất để tri ân thầy
LÀ HÃY VUI SỐNG MỘT CUỘC ĐỜI ĐẠO HẠNH VÀ NHÂN HẬU.

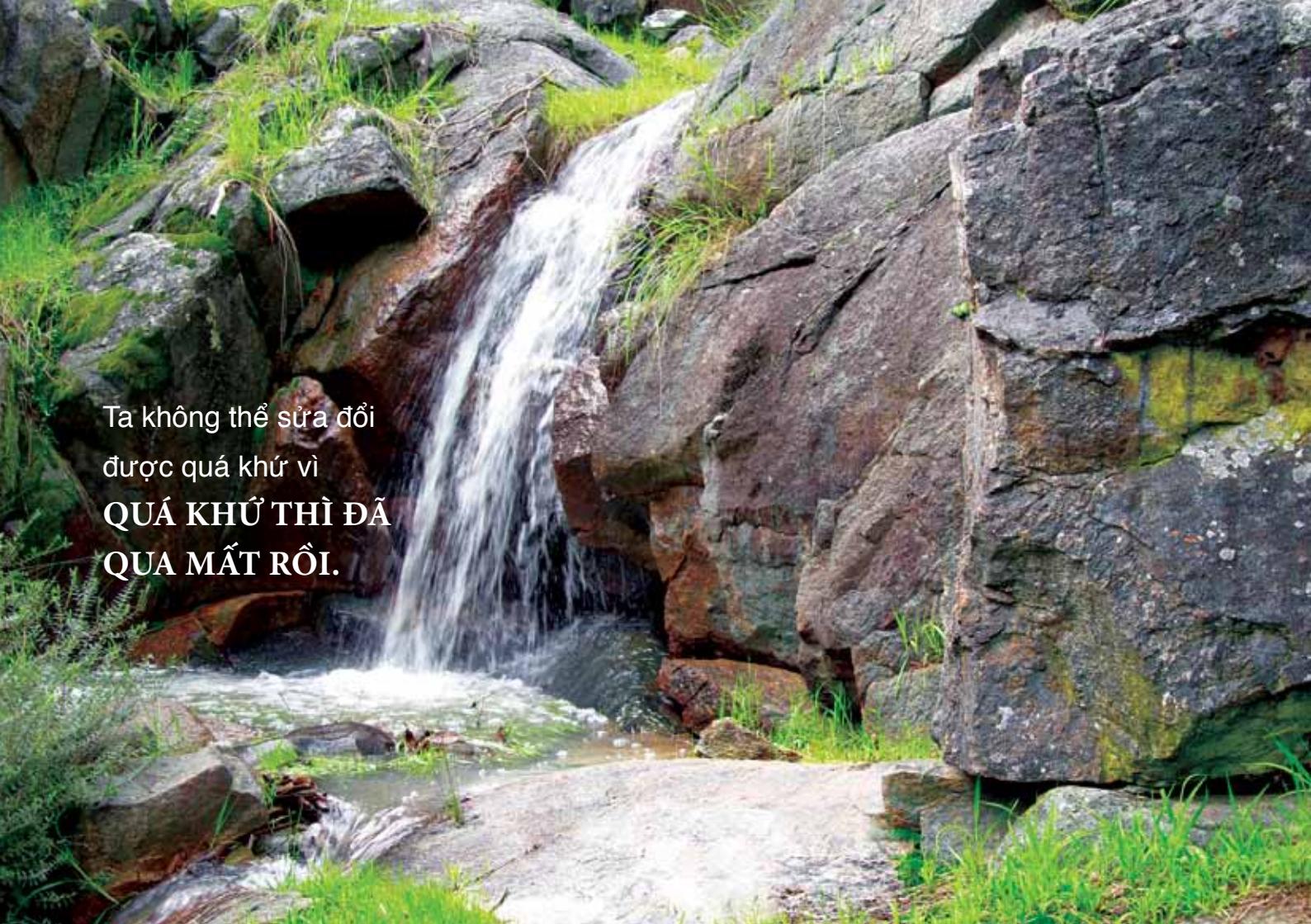




THẾ NÀY LÀ TỐT RỒI !

A photograph of a bare tree branch against a clear blue sky. The branch is dark brown and curves upwards and to the right, with several smaller branches extending from it. The background is a solid, bright blue.

Con người như
những thân cây cong queo,
**ĐẸP VÌ TRÊN MÌNH NÓ
CÓ SỨT MẺ.**

A photograph of a waterfall flowing over dark, layered rock. The water is white as it falls and splashes onto a pool below. Green grass and moss grow on the rocks. The background is a dense forest.

Ta không thể sửa đổi
được quá khứ vì
**QUÁ KHỨ THÌ ĐÃ
QUA MẤT RỒI.**

Bất hạnh, nhọc nhằn và khổ đau
vẫn tiếp tục đến trong đời
ĐỂ ĐEM CHO TA
NHỮNG BÀI HỌC MỚI.





SỢ HÃI SINH RA CHỐNG ĐỐI, BẤT ĐỒNG.



Một khi nước mắt
đã ráo khô và
trái tim đã lành lặn,
**BẠN SẼ THÊM
SÁNG SUỐT,
NHÂN HẬU, VÀ
LÀ NGƯỜI BẠN
TUYỆT VỜI HƠN.**



