

## **Cầu Nguyện và Thờ Phụng** (English Version Attached)

Nguyễn Thúy Loan Ph. D.



(Đề Tài này rất rộng, tác giả hạn chế trong những ý chính và trích dẫn một vài nghiên cứu để nhận biết niềm tin trong Phật giáo cùng những tôn giáo khác. Phần Phật Giáo Đại Thừa được dẫn chứng từ những tác phẩm nghệ thuật tranh vẽ cổ xưa của động Đôn Hoàng, Trung Hoa vào thế kỷ IV, nơi lưu giữ vô số những tài liệu quý giá của Phật Giáo và đã được UNESCO công nhận. Theo tác giả, tụng kinh hoặc niệm Phật trong bài viết, có thể được coi như cầu nguyện)

Cầu Nguyện và Thờ phụng là một phần không thể thiếu trong tôn giáo, tín ngưỡng hoặc văn hóa. Đôi lúc người ta mô tả giống nhau, tuy nhiên đôi lúc lại có định nghĩa khác nhau. Nhiều tôn giáo tin vào một vị Thần Linh Tối Cao (chẳng hạn như Chúa), có nhiều quyền năng, và cho là người tạo ra vũ trụ. Những tín đồ thường cầu nguyện vị Tối Cao đó để xin được hướng dẫn, bảo vệ và tha thứ cho tội lỗi của họ. Tuy nhiên, Phật tử không tin vào một vị thần linh tối cao nào; Phật tử tôn thờ Đức Phật, nhưng họ có cầu nguyện với Đức Phật như những người tin vào một vị Tối Cao, chẳng hạn như Chúa không? Nghiên cứu này sẽ nghiên cứu ý nghĩa của cầu nguyện, thờ phụng và đặc biệt là trong Phật giáo.

### 1. Cầu Nguyện và Thờ Phụng

**Cầu Nguyện:** Cầu nguyện là một danh từ, có nhiều định nghĩa về Cầu Nguyện. Ở đây lấy 3 định nghĩa được coi là gần gũi và thông dụng. Định nghĩa từ tự điển “Cầu nguyện là một yêu cầu khẩn thiết để được giúp đỡ hoặc bày tỏ lòng biết ơn gửi đến vị Tối Cao hoặc một đối tượng thờ phụng.” Định nghĩa thứ hai trong Dorothy Stone Harmon trong cuốn *sách Cầu Nguyện là ...: Một Nghiên Cứu Về Đối Thoại Tâm Linh (Prayer Is...: A Study of Spiritual Communication)*



viết, Cầu nguyện là giúp người ta nhận diện và khám phá về những đặc điểm trong từng trường hợp khi đối thoại tâm linh, hầu giúp người ta có cơ hội áp dụng và thực hành cho riêng mình. Định nghĩa thứ ba là về cầu nguyện từ Tổng Giáo Phận Chính Thống Của Hoa Kỳ gồm những tôn vinh, ngợi khen, cảm tạ, thú nhận tội lỗi và van nài sự giúp đỡ của Thượng Đế (Thiên Chúa). Tuy nhiên đôi lúc cầu nguyện cũng giống như mình đang tâm sự với chính mình. Phần lớn cầu nguyện luôn gần gũi với tôn giáo hơn bất cứ điều gì khác.

Có khoảng 650 lời cầu nguyện khác nhau trong Kinh Thánh. Tiến sĩ John F. Haught trong quyển *Giới Thiệu về Tôn Giáo (What is Religion?: An Introduction)* xếp cầu nguyện thành ba loại, và ông cũng đặt câu hỏi rằng: “Nếu cầu nguyện có hiệu quả, thì tại sao rất ít lời cầu nguyện được đáp ứng?” Nhưng sự thật người ta nhận thấy rằng những điều đáp ứng cho sự cầu nguyện đôi lúc giống như một sự ngẫu nhiên vô tình nào đó hoặc là một sự bí mật nào chưa khám phá được, bởi vì đáng mình cầu xin lắm lúc không tồn tại, và đối tượng tôn thờ có bao giờ nói gì với mình đâu. Cuối cùng, cũng khó ai có thể trả lời tại sao chỉ có một số lời cầu nguyện được đáp ứng, còn phần khác thì không.

**Thờ Phụng:** Trong tự điển nổi tiếng thế giới Webster giải thích sự thờ phụng là: hành động thể hiện sự tôn trọng và kính mến đối với vị Tối Cao bằng cách cùng với những người cùng đạo cầu nguyện: Đó là hành động thờ phụng Chúa hay Thượng Đế hoặc một vị Tối cao nào đó mà mình kính trọng, ngưỡng mộ.” Thật ra định nghĩa này diễn đạt bằng ngôn ngữ, nhưng hành động thể hiện bằng đức tin thì khác hơn nhiều.

