

## Đời sống tăng đoàn ở Nalanda thế kỉ 7: Cây xỉ/chà răng theo ghi chép của pháp sư Nghĩa Tịnh

ISSN: 2734-9195 10:44 07/01/2025

“Đời sống tăng đoàn ở Nalanda (Ấn Độ) vào thế kỉ 7: cây xỉ/chà răng theo ghi chép của pháp sư Nghĩa Tịnh” bàn về điều 8 trong 40 điều (hay chương) của cuốn Nam Hải Ký Quy Nội Pháp Truyện/NHKQNPT, soạn giả là pháp sư Nghĩa Tịnh (635-713).

Tác giả: **Nguyễn Cung Thông [1]**

### Tóm tắt

Tựa đề “Đời sống tăng đoàn ở Nalanda (Ấn Độ) vào thế kỉ 7: cây xỉ/chà răng theo ghi chép của pháp sư Nghĩa Tịnh”. Bài này bàn về điều 8 trong 40 điều (hay chương) của cuốn Nam Hải Ký Quy Nội Pháp Truyện/NHKQNPT, soạn giả là pháp sư Nghĩa Tịnh (635-713). Tài liệu này ghi lại luật lệ mà tăng ni phải tuân thủ theo truyền thống Phật giáo Nguyên thủy (từ thời đức Phật Tổ). Không những là một nội quy của tăng đoàn vào TK 7, NHKQNPT còn là một cẩm nang y tế để giữ sức khoẻ lâu dài.

Điều 8 chép lại hoạt động xỉ/chà răng và súc miệng mỗi sáng bằng xỉ mộc ở Ấn Độ: từ kích thước, vật liệu cho đến phương cách vút bỏ sau khi dùng.

Ngoài ra Nghĩa Tịnh nhất quyết là tước xỉ mộc (nhai/đánh răng bằng xỉ mộc) không phải là tước dương chi (nhai/đánh răng bằng nhánh dương) như đa số tài liệu kinh kệ được dịch từ tiếng Phạn.

NHKQNPT còn cung cấp nhiều thông tin quý báu về nhân danh, địa danh rất ích lợi cho các nhà khảo cổ, ngôn ngữ hay lịch sử để tra cứu vấn đề thêm chính xác.

Thí dụ như Lâm Ấp cũng gọi là Chiêm Ba vào TK 7, Trung Quốc và Tây phương nghĩa là Ấn Độ chứ không phải theo cách hiểu ngày nay. Các lời bình phẩm của Nghĩa Tịnh cũng cho thấy lễ lối ứng xử khác nhau ở Trung Hoa so với Ấn Độ tuy

Tài liệu này góp phần không nhỏ trong việc soi sáng thêm lịch sử hình thành Phật giáo ở xứ Phật (Ấn Độ) và các nước Á Châu.

Từ khoá: Nghĩa Tịnh, xỉ mộc, dương chi, Na Lan Đà, Long Thọ/Thụ, Tây quốc, Ngũ Thiên, Trung Quốc, Phan, Phât.

Article's title "*Life of Sangha in Nalanda (India) in the 7th century: use of tooth wood*" from the writings of Yi Jing " This article discusses section number 8 in 40 sections of the book "*A Record of Buddhist Practices Sent Home from the Southern Sea*" written by the Chinese Buddhist monk Yi Jing (635-713). This text records traditional rules for Buddhism practitioners in the 7th century. The text is a health manual, particularly section number 8 details tooth cleaning by local tooth wood from its preparation, cleaning/washing operation to discarding stage. Yi Jing is adamant that jiǎo chǐ mù - tước xỉ mộc is different from jiǎo yáng zhī - tước dương chi , contrary to majority of Chinese texts translated from Sanskrit. His records also provides valuable information about place and people's names which archeologists, linguists and historians can explore in their research process.

For instance, in the 7 th century Lin Yi 林邑 was also named as Champa 占婆 at the same time, Zhong Guo 中国 and Xi Fang 西方 signified India in contrast to their current and different meanings (中国 means China, 西方 means European countries). Yi Jing's comments also shed light on different Mahayana and Hinayana practices in India versus China, which are important to further understanding of Buddhism history at large. Keywords: Yi Jing according to pinyin is yì jìng - Nghĩa Tịnh 義淨, chǐ mù - xǐ mōc 智默, yáng zhī - dương chí 陽智, Nà Làn Tuó - Na Lan Đà 那蘭陀, Lóng Shù - Long Thọ/Thụ 龍壽, Xī guó - Tây quốc 西國, Wǔ Tiān - Ngũ Thiên 五天, Zhōng Guó - Trung Quốc 中國, Fàn - Phan/Phạm 范, Fó - Phật 佛

Khoa học hiện đại đã cho thấy là tình trạng sạch sẽ của răng và miệng (oral hygiene - tiếng Anh) có ảnh hưởng không nhỏ đến sức khỏe con người. Ca dao tục ngữ tiếng Việt cũng đề cao tính chất của hàm răng như "*răng long đầu bạc; thứ nhất đau mắt, thứ nhì nhức răng; cái răng cái tóc là góc con người ...*", qua đó ta có thể thấy được phần nào vẻ đẹp (ngoại hình) và sức khỏe toàn diện con người.

Truyền thống người Việt, chăm sóc răng không đòi hỏi gì nhiều: từ nhỏ thì dùng tăm, khi lớn thì dùng cau khô ...v.v... Các tài liệu cổ của Phật giáo cũng kêu gọi tăng ni cần để ý chăm nom sức khỏe mình, đặc biệt là miệng và răng.

Bài viết này chú trọng đến điều thứ 8 (hay chương 8) của cuốn Nam Hải Ký Quy Nội Pháp Truyện do pháp sư Nghĩa Tịnh soạn vào khoảng đầu thập niên 690, điều 8 có tựa đề là Triều tước xỉ mộc 𦵑𦵑𦵑𦵑 (sáng sớm phải nhai/chà răng - tạm dịch/NCT). Một số Hán và Phạn tự được ghi lại để tránh trường hợp tối nghĩa và tiện cho người đọc tra cứu thêm khi cần. Các hoạt động giúp sức khỏe tăng lữ còn được pháp sư Nghĩa Tịnh ghi chép cẩn thận từ việc đi vệ sinh cá nhân (điều 18) cho đến việc rửa tay vào buổi ăn (điều 5), dùng nước sạch (điều 6 và 7), tắm rửa thân thể cho sạch (điều 20), tập thể dục/đi bộ (điều 23), phương cách trị bệnh tật (điều 27), phân biệt thức ăn sạch hay dơ, không dùng lại đồ ăn thừa (điều 4) ...v.v...

Sau khi biên soạn tác phẩm trên và gửi về nước (Trung Hoa), ngài trở lại Lạc Dương vào năm 695 và chính Võ Tắc Thiên (bấy giờ đã là hoàng đế Trung Hoa) đích thân ra nghênh tiếp. Các chữ viết tắt trong bài là NCT (Nguyễn Cung Thông), PG (Phật Giáo, sdd (sách đã dẫn), HV (Hán Việt), NHKQNPT (Nam Hải Ký Quy Nội Pháp Truyện). Tuy là người sau cùng trong ba nhà du hành nổi tiếng Trung Hoa (cũng là tăng sĩ/dịch giả) đã qua xứ Phật vào thời trung cổ, nhưng ngài ở đây ít nhất là 12 năm trong 25 năm lưu lạc ở "nước ngoài" lo học đạo, so với 10 năm của nhà sư Pháp Hiển và 16 năm của nhà sư Huyền Trang. Do đó các nhận xét và ghi chép của ngài rất sâu sắc và đáng chú ý.

