

DÒNG THIÊN TRÚC LÂM và NÚI BẠCH MÃ (THIÊN VIỆN TRÚC LÂM BẠCH MÃ)

Nguyễn Thúy Loan, Ph.D.

Như có một cái gì sống lại khi ngồi viết bài này về dòng Thiên Trúc Lâm và núi Bạch Mã. Sự kết hợp giữa tâm linh và thiên nhiên đưa ta vào một khoảnh khắc tuyệt vời huyền bí khi cảm nhận. Một dòng thiên Việt Nam do ông vua tài giỏi sáng lập và đắc đạo, một núi cao 1450 mét có mây trắng quanh năm trên đỉnh, dưới chân dòng nước lững lờ trôi của hồ Truồi trứ danh yên tịnh. Hai cảnh trí tạo ra cho người đến đây tự hỏi:

Ngàn năm mưa gió vẫn bay

Trăm năm có đứng chỗ này hay chưa?!

Muốn đến Trúc Lâm Bạch Mã phải đi thuyền qua hồ Truồi. Trên núi cao Bạch Mã có tượng Phật sùng sừng như chờ đợi khách lãng du quay về. Sự may mắn được viếng cảnh thiên viện và tịnh tâm trong vài giờ, vài ngày cũng là một duyên lớn đối với người Phật Tử. Chữ Duyên trong đạo Phật sẽ giải thích sự hiện hữu của Đất Trời, của cảnh vật và của chúng ta nơi đó. Duyên là điều khó hiểu và khó giải thích trong đạo Phật, nhưng có những điều chúng ta cũng không thể nghĩ bàn. Nên duyên cho ai về đây để tận hưởng những giờ phút yên lành trong hiện tại.



Thiên Viện Trúc Lâm Bạch Mã



Hồ Truồi dưới chân Thiên Viện

Dòng Thiên Trúc Lâm

Là một người Việt Nam, nhất là một Phật Tử, phần lớn ai cũng biết đến dòng thiên Trúc Lâm, do vua Trần Nhân Tông khai sáng. Ở đây, chỉ nói tổng quát, sơ lược cho những ai chưa đọc về những điểm nổi bật trong lịch sử Việt Nam, nhất là về Phật Giáo. Trước sự thành công đánh bại được Trung Hoa, hay nói cách khác là đánh bại được hoàng đế nhà Nguyên Hốt Tất Liệt, cháu nội của Thành Cát Tư Hãn, những danh tướng của Trung Hoa một thời, để giành một sự độc lập cho nước nhà. Vua Trần Nhân Tông đứng trước một đất nước tan hoang sau nhiều năm chiến tranh với phương Bắc, trong ý định thôn tính Việt Nam, ông đã phân vân tự hỏi mình phải làm gì để xây dựng, và làm thế nào để bảo vệ sự độc lập này. Vốn sinh ra được giáo dục kỹ về cả Nho Giáo và Phật Giáo, như học giả nổi tiếng Keith Taylor trong quyển *A History of the Vietnamese* (Lịch Sử Việt Nam) đã viết về Nhà Trần, “Những ông Vua nhà Trần và các hoàng tử đều được giáo dục kỹ, không chỉ về Nho Giáo, mà còn được dạy dỗ cả về Phật Giáo và họ đã xây

dựng cho đất nước những chùa chiền và bảo tháp tuyệt vời” (The Trần kings and princes were exceptionally well educated, and not only in Confucian classics. They were also trained in Buddhism, and they were great builders of temples and stupas.)(1) Nguyễn Duy Hình trong quyển *Triết Học Phật Giáo Việt Nam* cũng cho rằng, “Phật giáo Việt Nam đã đào tạo nên một tầng lớp trí thức dân tộc đóng góp vào sự hình thành nước Đại Việt độc lập.”(2) Và mái chùa cũng là nơi gần gũi nhất với mọi thành phần dân tộc, như bài thơ tuyệt bút *Nhớ Chùa* của Hòa Thượng Mãn Giác:

Trầm đốt hương thơm bay ngạt ngào
Thôn trên xóm dưới dạ nao nao
Dân làng tấm gọi lên chùa lễ
Mười bốn, ba mươi mỗi tối nào (3)

Vua Trần Nhân Tông đã đưa Nho Giáo thời bấy giờ đến gần Phật Giáo để thêm nhân sĩ giúp nước như George Dutton của quyển *Source of Vietnamese Tradition* (Nguồn gốc truyền thống Việt Nam) viết, “Không ai cảm thấy xung đột nào trong việc các vị vua Trần đã pha trộn tư tưởng Phật giáo và Nho giáo với nhau.”(Tran’s kings blended elements of Buddhist and Confucian (the sage’s) thought, which were not seen to be in conflict with each other.) (4)



Sự lèo lái đất nước của vua Trần Nhân Tông sau con bão chiến tranh, nếu ông không phải là một nhân tài thì phải là một thiền sư ngộ đạo. Hay nói đúng ông mang cả hai tính chất ấy. Mới đây tháng 10, 2019, tác giả có dịp đàm đạo về vua Trần Nhân Tông với Tiến Sĩ Lê Mạnh Thát, ông cho rằng thái độ ung dung, miệt mài đánh giặc để bảo vệ non sông, cho đến quá trình thưởng phạt sau chiến tranh là của một Thiền Sư. Chỉ có Thiền Sư mới thắng nổi trận chiến đầy cam go và vứt bỏ mọi sự thù hận dễ dàng để xây dựng đất nước.

Trong lúc đó Thiền Sư Thích Thanh Từ giảng trong *Trọn Một Đời Tôi* về sự độc lập của nước nhà, “Cho nên ở trên đất nước Việt Nam, mà tôi chỉ có mặt trong lãnh vực Phật giáo, chớ tôi không có mặt trong những lãnh vực khác. Vì thế ở trong lãnh vực Phật giáo, tôi phải làm thế nào cho Phật giáo Việt Nam đóng góp một phần lớn cho dân tộc, cho đất nước.”(5) Chẳng những thế, Taylor còn viết thêm rằng: “Vào thế Kỷ 13, phần lớn nhà Trần đều biết cả 2 ngôn ngữ Hán và Nôm” (Some, if not all, Tran family members were bilingual in the thirteenth century.)(6) Vua Trần Nhân Tông đã cố gắng chuyển Hán qua Nôm, để dân tộc độc lập cả về ngôn ngữ. Khuynh hướng này được Thiền Sư Thích Thanh Từ miệt mài dịch kinh điển và giáo lý Phật giáo ra Quốc Ngữ để Việt Nam hóa hơn 40 năm, mong hậu bối chúng ta được nhiều thuận lợi trong việc nghiên cứu về Phật Giáo.

Nhưng điều bàn luận ở đây là vua Trần Nhân Tông tu hành ra sao và đặc đạo như thế nào? Trước Nhất là ông khai sáng dòng Thiền Trúc Lâm, và Trúc Lâm đã mang đến cho Thiền Tông nói riêng và Phật Giáo Việt Nam nói chung một dòng thiền Phật Giáo Việt Nam, Thiền Sư Thích Thanh Từ diễn tả: “Chỉ có phái thiền Trúc Lâm Yên Tử, ông Tổ đầu là Trúc Lâm Đại Đầu Đà chính thực là người Việt Nam. Ông Tổ Việt Nam mới thông cảm tâm tư nguyện vọng phong tục tập quán của người Việt Nam, giáo hóa mới thích ứng nhu cầu người Phật tử Việt Nam.”(7) Phật giáo đời Trần là một điểm sáng chói của lịch sử Phật Giáo Việt Nam, mà không ai có thể phủ nhận. Nhưng Trần Nhân Tông ảnh hưởng và học hỏi sự tu hành này từ đâu? Những học giả