John F. MacArthur trong quyển *Thờ cúng: Ưu tiên Tối Thượng* (Worship: The Ultimate Priority) định nghĩa rằng sự thờ phụng là sự tôn kính và tôn thờ hướng đến Thượng Đế. Nhưng rồi ông lại cho Thượng Đế là một vị có thật, cho nên ông nói, “Thượng đế tiếp tục phán xét người nào không tôn thờ ông nghiêm trang”. Nhưng trong thực tế, mọi người không nhìn thấy Thượng Đế; do đó, sự thờ phụng này chỉ dành cho các tín đồ. Rồi một định nghĩa khác của Webster là sự ngưỡng mộ hoặc kính trọng tột cùng đối với một vị nào đó. Thờ phụng có thể là thờ phụng một cái gì đó không phải người, hoặc là người có thật hay không thật.

## 2. Cầu Nguyện và Thờ Phụng Trong Phật Giáo

Để so sánh với một vị Thần Linh Tối Cao hay Chúa hay Thượng Đế, mọi người được hỏi tại sao họ tôn thờ Đức Phật nếu Phật không phải là một trong những vị trên. Phật tử có thờ thần tượng không? Giáo lý Phật Giáo dạy có nhiều loại thờ phụng, cúng kính. Phật Tử thờ Phật để thể hiện sự tôn kính, ngưỡng mộ. Tất cả các tôn giáo sử dụng các biểu tượng để thể hiện các khái niệm khác nhau. Trong Phật giáo, Đức Phật tượng trưng cho sự hoàn hảo của con người để mình noi theo. Tuy nhiên trong Phật Giáo cũng có nhiều khuynh hướng khác nhau. Chúng ta khảo sát 3 nhánh chính của Phật Giáo về cầu nguyện và thờ phụng như sau:

### a. Phật Giáo Nguyên Thủy (Theravada):

Phật Tử Nguyên Thủy (Theravada) cho rằng họ không tôn thờ một hình ảnh nào, cũng không cầu nguyện để mong đợi bất kỳ sự may mắn nào trong đời sống. Phật tử Nguyên thủy thực hành thiền để thanh lọc tâm trí, để có thể nhận ra chân lý của đạo. Phật Giáo Nguyên Thủy tin rằng không có ai tạo ra hoặc kiểm soát vũ trụ, và cũng chẳng có vị thần linh nào nghe và trả lời những lời cầu nguyện. Melford E. Spiro trong cuốn sách *Một truyền thống vĩ đại và Sự Thay Đổi Miền Điện* (A Great Tradition and Its Burmese Vicissitudes) đã phỏng vấn các nhà sư và khảo sát 19 trẻ em từ 7 đến 12 tuổi người Miến Điện như sau:



- Nhà sư trả lời: Lễ vật và lòng tôn kính Đức Phật trong việc thờ phụng ngài để mong được phước đức cho sự tái sinh tốt đẹp hơn, cũng có nghĩa là họ tin rằng khi họ chết trong bình yên, từ bi, không vương vấn, họ sẽ đạt được tái sinh hạnh phúc.
- Người ta hỏi trong 19 trẻ em được trả lời tổng quát như sau: Các em theo cha mẹ tụng kinh, niệm Phật và cầu nguyện từ nhỏ, nhưng các em không có ước muốn gì để cầu xin. Các em cũng tin vào Phật như cha mẹ là thờ Phật để mong được phước đức, và các em thường lạy Phật vào buổi tối.

### b. Kim Cang Thừa (Vajrayana Buddhism):

Phật giáo Tây Tạng hay còn gọi Kim Cang Thừa, Phật Tử nhánh này tôn thờ Phật bằng cách hành thiền và đọc sách thánh (Kinh Tạng). Có người thờ Phật ở nhà hoặc cùng nhau thờ chung trong nhóm. Phật giáo Tây Tạng không qui định ngày nào để thờ cúng



Những lá cờ cầu nguyện

lạy Phật, nhưng những ngày rằm và mồng một được cho là quan trọng. Người Tây Tạng cầu nguyện bằng cách tụng kinh “Aum mane padme hum” (Án Ma-Ni Bát Di Hồng). Ngoài ra còn có bánh xe cầu nguyện và những lá cờ cầu nguyện. Những người theo đạo Phật Tây Tạng tin rằng những lời cầu nguyện là một cách xây dựng công đức, đó là phần thưởng cho những việc làm tốt đẹp.



Bánh xe cầu nguyện

Công đức đó giúp họ trên đường đến Niết bàn. Kim Cang Thừa và Đại Thừa đều sử dụng chuỗi hạt cầu nguyện đến từ Kinh Mộc Hoạn Tử (Mokugenji) trong đó Đức Phật trả lời cho Vua Ba-Luu-Ly (Haruri), Nếu muốn diệt được phiền não, báo-chướng, nên xâu một chuỗi tràng 108 hạt bằng hạt cây tra (mộc-hoạn-tử) và thường đem theo mình; khi đi, ngồi, nằm, thường nên chí tâm, không phân tán ý, và niệm: Phật-Đà, Đạt-Ma, Tăng-Già (Namo Buddha – Namo Dharma - Namo Shanga), mỗi lần là lần qua một hạt” Vì vậy, chuỗi hạt được sử dụng để cầu nguyện như một phương pháp tu hành để tâm dừng lại những ham muốn vật chất.

c. Phật Giáo Đại Thừa (Mahayana) - Dẫn Chứng Từ Những Tranh Vẽ của Hang Động Đôn Hoàng (Dunhuang) Thế Kỷ Thứ IV.