Một vườn hoa hoàn mỹ
có ích gì
**KHI TIM TA TRÀN ĐẦY
GIẬN DŨ, GIÔNG TỐ ?**

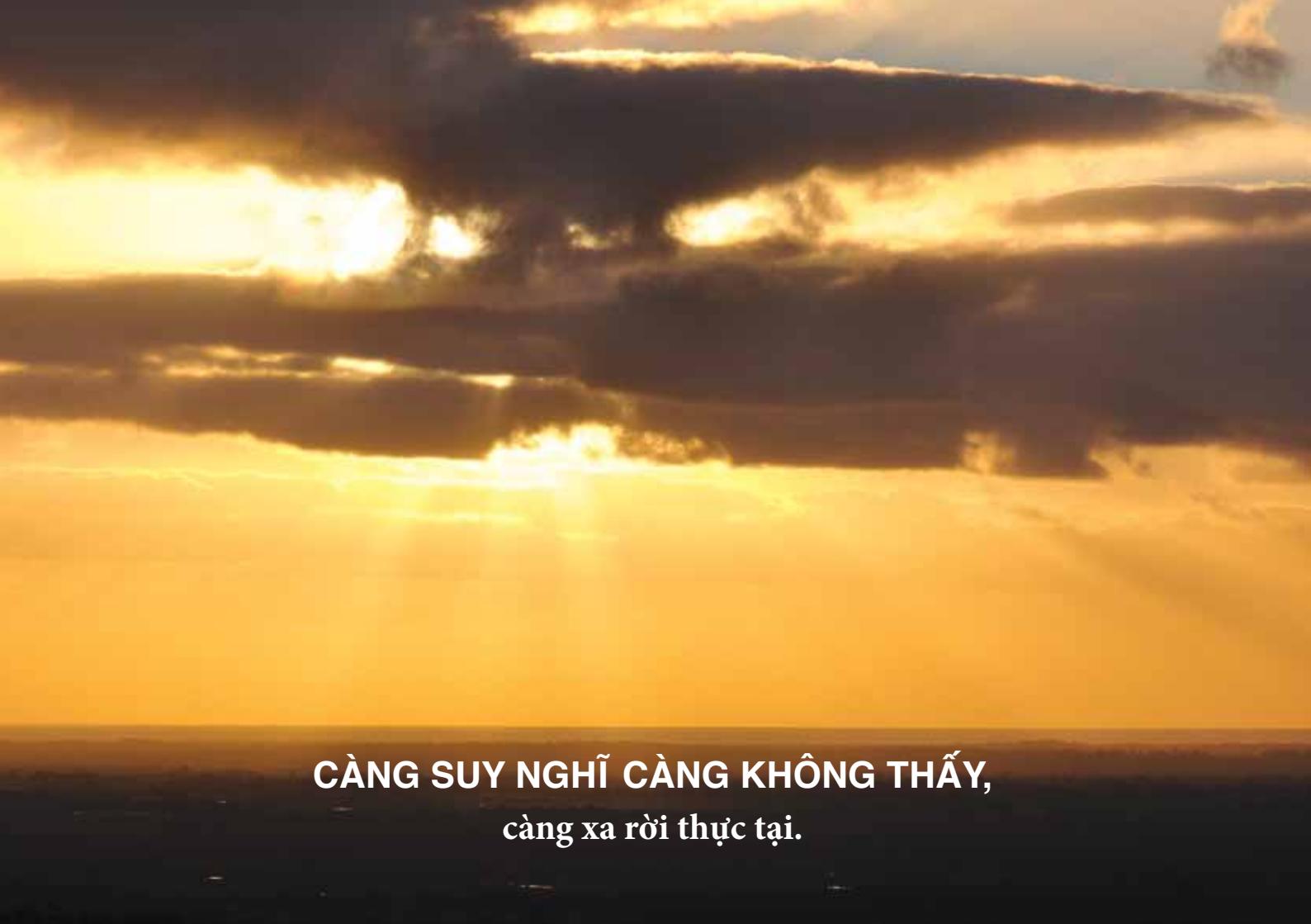


**TƯ TƯỞNG
CHỈ LÀ SỰ MÔ PHỎNG
CỦA THỰC TẠI.**

Chúng ta luôn nhìn về quá khứ
qua một lăng kính méo mó.



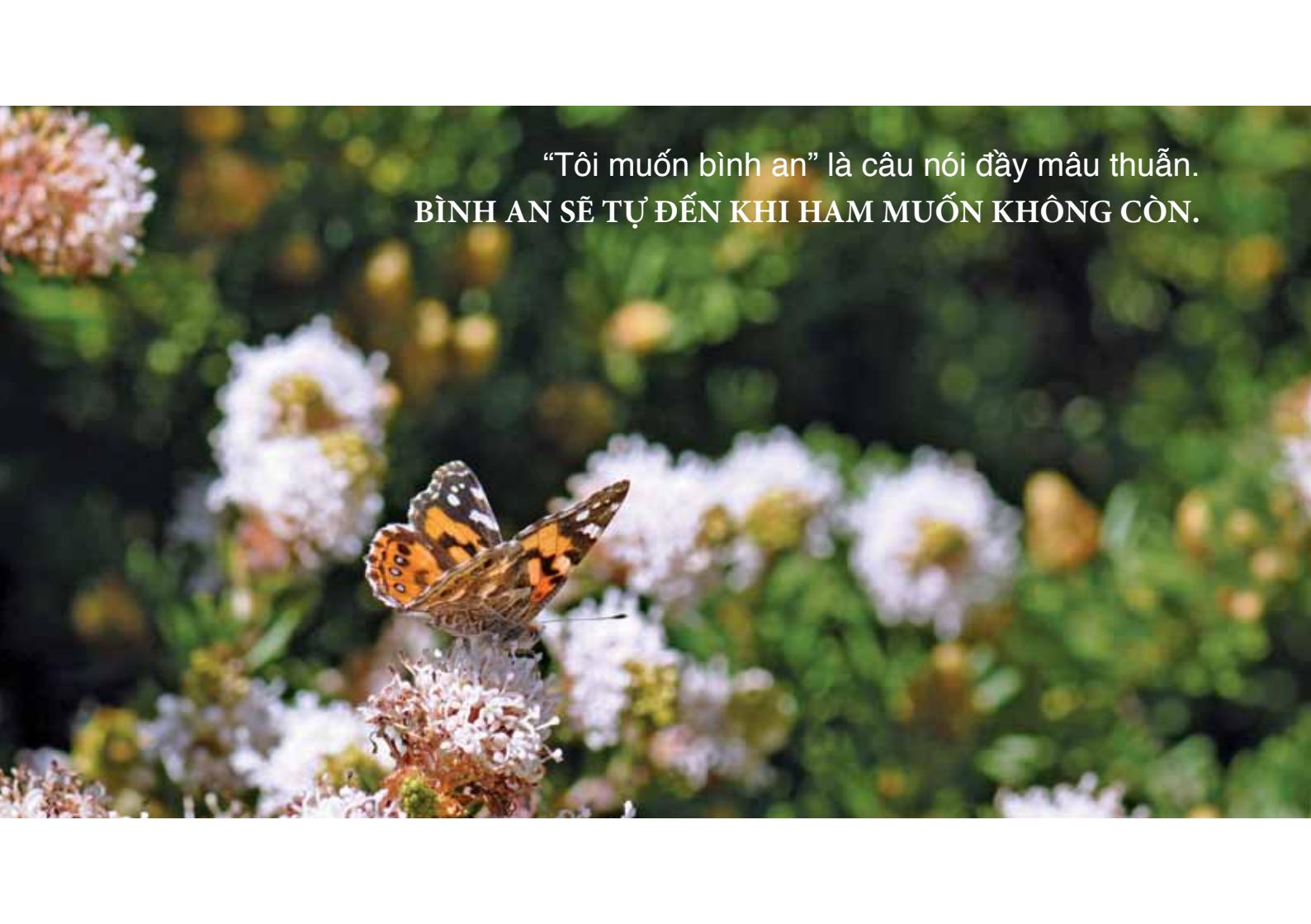
BẤT MÃN ĐƯỢC KHOI NGÒI từ ý nghĩ hạnh phúc đang ở nơi nào khác.



**CÀNG SUY NGHĨ CÀNG KHÔNG THẤY,
càng xa rời thực tại.**

GANH TỊ VỚI AI là do không thấy những mặt khác của kẻ mà ta muốn giống họ.





“Tôi muốn bình an” là câu nói đầy mâu thuẫn.
BÌNH AN SẼ TỰ ĐẾN KHI HAM MUỐN KHÔNG CÒN.



ĐỜI SỐNG
như leo trèo
trên núi cao trơn trượt
với gánh nặng của quá khứ
và tương lai.



ĐỪNG KHẮT KHE LÊN ÁN NHỮNG TẠP NIỆM TRONG TA.

Đơn giản không có nghĩa là thua thiệt.
VỚI SỰ ĐƠN GIẢN CHÚNG TA NHẬN ĐƯỢC RẤT NHIỀU.





KHỔ ĐAU NHƯ ĐÔNG HÀN
TRƯỚC KHI XUÂN ẨM.

TẤT CẢ NỖI LO SỢ
chỉ vì không muốn mất mát
NHỮNG GÌ BẠN SỞ HỮU,
NHỮNG GÌ BẠN GẮN BÓ.