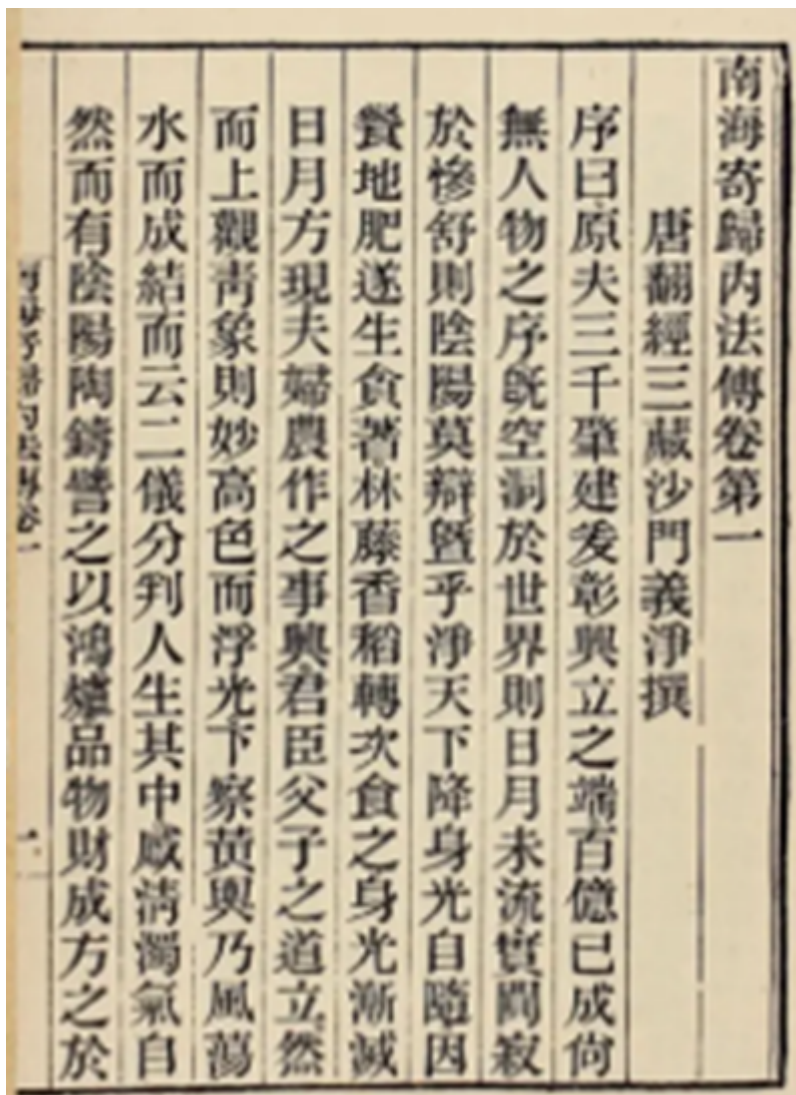
## 1. Pháp sư Nghĩa Tịnh và Nam Hải Ký Quy Nội Pháp Truyện

Pháp sư Nghĩa Tịnh 𦵑𦵑, tên tục là Trương Văn Minh 𦵑𦵑, sinh năm 635 ở Tế Châu (Sơn Đông) và xuất gia năm 14 tuổi. Ngài đã nghe tiếng thiền sư Pháp Hiển và Huyền Trang hành hương xứ Phật, nên nhất định theo đuổi ý định này để tìm hiểu Phật pháp thấu đáo hơn. Tới năm 37 tuổi, ngài mới có cơ hội đi tàu qua Srivijaya (bây giờ là Palembang ở Sumatra, từng là một trung tâm Phật giáo lớn trong vùng Đông Nam Á), ở đây 6 tháng học tiếng Phạn và tiếng Mã Lai, sau đó đi tàu sang Ấn Độ. Sau khi đậu "kì thi nhập học", ngài vào chùa[2] (tu viện) Nalanda được 12 năm tu học, so với 25 năm sống ở hải ngoại và thăm viếng được hơn 30 quốc gia. Ngài đem về nước khoảng 400 bộ kinh luận tiếng Phạn, cùng khoảng 300 viên ngọc xá lợi. Cho đến cuối đời vào năm 713, ngài luôn chăm chú dịch kinh từ tiếng Phạn (được hơn 50 bộ kinh). Một số tác phẩm nổi tiếng của Nghĩa Tịnh là Đại Đường Tây Vực Cầu Pháp Cao Tăng Truyện, Trọng

Quy Nam Hải Truyện, Nam Hải Kí Quy Nội Pháp Truyện, Phạn Ngữ Thiên Tự Văn  
□□□□ còn gọi là Phạm Đường Thiên Tự Văn, Đường Tự Thiên Man Thánh  
Ngữ □□□□ , □□□□ ...v.v...

Nam Hải Kí Quy Nội Pháp Truyện gồm 4 quyển và có 40 điều (chương) được coi như là nội quy cho các sa môn (tăng sĩ hay ni cô Phật giáo) phải noi theo cùng với các lý do và phê bình chi tiết của pháp sư Nghĩa Tịnh. Một số điều khoản trong NHKQNPT:

- 1) Phá hạ phi tiểu □□□□ (phá hạ[3] không phải là chuyện nhỏ - tạm dịch/NCT)
- 2) Đối tôn chi nghi □□□□ (cách ứng xử với đức Phật Tổ)
- 3) Thực toạ tiểu sàng □□□□ (ngồi ghế nhỏ trong bữa ăn)
- 4) Xan phân tịnh xúc □□□□ (phân biệt thức ăn sạch và dơ)
- ...
- 8) Triều tước xỉ mộc □□□□ (sáng sớm phải nhai/chà răng bằng xỉ mộc)
- ...
- 38) Thiêu thân bất hợp □□□□ (thiêu xác thân là không hợp lẽ trong PG)
- 39) Bàng nhân hoạch tội □□□□ (người ngoài cuộc mắc tội)
- 40) Cổ đức bất vi □□□□ (các điều sa môn già và đạo đức không làm)



Ảnh tác giả cung cấp

Trang đầu, cột thứ 1 từ bên phải: Nam Hải Kí Quy Nội Pháp Truyện - quyển đệ nhất, cột thứ 2 bên từ bên phải: Đường[4] phiên kinh tam tạng sa môn Nghĩa Tịnh soạn. Cột thứ 3 và phần đầu cột 4 từ bên phải: tự viết[5] nguyên phụ tam thiên triệu kiến, viên chương hưng lập chi đoan, bách ức dĩ thành thượng vô nhân vật chi tự - tạm dịch: từ nguyên thủy, khi ba ngàn thế giới được tạo dựng thì có dấu hiệu cho biết sự xuất hiện này. Khi mọi vật được tạo ra thì không phân biệt được người (động vật - NCT) và vật (tĩnh vật/đồ vật - NCT)...v.v... Một chi tiết cần ghi chú thêm ở đây là địa danh Nam Hải 南 海 có phạm trù nghĩa khá rộng và còn tùy theo thời kỳ nào: nét nghĩa chính là biển ở phía nam so với TQ, hay còn gọi là biển đông so với vị trí nước Việt Nam ... Biển này còn có thể bao gồm cả các khu vực như bán đảo Mã Lai, các đảo Sumatra, Java và các đảo nhỏ ở lân cận (các đảo Nam Hải có trên 10 nước - đây là nét nghĩa thời Nghĩa Tịnh). Vì pháp sư Nghĩa Tịnh soạn tài liệu này khi đang ở Srivijaya (phía đông đảo Sumatra), nên mới có tựa đề là Nam Hải Kí Quy Nội Pháp Truyện (tạm dịch/NCT: truyện kể nội quy của tăng sĩ/sa môn gửi về từ Nam Hải). Cần thận trọng khi đọc các địa danh cách đây hơn 13 TK, nhất là qua dạng kí âm của Hán ngữ: đây

chỉ là cách kí âm hay âm đọc gần đúng của một tiếng nước ngoài; thêm vào đó là câu văn Hán ngữ cách đây hơn 1300 năm nhiều khi tối nghĩa hay có nhiều cách diễn dịch, không kể việc chép lại sai nguyên bản...



Ảnh tác giả cung cấp

Bản đồ Nam Hải vào TK 17 gồm có Việt Nam, Champa, bán đảo Mã Lai, đảo Sumatra, đảo Java và các đảo lân cận.

Nghĩa Tịnh thường dùng Tây quốc 西國 để chỉ Ấn Độ, có lúc dùng Tây phương 西方 hay Tây thổ 西土, 西土 Bà La Môn quốc - so với các cách gọi khác như Tây thiên 西天, Tây vực 西域. Để ý Tây phương vào TK 7 có nghĩa khác hẳn với cách hiểu hiện nay. Tây thiên còn có một nghĩa nữa là cõi cực lạc[6] trong Tịnh Độ giáo. Để chỉ (nước) Trung Hoa thì Nghĩa Tịnh thường dùng Thần châu 神州, Xích huyện 赤縣 hay Đông Hạ 東夏 (các địa danh[7] này không dùng trong điều 8) - xem thêm chi tiết trong Phụ trương 3.