Hang Động 172 vào thế kỷ thứ 8

Tín ngưỡng nổi bật của Đại Thừa là về Tịnh độ và Bồ Tát. Phật Tử Đại Thừa thường thờ Phật A-Di-Đà (Amitābha) và Bồ Tát (Bodhisattvas). Đức Phật A-Di-Đà được giới thiệu vào Trung Hoa khoảng thế kỷ thứ II. Trường phái Tịnh độ là thành công nhất ở Trung Quốc. Đa số Phật Tử Đại Thừa thực hành Tịnh độ. Các bức tranh ở Đôn Hoàng đề cập đến Phật A-Di-Đà và các nghi lễ thực hành. Trong hang động 172, bức tranh vào giữa thế kỷ thứ tám cho thấy Đức Phật A-Di-Đà là bậc thầy của Tây Phương Tịnh Độ, ngồi ở giữa hai vị Bồ

Tát: Quán Thế Âm (Avalokitesvara) và Đại Thế Chí (Mahasthamaprapta). Bức tranh diễn tả nghi thức thờ phụng Đức Phật A-Di-Đà có từ thời đó. Bốn vị Bồ Tát chính ở Đông Á là Địa Tạng (Ksitigarbha), Phổ Hiền (Samantabhadra), Văn Thù Sư Lợi (Manjusri) và Quán Thế Âm (Avalokitesvara) (QTA).

Bồ Tát Địa Tạng được mô tả là từ các hang động của Đôn Hoàng trước triều đại nhà Đường (618-907). Sau triều đại nhà Đường, ngài càng ngày càng được nhiều người biết đến. Tranh miêu tả là một nhà sư mang chuỗi hạt cầu nguyện. Ngài được tôn thờ như một vai chính trong các ngôi chùa. Bồ Tát Quán Thế Âm (QTA) rất phổ biến ở Đại thừa. Những tín đồ ngoan đạo thường cầu xin Bồ Tát về sức khỏe, may mắn và những phước



lành trần thế. Nhiều hang động ở Đôn Hoàng vẽ hình ảnh của Quán Thế Âm, như hang nổi tiếng ở Mogao, 384 vào khoảng năm 705 đến 780, với một vị Bồ Tát QTA quý. Bồ Tát QTA đã được hóa thân thành nữ thần cứu thế Guanyin của Trung Hoa (Cave 57, 618-704 AD -Mogao Cave, Đôn Hoàng). Các tín đồ tin rằng QTA có thể nghe thấy tiếng khóc của tất cả chúng sinh và cứu họ. Phật Tử Đại thừa coi QTA như nữ thần từ bi, là hiện thân của lòng nhân ái.

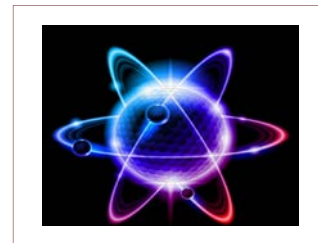
Trong cuốn sách *Hang động của Đôn Hoàng: Nghệ Thuật Phật Giáo Trên Con Đường Tơ Lụa Của Trung Hoa (Cave Temples of Dunhuang: Buddhist Art on China's Silk Road)* của Neville Agnew biên soạn, giải thích rằng có nhiều bản sao từ bản khắc gỗ về QTA và những lời cầu nguyện năm 868. Cuốn sách hướng dẫn lời cầu nguyện và tụng thần chú cho tín đồ, và được hứa với rằng họ sẽ trường thọ, xóa bỏ mọi tội lỗi và tái sinh ở cõi Tịnh độ. Ngoài những bản in khắc gỗ, cuốn sách có đóng dấu hình của Đức Phật.

Hang động 420 được thể hiện trong Kinh Pháp Hoa: Một giải thích qua Kinh Diệu Pháp Liên Hoa rằng, mọi người tin tưởng và tín nhiệm Bồ Tát Quán Thế Âm như những câu chuyện: một nhóm người chèo thuyền ra biển và gặp bão. Họ niệm Bồ Tát QTA, và đột nhiên cơn bão chấm dứt. Hang động 303 diễn tả, hai người nắm tay nhau sắp bị chết, họ niệm Bồ Tát QTA, thì người cầm gươm chém họ, gươm liền gãy, hang động này còn diễn tả tín đồ có thể cầu xin sanh con trai hay con gái.