MỐI QUAN HỆ ĐẸP NHẤT
là quan hệ với sự bình an



TÌNH YÊU CHÂN THẬT
LÀ TÌNH YÊU KHÔNG VỊ KỶ.



Phép xử thế
quan trọng nhất là
LÒNG NHÂN ÁI.



Đời sống chẳng phải vì riêng gì bạn hay tôi. **ĐỜI SỐNG LÀ VÌ TẤT CẢ CHÚNG TA.**



HÃY YÊU MẾN
SỰ MONG MANH,
KHÔNG CHẮC CHẮN
CỦA CUỘC SỐNG.

HAM MUỐN
BẺ CÔNG
TRI GIÁC.





Đừng quá bận tâm về thành công, hoàn chỉnh.
KHÔNG HOÀN CHỈNH VẪN ĐÁNG YÊU CƠ MÀ.



Ký ức là xác chết của dĩ vãng.

ĐỪNG MÃI KHIÊNG CHIẾC QUAN TÀI QUÁ KHÚ THEO BẠN

Thay vì ngồi triết lý về cuộc đời,
HÃY TRẢI NGHIỆM NÓ BẰNG TRÁI TIM MÌNH.





Mơ tưởng là giả dối, không thật.
**ĐÙNG SỐNG ĐỜI BẠN
BẰNG NHỮNG ĐIỀU KHÔNG THẬT.**

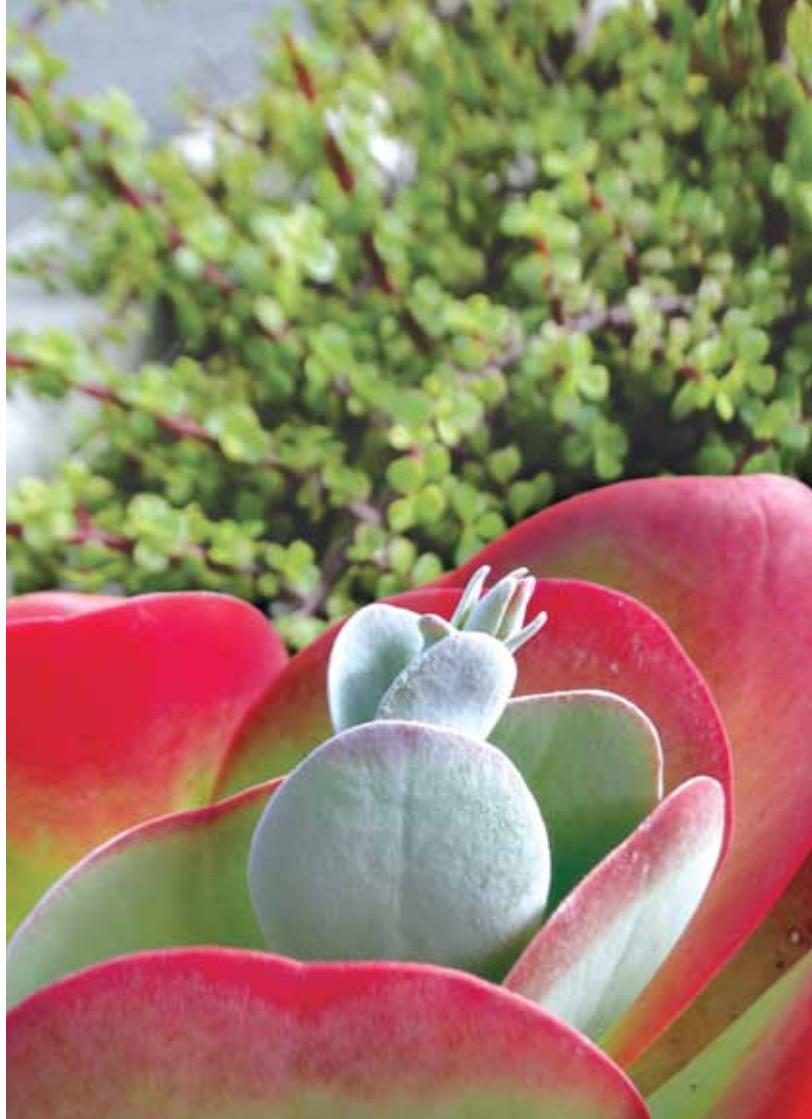


ĐỜI SỐNG
LUÔN HÉ MỞ RA
NHỮNG ĐIỀU
KHÔNG MONG ĐỢI.



Đừng để bất cứ ai
hay điều gì
LÀM CHỦ HẠNH PHÚC
CỦA BẠN.

HIỆN TẠI
LÀ LÚC TƯƠNG LAI
ĐANG ĐƯỢC HÌNH THÀNH.





Chúng ta không thể thay đổi thế giới,

NHƯNG CHÚNG TA CÓ THỂ THAY ĐỔI THÁI ĐỘ CỦA MÌNH ĐỐI VỚI THẾ GIỚI.

HÃY HÀI LÒNG
VỚI CHÍNH MÌNH,
và bạn có thể hài lòng
với người khác.





Có hai thứ nhẫn nại :
ĐEO ĐUỔI LẤY TƯƠNG LAI HAY KIÊN TRÌ TRONG HIỆN TẠI.



HÀNH TRÌNH TÂM LINH

là sự phát triển
ngày càng nhiều hơn
niềm cảm thông
với người khác



Một lần đau khổ
là một lần biết cách
**YÊU THƯƠNG
SÁNG SUỐT VÀ
SÂU SẮC HƠN.**



**HÃY YÊU THƯƠNG
TRỌN VẸN CUỘC ĐỜI,**
cả những niềm cay đắng,
vì cuộc đời là thế,
dù bạn muốn hay không.



CÀNG TĨNH LẶNG CHỪNG NÀO, BẠN CÀNG BỐT HIỆN HỮU CHỪNG ĐÓ.



TÌNH YÊU ĐÍCH THỰC KHÔNG CÓ BIÊN GIỚI:
nó chấp nhận và trân quý tất cả.

