

Tôi thấy bị mến, từ ái, và tha thứ những người cùng cho tất cả những tôn giáo khác nhau, bất chấp truyền thống hay triết lý.



Tôn bi là điếu k điếu và quý giá nhất. Khi chúng ta nói về tôn bi, thật đáng khuyến khích để lưu ý rằng bên cạnh tự nhiên của con người, tôi tin, là tôn bi và hiên lành. Đôi khi tôi tranh luận với bên bè những người tin rằng bên cạnh con người là tiêu cực và hung hăng hơn. Tôi cũng tin rằng nếu quý về nghiên cứu về cấu trúc của thân thể con người, quý về sự thấy rằng nó có hàng triệu những chi tiết để nó có vú mà lại sống của chúng là hiên lành hay hòa bình hơn. Đôi khi tôi nghe nói rằng đôi tay chúng ta được cấu thành trong một phóng thực mà chúng thu nhận từ đó ôm ấp hơn thay vì đánh đập. Nếu đôi tay chúng ta chính yếu để dành cho đánh đập, thì những ngón tay xinh xắn sẽ không cần thiết. Thí dụ, nếu những ngón tay được dành cho một công việc, những võ sĩ không thể đánh đập một cách mạnh mẽ được, vì thế họ phải nắm những bàn tay lại như què quặt. Do vậy, tôi nghĩ rằng điếu u ý có nghĩa rằng cấu trúc thân thể cần bên cạnh chúng ta tạo nên một bên cạnh tự nhiên từ bi hay hiên lành.

Nếu chúng ta nhìn vào những mối quan hệ, hôn nhân và thế thái là rất quan trọng. Nhưng tôi đã nói trước đây, hôn nhân không nên được căn cứ trên tình yêu mù quáng hay một loại yêu đơn phương lãng mạn của người si; nó nên căn cứ trên kiên nhẫn và một sự thấu hiểu rằng chúng ta thích hợp để sống với nhau. Hôn nhân không phải cho một sự thỏa mãn tạm thời, mà cho một loại ý nghĩa nào đó và trách nhiệm. Đó là một tình yêu chân thành để làm nên những việc cho hôn nhân.

Một sự thế thái thích đáng cho một đứa trẻ xảy ra trong loại thái độ dè dặt hay tinh thần yếu. Trong khi đứa trẻ trong bụng mẹ, tâm trí tỉnh lòng của bà mẹ có một ảnh hưởng rất tích cực đối với đứa trẻ chưa sinh, theo một nhà khoa học. Nếu thế trạng tinh thần của bà mẹ là tiêu cực, thí dụ nếu bà ta chán nản hay giận dữ, thì điều đó rất tồi tệ cho sự phát triển sức khỏe của đứa trẻ chưa sinh. Một nhà khoa học đã nói với tôi rằng trong vài tuần lễ đầu sau khi sinh là thời gian quan trọng nhất, vì trong thời gian này não bộ của trẻ đang tăng trưởng. Trong thời gian này, sự xúc cảm của bà mẹ hay những người hành động như một bà mẹ là quan trọng. Điều này cho thấy rằng, một đứa trẻ có thể không nhận ra ai là ai, nó thế nào và ý của tác động tình cảm thân thể của người khác. Không có điều này, sự rất tai hại cho việc phát triển lành mạnh não bộ của đứa trẻ.

Sau khi sinh, hành động đầu tiên của bà mẹ là cho con bú sữa. Nếu bà mẹ thiếu vắng tình cảm hay cảm giác ân cần cho đứa con, thì sữa sẽ không chảy ra. Nếu bà mẹ nuôi con của bà với

c m giác hi n lành đ i v i đ a tr , m c cho b nh t t hay đau đ n c a riêng bà, nh m t k t qu s a v n tuân ch y t do. Lo i thái đ này nh m t trân b o quý giá. H n th n a, n u t phía khác, n u đ a tr thi u m t lo i c m giác g n g i đ i v i bà m , nó có th không bú. Đ i u này cho th y hành đ ng tình c m c a c hai phía là k đ i u nh th nào. Đ y là s kh i đ u c a đ i s ng chúng ta.