Cầu nguyện và thờ phượng trong Phật giáo khác nhau giữa các quốc gia và từ nhánh này sang nhánh khác. Đôi khi khuynh hướng khác nhau. Đức Phật không yêu cầu chúng ta cầu nguyện. Ông khuyên chúng ta nên tập trung vào thiền định và niết bàn. Mục đích cuối cùng của Phật giáo là đạt đến giác ngộ.

### 3. Cầu Nguyện và Thờ Phượng Ảnh Hưởng Đến Sức Khỏe Như Thế Nào?

Làm thế nào để cầu nguyện và thờ phượng ảnh hưởng đến mọi người trong khoa học? Một cuộc thăm dò thống kê của Time/CNN cho thấy: 82% người Mỹ tin rằng cầu nguyện có thể chữa khỏi bệnh nghiêm trọng, 73% tin rằng cầu nguyện cho người khác có thể chữa khỏi bệnh và 64% bệnh nhân muốn các bác sĩ của họ cầu nguyện cùng họ.



- Niềm tin tôn giáo: Nghiên cứu tại Đại học Y khoa Dartmouth cho thấy những bệnh nhân có niềm tin tôn giáo mạnh mẽ khi phẫu thuật tim có khả năng phục hồi gấp ba lần so với những người ít tôn giáo.
- Chữa lành bệnh tật và sống lâu hơn: Tạp chí Journal of Gerontology báo cáo rằng trong số 4,000 người cao tuổi ở Durham, North Carolina, USA những người cầu nguyện hoặc hành thiền có khả năng đối phó với bệnh tật tốt hơn và sống lâu hơn những người không cầu nguyện hoặc không hành thiền.



Guanyin: Mogao Caves, #57,

- Ít bệnh tật hơn: Các nghiên cứu tại Đại học Cincinnati phát hiện ra rằng những người có cầu nguyện và hành thiền thì ít có triệu chứng bệnh nghiêm trọng hơn so với những người không thực hiện.
- Tăng mức độ dopamine: Tiến sĩ Andrew Newberg, giám đốc Trung tâm Tâm Linh và Tâm trí (Spirituality and the Mind) tại Đại học Pennsylvania phát hiện ra rằng cầu nguyện và hành thiền tăng mức độ dopamine trong thân thể, tức là cảm thấy vui và hạnh phúc hơn (vì chất dopamine làm cho mình phấn khởi).
- Chữa lành nhờ tâm linh: Ken Pargament thuộc Đại học Bowling Green nghiên cứu, Có 2 nhóm bị đau đầu kinh niên, họ cùng hành thiền nhưng một nhóm niệm câu có liên quan đến tâm linh như niệm Phật hoặc ví dụ như “Thiên Chúa là tốt, Thiên Chúa là hòa bình Thiên Chúa là tình yêu” và một nhóm khác niệm câu thần chú không có gì liên hệ đến tâm linh như “Cỏ thì Xanh, Cát thì nhuộm.” Nhóm hành thiền có câu tâm linh ít đau đầu hơn và chịu đau được nhiều hơn so với nhóm kia.
- Cơ thể khỏe mạnh hơn: Bác sĩ Herbert Benson, chuyên về tim mạch tại Đại học Y Harvard phát hiện ra rằng trong khi cầu nguyện và hành thiền, chất metabolism trao đổi trong cơ thể giảm, nhịp tim chậm lại, huyết áp giảm và hơi thở của chúng ta trở nên nhẹ nhàng và đều đặn hơn. Nhiều nghiên cứu cũng đã tìm thấy một thấy những người cầu nguyện (niệm Phật) hàng ngày có khả năng bị huyết áp cao ít hơn 40% so với những người không cầu nguyện hàng ngày.

Từ những nghiên cứu này, cho thấy cầu nguyện và thờ phượng không chỉ dành cho người có đạo, tín ngưỡng khiến mọi người cảm thấy tự tin khi giúp họ vượt qua bệnh tật và tâm linh là một phần rất quan trọng đối với cuộc sống và có thể giúp xây dựng một cơ thể khỏe mạnh hơn và sống lâu hơn.

**Kết Luận:** Cầu nguyện là sự đối thoại tâm linh với một người mà mình kính trọng và tin tưởng. Cầu nguyện cũng có thể được xin giúp đỡ hoặc bày tỏ lòng biết ơn gửi đến Thượng Đế hoặc một đối tượng thờ phượng. Thờ phượng là hành động thể hiện sự tôn trọng, kính mến và cảm ơn. Có nhiều sự khác biệt giữa cầu nguyện và thờ phượng, nhưng không ai có thể trả lời tại sao một số lời cầu nguyện nhận được đáp ứng và một số thì không. Cho nên cầu nguyện vẫn là một sự bí ẩn đối với mọi người.