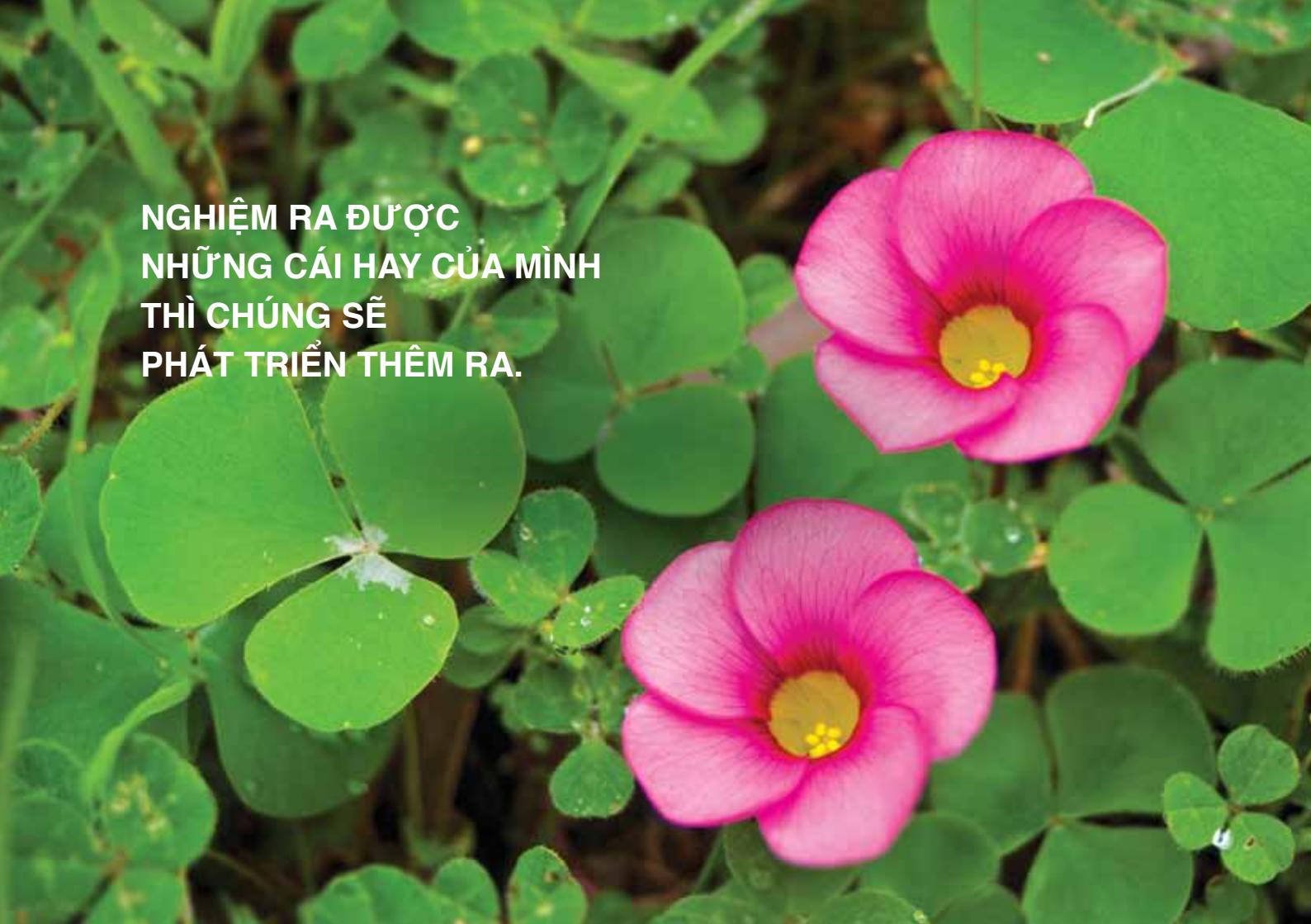
Trí tuệ không dùng để tranh cãi với bạn bè.

CHÍNH TRÍ TUỆ GIÚP MÌNH NGỪNG TRANH CÃI.





**CƯƠNG QUYẾT
LÀ KHÔNG LÙI BƯỚC**
vì “chúng ta”,
chứ không vì riêng bạn.



NGHIỆM RA ĐƯỢC
NHỮNG CÁI HAY CỦA MÌNH
THÌ CHÚNG SẼ
PHÁT TRIỂN THÊM RA.

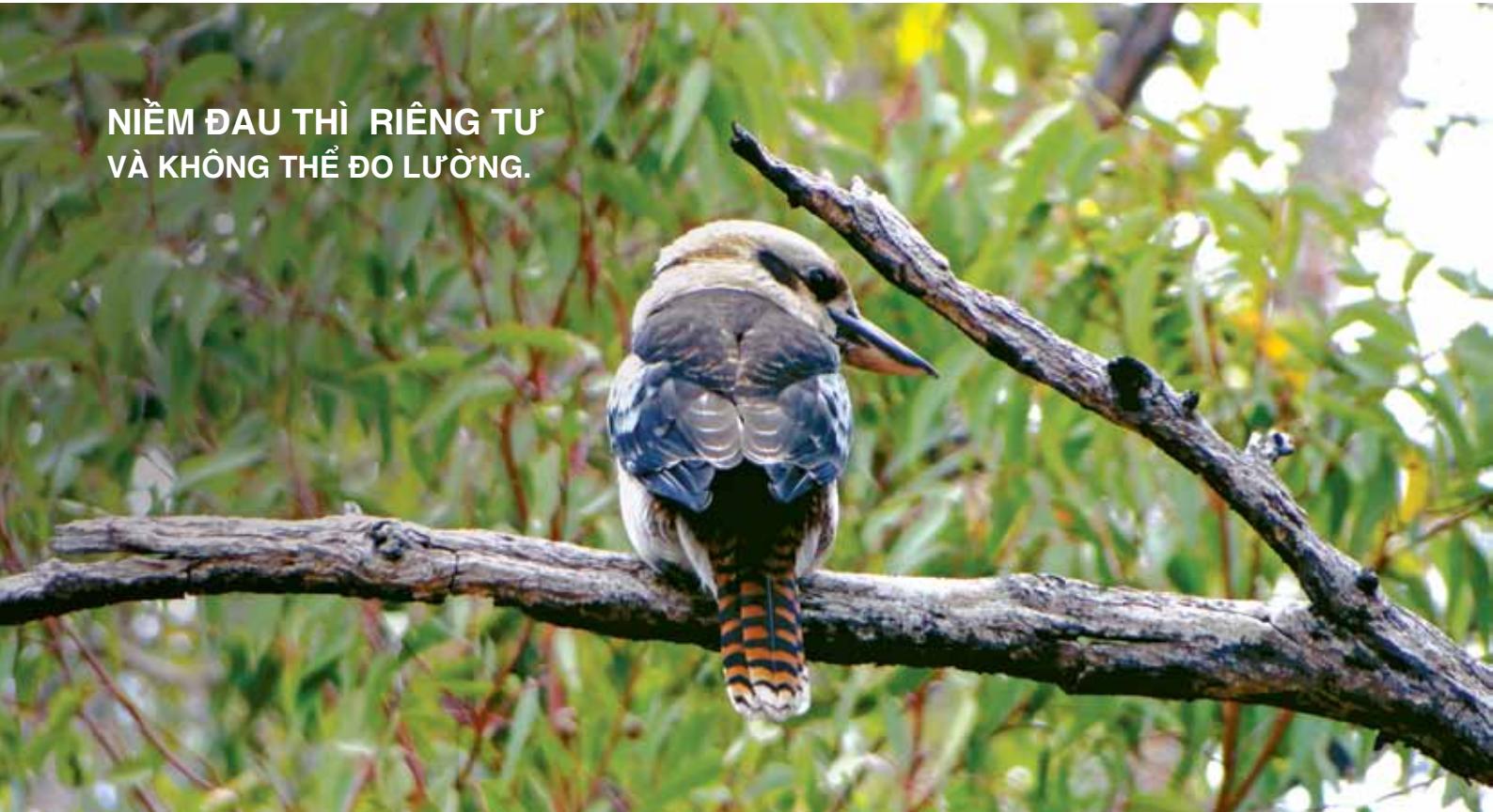


TRỪNG PHẠT LÀM SỰ THẬT BỊ CHÔN VÙI.

THA THÚ
LÀM SỰ THẬT
ĐƯỢC HIỂN LỘ.