## 2. Phỏng dịch điều 8 - Triều Tước Xỉ Mộc 西木

Điều[8] 8 - Nam Hải Kí Quy Nội Pháp Truyện - quyển đệ nhất (tạm dịch/NCT) - tham khảo phiên bản Hán ngữ trong Phụ Trương 1.

Mỗi sáng sa môn[9] cần phải nhai, chà răng và cạo lưỡi bằng xỉ mộc, làm vậy như nề nếp hàng ngày[10]. Rửa tay và súc miệng cho sạch, xong rồi mới chào hỏi nhau. Nếu không thì sẽ đắc tội. Xỉ mộc là cây chà răng, tiếng Phạn là đạn xỉ

gia sắt giá: đan xỉ nghĩa là răng/ngà, gia sắt giá nghĩa là cái/thanh cây. Xỉ mộc dài 12 chiều ngang ngón tay, không nhỏ hơn 8 chiều ngang ngón tay, lớn khoảng ngón tay út. Nhai một đầu cho mềm rồi dùng đầu này để chà/lau cho sạch miệng. Khi gần một người đáng kính thì lấy tay trái che miệng nếu đang dùng xỉ mộc. Xong thì bẻ xỉ mộc, uốn cong nó để cạo lưỡi. Hoặc có thể dùng loại bằng đồng hay sắt làm đồ cạo lưỡi, hoặc lấy thanh tre hay gỗ, dẹp như bề mặt ngón út, vọt cho nhọn để xỉa/khều răng và bẻ cong để cạo lưỡi, cẩn thận đừng làm hại (thương tổn) đến miệng. Khi đã dùng xong thì rửa và vứt xỉ mộc ở một nơi vắng vẻ. Thường khi vứt bỏ xỉ mộc, hay khi khạc nhổ thì phải khảy ngón tay ba lần hay tăng hằng ít nhất hai lần. Nếu không làm như vậy thì có tội.

Nếu ở gần nông trại hay rừng rú thì thường lấy nhánh cây trách (tạc), cây cát (sắn). Nếu ở đồng bằng thì tùy ý dùng nhánh cây đào, mai, dương liễu làm xỉ mộc - phòng bị cho đủ, đừng để cho thiếu. Ướt[11] thì cho người khác, khô thì giữ lấy mà dùng. Sa môn trẻ thì dùng xỉ mộc tự nhiên, nhưng sa môn cao tuổi cần đập nát một đầu cho mềm trước khi dùng. Loại tốt là khi có vị đắng, chát, cay. Loại có đầu xỉ/chà răng mềm như bông gòn là tốt nhất. Rễ lá cây thu hồ[12] dùng làm xỉ mộc rất tốt (thu hồ hay thương nhĩ là cây có rễ ăn sâu vào đất hai tác xưa[13]). Xỉ mộc là răng cứng, miệng thơm, giúp tiêu hoá và giải trừ bệnh tim[14]. Dùng xỉ mộc trong nửa tháng thì chứng hôi miệng sẽ hết, chứng đau răng trong ba tuần[15] thì lành. Cốt yếu là nhai cho kỹ và lau/rửa cho sạch, súc miệng cho nhiều nước, nhổ hết nước miếng/nước súc miệng ra ngoài, Đấy chính là cách thức vậy.

Sau đó, uống bằng mũi một sao[16] nước, đây là phương pháp để được sống lâu[17] của ngài Long Thọ/Thụ. Nếu không quen uống (nước) bằng mũi như trên, uống bằng miệng cũng tốt. Áp dụng các phương cách trên lâu ngày thì ít bệnh tật. Chất bẩn (uế) ở chân răng tích tụ lâu ngày trở nên cứng, phải cạo cho sạch hết. Lấy nước (nóng) đắng rửa thì răng sẽ không bị hư suốt đời (chung thân). Đau răng ở đây (Ấn Độ) [18] rất hiếm vì hậu quả tốt lành khi dùng xỉ mộc xỉa/chà răng. Có vấn đề về cách hiểu xỉ mộc cho ra lẽ so với nét nghĩa dương chi (nhánh liễu): cây liễu ở Ấn Độ rất hiếm dù rằng người dịch thường dùng danh từ dương chi. Thật ra xỉ mộc của đức Phật không phải là từ cây dương liễu, chính tôi đã quan sát thấy ở chùa Na Lan Đà[19]. Tôi không cần tin hay nghe người khác nữa, cũng như người nghe[20] không phải mất công/lao trí. Tra kinh Niết Bàn tiếng Phạn thấy nói rằng "*khi nhai xỉ mộc*" thì rõ vậy. Có lúc[21] dùng cành liễu nhỏ, năm hay sáu, đều cho vào miệng nhai mà không biết súc/rửa miệng. Hoặc họ còn nuốt nước (trấp) từ xỉ mộc trong miệng để cho hết bệnh, cầu sạch sẽ mà lại trở thành dơ bẩn, muốn khỏi bệnh mà hoá ra mang thêm bệnh. Có phải họ đã biết được điều này hay không? Có giải thích cũng bằng thừa. Tục lệ 5 miền của đất Ấn Độ là nhai xỉ mộc để chà sạch răng, ngay cả đứa

bé lên ba[22] đã được dạy làm điều này. Giáo lý đạo Phật, thường dân ai cũng đã biết lợi ích ra sao. Tôi đã trình bày các điều tốt hay xấu về xử mộc, tùy tâm[23] (người đọc) mà thực hành hay bác bỏ[24].

### 3. Bàn thêm về điều 8 “*Triêu Tước Xỉ Mộc*”

**3.1** Cây xỉa/chà răng của sa môn từng được các nhà sư trước thời Nghĩa Tịnh ghi chép lại, tuy rất là sơ sài, tuy là một trong 18 món cần thiết mà tăng lữ luôn mang theo bên mình. Nên nhắc ở đây là phong tục cổ đại Ấn độ thường tặng nhau xỉ mộc và nước thơm cùng chúc nhau mạnh khỏe. Lịch sử PG Trung Hoa kể lại chuyện nhà sư An Thế Cao (sinh khoảng 148 - 180) đến Trung Hoa truyền đạo, là người đầu tiên dịch các kinh Phạn ngữ ra Hán ngữ được biết đến nhiều nhất. Trong cuốn "*Phật Thuyết Ôn Thất Tảo Dục Chúng Tăng Kinh*" ngài viết " ... 𑖀𑖩𑖫𑖭𑖮𑖱 ... " (... lục giả dương chi ... tạm dịch/NCT: sáu là dùng cây xỉ răng/nhành dương - một trong các hoạt động giữ vệ sinh cho chúng tăng).

Pháp sư Pháp Hiển (337-422) cũng từng ghi lại trải nghiệm về tước dương chi trong chuyến hành hương từ Trung Hoa đến Ấn Độ. Trong Phật Quốc Kí (chương 19), ngài ghi rằng [ ] (nam môn đạo đông Phật bốn tại thủ tước dương chi thứ thượng trung tức sinh trường thất xích - tạm dịch/NCT: ra khỏi cửa nam đi về hướng đông nơi đức Phật từng nhai/chà răng bằng nhánh dương và cắm xuống đất, sau mọc thành cây lên cao đến 7 thước xưa[25]).

Pháp sư Huyền Trang (602-664) đã từng ghi lại trong cuốn Đại Đường Tây Vực Kí rằng □□□□□□□□ (soạn thực kí cật, tước dương chi nhi tịnh... tạm dịch/NCT: ăn tiệc xong, dùng cây xỉ răng/nhành dương cho sạch).

Ngoài các truyện như trên, được kể lại từ nhân chứng lịch sử trong cuộc (từng trải nghiệm) về tục nhai/chà (đánh) răng (~ tước dương chi HV), các tài liệu Hán cổ cũng nhắc đến tập tục này như Tuỳ Thư[26]/Chân Lạp Truyện 真臘傳 ghi rằng 齧齒 (mỗi đán tảo tẩy 齧 dĩ dương chi tịnh xỉ 齧 độc tụng kinh chú - tạm dịch/NCT: mỗi sáng rửa ráy, lấy nhánh dương đánh răng, đọc kinh kệ). Nhà sư Cưu Ma La Thập 鳩摩羅什 (344-413), người dịch cuốn Đại Trang Nghiêm Luận Kinh 大莊嚴論 quyển 10 cũng dùng tước dương chi. Vào thời Nam triều nhà Tống (420-478), các nhà sư Phật Đà Thập (Buddhajīva) và Trúc Đạo Sinh (khoảng 360-434) trong cuốn 十誡 Di Sa Tắc Bộ 十誡 Di Sa Tắc Bộ Hòa Hải Ngũ Phần Luật cũng dùng "tước dương chi"...v.v...