Trong Phật giáo, Phật tử thờ Đức Phật để cảm ơn về những lời dạy của Ngài. Đức Phật không khuyến khích tín đồ của mình cầu nguyện hay thờ phượng, nhưng nhấn mạnh vào sự hành thiền và niết bàn. Tuy nhiên, Phật giáo thích nghi vào văn hóa của mỗi nước để biến đổi hình thức thực hành cho phù hợp. Ngoài ra, ba nhánh của Phật giáo Nguyên thủy(Theravada ), Kim Cang Thừa(Vajrayana ) và Đại thừa (Mahayana) có một vài điểm không tương đồng về sự thờ phượng và cầu nguyện. Niềm tin nổi bật trong nhánh Đại thừa là Cõi Tịnh độ và Bồ Tát. Tài liệu nghệ thuật như tranh vẽ được tìm thấy ở hang động Đôn Hoàng miêu tả sự sùng bái Phật giáo. Hơn nữa, Phật tử vẫn tin tưởng vào sự cầu nguyện cho mình công đức và ước muốn được chết bình yên cũng như tái sinh tốt đẹp.

California 11/2019

Tài liệu nghiên cứu (xin coi phần English)

## *Prayer and Worship*

Nguyen Thuy Loan Ph.D.

Prayer and worship form an integral part of a religion, belief, or culture. They are sometimes described the same, though other times they are recognized differently. Many religions believe in a god, a Being with full power as the Creator of the universe. Believers typically pray to god to ask him for guidance, for protection, and for forgiveness of their sins. However, Buddhists do not believe in a god; Buddhists worship the Buddha, but do they pray to the Buddha like God believers? This study will research the meaning of prayer, worship, and their differences in religions, especially in Buddhism using Buddhist scriptures found in Dunhuang.

### 4. What is prayer? What is worship?

What is prayer? Prayer is a noun and is defined in the dictionary as “a solemn request for help or expression of thanks addressed to God or an object of worship.”<sup>1</sup> Dorothy Stone Harmon in her book *Prayer Is...: A Study of Spiritual Communication* writes that “Prayer identifies and explores various characteristics of spiritual communication and offers opportunities for personal application and practice”<sup>2</sup>. The third definition is of “prayer” from the Orthodox Archdiocese of America “is doxology, praise, thanksgiving, confession, supplication and intercession to God.”<sup>3</sup> While those are the meanings of prayer, have you ever thought that a person praying could be in a conversation by himself? It seems prayer is closer to religion than anything else is.

How many types of prayers are there? There are about 650 different prayers in the Bible. Dr. John F. Haught in *What is Religion?: An Introduction* writes about three types of prayers:<sup>4</sup>

- Mystical Prayer
- Apophatic Prayer, which is a prayer of silence; and
- Activist Prayer, which is loving your neighbors and loving your enemies.

He also asks the question: “If prayer is effective, then why does it appear sometimes that so few of our prayers are answered?”<sup>5</sup> It may be truth that the responses to prayer are random, a secret, or just tricky, because most Beings they worship do not exist, and the objects they worship cannot talk back. Ultimately, no one can answer why some prayers get response, while some do not.

What is worship? The Webster dictionary explains that “worship is: the act of showing respect and love for a god especially by praying with other people who believe in the same god:

---

<sup>1</sup> Shaw, Ian and Jameson, Robert, *A DICTIONARY OF wmwvmtiMk* (Blackwell Publishers Ltd, 1999).

<sup>2</sup> Dorothy Stone Harmon, *Prayer Is...: A Study of Spiritual Communication* (The United States of America: Xlibris Corporation, 2009), Introduction.

<sup>3</sup> ‘What Is Prayer? — Greek Orthodox Archdiocese of America’, accessed 30 November 2016, [http://www.goarch.org/resources/prayers/what\\_is\\_prayer](http://www.goarch.org/resources/prayers/what_is_prayer).

<sup>4</sup> Haught Haught John F., *What Is Religion?: An Introduction* (The United States of America: Paulist Press, 1990), 252.

<sup>5</sup> *Ibid*, 253.

the act of worshipping God or a god or excessive admiration for someone.”<sup>6</sup> This definition shows that worship brings about both an attitude as well as acts which demonstrate more faith and discipline than people understand.

John F. MacArthur in *Worship: The Ultimate Priority* defines worship as “honor and adoration directed to God.” In this case, MacArthur considers God a real person, as in the book he writes “God repeatedly judged those who failed to worship Him properly.”<sup>7</sup> In reality, people don’t see God; therefore, this worship is only for His believers. Another definition is “excessive admiration for someone” from Webster’s dictionary. Worship can be to something and not only to someone, however that someone could mean that person may or may not exist.

There are three Greek words to describe the word “worship.”<sup>8</sup> The *Thiselton Companion to Christian Theology* By Anthony C. Thiselton

- Proskuneo: meaning to kiss,
- Sebomai: to reverence, hold in awe.
- Latreuo: to render religious service of homage.