trong nước cũng như ngoài nước đều nhận định rằng Trần Nhân Tông ảnh hưởng nhiều từ ông nội Trần Thái Tông và thầy là Tuệ Trung Thượng Sĩ. Taylor viết, “Trần Khâm đã ảnh hưởng sâu sắc tư tưởng và thực hành Phật giáo của ông nội Trần Thái Tông.” (His grandson, Trần Khâm, followed his deep engagement with Buddhist thought and practice.)⁽⁸⁾ Trong lúc đó Nguyễn Duy Hinh viết về dòng Thiền Trúc Lâm Yên Tử, “Thực tế tư tưởng sơn môn Yên Tử phải kể từ Trần Thái Tông, Tuệ Trung thượng sĩ, hai tiền bối của Trần Nhân Tông. Cho nên nghiên cứu tư tưởng triết học sơn môn Yên Tử không thể không đề cập đến hai vị tiền bối đó.”⁽⁹⁾ Hai kiệt tác của vua Trần Thái Tông được nhiều người biết đến và đang phổ biến đó là Khóa Hư Lục và Lục Thời Sám Hối Khoa Nghi. Cả 2 tác phẩm này đều được làm đề tài nghiên cứu cho Luận án Tiến Sĩ Phật Học ở Hoa Kỳ. Khóa Hư Lục được trình ở Boston University và Lục Thời Sám Hối Khoa Nghi đang làm ở University of the West. Hãy nghiệm câu nói của vị Hòa Thượng trong núi nói với Trần Thái Tông đã làm cho ông thức tỉnh khi ông định lên núi tu, được ông nhắc nhở trong tác phẩm *Thiền Tông Chỉ Nam Tự*: “Trong núi vốn không có Phật, Phật chỉ ở trong tâm. Tâm lặng mà biết gọi là Chân Phật.”⁽¹⁰⁾ Điều này đã ảnh hưởng tư tưởng Trần Nhân Tông trong *Cư Trần Lạc Đạo*:

Mình ngồi thành thị,
Nét dùng sơn lâm,
Muôn nghiệp lặng, an nhàn thể tính,
Nửa ngày rồi tự tại thân tâm. (11)

Một lối sống đặc biệt của vua Trần Nhân Tông trong mấy câu kệ trên cho ta thấy được định lực và trí tuệ của ngài, nó siêu xuất như thế nào. Nói giống như thầy Thích Tâm Hạnh, “Một sự vượt thoát, thoát ra thực sự, vì sống ở nơi thành thị, nhưng phong cách, tinh thần và tâm ngài vẫn an nhàn tự tại như đang ở chốn núi rừng thanh vắng.”⁽¹²⁾

Tiền Sĩ Lê Mạnh Thát trong *Toàn Tập Trần Nhân Tông* giải thích, “Điểm quan trọng không phải là sống ở rừng núi hay thị thành. Vấn đề là làm sao giác ngộ được sự thật. Đây là mấu chốt của vấn đề. Ta đã thấy sự giác ngộ có thể tìm thấy ở bất cứ nơi đâu, đặc biệt là chính giữa cuộc đời trần tục đầy những hệ lụy thế sự.”⁽¹³⁾ Theo Nguyễn Duy Hinh, *Cư Trần Lạc Đạo* là một tác phẩm đậm chất triết học nhất (14)

Về Tuệ Trung Thượng Sĩ thì Trần Nhân Tông viết trong “Tuệ Trung Thượng Sĩ Ngữ Lục” và Pháp Loa (Nhị Tổ) khắc bản in, để tỏ lòng kính phục thầy mình:

“Càng nhắm càng cao,
Càng dùi càng cứng,
Bỗng nhiên vừa phía hậu,
Nhìn lại đã mặt tiền,
Ôi đó mới thật là,
Thiền của Thượng sĩ!”⁽¹⁵⁾



Vườn tháp Huệ Quang trong khu Yên Tử, nơi thờ Vua Trần Nhân Tông và những vị Thiền Sư cao đạo do tăng môn Thiền phái Trúc Lâm Yên Tử xây dựng vào năm 1309