Các tài liệu Hán cổ[27] cho thấy cách dùng tương đương dương chi, liễu chi, dương liễu chi, liễu mộc so với xử mộc (Nghĩa Tịnh). Cách dùng tước xử mộc 𣎵𣎵 từng xuất hiện trong Ma Ha Tăng Kỳ Luật quyển 34 - soạn bởi các sư Pháp

Hiển và Phật Bà Đạt Đà La/Buddhabhadra. Nghĩa nguyên thủy của dương chi là dương thụ chi (nhành cây dương), sau mang theo các nét nghĩa khác như cây chà/xỉa răng, người hầu/thê thiếp (theo phép ẩn dụ). Cũng nên nhắc ở đây là cây dương có nhiều loại, ít nhất là Bạch dương (白楊), Thanh dương (青楊), Xích dương (赤楊) và Hoàng dương (黃楊) ...v.v... Tóm lại dương chi hay nhành dương đã dùng ở Trung Hoa rất lâu cho việc chà/đánh răng (tước dương chi). Các tài liệu về nhai/đánh răng ở Ấn Độ như Pháp Hiển, Huyền Trang - trước thời Nghĩa Tịnh - cũng dùng tước dương chi, nhưng Nghĩa Tịnh phân biệt rõ ràng tước xỉ mộc ở Ấn Độ chứ không phải là tước dương chi vì dương chi (nhành dương - nhành dương liễu) rất hiếm thấy ở Ấn Độ - đây là chính là trải nghiệm của Nghĩa Tịnh. Bây giờ thì ít người biết dương chi (nhành dương) từng là tăm xỉa răng so với cách dùng hiện đại là nha thiêm 牙簪 (nha ~ răng, thiêm ~ cái thắm, tăm). Tuy nhiên tiếng Nhật vẫn còn bảo lưu cách dùng thời trung cổ dương chi qua dạng 陽枝 tsumayōji (nghĩa là tăm xỉa răng -trảo dương chi HV: dương rút gọn thành yō, chi thành ji).

Di Sa Tắc Bộ Hòa Hải Ngũ Phần Luật quyển 26 ghi lại câu trả lời của đức Phật Tổ về các vấn đề vệ sinh cá nhân - như bị hôi miệng, thức ăn không tiêu hoá - là "ứng tước dương chi" (dùng nhành dương để nhai/chà/xỉa[28] răng - tạm dịch/NCT). Tứ Phần Luật cũng ghi lại câu chuyện tương tự. Như vậy là các nhà sư đã dịch từ tiếng Phạn và "bản địa hoá" xỉ mộc của Ấn Độ thành nhành dương (dương chi) cho phù hợp hơn. Điều quan trọng là quyển 26 còn giải thích thêm 5 lợi ích khi dùng nhành dương để làm cho sạch răng: giải nhiệt, tiêu đờm, không hôi miệng, ăn uống tốt hơn (phân biệt được các vị), mắt sáng hơn (nhìn thấy rõ hơn). Ngoài ra, phần này còn chỉ ra 5 loại cây không nên làm xỉ mộc: cây sơn (tất thụ 漆樹), cây độc, cây xá di (xá di thụ 舍地樹), cây ma đầu (ma đầu thụ 麻頭樹) và cây bồ đề.

### 3.2 Phiên/dịch nghĩa và phiên âm tiếng Phạn

Điều 8 có 564 chữ Hán, trong đó hai cách dùng là phiên/dịch nghĩa (xỉ mộc, Long Thọ/Thụ) và 4 cách dùng là phiên âm (Phạn, Phật, Niết Bàn, Na Lan Đà) từ tiếng Phạn.

#### 3.2.1 Xỉ mộc

Pháp sư Nghĩa Tịnh giải thích xỉ mộc có gốc tiếng Phạn là 𑖦𑖻𑖳𑖜 đạn \*đa \*ca sắt sá HV. Chữ 𑖦𑖻𑖳𑖜 có các cách đọc là 𑖦𑖻𑖳𑖜 đĩnh khả thiết (Thuyết Văn Giải Tự, Quảng Vận), 𑖦𑖻𑖳𑖜 đĩnh tả thiết (Tập Vận) so với âm xỉ: 𑖦𑖻𑖳𑖜 xích thị thiết (Quảng Vận), 𑖦𑖻𑖳𑖜 xích lí thiết (Chánh Vận). Người viết/NCT chọn cách đọc 𑖦𑖻𑖳𑖜 là 𑖦𑖻𑖳𑖜 vì là âm cổ hơn so với xỉ. Chữ 𑖦𑖻𑖳𑖜 có các cách đọc \*ca (hay \*ka) 𑖦𑖻𑖳𑖜 cổ nha thiết (Thuyết Văn Giải Tự, Đường Vận), 𑖦𑖻𑖳𑖜 cư nha thiết (Tập

Vận, Chánh Vận) - âm gia HV là dạng ngạc hoá hậu kì của âm \*ca. Do đó, âm Phạn vào thời Nghĩa Tịnh ghi lại là đạn \*đa \*ca sắt sá hay là \*dandakasha, liên hệ rất rõ nét với với tiếng Phạn[29] là dantakāṣṭha (𑖳𑖻𑖅𑖬𑖫𑖞𑖪𑖥). Đây là một từ ghép của hai từ 𑖳𑖻𑖅𑖬 (dantaḥ) nghĩa là răng/ngà và 𑖫𑖞𑖪𑖥 (kāṣṭha) nghĩa là cây, do đó dantakāṣṭha ~ xỉ mộc, là một nhánh hay mảnh cây nhỏ dùng để làm sạch răng. Tiếng Phạn dantakāṣṭha còn được kí âm là (a) 𑖳𑖻𑖅𑖬 đạn đa ni sắt \*sai, chữ 𑖳𑖻𑖅𑖬 đọc là sai: 𑖳𑖻𑖅𑖬 sửu giai thiết (Đường Vận)  
 (b) 𑖳𑖻𑖅𑖬 đạn trắc \*ca sắt đa - trích từ cuốn "A Dictionary of Chinese Buddhist Terms: With Sanskrit and English" tác giả Lewis Hodous/William E. Soothill (1937, in lại nhiều lần).

### 3.2.2 Long Tho/Thu

Long Thụ[30] 龍樹 là phiên nghĩa (cận nghĩa) của luận sư Đại thừa Nāgārjuna (150-250): tiếng Phạn 龍樹 ghép hai chữ naga 龍 (rồng/rắn lớn) và arjuna 阿闍世 (cây, loại cây dại có gai thường gặp trong rừng); tên ngài theo truyền thuyết là do sinh ra ở dưới cây này. Các dạng kí âm cổ của Nāgārjuna là 龍樹 na cà át lạt thụ na, 龍樹 na cà át hạt thụ na hay 龍樹 na cà a thuận na so với 龍樹 na kiết a chu nột ...v.v... Long Thọ là vị bồ tát được xem như 'đức Phật Tổ thứ hai' vì các cống hiến của ngài cho giáo lý đạo Phật. Ngài là sơ tổ của phái Trung Quán hay Tam Luận và Tịnh Độ tông.