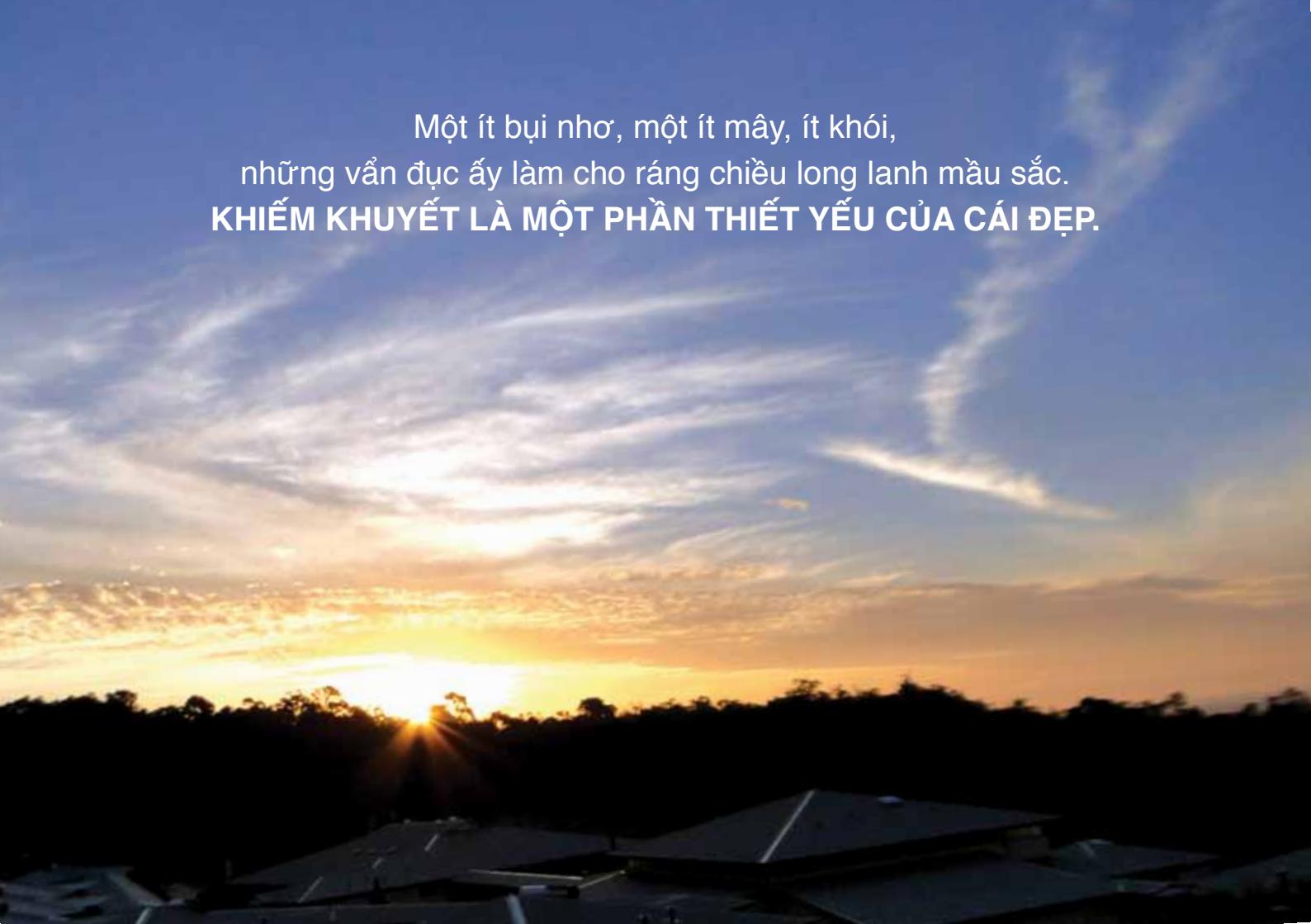


**NIỀM ĐAU THÌ RIÊNG TƯ
VÀ KHÔNG THỂ ĐO LƯỜNG.**



Quá khứ là nhà tù không khóa cửa.
MUỐN THOÁT CHỈ VIỆC BƯỚC RA.



A photograph of a sunset over a landscape. In the foreground, the dark silhouettes of several buildings with gabled roofs are visible. Beyond them, a dense line of trees stands against the horizon. The sky is a dramatic canvas of colors, transitioning from a deep blue at the top to a warm orange and yellow near the horizon where the sun is partially visible. Wispy, light-colored clouds are scattered across the sky.

Một ít bụi nhơ, một ít mây, ít khói,
những vẩn đục ấy làm cho ráng chiều long lanh mầu sắc.
KHIẾM KHUYẾT LÀ MỘT PHẦN THIẾT YẾU CỦA CÁI ĐẸP.

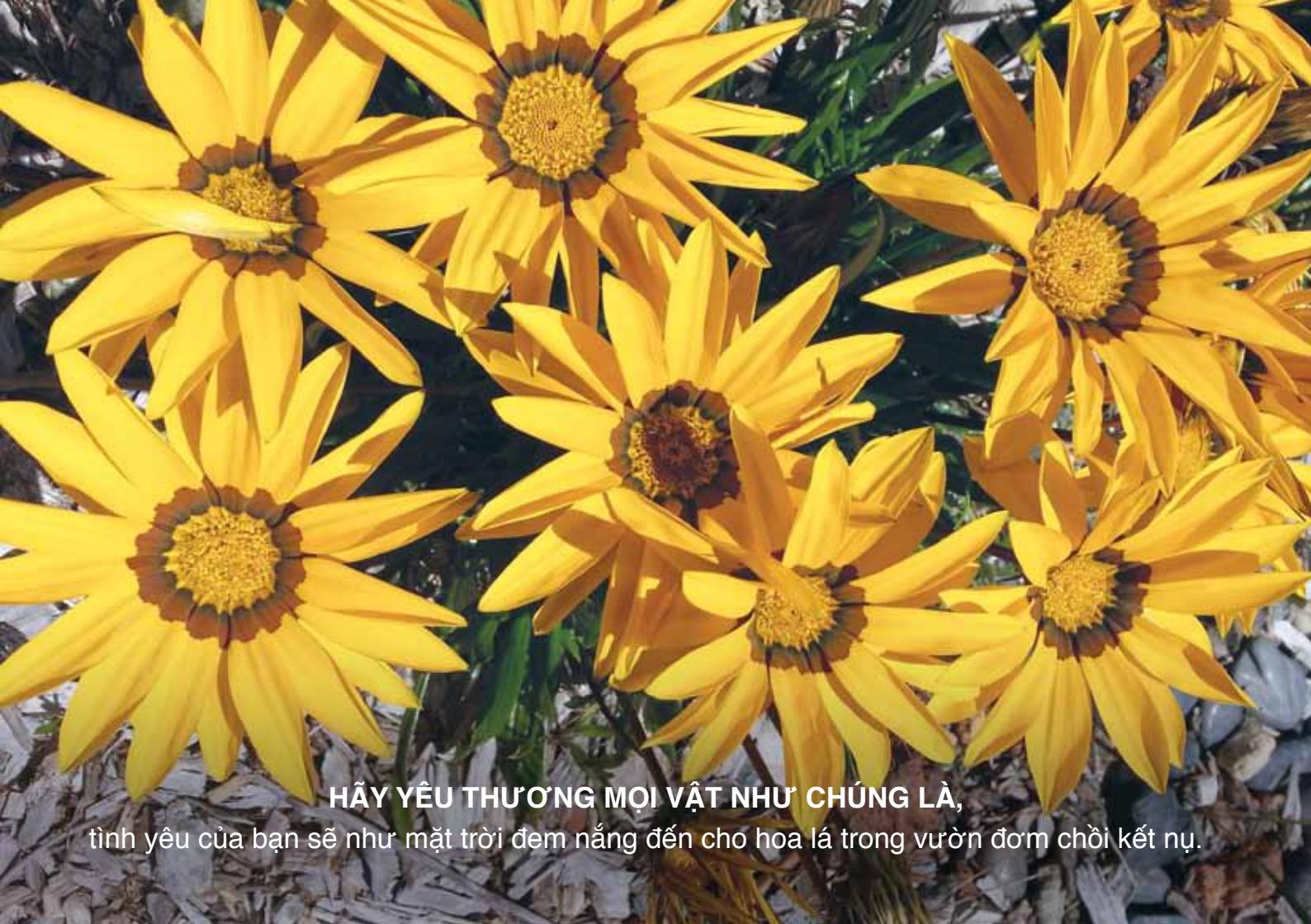


Hãy trân quý đời sống
đang tiếp diễn trước mặt.
VUI VỚI CÁI MÌNH THÍCH,
VÀ HỌC HỎI TỪ CÁI KHÔNG THÍCH.