Chùa Suối Tắm – Trong Khu Yên Tử - Thời Trần Nhân Tông

Khi nói đến Tuệ Trung Thượng Sĩ của Việt Nam, Thiền Sư Thích Thanh Từ viết, “*Tuệ Trung Thượng Sĩ Ngữ Lục* là một tác phẩm trác tuyệt, triết lý uyên thâm, văn chương thanh thoát.”(16) Sự đặc biệt ở đây vì Tuệ Trung là một cư sĩ, mà Thích Thanh Từ đã điềm rằng: “Thời Đức Phật có Duy Ma Cật, Trung Hoa có Bàng Long Uẩn và Việt Nam có Tuệ Trung Thượng Sĩ.”(17) Nhưng khi giảng pháp, phần lớn người ta ít đề cập đến Tuệ Trung. Có nhiều người Phật Tử Việt Nam còn không biết đến Tuệ Trung Thượng Sĩ là ai. Họ không ngờ Phật Giáo Việt Nam mình càng đào sâu thì càng thấy gần gũi và dễ hiểu. Thích Thanh Từ cho rằng: “nói đến đạo Phật là nói đến giác ngộ, không giác ngộ là không phải đạo Phật.”(18) Vậy mục đích chính là giác ngộ, nếu dòng thiền Trúc Lâm nói rõ sự giác ngộ, chỉ ra phương pháp tu hành giúp mình hiểu và tu dễ hơn thì thật là một điều quý hóa và hãnh diện cho người Việt Nam có được một kho tàng quý giá để nghiên cứu và học hỏi. Sự ảnh hưởng của vua Trần Nhân Tông từ Tuệ Trung Thượng Sĩ được diễn tả qua bài kệ nổi tiếng trong *Cư Trần Lạc Đạo*:

Cư Trần Lạc Đạo hây tùy duyên,
Đói đến thì ăn mệt ngủ liền.
Trong nhà có báu thôi tìm kiếm
Đối Cảnh Vô Tâm chớ hỏi thiền.(19)

Phân tích về Phật Giáo của Trần Nhân Tông đòi hỏi sự nghiên cứu tỉ mỉ và công phu mới có thể nhận biết về khái niệm kho tàng tâm linh truyền dạy của ông đã để lại cho người học Phật hậu lai chúng ta, trong đó có Việt Hóa Phật Giáo, Phản Quan Tự Kỳ, Bất Nhị và Mở Toang Cánh Cửa Thiền Tông... Giống như tác giả Nguyễn Lang (Thích Nhất Hạnh) diễn tả sự dạy dỗ của Trần Nhân Tông “Thiền ngày xưa chú trọng đến thiền tọa và tham cứu những thoại đầu, có tính cách đố kỵ cái học chương cú, bắt đầu lấy sự học hỏi kinh điển làm trọng. Không những thiền sinh học kinh Kim Cương và các bộ ngữ lục, họ còn học nhiều kinh khác, và học theo kiểu phân tích, chú giải và bình luận. Điều này là một hiện tượng mới trong thiền môn, và được thúc đẩy bởi một khuynh hướng tổng hợp giữa giáo tông và thiền tông, gọi là khuynh hướng ‘thiền giáo nhất trí’”(20) Đó là lý do Thiền Sư Thích Thanh Từ làm sống lại Trúc Lâm Yên Tử, “Khi chọn lựa, tôi chăm ngay cái điềm Phật giáo đời Trần. Tôi cho đó là một điềm son. Đó là thời gian xứng đáng để cho chúng ta nương theo mà tu, nương theo mà truyền bá và cũng nương theo mà thể hiện được tinh thần lợi dân ích nước.”(21) Và Nguyễn Lang nhận xét: “Bí quyết của Trúc Lâm là làm cho tâm hồn không vướng bận. Lòng không vướng bận nghĩa là không bị ràng buộc bởi thành bại đắc thất và bởi sự dòn chứa kiến thức. Đạt tới được tâm trạng tự do ấy là đạt tới sự an ổn thật sự; nhân ngã và tham sân không còn lay chuyển được tự thân, và thực tính Kim Cương bắt đầu hiển lộ.”(22)