T ng t th v i giáo đ c, kinh nghi m c a tôi là nh ng bài h c nào chúng ta h c t nh ng v th y không ch t t lành mà cũng bi u l tình c m cho h c trò, đi sâu vào trong tâm t chúng ta. Bài h c t nh ng lo i giáo viên khác có th không đ c nh th . M c dù chúng ta có th b thúc ép đ h c hành và có th s h i giáo viên, nh ng bài h c có th không th m vào. Tùy thu c nhi u vào tình c m c a giáo viên.

Gi ng nh th , khi chúng ta đi đ n m t nhà th ng, b t ch p ph m ch t c a bác sĩ, n u bác sĩ bi u l c m giác chân thành và quan tâm sâu s c cho chúng ta, và n u bác sĩ m i m c i, thì chúng ta c m th y an lòng, okay. Nh ng n u bác sĩ ch bi u l m t chút tình c m con ng i, th thì ngay c bác sĩ y có th là m t chuyên gia vĩ đ i, chúng ta có th c m th y không b o đ m và lo âu. Đây là b n ch t con ng i.

Cu i cùng, chúng ta có th ph n chi u trên đ i s ng c a chúng ta. Khi chúng ta còn tr và lúc chúng ta v già, chúng ta l thu c m t cách sâu đ m trên tình c m c a nh ng ng i khác. Gi a nh ng t ng b c này, chúng ta th ng c m th y r ng có th làm m i th mà không có s giúp đ c a nh ng ng i khác và tình c m c a ng i khác đ n gi n là không quan tr ng. Nh ng t i t ng b c này, tôi nghĩ th t quan tr ng đ gi tình c m sâu s c c a con ng i. Khi ng i ta t trong m t th t hay thành ph l n c m th y cô đ n, nh ng đ ng h n là ng i ta thi u v ng tình c m con ng i. Nh m t k t qu c a đ i u này, s c kh e tinh th n c a h cu i cùng tr nên r t nghèo nàn. M t khác, n u nh ng ng i đó l n lên trong m t không khí c a tình c m con ng i s có m t s phát tri n tích c c và hi n lành h n trong thân th , tâm t và thái đ c a h . Nh ng đ a tr l n lên thi u v ng không khí tình c m nhân b n y th ng có nh ng thái đ tiêu c c h n. Đ i u này đã bi u l r t rõ b n ch t t nhiên c a loài ng i. Cũng th , nh tôi đã đ c p, thân th con ng i bi t th ng th c s hòa bình c a tâm th c. Nh ng th đ ng qu y r y chúng ta có m t tác đ ng r t t h i đ i v i s c kh e c a chúng ta. Đ i u này cho th y toàn b c u trúc s c kh e c a chúng ta phù h p v i không khí tình c m c a con ng i. Do th , kh năng cho t bi là đ y. V n đ duy nh t là chúng ta có nh n ra đ i u này và áp đ ng nó hay không?

Lòng t ái và bi m n c a chúng ta đ i v i bè b n trong nhi u tr ng h p th t s là dính m c. C m nh n này không ph i căn c trên nh n th c r ng t t c chúng sinh có quy n bình đ ng đ h nh phúc và v t t th ng kh đau. Thay vì th , nó căn c trên ý t ng r ng đ i u gì đ y là "c a tôi", "b n tôi", hay đ i u gì đ y t t cho "tôi". Đ y là dính m c. Vì v y, khi thái đ c a ng i y đ i v i chúng ta thay đ i, c m giác c a chúng ta v s g n g i l p t c bi n m t. V i m t cách khác, chúng ta phát tri n m t lo i quan tâm b t ch p thái đ c a ng i khác đ i v i chúng ta, m t cách đ n gi n b i vì ng i y cũng là m t con ng i đ ng lo i và có m i quy n đ v t t th ng kh đau. Cho dù ng i y gi v th trung l p hay ngay c tr thành k thù c a chúng ta, s quan tâm c a chúng ta ph i duy trì do b i th c tr ng [nh m t con ng i] c a ng i y. Đó là s khác bi t chính y u. Lòng bi m n chân thành là lành m nh h n; nó không thành k i n, và nó đ c căn c trên lý trí. Trái l i, dính m c là h p h i và thiên v .