## 5. Prayer and worship in Buddhism

To compare with god, people were asked why they worship the Buddha if he is not a god. Do Buddhists worship idols? The general idea from Buddha’s teaching is there are many kinds of worship. One kind of worship is showing respect to someone or something we admire. This is the type of worship Buddhists practice. All religions use symbols to express various concepts. In Buddhism, the Buddha symbolizes human perfection. It also reminds us of the human dimension in Buddhist teachings.<sup>9</sup> There are 3 main branches of Buddhism:

### d. Theravada Buddhism:

There are many branches in Buddhism. Theravada practitioners believe that they do not worship an image nor pray to it to expecting any pleasures while they are living. Theravada Buddhists practice meditations for purifying the mind in order that truth can be realized. In their minds, the universe is not controlled by any god or any Supreme Being who can hear and answer prayers.<sup>10</sup> Melford E. Spiro in his book *Buddhism and Society: A Great Tradition and Its Burmese Vicissitudes* interviewed monks and surveyed 19 children from 7 to 12 years of age.<sup>11</sup>

- o The monks responded that worship of the Buddha consists of offerings and paying homage, to earn merit for a better rebirth and also “is conducive to a good mental state,” which means they believe when they die in a state of tranquility, compassion, detachment, they will achieve happy rebirth.

---

<sup>6</sup> ‘Definition of WORSHIP’, accessed 30 November 2016, <http://www.merriam-webster.com/dictionary/worship>.

<sup>7</sup> John F MacArthur, *Worship: The Ultimate Priority* (Chicago: Moody Publishers, 2012), Chap 1.

<sup>8</sup> Anthony C Thiselton, *The Thiselton Companion to Christian Theology* (The United States of America: Wm. B. Eerdmans Publishing Co, 2015), 691.

<sup>9</sup> ‘If the Buddha Is Not a God, Then Why Do People Worship Him?’, accessed 29 November 2016, <http://www.buddhanet.net/ans6.htm>.

<sup>10</sup> Ibid.

<sup>11</sup> Melford E. Spiro, *Buddhism and Society: A Great Tradition and Its Burmese Vicissitudes* (The United States of America: University of California Press, 1982), 197-198.

- Children were asked:
  - Do you ever worship the Buddha? If so, how often?
    - 8 children worship Him nightly before retiring;
    - 10 children worship Him irregularly, and
    - one child worships Him twice daily in the morning and in the evening
  - Why do you worship Him?
    - 12 children worship Him to earn merit
  - Do you ever pray to the Buddha?
    - 14 children recite the Buddhist Common Prayer as part of their worship.
  - Is there any goal you hope to achieve by praying?
    - There are no cases of children praying for a specific goal.<sup>12</sup>

Burmese practice worship and prayers since they are children. Burmese Buddhism prayer is a part of their worship of the Buddha.

e. Vajrayana Buddhism:

Tibetan Buddhism practitioners worship by meditating and reading holy books. They worship on their own or in a group. They have no special day assigned for them to worship, but days before the full moon or half-moon are important.<sup>13</sup> Tibetans pray by chanting “Aum mane padme hum” as their prayers. There are also prayer wheels and prayer flags. Tibetan Buddhists believe that “prayers are a way of building up merit, which is the reward for doing good things. It helps you on your way to Nirvana.”<sup>14</sup> Vajrayana and Mahayana also use prayer beads that come from Mokugenji sutra. The Buddha answered King Haruri “King, if you want to eliminate earthly desires and to put an end to their suffering, make a circular string of 108 beads made from the seeds of Mokugenji tree. Hold it always to yourself. Recite ‘Nam Buddha – Nam Dharma - Nam Shanga.’ Count one bead with each recitation.”<sup>15</sup> Therefore, Buddhists use prayer beads string as a method of cultivating a stop to material desires.

f. Mahayana Buddhism: (A study of Dunhuang)

Prominent beliefs of Mahayana are of Pure Land and of Bodhisattvas. Practitioners of Pure Land worship Amida (Amitayus) Buddha and Bodhisattvas. The Amida Buddha was introduced into China very early in the second century. The Pure Land School was the most successful in China. The majority of Mahayana Buddhists practice Pure Land. Paintings in Dunhuang refer to Buddha Amida and related ritual practices. In Cave 172, the painting around the mid-eighth century shows the Amida Buddha is the master of the Western Pure Land, sitting in the center of the architecture, in between two bodhisattvas: Avalokitesvara and Mahasthamaprapta.<sup>16</sup> The painting shows the worship of Amida Buddha from that time. Pure Land devotees worship Amida by recitation and

---

<sup>12</sup> Ibid, 197-198.

<sup>13</sup> Sue Penny, *Buddhism* (London: Heinemann Educational, 1995),22.

<sup>14</sup> Ibid,21.

<sup>15</sup> Erik Wallker Wikstrom, *Simply Pray* (The United States of America: Skinner House Books, 2005), 60.