Giống như nói ở trên, chúng ta dành phần nghiên cứu này cho một bài viết khác. Chẳng những nghiên cứu về dòng thiền Trúc Lâm Thế Kỷ thứ 13 của vua Trần Nhân Tông mà luôn cả dòng thiền Trúc Lâm tiếp nối của Thiền Sư Thích Thanh Từ vào thế kỷ 20, để tìm hiểu những hữu ích cho Phật Tử ta nói riêng và cho Phật Giáo Việt Nam nói chung. Tuy rằng dùng lý luận của nhị nguyên để diễn tả Thiền trong thế giới bất nhị là một điều càng nói càng sai. Giống như Thích Thanh Từ đã nói, “Nay giải thích về Yếu Chỉ Thiền Tông thật là một điều khó khăn vô kể, vì chỗ không được giải thích mà đem ra giải thích... Song với thời đại lý giải này, không cho phép chúng tôi làm theo người xưa, mà buộc lòng phải giải thích.”(23) Đúng như Phật Giáo đương đại ở Tây Phương đòi hỏi, phải được giải thích rõ ràng, được Agnes Heller lập luận trong quyển *A Theory of History* (Một Lý Thuyết Về Lịch Sử), “Tất cả mọi thứ đều mở để truy vấn và kiểm tra; mọi thứ đều phải chịu sự giám sát hợp lý và bác bỏ bằng lập luận.” (Everything is open to query and to testing; everything is subject to rational scrutiny and refuted by argument.) (24)

Nhưng rất tiếc Trung Hoa lại đô hộ Việt Nam lần nữa vào thế kỷ 15 (1407-1427), bao nhiêu kinh sách quý báu đã bị chở đi Trung Hoa hoặc cho đốt hết giống như Nguyễn Lang viết, “Tướng nhà Minh là Trương Phụ cho thu lượm hết các trước tác cũ mới của Đại Việt chở về Kim Lăng. Số những sách này còn sót lại, năm 1418 lại cho hai nhà trí thức nhà Minh là Hạ Thanh và Hạ Thì sang Đại Việt để thu lượm cho kỳ hết những tác phẩm Đại Việt. Đại Tạng Kinh thực hiện và ấn loát nhiều lần dưới triều Trần, mỗi lần in hàng ngàn cuốn, vậy mà ngày nay sách Thiên Tông Chỉ Nam, Bình Đẳng Sám Hối Khoa Văn của Trần Thái Tông, Thạch Thất My Ngữ, Thiên Lâm Thiết Chủy Ngữ Lục, Đại Hương Hải Ấn Thi Tập, Trúc Lâm Hậu Lục và Tăng Già Toái Sự của Trúc Lâm Điều Ngự và tám tác phẩm của Pháp Loa không tác phẩm nào còn lại.”(25)

Núi Bạch Mã và Thiên Viện Trúc Lâm Bạch Mã

Trước nhất chúng ta nói đến dãy núi Trường Sơn nằm dọc theo đất nước Việt Nam kéo dài từ thượng nguồn sông Cả tới tận cực nam Trung Bộ. Nếu huyền thoại một chút về Hồn Vọng Phu, thì dãy núi kéo nhau về thăm người đàn bà ngồi trông chồng hóa đá như lời của Lê Thương trong bài hát,

Nên núi non thương tình / kéo nhau đi thăm nàng.

Năm thành Trường Sơn vạn lý xuyên nước Nam...

Trường Sơn được chia thành Trường Sơn Bắc và Trường Sơn Nam, ngăn cách bởi đèo Hải Vân và núi Bạch Mã. Núi Bạch Mã nằm ở độ cao 1,450 mét so với mực nước biển, khí hậu lý tưởng quanh năm với nhiệt độ từ 19-21°C (66-70°F), Bạch Mã được xem là trung tâm của dãy Trường Sơn, giao hòa giữa hai miền Nam - Bắc. Năm 1932, Một kỹ sư người Pháp tên Girard chọn để trở thành một đồi cho căn cứ của chính quyền Pháp. Trong những năm tiếp theo, họ thành lập một ngôi làng bao gồm 139 biệt thự và khách sạn. Để tránh đi lại trên con đường dốc dài 19 km (12 miles) đến thị trấn lớn để mua sắm, một con đường được thành lập song song với một bưu điện, chợ và bệnh viện. Đến 1945, Pháp mất quyền cai trị ở Đông Dương, Bạch Mã cũng bị lãng quên và các biệt thự bị bỏ hoang, và hoàn toàn bị hủy hoại chỉ còn lại một vài bức tường đá. 1962 được chính phủ miền Nam Việt Nam tuyên bố là khu vực được bảo vệ. Năm 1986, khu vực này được thành lập như một công viên quốc gia.