Thật sự, tôi bị chân thật và dính mắc là đối nghịch với nhau. Theo sự thực hành Đạo Phật, để phát triển lòng thật bị chân thật, đầu tiên chúng ta phải thực hành thiền quán về bình đẳng và hành xả, buông xả khỏi những ngã tư thân tâm với mình. Sau đó, chúng ta phải lo lắng trở nên giác tiêu cực đối với kẻ thù của chúng ta. Tất cả chúng sinh phải được xem như bình đẳng. Trên căn bản này, chúng ta có thể dần dần phát triển lòng thật bị chân thành cho tất cả. Phải nói rằng lòng thật bị chân thành không giống như sự thông minh hay cảm giác riêng của những người khác thế nào vậy thì phải chính mình. Đúng hơn, với lòng thật bị chân thành, chúng ta nhìn những người khác là quan trọng hơn chính mình.

Như tôi đã chia sẻ ở đây, như để phát sinh lòng thật bị chân thật, trước tiên nhất chúng ta phải trở lại nghiêm túc tu tập hành xả. Điều này trở nên rất quan trọng, bởi vì không có một cảm giác hành xả đối với tất cả, cảm nhận của chúng ta đối với những người khác sẽ bị thiên lệch. Vì thế bây giờ, tôi sẽ cho quý vị một thí dụ ngắn gọn về việc rèn luyện thiền quán trên sự phát triển hành xả. Thứ nhất, chúng ta phải nghĩ về một nhóm những người khác chúng ta biết, chẳng hạn như bạn bè và người thân của chúng ta, đối với những người khác chúng ta có sự luyện ái (dính mắc). Thứ hai, chúng ta nên nghĩ về những người nào đố kỵ mà đối với họ chúng ta cảm thấy hòa toàn đồng đẳng. Và thứ ba, hãy nghĩ về một số người mà chúng ta không thích. Một khi chúng ta đã hình dung những người khác nhau này, chúng ta phải cố gắng để cho tâm trí chúng ta thâm nhập vào thế trạng thái nhiên của nó và để thấy nó đáp ứng một cách tự nhiên như thế nào đối với một số người và những người này. Chúng ta sẽ lưu ý rằng sự phân biệt tự nhiên của chúng ta sẽ là dính mắc đối với bạn bè chúng ta, không thích đối với những người khác chúng ta xem như kẻ thù, và hoàn toàn đồng đẳng đối với những người khác chúng ta cho là trung lập. Rồi thì chúng ta phải cố gắng để tự hỏi mình. Chúng ta phải so sánh những nhân quả của hai thái độ đối nghịch mà chúng ta có đối với bạn bè và kẻ thù của chúng ta, và để thấy tại sao chúng ta có những tình trạng thay đổi bất thường của tâm trí đối với những nhóm người khác biệt này. Chúng ta phải thấy tác động nào mà những phân biệt này có trong tâm trí chúng ta và cố gắng để thấy sự vô ích của việc liên hệ với họ trong một thái độ cố đoán như vậy. Tôi đã thường luận những sự thù hận và ghen ghét của việc dung dưỡng thù hận và phát triển giận dữ đối với những kẻ thù, và tôi cũng đã nói một ít về những nhân quả của việc dính mắc cố đoán đối với bạn bè, v.v... Chúng ta phải quán chiếu trên điều này và sau đó cố gắng để giảm thiểu đi các cảm xúc mạnh mẽ của chúng ta đối với hai nhóm người đối nghịch này. Rồi thì quan trọng nhất là, chúng ta phải quán chiếu trên nhận thức bình đẳng giữa chính mình và tất cả những chúng sinh khác. Giống như chúng ta có khao khát bản năng tự nhiên cho hạnh phúc và vượt thoát những khổ đau, và tất cả những chúng sinh khác cũng vậy; giống như chúng ta có quyền để hoàn toàn tự nguyện sống bản sinh này, và tất cả những chúng sinh khác cũng như vậy. Vì vậy trên nhận thức đúng đắn nào mà chúng ta phân biệt?