Vấn đề của sự ham muốn:
MỘT KHI ĐÃ SINH KHỎI,
NÓ SẼ KHÔNG BAO GIỜ BIẾT ĐỦ.



HÃY YÊU THƯƠNG MỌI VẬT NHƯ CHÚNG LÀ,
tình yêu của bạn sẽ như mặt trời đem nắng đến cho hoa lá trong vườn đơm chồi kết nụ.

ĐỂ ĐỐI THOẠI CÓ HIỆU QUẢ, BẠN PHẢI LẮNG NGHE.

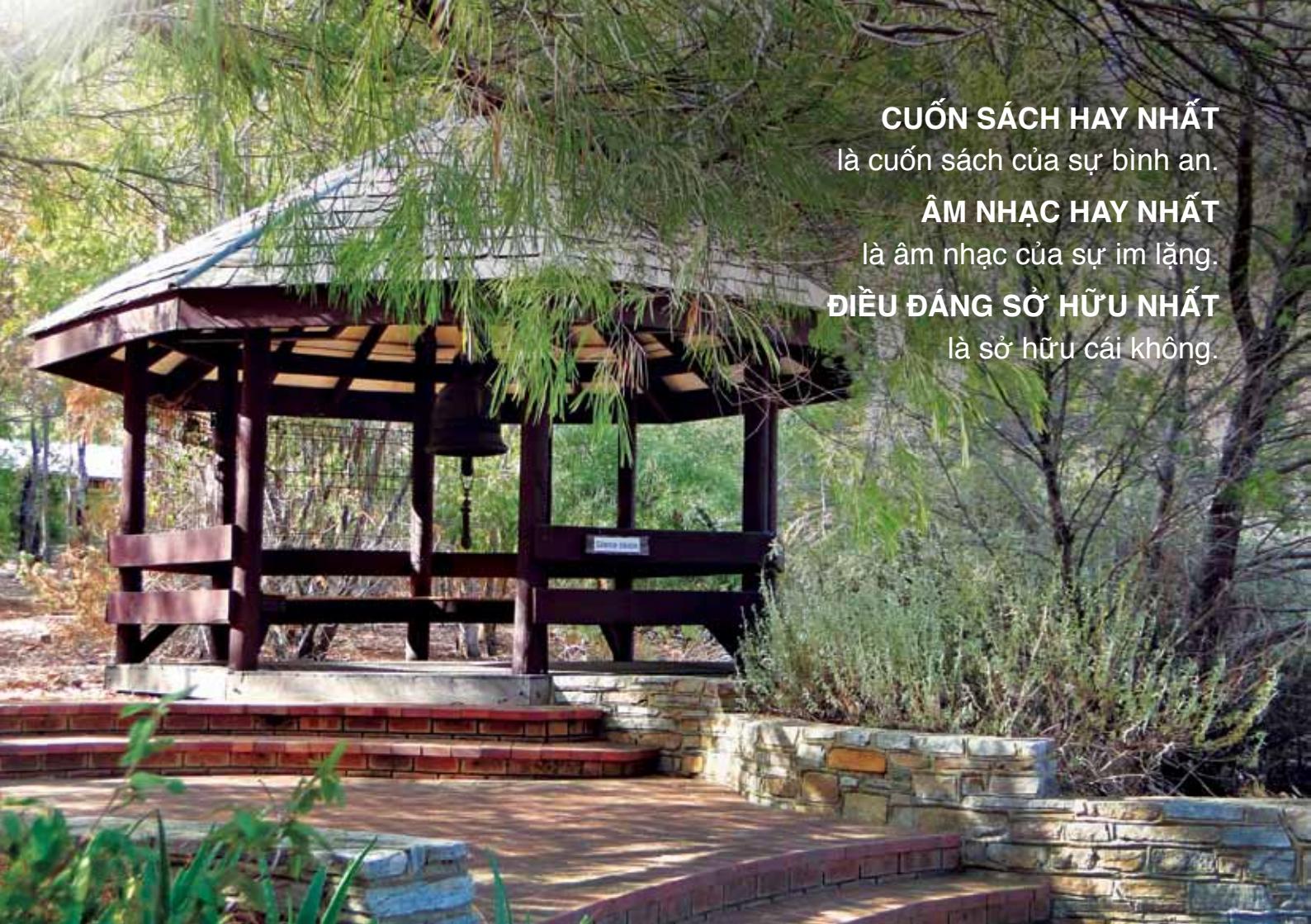
Chỉ khi lắng nghe chúng ta mới hiểu nhau.



HÃY BỌC NỆM LÊN TƯỜNG CỦA TÂM MÌNH.

Mọi vật ném vào đó
chỉ êm ái rơi xuống,
không tung dội đi đâu.



A photograph of a traditional wooden bell pavilion. The pavilion has a dark brown, multi-tiered roof supported by four pillars. A single bell hangs from a wooden beam inside. The pavilion sits on a low stone wall. In the background, tall pine trees with long needles create a dense green canopy. Sunlight filters through the branches, casting dappled light on the ground and the stone wall.

CUỐN SÁCH HAY NHẤT

là cuốn sách của sự bình an.

ÂM NHẠC HAY NHẤT

là âm nhạc của sự im lặng.