Cổng Thiên Viện



Hồ Truồi nhìn từ Ni viện

Bạch Mã nằm giữa tỉnh Thừa Thiên-Huế và thành phố Đà Nẵng, (nơi đây có đèo Hải Vân nổi tiếng nằm cách Huế khoảng 60km (37miles) về phía Nam), cách biển 18km (11miles) đã tạo ra một khí hậu ôn hòa, và mát như cao nguyên Đà Lạt. Thiên viện Trúc Lâm Bạch Mã tọa lạc giữa lòng Hồ Truồi và gói đầu vào núi rừng Bạch Mã tạo ra một bức tranh thủy mặc thiên nhiên giữa núi và hồ. Thầy trụ trì Thích Tâm Hạnh diễn tả: “Ngày ngày mây trắng phủ đầu non;

khi thì trầm mặc, lúc lại bông bênh, có khi lại thông dong, tự tại. Nếu đứng từ độn Trì Giang, hay từ cầu Lương Điền (Truồi), hoặc nhìn từ Ngự Bình (Huế), ta trông thấy những áng mây trắng lững lờ có hình dáng như con ngựa. Vì thế, người ta gọi vùng núi này là Bạch Mã.”

Sau khi qua đò, muốn lên thiền viện Bạch Mã, chúng ta phải đi 174 bậc tam cấp (*). Đứng trước cổng tam quan thiền viện, ta bắt đầu cảm thấy không khí và cảnh trí khác lạ. Cái cảnh thiên nhiên không thể đem so sánh với những cảnh vùn trũng chài chuốt của nhiều nơi khác hay nhiều nước khác. Cây cối của rừng pha lẫn sự cấu trúc cây cối của chùa làm cho mình:

"Bận lòng chi nắm bắt
Trăm năm nữa còn không
Xin được làm mây trắng
Nhẹ nhàng trôi thông dong" (25)

Rồi nhìn thấy Hồ Truồi phẳng lặng giữa thiên nhiên, không làm lòng náo nhiệt như tiếng sóng biển, nhưng gió biển bay về pha trộn gió vi vút của rừng tạo ra một không khí nhẹ nhàng dễ chịu. Từng bước đi vào thiền viện, như tổ đường, chánh điện, lầu chuông, tăng viện, ni viện ... và xa xa có Phật Đài trên đồi cao làm ta có cảm tưởng đang về đất Phật. Rồi nghe tiếng chim hót giữa đất trời thênh thang, mình thấy thật bé nhỏ giữa cõi không gian vô tận.



Hồ Truồi về đêm

Cái cảnh đẹp thiên nhiên trời cho, cũng làm cho chương trình truyền hình “Huế Và Những Điểm Đến” giới thiệu đến khán giả cả nước về những cái đẹp của Bạch Mã thuộc cố đô Huế. Buổi tối, tiếng tụng kinh sám hối vang vang trong tĩnh mịch, lúc đó chỉ còn lại mình trong không gian yên tĩnh để tự nghiệm lại, để nhận ra và thấy lại chính mình; như Tuệ Trung nói “Phản quan tự kỷ bốn phận sự, bất tùng tha đắc”, một câu châm ngôn của dòng thiền Trúc Lâm, và cũng để nghiên cứu chính cái ngũ uẩn đã tạo ra vóc dáng này. Tác giả đến ở lại 3 ngày, mỗi ngày vẫn hành thiền 4 tiếng, khuya 2 tiếng và tối 2 tiếng, Tụng Sám Hối Lục Căn khoảng 1 tiếng. Về Bạch Mã mới thấy lòng thanh thoát,

mới yêu sự yên tĩnh của núi rừng. Rất tiếc là khi đi chỉ nghĩ để viếng thăm, nếu lần sau đến nhất định sẽ ở lâu hơn để tu tập.