Nếu chúng ta nhìn vào nhân loại như một thế giới, thì chúng ta là những đồng đẳng xã hội. Hơn thế nữa, những cảm xúc của kính trọng, giáo dục, v.v...hiện diện, cho thấy rõ rằng thế giới đã trở nên một nơi như bé hơn, và vì thế chúng ta liên tục vào nhau hơn. Điều này hoàn toàn như những người, tôi nghĩ chúng ta duy nhất là sống và làm việc với nhau một cách hòa hiệp, và giữ trong tâm trí chúng ta mối quan tâm cho toàn thể nhân loại. Đây là quan điểm và cung cách duy nhất mà chúng ta phải tiếp nhận cho sự sống còn của chúng ta.

Do bản chất, để biết như một con người, những quan tâm của tôi không riêng biệt với những người khác. Sự hạnh phúc của tôi liên tục trên hạnh phúc của những người khác. Vì vậy, khi

tôi thấy những người hạnh phúc, tôi cũng cảm thấy hạnh phúc hơn một ít so với khi tôi thấy những người trong một tình cảnh khó khăn. Thứ đó, khi chúng ta thấy những bức ảnh trên truyền hình, những người đói khát Somali, kẻ cướp những người già, và những đứa trẻ, thì nhiên chúng ta cảm thấy buồn bã, bắt chấp sự buồn đau ấy có thể đứa trẻ đó hành động giúp đỡ nào đấy hay không.

Hơn nữa, trong đời sống hàng ngày, bây giờ chúng ta sống trong môi trường ô nhiễm, kẻ cướp những chiếc máy đi ô tô hòa không khí trong nhà. Những thứ này hay những tiềm năng này trở nên có thể hiện thực của thực tế, không phải do bởi chính chúng ta, mà do bởi sự liên hệ trực tiếp hay gián tiếp của môi trường. Mọi thứ đều với nhau. Không thể rời bỏ sự sống một vài thứ kẻ cướp, khi chúng ta chấp nhận thực trên những khí quyển, chúng không phải tất cả những máy móc này. Rồi rõ ràng đời với chúng ta rằng bây giờ chúng ta đang thấy những người sống trong lao động của môi trường. Trong 24 giờ đồng hồ chúng ta ngủ trên giường - môi trường đang liên hệ với đi ô tô - và trong việc chấp nhận thực ăn cho chúng ta cũng thế, để biết cho những người không ăn chay. Tiếng tăm rõ ràng cũng là sự phân chia những người khác - không có sự hiện diện của những người khác, khái niệm danh từ tiếng nói thì chỉ sự không có ý nghĩa gì. Cũng thế, sự quan tâm tình trạng kinh tế của Âu Châu tùy thuộc trên sự quan tâm của Mỹ Châu và sự quan tâm của Tây Âu tùy thuộc trên sự quan tâm của Đông Âu. Mọi châu lục đều thuộc sâu xa trên những châu lục khác; đây là một thực tế. Vì môi trường mà chúng ta khao khát, chúng ta giàu sang, danh tiếng, v.v..., không thể hình thành mà không có hành vi hay sự tham gia gián tiếp và sự hợp tác của môi trường khác.

Do vậy, vì chúng ta có quyền bình đẳng hạnh phúc và vì tất cả chúng ta liên hệ với nhau, bắt đầu một cá nhân là quan trọng như thế nào, một cách hợp lý, sự quan tâm của năm người người trên hành tinh này là quan trọng hơn một người ở đâu đó. Bằng việc suy nghĩ qua những dòng này, chúng ta cuối cùng có thể phát triển một ý thức trách nhiệm toàn cầu. Những vấn đề môi trường hiện đời, chúng ta suy thoái của tầng ozone, rõ ràng cũng cho chúng ta thấy nhu cầu cho sự hợp tác toàn cầu. Đồng ý rằng rằng phát triển, toàn bộ thế giới đã trở nên nhỏ bé hơn, những tâm thức con người và những hiểu biết sau.