### 3.2.3 Nalanda - Na Lan Đà

Một số dạng kí âm khá dễ nhận ra như Nalanda: một chữ Phạn ghép ba chữ Phạn là na 𑖦𑖻 alam 𑖦𑖻𑖦𑖻 và da 𑖦𑖻 nghĩa là (nơi) trí tuệ cho ra không ngừng nghỉ[31] - thí vô yếm 𑖦𑖻𑖦𑖻 - nên (chùa, tu viện) Nalanda còn gọi là thí vô yếm tự 𑖦𑖻𑖦𑖻 (thí ~ cho, vô yếm ~ không giới hạn, không ngừng). Ngoài cách giải thích Na Lan Đà là thí vô yếm, ngài Huyền Trang còn ghi lại khả năng tên Na Lan Đà có thể từ truyền thuyết con rồng (long HV 𑖦𑖻𑖦𑖻 - naga 𑖦𑖻𑖦𑖻 tiếng Phạn) từng sống trong ao địa phương này. Nghĩa Tịnh giải thích nguồn gốc tên Na Lan Đà là lấy từ tên con rồng ở gần đó, tên là 𑖦𑖻𑖦𑖻 na \*cà[32] lan đà (trích từ cuốn (Đại Đường Tây Vực Cầu Pháp Cao Tăng Truyện, quyển hạ). Kí âm Hán ngữ của Nalanda là 𑖦𑖻𑖦𑖻 na lạn/lan đà - 𑖦𑖻 có hai cách đọc là lạn/khứ thanh hay lan/bình thanh. Nalanda còn được coi như là đại học chính quy đầu tiên trên thế giới và có cả kí túc xá cho sinh viên (tăng lữ) từ TK 5 cho đến TK 13. Theo ngài Huyền Trang thì nơi đây có thể chứa hơn 10000 sinh viên và 2000 giảng sư vào thời cực thịnh. Pháp sư Nghĩa Tịnh ghi lại khoảng 3000 đến 3500 tăng lữ khi đang tu học ở đây. Tăng lữ khắp nơi đến đây tu học, td. từ Trung Hoa, Nhật, Cao Li, Indonêsi, Việt Nam (Giao Chỉ), Ba Tư, Thổ Nhĩ Kỳ ...v.v...

### 3.2.4 Niết bàn

Niết bàn 涅槃 là kí âm của tiếng Phạn निर्वाण Nirvāṇa, tiếng Pali निब्बान Nibbāna. Nirvāṇa là một từ ghép của chữ nis (ra khỏi, mất) và vā (tắt) hay còn có những cách giải thích khác như vana là rừng, đường quanh co (pháp sư Huyền Trang) hàm ý sự mê muội/phiền não của nhân gian; do đó niết bàn là thoát khỏi sự phiền não...v.v... Là một khái niệm cốt lõi của đạo Phật, niết bàn từng có các dạng kí âm là 泥槃 , 泥盘 , 泥盤 , 泥潘 , 泥番 , 泥槃 , 泥盘 niết bàn na, niết bàn na, nê nhật, nê hoàn, nê bạn, nê bàn na, nật phước nam ... Các dạng dịch/phiên nghĩa là 泥槃 , 泥盘 , 泥盤 , 泥潘 , 泥番 , 泥槃 , 泥盘 diệt, diệt độ, tịch diệt, vô vi, giải thoát, tự tại, an lạc, bất sinh bất diệt...v.v...

### 3.2.5 Phạn/phạm

Một số từ có gốc tiếng Phạn nhưng vì hiện diện trong ngôn ngữ rất lâu (bản địa hoá cao độ) nên ít khi nhận ra nguồn gốc ngoại lai của chúng. Trong điều 8 của Nam Hải Ký Quy Nội Pháp Truyện thì có các từ phạn và Phật. Chữ phạn/phạm 𑖳 có gốc cũng như gọi tắt của tiếng Sanskrit (Phạn) 𑖳𑖳𑖳𑖳𑖳𑖳 brahman chỉ thần tối cao (tạo hoá) của Ấn Độ giáo, các âm dịch khác là 𑖳𑖳 phạm ma, 𑖳𑖳𑖳 bà la hạ mạ 𑖳𑖳 phạm lãm ma, 𑖳 [𑖳𑖳] 𑖳 bột[ khẩu lam] ma, 𑖳𑖳𑖳 một la hám ma ...v.v... Phạn có dạng cổ hơn là phạm, viết bằng bộ mục 𑖳 với thành phần hài thanh là phàm 𑖳 : âm cổ phục nguyên của phàm là \*bom so với âm cổ phục nguyên của phạm là \*blom (\*brom - so với tiếng Phạn brahman). Tham khảo thêm chi tiết trong bài viết[33] "*Những đợt sóng giao lưu ngôn ngữ Việt-Trung qua con đường Phật giáo - âm Hán Việt phạm hay phạn?*" cùng tác giả (NCT). Phạn/phạm còn mở rộng nghĩa như trong cách dùng Phạn Thổ 𑖳 chỉ nước Ấn Độ - xem thêm chi tiết trong mục 1 bên trên.

### 3.2.6 Phạt (Bụt)

Phật ☐ hay Bụt[34] (chữ Nôm ☐ bột HV) là kí âm cũng như gọi tắt của tiếng Phạn [buddha] buddha là người biết/giác ngộ (có gốc là động từ tiếng Phạn budh- có nghĩa là biết, ý thức được ~ giác HV). Các dạng kí âm là Bộ Đa [bō dā], Bộ Đà [bō dā], Bột Đà [bōt dā] / [bōt dā], Bộ Tha [bō thā], Hưu Đồ [hū đồ], Mẫu Đà [mẫu dā], Một Đà [một dā] / [mốt dā], Phật Đà [phật dā] / [phật dā], Mẫu đà [mẫu đà], Phật ☐, Yêu ☐, Phật Đồ [phật đồ], Phí Đà [phí đà], Phù Đà [phù đà], Phù Đầu [phù đầu], Phù Đồ [phù đồ] / [phù đồ], Phù Tháp [phù tháp], Phục Đậu [phục đậu], Vật Tha [vật tha], Vô Đà [vô đà] ...v.v... Các dạng phiên/dịch nghĩa của buddha là Giác giả [giác giả], Giác ngộ giả [giác ngộ giả] hoặc Trí giả [trí giả]; giác hay trí hàm ý tỉnh giấc/hiểu thấu (so với động từ gốc tiếng Phạn budh-) và giả chỉ người.

Trong bài viết Điều 8, Nghĩa Tịnh dùng từ đơn tiết Phật để chỉ đức Phật Tổ Thích Ca Mâu Ni. Nên nhắc ở đây là đức Phật Tổ Gautama được xem như hoá thân thứ 9 trong số 10 hoá thân của vị thần Vishnu của Ấn Độ giáo. Do đó đạo Phật có những khái niệm xuất phát từ Ấn Độ giáo, và sau này cũng chia thành nhiều phái, một điều mà pháp sư Nghĩa Tịnh cố gắng tìm hiểu và ghi lại trong các tác phẩm của ngài - đặc biệt là Đại thừa và Tiểu thừa. Đây là mục đích chính của các chuyến du hành qua Ấn Độ của các nhà sư tiên phong như Huyền Trang, Pháp Hiển trước đây, và đã ghi một ấn tượng không nhỏ trong cuộc đời xuất gia của Nghĩa Tịnh. Tham khảo thêm chi tiết trong loạt bài viết[35] "*Bụt hay Phật?*" cùng tác giả/NCT.

**3.3** Năm miền của Ấn Độ (Ngũ Thiên) Nghĩa Tịnh nhắc đến 五 ภูมิภาค[36], người viết/NCT tạm dịch là 5 miền của Ấn Độ hàm ý 5 vương quốc (triều đại) có ảnh hưởng lớn[37] vào TK 7 đến TK 12. Đó là các vương quốc Rashtrakutas, Palas, Cholas ... Biên giới các vương quốc này không cố định/chính xác - bản đồ dưới trích từ trang <https://grafosyssias.wordpress.com/ncert/7th/7th-history/7th-history-02/>



Ảnh tác giả cung cấp

Ngũ thiên theo học giả Takakusu (sdd, trang lii - dựa vào các chi tiết trong NHKQNPT) gồm có Aryadesa, Madhyadesa, Bramharashtra, Gambudvipa và

Hindu.

Hàm ý của pháp sư Nghĩa Tịnh trong cách dùng này khi nói 5 miền của Ấn Độ (ngũ thiên) đều dùng xỉ mộc để nhai/đánh răng - là mức độ phổ thông của tập tục này trên toàn bán đảo Ấn Độ, không chỉ thấy ở chùa Na Lan Đà mà thôi. Cách dùng này xuất hiện nhiều lần trong các tác phẩm của Nghĩa Tịnh - xem thêm chi tiết trong Phụ trương 3.