Để kết thúc cho một bài viết theo cảm xúc về Thiền Viện Trúc Lâm Bạch Mã, một thiền viện trang nghiêm hòa với thiên nhiên, đứng sừng sững giữa núi rừng Bạch Mã, có mây trắng bay bay trên đỉnh, và bay cả dưới lòng hồ Truồi trắng xóa. Một dòng thiền Trúc Lâm như đang sống dậy giữa thế kỷ 21 trong Thiền Viện Trúc Lâm Bạch Mã mang cả hồn thiêng Yên Tử về, hòa quyện trong chốn núi rừng linh thiêng tạo ra một cảnh vật thực thực hư hư. Cảm giác ấy, nếu về đêm thì thật là:

Chùng như thực thực hư hư
Chùng như gió lặng, chùng như trăng ngừng! (**)

Tài Liệu Tham Khảo:

- (1) K.W. Taylor, A History of the Vietnamese, 117.
- (2, 9) Nguyễn Duy Hình, Triết Học Phật Giáo Việt Nam, 212, 188
- (3) Thích Mãn Giác, Nhớ Chùa - <https://phatgiao.org.vn/nho-chua-thich-man-giac-d12241.html>
- (4) George Dutton and Jayne Werner, John K. Witmore, Source of Vietnamese Tradition 53.
- (5, 21) Thích Thanh Từ Trọn Một Đời Tôi, 30–31
- (6) K W. Taylor, A History of the Vietnamese, 120
- (7) Thích Thanh Từ, Ba Vấn Đề Trọng Đại Trong Đời Tu Của Tôi, 30
- (8) Taylor, A History of the Vietnamese, 117.
- (10) Trần Thái Tông, “Thiền Tông Chỉ Nam Tự trong Thơ Văn Lý-Trần, 28:
- (11, 19) Trần Nhân Tông, Cư Trần Lạc Đạo (Thơ Văn Lý-Trần Nguyễn Huệ Chi, dịch tập 2)
- (12) Thích Tâm Hạnh, Chân Lý Thoát Ra Với Sơ Tổ Trần Nhân Tông
<http://www.truclambachma.net/thien-tong/phap-thoai/480-chan-ly-thoat-ra-voi-so-to-tran-nhan-tong.html>
- (13) Lê Mạnh Thát, Toàn Tập Trần Nhân Tông, 77
- (14) Nguyễn Duy Hình, Triết Học Phật Giáo Việt Nam, 188
- (15) Pháp Loa Đồng Kiên Cương, Tuệ Trung Thượng Sĩ Ngữ Lục, Lý Việt Dũng dịch, 534:
- (16-17-18) Thích Thanh Từ, Tuệ Trung Thượng Sĩ Ngữ Lục Giảng Giải
- (20, 22) Nguyễn Lang, Việt Nam Phật Giáo Sử Luận
- (23) Thích Thanh Từ, Thiền Tông Việt Nam Cuối Thế Kỷ 20
- (24) Agnes Heller, A Theory of History (Oxford: Blackwell Publishing, 1999), 41.
- (25) Nguyễn Lang, Việt Nam Phật Giáo Sử Luận, 360-361
- (26) Minh Niệm, Buông Xả - <https://thuvienhoasen.org/a19409/buong-xa>

https://vi.wikipedia.org/wiki/Núi_Bạch_Mã

<http://wikimapia.org/13269337/Hồ-Truồi>

<http://yentutunglam.com.vn/diem-tham-quan/chua-suoi-tam-22.html> (Hình Yên Tử)

<https://thuvienhoasen.org/p113a14910/2/thien-vien-truc-lam-bach-ma-thich-tam-hanh> (Hình Thiền Viện)

Tất cả hình hồ Truồi là do tác giả chụp

(*) Nếu có nhiều người già đi thì nên liên lạc thiền viện, có xe giúp đỡ.

(**) Không nhớ tác giả