<sup>16</sup> Wu Hung, ‘Reborn in Paradise: A Case Study of Dunhuang Sutra and Its Religious, Ritual and Artistic Context.’, *Orientalism Magazine* 23, no. 5 (1992): 52–60.



visualization as practice.<sup>17</sup> The four principle Bodhisattvas in East Asian are Ksitigarbha, Samantabhadra, Manjusri and Avalokitesvara. Ksitigarbha is described as from the grottos of Dunhuang, pre-Tang dynasty. After the Tang dynasty, he became increasingly depicted as a monk carrying prayer beads. He was worshipped as a central role in temples.<sup>18</sup>

Avalokitesvara Bodhisattva is popular in Mahayana. Pious worshipers could pray to a Bodhisattva for health, wealth, and mundane blessings. Many caves in Dunhuang featured her in many portraits such as in Mogao, cave 384 around year 705 to 780, with a kneeling Bodhisattva. Bodhisattva Avalokitesvara had been transformed into the female savior goddess Guanyin of China.<sup>19</sup> Adorned in sumptuous jewels and silks, and wearing an image of Amida in her crown, she looks in kindly fashion upon the world whose distress she has vowed to relieve. Guanyin is the famous Bodhisattva of compassion. (Cave 57, 618-704 AD -Mogao Caves, Dunhuang) The devotees believe she can hear the cries of all beings and rescue them. Mahayana practitioners consider her as the goddess of compassion, the embodiment of loving kindness.

In the book *Cave Temples of Dunhuang: Buddhist Art on China's Silk Road* edited by Neville Agnew, Marcia Reed, and Tevvy Ball, they elaborate that there are many copies of the woodblocks print of the deity Avalokitesvara and the prayers associated with him date back to year 868. The book noted that “The prayer instructs believers that if they worship the deity whose image appears in the upper register of the print and chant his mantra, which is written in the lower register, they are promised longevity, elimination of all sins, and rebirth in the Pure Land.” It also states, “In addition to woodblocks prints, scrolls containing stamped impression of Buddha images” Fraser notes that “their origin, meaning and function were entirely different: they represented ritual stamping of Buddha images which was considered a meritorious act.”<sup>20</sup>

Cave 420 art is shown in *Lotus Sutra: The transformation Illustrations of Saddharmapundarika Sutra*, people believe and trust the Bodhisattva Avalokitesvara that “A group of people sail to the sea and encounter storms. They utter the name of Avalokitesvara, and suddenly the storm ceases.” The cave 303 expresses “Two persons with hands together are going to die. They utter their name of Avalokitesvara. The executioner’s sword broke suddenly.” Cave 303 also has the art that explains the prayer to have children of both genders. Lotus Sutra: The transformation Illustrations of Saddharmapundarika Sutra - Dr. Long’s ppt)

Prayer and worship in Buddhism differ from country to country and from branch to branch. They sometimes conflict, because the Buddha does not ask us to pray. He advises us “to focus on meditation and nirvana.”<sup>21</sup> The ultimate purpose of Buddhism is to reach enlightenment.

## 6. How are humans affected by prayers and worship?

---

<sup>17</sup> Kenneth Tanaka, *The Dawn of Chinese Pure Land Buddhist Doctrine* (The United States of America: State University of NY Press, 1990), 11.

<sup>18</sup> Shri Bhagavatananda Guru, *A Brief History Of The Immortals of Non-Hindu Civilization* (Chennai: Notion Press, 2015), 62.

<sup>19</sup> ‘Mogao Caves, Dunhuang’, accessed 29 November 2016, <http://www.art-and-archaeology.com/china/dunhuang/du13.html>.

<sup>20</sup> Neville Agnew, Marcia Reed, and Tevvy Ball, *Cave Temples of Dunhuang: Buddhist Art on China's Silk Road* (Hong Kong: Getty Publication, 2016), 34.

<sup>21</sup> Fogelin, *Archaeology of Early Buddhism*, 48.

How are prayer and worship affected to people in science? A Time/CNN poll found that: 82% of Americans believe that prayer can cure serious illness, 73% believe that praying for others can cure illness and 64% want their physicians to pray with them.<sup>22</sup>

- Religious beliefs: The research at Dartmouth Medical School found that patients with strong religious beliefs who had elective heart surgery were three times likely to recover than those were less religious.
- Healed of sickness and given longer life: The Journal of Gerontology reported that of the 4,000 senior citizens in Durham, NC, those who prayed or meditated coped better with illness and lived longer than those who did not.
- Less sickness: Studies at the University of Cincinnati found that those who practiced prayer and meditation experienced fewer and less severe symptoms than those who had not.
- Increased level of dopamine: Dr. Andrew Newberg, director of the Center for Spirituality and the Mind at the University of Pennsylvania found that prayer and meditation increase levels of dopamine, which is associated with states of well-being and joy.
- Spirituality heals: The research is also studied about spiritual Ken Pargement of Bowling Green State University advised people who suffer from migraines to meditate, repeating a spiritual affirmation, such as “God is good. God is peace. God is love.” Another group used a nonspiritual mantra: “Grass is green. Sand is soft.” The spiritual meditators had fewer headaches and more tolerance of pain than the nonspiritual.
- Stronger body: Dr. Herbert Benson, a cardiovascular specialist at Harvard Medical School discovered that during prayer and meditation, the body’s metabolism decreases, the heart rate slows, blood pressure goes down, and our breath becomes calmer and more regular. More research found a National Institute of Health funded study found that individuals who prayed daily were 40% less likely to have high blood pressure than those who did not pray daily.<sup>23</sup>

From these studies, which show prayer and worship are not only for the religious, beliefs make people feel confident in helping them overcome the sickness and that spirituality is very important part to life and can help build up a healthier body and longer life.