### 3.4 Nghĩa Tịnh bình phẩm về truyền thống Phật giáo ở quê nhà

Chỉ trong một chương nhỏ gồm 564 chữ Hán (điều 8) mà ta có thể cảm nhận được khả năng quan sát và phê bình sắc bén của pháp sư Nghĩa Tịnh. Ngài chỉ trích thói quen dùng nhánh dương liễu ở Trung Hoa để nhai chứ chẳng phải xỉ và chà răng cho sạch, có lúc lại nuốt cả nước miệng sau khi dùng vì tưởng là sẽ trừ được bệnh tật. Đây không phải là súc miệng cho sạch như tập tục tước xỉ mộc ở Ấn Độ, không những thế mà còn mang thêm bệnh hoạn sau này vì không dùng nước sạch. Có những nhận xét khác rải rác trong NHKQNPT cho thấy Nghĩa Tịnh không hài lòng với những thói quen ở quê nhà (Trung Hoa) như a) không phân biệt được thức ăn sạch hay dơ (điều 4) b) không làm sạch răng/miệng bằng xỉ mộc (điều 8) c) không rửa tay sau khi đi vệ sinh (ghi trong điều 18) ...v.v... Sau khi tận mắt chứng kiến các hoạt động của tăng đoàn Ấn Độ, ngài từng bồi hồi than thở rằng[38] "*Khi còn ở quê nhà, tôi nghĩ là mình đã hiểu biết nhiều về giới luật Phật giáo (vinaya), ít khi nào biết có ngày đến Ấn Độ để cho thấy là mình đã rất ngu muội*".

Ngài còn nhận xét thêm (điều 12) rằng "*Những thế hệ sau này của cả Trung Hoa đã quên các lễ luật PG nguyên thủy*". Trong quá trình tìm hiểu và ghi chép giới luật của Nghĩa Tịnh, đương nhiên là có những phép tắc cần không cần thay đổi vì môi trường bản địa quá khác biệt: y phục, tắm trong hồ (khí hậu Trung Hoa có thể rất lạnh). Tuy vậy, ngài không ngại phê bình thẳng thắn từ trải nghiệm của chính mình. Ngoài ra, Nghĩa Tịnh còn phê bình một số cách dịch hay phiên âm từ tiếng Phạn trước đây mà cách dùng không chính xác cho lắm:

a) Từ điều 19: danh từ tăng già 僧伽 dùng để chỉ người đi tu ở Trung Hoa, thật ra là cả một tăng đoàn (một đoàn thể có ít nhất 4 sa môn trở lên). Tăng già có gốc tiếng Phạn saṃgha 僧伽 hàm ý một nhóm người, tập hợp, đảng...

b) Từ điều 31: danh từ Karmadana Karma Karma tiếng Phạn gồm có chữ karma (việc làm) và dana (cho) hàm ý người trông coi việc theo đúng luật lệ PG; phiên âm HV là yết ma đà na 耶摩陀那. Theo Nghĩa Tịnh[39] dịch là duy na giả 唯那假 thì không chính xác (phi đã 唯 ) vì duy là trật tự (kỷ cương) còn na là từ tiếng Phạn. Trong Đại Đường Tây Vực Cầu Pháp Cao Tăng Truyện thì ngài giải thích

thêm duy na chỉ là dạng tóm tắt[40].

## 4. Kết luận

Tóm lại, tìm hiểu điều 8 của NHKQNPT cho ta thấy nhiều kết quả thú vị: đầu tiên là kỷ luật hay nội quy rất nghiêm khắc của tăng đoàn PG vào TK 7. Pháp sư Nghĩa Tịnh đã đạt được phần nào mục đích của chuyến du hành qua xứ Phật khi ghi lại tỉ mỉ các hoạt động hàng ngày của tăng lữ. Tài liệu này còn có thể coi như là một cẩm nang sức khỏe, y tế rất ích lợi cho cuộc sống cá nhân hay tập thể cũng như các khác biệt về tập tục của hai nước lớn ('cường quốc' - Trung Hoa và Ấn Độ) vào thời trung cổ. Ngài không hài lòng với một số thói quen ở quê nhà vì không biết tường tận lời đức Phật Tổ dạy, một phần là do "*dịch giả*" đã chuyển ngữ không chính xác từ kinh kệ tiếng Phạn, một phần do sự ngu muội và thiếu kiến thức "*khoa học*" thường thức. Thí dụ như xỉ mộc khác với dương chi (nhành dương) từ kích thước, vật liệu cho đến cách dùng.

Đây có thể là nguồn gốc của cây tăm xỉ răng chăng? Có tác giả đã từng đặt vấn đề như vậy[41]. Ngoài ra Nghĩa Tịnh nhất quyết là tước xỉ mộc (nhai/đánh răng bằng xỉ mộc) không phải là tước dương chi (nhai/đánh răng bằng nhành dương) như đa số tài liệu kinh kệ được dịch từ tiếng Phạn. Trong cuốn Đại Đường Tây Vực Cầu Pháp Cao Tăng Truyện quyển thượng, ngài cũng nhắc lại điều này[42] (cây xỉ mộc không phải là dương liễu). Không những là các ghi chép về cách dùng cho người ít tuổi đến người già, Nghĩa Tịnh còn chỉ cho biết phương cách vất bỏ các xỉ mộc sau khi dùng, một giai đoạn ít người để ý cho các đồ "*phế thải*". Trong những mục đích như là tài liệu lịch sử tôn giáo quan trọng, NHKQNPT còn là một nguồn dữ liệu về ngôn ngữ, lịch sử và địa lý rất đáng khai thác thêm. Thí dụ như trong phần giới thiệu của NHKQNPT, ngài ghi rằng "*Từ Hoan Châu đi bộ về hướng Nam khoảng hơn nửa tháng, hay sau năm hay sáu thuỷ triều khi đi tàu, sẽ đến Chuỷ Cảnh*[43]. *Đi về phía nam nữa sẽ đến Chiêm Ba*[44] *hay Lâm Ấp*". Thành ra các tài liệu như NHKQNPT cung cấp nhiều thông tin quý báu về nhân danh, địa danh cổ để tra cứu cho thêm mức chính xác trong quá trình tìm hiểu chúng. Hi vọng bài viết này sẽ là một động lực cho người đọc tìm hiểu sâu xa hơn về lịch sử Phật giáo và khám phá nhiều kết quả thú vị hơn nữa.

## Phụ Trương

### 1. Bản Hán văn của Nam Hải Ký Quy Nội Pháp Truyện - đọc theo thứ tự trang (A) (B) (C)

八朝嚼齒木  
每日旦朝須嚼齒木揩齒刮舌務令  
如法鹽漱清淨方行敬禮若其不然  
受禮他處皆得罪其齒木者梵云  
憚哆家瑟訶憚哆譯之為齒家瑟訶  
即是其木長十二指短不減八指大

(A)

牙疼西國迥無良為嚼其齒木豈容  
不識齒木名作揚枝西國柳樹全稀  
譯者韓傳斯号佛齒木樹實非揚柳  
那爛陀寺目自親觀既不取信於他  
聞者亦無勞致惑檢涅脰經梵本云  
嚼齒木時矣亦有用細柳條或五或  
六全嚼口內不解漱除或有吞汁將  
為病求清潔而返穢莫去疾而招  
病或有斯亦不知非在論限然五天  
法俗嚼齒木自是恒事三歲童子咸  
即教為聖教俗流俱通利益既中咸  
否行捨隨心

(C)