Đây không phải là vấn đề của sự thực hành tôn giáo, mà là một câu hỏi cho thế giới lại của nhân loại. Loại thái độ rằng rằng hạnh phúc hay khổ đau là một liên hệ trong thế giới ngày nay. Nếu chúng ta nhìn vào hoàn cảnh những khía cạnh của đời sống, chúng ta thấy sự phức tạp và sự liên hệ giữa tất cả tự nhiên của sự tồn tại hiện đời, sau đó chúng ta sống đời sống chú ý một sự thay đổi trong quan điểm của chúng ta, vì thế khi chúng ta nói "người khác" và khi chúng ta nghĩ về người khác, chúng ta sẽ không còn loại bỏ hạnh phúc không liên hệ với chúng ta. Chúng ta không còn cảm thấy đồng ý đồng ý.

Nếu chúng ta chấp nhận riêng mình mà thôi, nếu chúng ta quên lãng những quy định và sự cắt đứt của người khác, hay thế giới hiện, nếu chúng ta bóc lột kẻ khác, căn bản chính chúng ta sẽ thua thiệt. Chúng ta sẽ không còn bản thân, những người bị lừa dối cho sự cắt đứt của chúng ta. Hơn nữa, nếu chúng ta xem xét đời sống cho chúng ta, thay vì cảm thấy quan tâm, người ta có thể tham vọng. Trái lại, nếu một cá nhân bị và khổ đau, và có những quan tâm đến người khác trong tâm hồn, rồi thì bắt chấp, người ấy bị người hay không, bắt chấp nào người ấy đi đời, người ấy sẽ lập tức có bản. Và khi người ấy đi đời với tai họa, sẽ có môi trường để giúp đỡ người ấy.

Mật tình bản chân thật phát triển căn cứ trên tình cảm chân thành của con người, không phải trên tiền bạc hay quyền lực. Dĩ nhiên, qua sự giàu có và quyền lực của mình, nhiều người hẳn có thể tiếp cận chúng ta với những món quà hay quà cáp. Nhưng trong sâu thẳm, những người này không phải là bản bè thật sự của chúng ta; đây là những người bản của sự giàu có hay quyền lực của chúng ta. Cho đến khi nào sự vận may vận còn với chúng ta những người này sẽ tiếp cận tiếp cận với chúng ta. Nhưng khi chúng ta hết thối, họ sẽ không còn đó nữa. Vì lợi ích bản này, không ai sẽ thực hiện một nỗ lực chân thành để giúp chúng ta nếu chúng ta cần đến. Đây là sự thật.

Tình bản chân thành nhân bản là trên căn bản của tình cảm nhân loại, bất chấp với thế của chúng ta. Do vậy, càng bị lừa dối sự quan tâm đến lợi ích và quyền lực khác, chúng ta càng là một người bản chân thành. Càng cội rễ và chân thành, thế thì căn bản, lợi ích hẳn sẽ đến đến với chúng ta. Nếu chúng ta quên lãng hay không quan tâm người khác, rồi thì cuối cùng chúng ta sẽ đánh mất lợi ích của mình. Vì vậy, đôi khi tôi nói với mọi người, nếu chúng ta thật sự vô kỷ, thế thì vô kỷ thông tuệ tốt hơn là vô kỷ si mê và đau óc phiền.