**Conclusion:** Prayer is spiritual communication to a Being that a person trusts and believes. It may also be request for help or expression of gratitude addressed to God or an object of worship. Worship is the act of showing respect, love, and thanks. There are many differences between prayer and worship, but no one can answer why some prayers get a response and some do not. Prayers are still magic or a mystery to people.

In Buddhism, Buddhists worship the Buddha to thank him for his teachings. The Buddha does not encourage his devotees to pray or worship, but emphasizes on meditation and nirvana. However, Buddhism adapts culture from country to country to reform a different way to practice.

---

<sup>22</sup> A. Ameling, ‘Prayer: An Ancient Healing Practice Becomes New Again’, *Holistic Nursing Practice* 14, no. 3 (April 2000): 40–48.

<sup>23</sup> Richard Schiffman, ‘Why People Who Are Healthier Than Those Who Don’t’, *The Huffington Post*, 19 March 2012.

Additionally, there are a few conflicts between the three branches of Buddhism in terms of worship and prayer. Prominent beliefs in Mahayana are the Pure Land School and Bodhisattvas. The art found in Dunhuang depict them showing Buddhist devotions. Moreover, Buddhists still pray for merit and their desires with their beliefs.

According to surveys and experiments, people who pray or meditate will stay healthier, live longer, and have stronger bodies.

#### Bibliography

- Agnew, Neville, Marcia Reed, and Tevvy Ball. *Cave Temples of Dunhuang: Buddhist Art on China's Silk Road*. Hong Kong: Getty Publication, 2016.
- Ameling, A. 'Prayer: An Ancient Healing Practice Becomes New Again'. *Holistic Nursing Practice* 14, no. 3 (April 2000): 40–48.
- Atone, Joji, and Yoko Hayashi. *The Promise of Amida Buddha: Honen's Path to Bliss*. The United States of America: Wisdom Publication, 2012.
- Bhagavananda Guru, Shri. *A Brief History Of The Immortals of Non-Hindu Civilization*. Chennai: Notion Press, 2015.
- 'Definition of WORSHIP'. Accessed 30 November 2016. <http://www.merriam-webster.com/dictionary/worship>.
- Fogelin, Lars. *Archaeology of Early Buddhism*. The United States of America: Altamira press, 2006.
- Harmon, Dorothy Stone. *Prayer Is...: A Study of Spiritual Communication*. The United States of America: Xlibris Corporation, 2009.
- Haight, Haight, John F. *What Is Religion?: An Introduction*. The United States of America: Paulist Press, 1990.
- Hung, Wu. 'Reborn in Paradise: A Case Study of Dunhuang Sutra and Its Religious, Ritual and Artistic Context.' *Orientalism Magazine* 23, no. 5 (1992): 52–60.
- 'If the Buddha Is Not a God, Then Why Do People Worship Him?' Accessed 29 November 2016. <http://www.buddhanet.net/ans6.htm>.
- Kosal. 'The Difference Between Prayer and Worship'. *Differences Between*, 10 March 2015.
- MacArthur, John F. *Worship: The Ultimate Priority*. Chicago: Moody Publishers, 2012.
- 'Mogao Caves, Dunhuang'. Accessed 29 November 2016. <http://www.art-and-archaeology.com/china/dunhuang/du13.html>.
- Penny, Sue. *Buddhism*. London: Heinemann Educational, 1995.
- Schiffman, Richard. 'Why People Who Are Healthier Than Those Who Don't'. *The Huffington Post*, 19 March 2012.
- Shaw, Ian, and Jameson, Robert. *A DICTIONARY OF wmwvmtiMk*. Blackwell Publishers Ltd, 1999.
- Spiro, Melford E. *Buddhism and Society: A Great Tradition and Its Burmese Vicissitudes*. The United States of America: University of California Press, 1982.
- Tanaka, Kenneth. *The Dawn of Chinese Pure Land Buddhist Doctrine*. The United States of America: State University of NY Press, 1990.
- Thimlar, Eugene. *The Process of Progress*. Westbow Press, 2012.
- Thiselton, Anthony C. *The Thiselton Companion to Christian Theology*. The United States of America: Wm. B. Eerdmans Publishing Co, 2015.
- 'What Is Prayer? — Greek Orthodox Archdiocese of America'. Accessed 30 November 2016. [http://www.goarch.org/resources/prayers/what\\_is\\_prayer](http://www.goarch.org/resources/prayers/what_is_prayer).
- Wikstrom, Erik Wallker. *Simply Pray*. The United States of America: Skinner House Books, 2005.