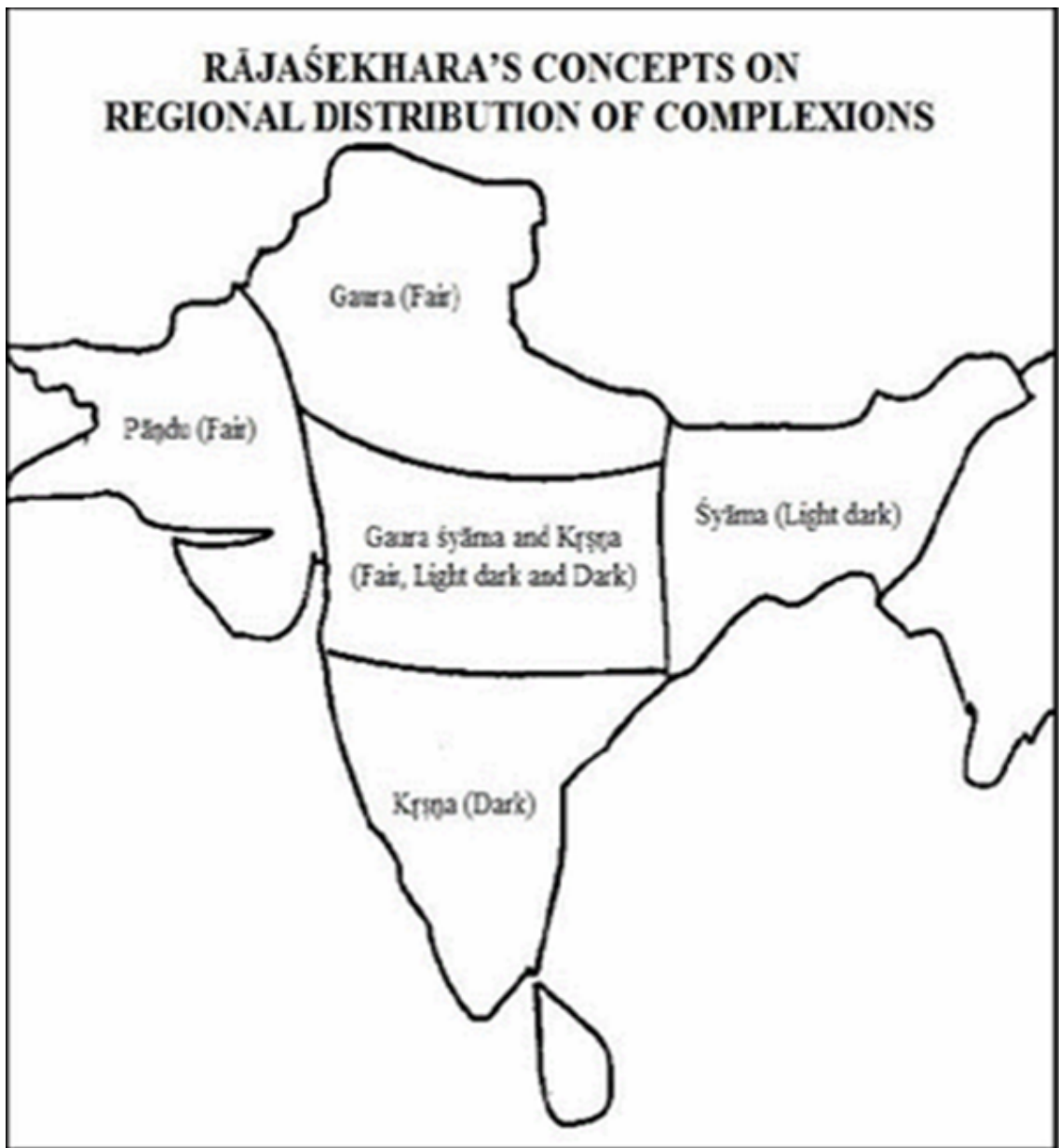
如小指一頭緩須熟嚼良久淨刷牙  
間若也逼近尊人宜將左手掩口用  
羅摩破屈而刮舌或可別用銅鐵作  
刮舌之算或取竹木薄片如小指面  
許一頭纖細以剔斷牙屈而刮舌勿  
令傷損亦既用羅即可俱洗素之屏  
屢凡棄齒木若口中吐水及以痰唾  
皆須彈指經三或時聲效過雨如不  
尔者棄便有罪或可大木破用或可  
小條截為近山莊者則炸條葛蔓為  
先處平嚼者乃指挑槐柳隨意預叙  
脩擬元令關乏濕者即須他授乾者  
許自執持少壯者任取嚼之老宿者  
乃推頭使碎其木條以苦澁辛幹者  
為佳嚼頭成絮者為家鹿胡菜根極  
為精也嚼齒木堅齒口香消食去  
痰用之半月口氣頓除牙疼齒億三  
旬即愈受須熟嚼淨指令涎痰流出  
多水淨漱斯其法也次後若解鼻中  
飲水一抄此是龍樹長年之術必其  
鼻中不串口飲亦佳久而用之便少  
疾病然而牙齒根宿穢積久成堅刮之  
令盡苦澁淨漱更不腐敗自至終身

(B)

Ảnh tác giả cung cấp

**2. Hành trình[45] của pháp sư Nghĩa Tịnh đến Ấn Độ tu học (và về lại Trung Hoa) - trích từ trang 353 cuốn "Texts and Transformations - Essays in Honor of the 75th Birthday of Victor H. Mair" chủ biên Haun Saussy - NXB Cambria Press (2018).**





Ảnh tác giả cung cấp

Tiếng Anh: Dark ~ nước da ngăm đen, Light dark ~ hơi ngăm đen, Fair ~ nước da trắng.

Một dữ kiện thú vị nữa là địa danh[48] Chi Na 支那 từng xuất hiện trong các kinh Phật bằng tiếng Phạn, qua các ghi chép của Nghĩa Tịnh: td. trích từ điều 25 NHKQNPT: 支那國沙門等詐稱如西國名大德道因支那國名, 實則無別義 - tạm dịch/NCT: 'còn tên Ấn Độ gọi nước Đại Đường là Chi Na, chỉ là tên gọi mà không có nghĩa gì đặc biệt'. Cũng theo Nghĩa Tịnh trong Đại Đường Tây Vực Cầu Pháp Cao Tăng Truyện. Quyển thượng thì có một chùa có hơn năm trăm năm gọi là Chi Na Tự 支那寺 - bây giờ chỉ còn nền gạch - mà bô lão ở đây kể rằng "Vua Thất Lợi Cấp Đa[49] đã xây cho các tăng từ nước Chi Na đến ở".

So sánh với tên Trung Quốc bây giờ là China (tiếng Anh, Đức, Hà Lan, Galician, Bồ Đào Nha, Romanian, Swahili, Hunsrik), Cina (tiếng Indônêsi-a, Ý), Kina (tiếng Albanian, Đan Mạch, Hi Lạp, Icelandic, Serbian, Thụy Điển, Hung Gia Lợi, Na Uy, Macedonian), Chine (tiếng Pháp)...v.v...

#### **4. Hiện nay ít thấy tăng, ni dùng xỉ mộc hay dương chi so với bàn chải và thuốc đánh răng.**

Một số nước ở Châu Phi và Hồi giáo vẫn còn giữ tục lệ này - cây nhai/chà răng này gọi là miswak - danh từ này có gốc từ tiếng Ả Rập nghĩa là cây đánh răng. Người viết/NCT có tìm hiểu thêm về thương hiệu (miswak) trong vài tiệm tạp hoá Ấn Độ ở Melbourne (tháng 1 năm 2025), nhưng không thấy cây nhai/chà răng (xỉ mộc) mà lại thấy bán thuốc đánh răng (toothpaste tiếng Anh) hiệu miswak.



Ảnh tác giả cung cấp

Một hàng bán xỉ mộc (miswak) và hình chụp gần một đầu dùng để đánh răng. Có thể xem xỉ mộc như là một dụng cụ "đa năng" làm sạch răng (multifunctional teeth cleaning tool - tiếng Anh) vì có thể

- chà răng/đánh răng (toothbrush ~ bàn chải đánh răng)
- xỉa răng (toothpick - dùng đầu có các sợi đã mềm để khều chân răng, an toàn hơn tăm cứng)
- cạo lưỡi (tongue scraper - bề cong xỉ mộc để cạo lưỡi/Nghĩa Tịnh)
- sát trùng[50] (antibacterial - tốt cho răng và miệng) từ một số cây như *Salvadora persica* (cây Arak - Arak tree) ...v.v...

## Chú thích

[1] Nghiên cứu tiếng Việt độc lập (Melbourne, Australia) - địa chỉ email  
nguyencungthong@gmail.com

[2] Trong Đại Đường Tây Vực Cầu Pháp Cao Tăng Truyện, Nghĩa Tịnh phê bình là tự 𡵓 (chùa) là cách phiên/dùng không chuẩn (𡵓𡵓𡵓𡵓 bất thị chính phiên), so với cách dùng 𡵓𡵓 bì ha la (phiên âm tiếng Phạn vihara 𡵓𡵓𡵓𡵓 là nơi thờ thần/Phật, chùa, tu viện ...). Tuy nhiên ở đây ngài vẫn dùng tự (~ chùa) cho Na Lan Đà.