Đôi với những hành giới Phật Giáo, sự phát triển tuệ trí cũng rất quan trọng - và đây tôi muốn nói tuệ trí thực chứng tính không, căn bản tự nhiên của thực tại. Thân chứng vận tính không cho chúng ta một thiêu một lợi ích nghĩa tích cực nào đây với sự ngưng đọng. Một khi chúng ta có một lợi ích cảm nhận nào đây cho khả năng của ngưng đọng (đốt đốt), sau đó sẽ trở nên rõ ràng rằng khổ đau không phải là cuối cùng và rằng có một sự thay đổi. Nếu có một sự thay đổi, thế thì đáng để thực hiện một nỗ lực. Nếu chỉ có hai trong Bản Chân Lý Cao Quý của Đức Phật hiện hữu - khổ đau và nguyên nhân đau khổ - thì không có ý nghĩa gì nữa. Nhưng hai chân lý kia, khổ của ngưng đọng, chế tạo một phương pháp thay đổi của tâm trí. Có một khả năng của sự chứng khổ đau. Vì thế đáng thực tập để nhận ra bản chất của khổ đau. Do vậy, tuệ trí là một kỹ quan trọng trong việc gia tăng tuệ bi một cách vô hạn.

Thế nên, đây là việc chúng ta tiến hành trong sự thực tập Đóa Phật như thế nào: có một sự áp dụng năng lực của tuệ trí, sự thông minh, và một sự thấu hiểu về bản chất của thực tại, cùng với phương pháp tiến thiện xáo của việc phát sinh tuệ bi. Tôi nghĩ rằng trong đời sống hàng ngày của chúng ta và trong tất cả những lợi ích hoạt động chuyên môn của chúng ta, chúng ta có thể sẽ thông đạt tuệ bi này.

Dĩ nhiên, trong lĩnh vực giáo dục, không nghi ngờ gì để thông tuệ bi là quan trọng và thích đáng. Bất chấp chúng ta là người có tín ngưỡng hay không, tuệ bi cho đời sống sinh viên hay tiếp tục lại, không chỉ cho những cuộc kiểm tra, thi của chúng ta, mà hãy làm cho hành vi của chúng ta như một giáo viên [với tuệ bi] sẽ hiểu và thấu hiểu. Với để thông tuệ bi, tôi nghĩ học trò của quý vị sẽ như quý vị suốt cuộc đời.

Tôi nghĩ thế, trong lĩnh vực sức khỏe, có một thành ngữ Tây Tạng nói rằng hiểu và thấu hiểu của vận chuyển tùy thuộc trên trái tim ngưng đọng của vận chuyển thực như thế nào. Do bản thành ngữ này, khi những việc của chúng ta mà một vị bác sĩ nào đây không có hiểu và thấu hiểu, người ta phải trách cứ tính của bác sĩ, suy đoán rằng có lẽ vận chuyển thực của họ không phải là một người ân cần. Với bác sĩ khám bệnh đôi khi phải nhận một cái danh hiểu rất tốt! Vì thế trên lĩnh vực y đức không nghi ngờ gì rằng để thông tuệ bi là điều gì đây rất thích đáng.

Tôi nghĩ điều này cũng là trách nhiệm của những luật sư và chính trị gia. Nếu những chính trị gia và luật sư có để thông tuệ bi hẳn thế thì sẽ ít có tai tiếng hơn. Và như một kết quả toàn bản xã

h i s đ c hòa bình h n. Tôi nghĩ hành vi chính tr s tr nên hi u qu h n và đ c tôn tr ng h n.

Cu i cùng, trong quan đ m c a tôi, đ u t h i nh t là chi n tranh. Nh ng th m chí chi n tranh v i tình c m nhân b n và v i t bi nhân ái s ít tàn phá h n nhi u. Chi n tranh hoàn toàn c gi i hóa mà không có c m giác nhân tính là t h i h n. Cũng th , tôi nghĩ t bi và m t ý th c trách nhi m cũng có th đ vào lãnh v c c a khoa h c và k thu t. Dĩ nhiên, t m t quan đ m khoa h c thu n túy, nh ng vũ khí kinh khi p nh bom h t nhân là nh ng thành t u n i b t. Nh ng chúng ta có th nói r ng đây là nh ng th tiêu c c b i vì chúng mang đ n nh ng kh đau mênh mông cho th gi i. Do v y, n u chúng ta không đánh giá n i đ n đau c a nhân sinh, c m giác c a nhân lo i, và lòng t bi nhân ái, thì s không có ranh gi i gi a đúng và sai. Th nên, t bi nhân ái có th xúc ch m m i n i.