ĐIỀU ĐÁNG SỞ HỮU NHẤT

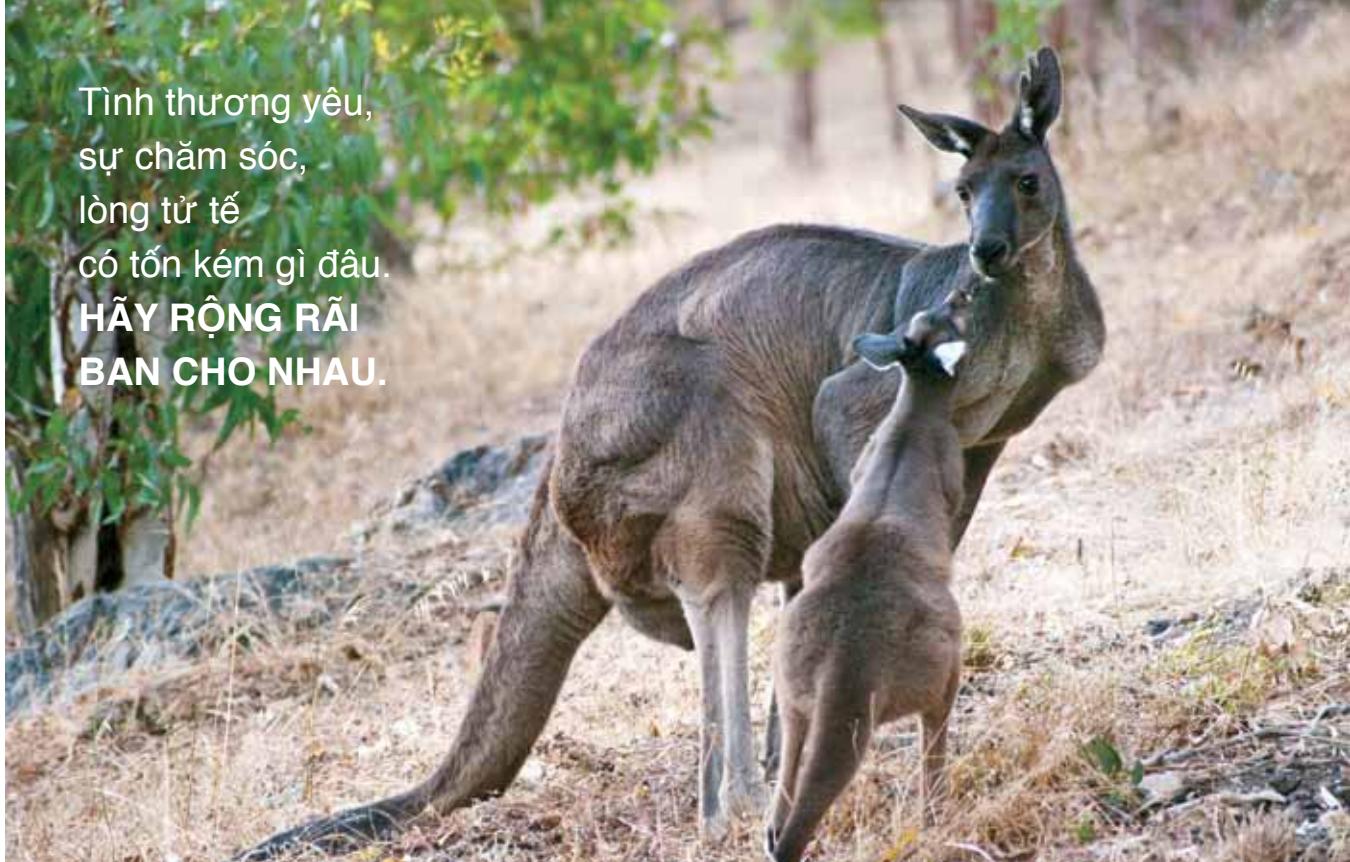
là sở hữu cái không.



KHÔNG AI CÓ THỂ ĐƯA TA LÊN
THIÊN ĐƯỜNG HAY XUỐNG ĐỊA NGỤC
NGOÀI CHÍNH MÌNH.

Như một nụ hoa sắp nở, niềm đau trong ta dường như khôn nguôi.
NHƯNG MỘT KHI ĐÃ NỞ, TUYỆT DIỆU THAY LÀ ĐÓA HOA TUỔI.





Tình thương yêu,
sự chăm sóc,
lòng từ tế
có tồn kém gì đâu.
HÃY RỘNG RÃI
BAN CHO NHAU.

CHỚ NÊN COI THƯỜNG SỨC MẠNH CỦA **TÌNH THƯƠNG**.





Bạn có một chọn lựa: **GIẬN DỮ HAY XẢ BỎ.**



CÀNG MUỐN
KIỂM SOÁT,
cái ngã của bạn
càng lớn.



**LÒNG HAM MUỐN
VẬT CHẤT**

thì vô cùng tận.



ĐỜI SỐNG CHỈ NHÀM CHÁN KHI BẠN CHO PHÉP NÓ.



ĐÔI KHI SỰ VẬT CẦN PHẢI ĐỔ VỠ
trước khi có thể được xây lại.

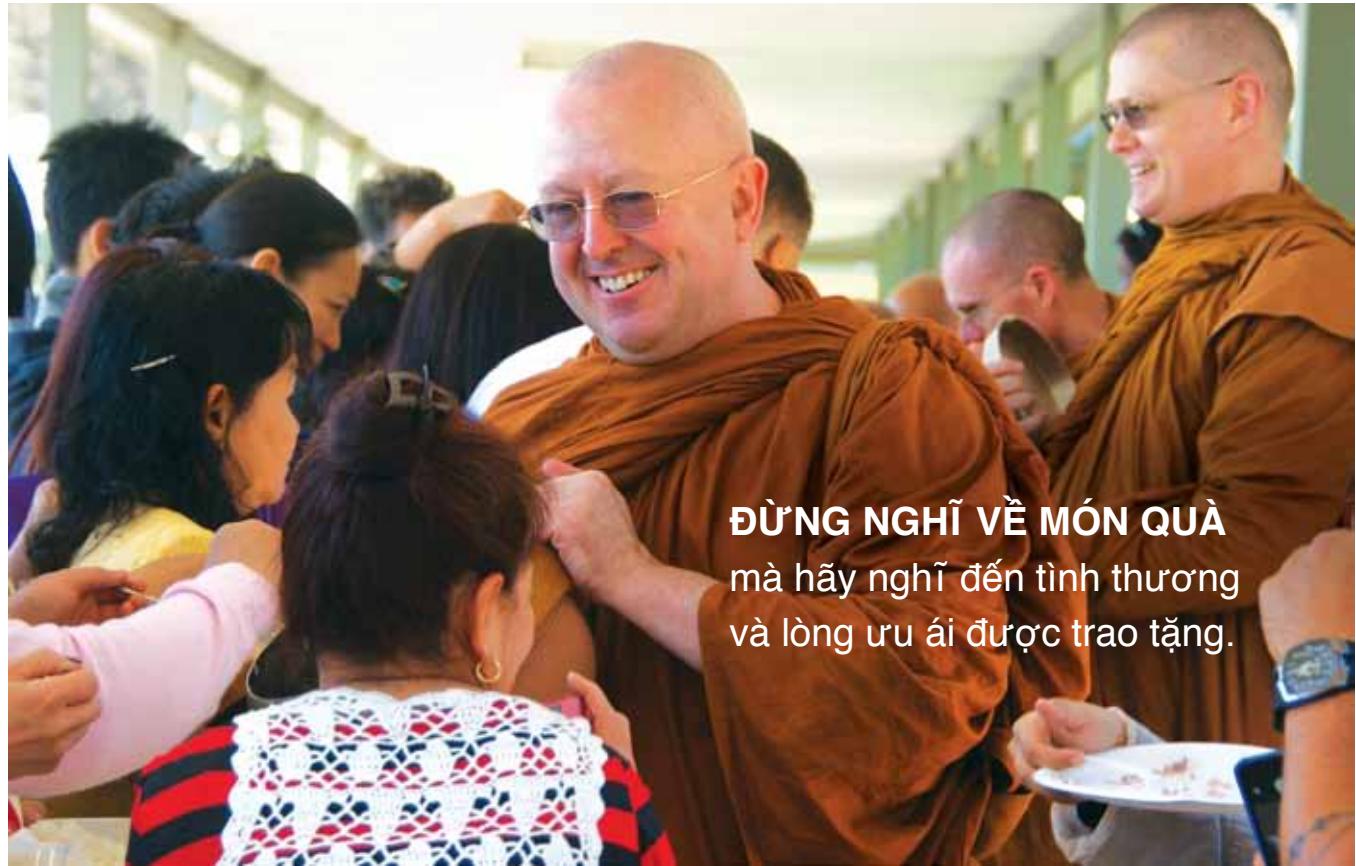
NHỌC NHẦN ĐAU KHỔ

luôn đi trước để mở đường
cho cái đẹp sinh ra.