[3] Hạ ☐ có nhiều nghĩa (td. mùa hè, nhà lớn, Trung Hoa ...): ở đây nghĩa là thời gian ba tháng hay khoảng 9 tuần (nhất hạ cử tuần) mùa mưa - tăng lữ ở một chỗ (an cư) như chùa, nhà nhỏ, gốc cây mà không được đi đâu. Thành ra có nhiều cách dùng liên hệ như sơ hạ (đầu hạ), hạ thủ (ngày đầu hạ), mãn hạ, kết hạ, phá hạ ...v.v...

[4] Có phiên bản không ghi chữ Đường (hay Đại Đường) - xem thêm ghi chú 4.

[5] Có phiên bản không ghi hai chữ này (tự viết). Người đọc nên để ý điều này (tam sao thất bản) dẫn đến khả năng lý giải khác nhau của cùng một tài liệu như NHKQNPT chẳng hạn.

[6] Thế giới cực lạc 卍 hay thiện giải thế giới, thanh thái thế giới, tây phương tịnh thổ, a di đà phật tịnh thổ là phiên nghĩa từ tiếng Phạn Sukhāvātī 卍 gồm hai từ sukha nghĩa là vui (lạc HV) và vat nghĩa là đầy - phiên âm là 卍 tô kha phước đế, 卍 tô kha phước đế, 卍 tu a ma đề ...V.V...

[7] Tên gọi (nước) Trung Hoa là Thần châu, Xích huyện đã hiện diện trong Sử Kí của Tư Mã Thiên (145-86 TCN).

[8] Có tác giả dịch là chương (chapter, tiếng Anh) tuy nguyên bản chỉ ghi số mà thôi.

[9] Nguyên bản không có chủ từ - nên có dịch giả để trống như nguyên bản - người viết/NCT tạm dùng thuật ngữ sa môn (沙門 - tiếng Phạn sramana) cho rõ nghĩa - cũng như cách ghi sa môn Tịnh Nghĩa trong trang 1 của Nam Hải Kí Quy Nội Pháp Truyền - quyển đề nhất (xem hình chụp trang 1 ở bên trên).

[10] Người viết/NCT phỏng dịch [ ] (vụ lệnh như pháp) để nhấn mạnh sự chuyên tâm làm việc này (nhai/xỉa/chà răng dùng xỉ mộc ~ tước xỉ mộc [ ] ) như nề nếp (luật pháp).





dương và tắm rửa răng".

[29] Tiếng Pali là danta-katth hay danta-pona.

[30] Có lẽ đọc là Long Thụ thì có ý nghĩa hơn so với Long Thọ: thụ là cây (木 bộ mộc), td. (cây) đại thụ chứ không nghe nói (cây) đại thọ với nghĩa khác hẳn (đại thọ ~ sống lâu, thọ 壽 bộ sĩ). Tuy nhiên, cách dùng cho thấy ảnh hưởng cũng như đóng góp của phương ngữ trong tiếng Việt (td. Đàng Ngoài so với Đàng Trong - từ điển Việt Bồ La/1651, Theurel/1877 dùng thụ/cây so với cách dùng thọ của cụ Trương Vĩnh Ký, Huỳnh Tịnh Của ở Đàng Trong ...v.v...).

[31] Nalanda có nghĩa là lòng khoan dung vô tận, hàm ý vua chúa thời đó và mệnh thường quân đã giúp đỡ rất nhiều để xây dựng tu viện Nalanda. Tuy nhiên, cũng có một cách lý giải khác về nguồn gốc tên Nalanda là từ danh từ cộng sen tiếng Phạn (nala 柁 ).

[32] Người viết ghi âm đọc 柁 là cà 柁 cổ nha thiết/Thuyết Văn Giải Tự) so với dạng ngạc hoá hậu kì là già

[33] Đọc toàn bài trên trang này chẳng hạn <https://vanchuongviet.org/index.php?comp=tacpham&action=detail&id=21418> ...v.v...

[34] Bụt là âm cổ hơn của Phật còn bảo lưu trong tiếng Việt (gần với âm gốc tiếng Phạn budh-). Thời gian dạng Bụt (~ Phật) hiện diện trong tiếng Việt lâu hơn nên nghĩa còn mở rộng trong dân gian để chỉ cụ già tốt bụng, râu tóc bạc phơ, thường xuất hiện để giúp người gặp nạn.

[35] Có thể đọc loạt bài viết "*Bụt hay Phật?*" cùng tác giả (Nguyễn Cung Thông) trên mạng như <https://sachhiem.net/VANHOC/NGCGTHG/NguyenCungThong01.php> ...v.v...

[36] Có dịch giả giữ nguyên dạng ngũ thiên HV mà không dịch vì cách dùng này không rõ nghĩa. Tuy nhiên, nhà sư Cao Li Tuệ Siêu 高麗慧超 (704-783) đã từng hành hương Ấn Độ và viết cuốn Vãng Ngũ Thiên Trúc Truyện 往五天竺国传 bằng Hán ngữ - năm nước (vùng) ở Ấn Độ là bắc, nam, đông, tây và trung (ở giữa Ấn Độ). Như vậy ngũ thiên có thể hàm ý khắp Ấn Độ như vậy và cũng giống như cách dùng của Tịnh Nghĩa chẳng?

[37] Tham khảo thêm chi tiết tài liệu của trung tâm giáo dục VISION IAS (Ấn Độ) chủ đề "*Important Kingdoms of North & South India*" (2024) trang [https://x.com/UPSC\\_EDU/status/1768879679799521743/photo/2](https://x.com/UPSC_EDU/status/1768879679799521743/photo/2) ...v.v...





plastic hay từ các chất hoá học (nhân tạo).

## Tài liệu tham khảo chính

- 1) Ann Heirman/Mathieu Torck (2012) "A Pure Mind in a Clean Body: Bodily Care in the Buddhist Monasteries of Ancient India and China" NXB Academia Press, Gent (Belgium)
- 2) Li Rongxi (2000) "Buddhist Monastic Traditions of Southern Asia: A Record of the Inner Law Sent Home from the South Seas" NXB Numata Center for Buddhist Translation and Research, Berkeley (California, USA) - bản dịch ra tiếng Anh từ cuốn 佛國記 (Nam Hải Ký Quy Nội Pháp Truyện - Tịnh Nghĩa)
- 3) Nguyễn Cung Thông (2011) "A Di Đà Phật hay A Mi Đà Phật?" - có thể tham khảo bài viết này trên mạng như [https://thuvienhoasen.org/a13186/a-di-da-phat-hay-a-mi-da-phat ...v.v...](https://thuvienhoasen.org/a13186/a-di-da-phat-hay-a-mi-da-phat...v.v...)
- 4) Takakusu Junjiro (1896) "A Record of the Buddhist Religion as Practised in India and the Malay Archipelago" NXB Clarendon Press (London) - bản dịch ra tiếng Anh từ cuốn 佛國記 (Nam Hải Ký Quy Nội Pháp Truyện - Tịnh Nghĩa).
- 5) Tansen Sen (2018) "Yijing and the Buddhist Cosmopolis of the Seventh Century" bài viết đăng trong chương 13 cuốn "Texts and Transformations - Essays in Honor of the 75th Birthday of Victor H. Mair" chủ biên Haun Saussy - NXB Cambria Press (2018).
- 6) Thích Thiện Phước (2015) "Nguồn gốc ngành dương và tắm xỉ răng" đăng trên các trang của chùa Hội Phước, Tạng Thư Phật Học ...v.v...
- 7) Từ Nguyên 釋 (2004) NXB Thương Vụ Ấn Thư Quán - Bắc Kinh (2004)
- 8) Vương Khánh 王 (2018) “佛國記” (Tức dương chi 陽 lịch sử thượng đích khiết xỉ tập tục) - bài viết về xỉ mộc, dương chi dựa vào các tài liệu Hán cổ - đại học sư phạm văn học (Bắc Kinh) - có thể tham khảo trên trang này chẳng hạn [https://www.chinafolklore.org/web/index.php?NewsID=17495 ...v.v...](https://www.chinafolklore.org/web/index.php?NewsID=17495...v.v...)
- 9) Zhang Jingting (2018) "The Buddhist Sangha life in the seventh century: based on a record of the Inner Law sent home from the South Seas of Yijing" luận án tiến sĩ - Graduate school - Mahachulalongkornrajavidyalaya University (Thái Lan).

Tác giả: **Nguyễn Cung Thông**

Địa chỉ: 1/27 Glen Court, Glen Waverley 3150 Victoria, Australia