Tôi th y h i khó kh n đ áp đ ng nguyên t c t bi này vào lãnh v c kinh t . Nh ng các kinh t gia là nh ng con ng i, và dĩ nhiên, họ cũng c n tình c m con ng i mà không có h cũng s kh đau. Tuy nhiên, n u quý v ch nghĩ đ n i nhu n, b t ch p nh ng h u qu, th thì nh ng tay đ u n u ma túy không ph i là sai, b i vì, t quan đ m kinh t , h cũng làm nên nên vô s i nhu n. Nh ng b i vì đ u này là r t t n h i cho xã h i và cho c ng đ ng, chúng ta g i đó là sai và m nh danh nh ng ng i đó là t i ph m. N u đúng là nh v y, th thì tôi nghĩ nh ng tay buôn bán vũ khí cũng trong cùng đ c tr ng y. Th ng v vũ khí là t ng đ ng v i hi m h a và vô trách nhi m.

Vì v y, tôi nghĩ vì nh ng lý do này, t bi nhân ái, hay nh ng gì đôi khi g i là "tình c m loài ng i", là nhân t then ch t cho t t c giao đ ch c a con ng i. Gi ng nh chúng ta th y r ng v i lòng bàn tay t t c năm ngón tay đ u tr nên h u đ ng, n u nh ng ngón tay không đ c n i k t v i bàn tay chúng s vô đ ng. T ng t nh v y, m i hành đ ng c a con ng i không có c m giác nhân b n s tr nên nguy hi m. V i c m giác nhân tình và s đánh giá cao nh ng giá tr nhân b n, t t c nh ng hành đ ng c a nhân lo i s tr nên xây đ ng.

Ngay c tôn giáo, đáng lý là t t lành cho nhân lo i, có th tr thành kinh t m n u không có thái đ t bi nhân ái căn b n. B t h nh thay, th m chí bây gi có nh ng r c r i hoàn toàn vì nh ng tôn giáo khác nhau. Do v y, t bi nhân ái là đ u gì đ y n n t ng. N u t bi nhân b n đó thì t t c nh ng hành vi c a nhân lo i s tr nên h u ích h n.

Nói m t cách t ng quát, tôi có n t ng r ng trong giáo đ c và m t có lãnh v c khác có m t s lãng quên nào đó đ i v i v n đ đ ng c nhân b n. Có l , vào th i x a, tôn giáo đáng lý mang l y trách nhi m này, nh ng bây gi trong c ng đ ng, m t cách t ng quát tôn giáo đ ng nh h i l i th i m t chút, do v y ng i ta đánh m t s h p đ n trong tôn giáo và trong nh ng giá tr sâu xa c a con ng i. Tuy nhiên, tôi nghĩ nh ng đ u này nên là hai th riêng b i t. N u chúng ta tôn tr ng hay thích thú trong tôn giáo, đ u đó là t t lành. Nh ng n u chúng ta không còn h p đ n v i tôn giáo, thì chúng ta không nên quên lãng t m quan tr ng c a nh ng giá tr nhân b n sâu s c.

Có nh ng tác đ ng ph đa đ ng bên c nh vi c làm n i b t c m nh n t bi c a chúng ta. M t trong nh ng đ u y là năng l c c a t bi càng l n, kh năng h i ph c c a chúng ta càng nhanh trong khi đ i di n v i nh ng th thách gay go và năng l c c a chúng ta đ chuy n hóa chúng