TỪ TÂM LÀ CHÌA KHÓA CỦA SỰ THĂNG HOA, THỊNH VƯỢNG.





ĐỪNG NGHĨ VỀ MÓN QUÀ
mà hãy nghĩ đến tình thương
và lòng ưu ái được trao tặng.



HÃY BÌNH THẢN TRƯỚC NHỮNG **KHIẾM KHUYẾT**.



**TÌM CÁCH LOẠI BỎ NHỮNG
GÌ MÌNH KHÔNG THÍCH**
chỉ làm cho cuộc sống
của bạn thêm khó khăn.



ĐAU KHỔ LÀ ĐÒI HỎI Ở CUỘC ĐỜI
NHỮNG GÌ NÓ KHÔNG BAO GIỜ
CÓ THỂ BẠN CHO MÌNH.



Hạnh phúc chỉ là khoảng cách
giữa hai lần khổ đau.

**MỌI KHỔ ĐAU
ĐƯỢC XÁC ĐỊNH
BỞI NIỀM HẠNH PHÚC
TA VỪA ĐÁNH MẤT.**



CÀNG ÍT MONG MUỐN,

đời càng dành tặng cho ta nhiều món quà ngạc nhiên, thú vị.



**MỖI LẦN NHỚ LẠI
BỊ XÚC PHẠM**

thì bạn bị xúc phạm
thêm một lần.

ĐỪNG BAO GIỜ ĐỂ KIẾN THỨC CỦA BẠN CHE MỜ SỰ THẬT.





NGƯỜI TA THÀ CHỊU ĐỰNG KHỔ ĐAU,
hơn là buông bỏ quan niệm sống của mình.

CÁI CHÍNH KHÔNG PHẢI LÀ MÌNH CÓ GIÀI
mà là phải làm gì với cái mình có.





Khi ngừng than phiền,
BẠN SẼ HẾT KHỔ ĐAU.



Đau khổ và oán ghét
thuộc về quá khứ,
lo sợ trọ ở tương lai,
**THƯƠNG YÊU THANH THẦN
AN TRÚ TRONG HIỆN TẠI.**



KHI TÌM LỖI VÀ PHÊ PHÁN, CHÚNG TA GIẾT CHẾT TÌNH THƯƠNG.

TÔI LÀ AI,
điếc ấy không tùy thuộc
vào ý kiến của người khác.





CHỈ KHI NÀO KHÔNG CÒN LÒNG THIÊN VỊ CÁI MÌNH YÊU, MÌNH GHÉT,

thì mới có thể tin ở những điều mắt thấy tai nghe.

CÀNG HẠNH PHÚC

nếu càng biết quý và tri ân
những gì mình đang có.



Những gì đang xảy ra ở khắp mọi nơi không dính dáng đến hạnh phúc của ta.

HẠNH PHÚC HAY KHÔNG LÀ DO MÌNH TỰ CHỌN LẤY.



A photograph of a kangaroo standing in a grassy field. The kangaroo is facing right, with its head turned slightly back over its shoulder. It is positioned in front of a large tree trunk on the left and several white birch trees in the background.

KỲ VỌNG

là một trong những vấn đề
lớn nhất của cuộc sống.



**TÌNH YÊU KHÔNG CHỈ XUI TA
THÍCH MỘT AI,**
mà còn làm ta đón nhận
những gì đôi khi ta không thích.



CHÚNG TA KHÉO LÉO
TRONG CÁCH LÀM BẠN
VỚI MỌI NGƯỜI,
nhưng vụng về kết bạn
với chính mình .

A small green bird with a white patch on its wing and a white patch around its eye is perched on a branch. It is surrounded by many small, star-shaped flowers or seed pods. The background is blurred.

NỖI SỢ THỰC SỰ LÀ
SỢ MÌNH BIẾN MẤT.

Những gì không thích ở chính mình
chúng ta đổ lên đầu người khác,
RỒI QUAY RA LÊN ÁN HỌ.





NẾU BẠN CHƯA HỀ BỊ LẠNH,
bạn sẽ không cảm thấy cần cho người khác hơi ấm.

HÃY LẮNG NGHE SỰ SỐNG.

HÃY LẮNG NGHE SỰ BÌNH AN TRONG TÂM BẠN.





ĐỪNG ĐỂ AI PHÁN XÉT BẠN.

Đáp lại sự giận dữ
bằng cách cười
như một thằng ngốc,
**HƠN LÀ NỔI GIẬN NHƯ
MỘT THẰNG KHÙNG.**



A photograph of a small, dark-colored bird with a white patch on its wing, perched on a thin, light-colored tree branch. The branch extends from the top left corner towards the center. The background is a clear, pale blue sky. The lighting suggests it might be early morning or late afternoon.

Đừng ôm lấy quá khứ đau buồn
mà làm hụt hao hiện tại.

**SAO KHÔNG NÂNG NIU HÔM NAY
CHO NGÀY MAI TƯƠI SÁNG?**

**CHỚ XEM NHẸ SỰ CÓ MẶT CỦA NGƯỜI KHÁC.
CHỚ XEM THƯỜNG SỰ CÓ MẶT CỦA CHÍNH MÌNH.**





HẠNH PHÚC THẬT SỰ
CHỈ CÓ MẶT Ở
GIÂY PHÚT HIỆN TẠI.



CUỘC ĐỜI NHƯ MỘT ẢO ẢNH,
chúng ta tưởng tượng ra
ý nghĩa đặt trùm lên thực tại.

TRÍ TUỆ KHÔNG ĐẾN TỪ TƯ DUY,
MÀ ĐẾN TỪ SỰ TĨNH LẶNG TRONG TÂM.



Ajahn Brahm

Ajahn Brahmavamso, thường gọi là Ajahn Brahm, sinh ra và lớn lên ở thành phố Luân Đôn, tốt nghiệp ngành Vật lý Lý thuyết ở Đại học Cambridge. Ngày 5 tháng 12 năm 1974, ở tuổi hai mươi ba, Ajahn thọ cụ túc giới để trở thành tì kheo. Sau đó Thầy tu chín năm theo truyền thống thiền ẩn lâm của Thái Lan dưới sự hướng dẫn của đại lão thiền sư nổi tiếng Ajahn Chah.

Năm 1983, Ajahn Brahm được mời sang Úc để thành lập một tu viện ở Perth. Ngày nay AB là viện chủ tu viện Bodhinyana ở Serpentine. Năm 2014, tăng chúng thường trú ở tu viện này tất cả có hai mươi ba vị.

Năm 2005, AB khởi sự tạo dựng một trung tâm tu thiền nhằm cung ứng một môi trường phù hợp cho việc thiền định của người tại gia. Trung tâm Thiền Jhana Grove được khánh thành vào tháng Tư năm 2009. Từ đó, hàng năm có nhiều khóa tu được tổ chức tại đây.





Pháp là món quà cao quý hơn tất cả các món quà khác.

Đức Phật