thành nháng đáu kián tích các hán. Một hình thác cáa thác táp đáng nhá khá hiáu quá đác tháy trong Háng Đán Lái Sáng Bá Tát, mát tác phám cá đán cáa Đáo Phát. Trong sá thác táp này, chúng ta quán táng bàn ngá cũ ká cáa chúng ta, hóa thân cáa vá ká, tá cho mình là trung tâm, v.v..., và rái quán táng mát nhóm ngá đái đán cho nháng tá hái cáa các chúng sinh khác. Rái thì chúng ta áp đáng quan đám cáa ngá đái thá ba nhá mát ngá quán sát không thiên vá và thác hián mát sá láng đánh so sánh giá trá, nháng quan tâm, và rái đán tám quan tráng cáa hai nhóm này. Cũng cá gáng đá phán chiáu trên nháng khiám khuyát hoàn toàn rõ ràng đán sá cát táng cáa nháng chúng sinh khác, v.v..., và nháng gì bán ngá cũ ká yá đã đát đác rái nhá mát kát quá cáa viác háng đán mát lái sáng nhá váy. Rái thì quán chiáu trên nháng chúng sinh khác và đá tháy tám quan tráng cáa sá cát táng cáa há là nhá thá nào, nhu cáu đá pháng sá há, v.v..., và đá tháy nháng gì chúng ta nháng đái thá ba trung láp quán sát, sá kát luán nháng quan tâm và cát táng cáa ai là quan tráng hán. Chúng ta sá bát đáu cám tháy có chiáu háng thiên vá vô sá nháng ngá đái khác.

Tôi cũng nghĩ ráng năng lác cáa thái đá vá tha đái vái chúng sinh càng lán, chúng ta càng trán nên can đám hán. Chúng ta càng can đám hán, thì xu háng ngá lòng và mát hy váng càng giám đi. Do váy, tá bi cũng là mát cái nguán cáa sác mánh nái tái. Vái sác mánh nái tái gia tăng thì có thá phát trián mát quyát tâm váng vàng và vái quyát tâm thì sá có mát cá hái lán cho thành công, bát cháp cháng ngái là có thá là gì. Trái lái, náu chúng ta cám tháy do đá, sá hãi, và thiáu váng tá tin, thá thì chúng ta tháng gia tăng thái đá bi quan. Tôi cho ráng đó là hát giáng thát sá cáa thát bái. Vái mát thái đá bi quan chúng ta không thá hoàn thành ngay cá nháng viác mà chúng ta có thá dá dàng đát đác. Trái lái, ngay cá náu đáu gì đáy khó khăn đá đát đán, náu chúng ta có mát quyát tâm không gì lay chuyán cuái cùng sá có khá năng đá đát đác. Do váy, ngay cá trong nháng ý nghĩa quyác, tá bi là rát quan tráng cho mát táng lai thành công.

Nhá tôi đã chá ra trác đây, tùy thuác trên cáp đá tuá trí, sá có nháng trình đá tá bi khác nhau, cháng hán nhá tá bi đác thúc đáy bái tuá giác nái quán chân thành vào trong cá bán tá nhiên cáa thác tái, tá bi đác thúc đáy bái mát sá đánh giá đáng bán chát vô tháng cáa hián háu, và tá bi đác thúc đáy bái thác tánh vá khá đau cáa nháng chúng sinh khác. Cáp đá tuá trí cáa chúng ta, hay chiáu sâu cáa tuá giác nái quán vào trong bán chát cáa thác tái, quyát đánh trình đá cáa tá bi mà chúng ta sá trái nghiám. Theo quan đám Phát Giáo, tá bi vái tuá trí là rát quan yáu. Tá bi nhá mát ngá đái trung thác và tuá trí nhá mát ngá đái tài ba - náu chúng ta phái háp cá hai lái, thá thì kát quá là đáu gì đáy rát hiáu quá.

Tôi tháy bi mán, tá ái, và tha thá nhá nán táng chung cho tát cá nháng tôn giáo khác nhau, bát cháp truyán tháng hay triát lý. Mác dù có nháng khác biát giáa nháng ý táng cáa các tôn giáo khác nhau, cháng hán nhá sá cháp nhán mát Đáng Táo Hóa Toàn Năng, nháng mái tôn giáo đáu cùng truyán trao mát thông đáp: hãy là mát ngá đái vái trái tim náng ám. Tát mái tôn giáo đáu nhán mánh tám quan tráng cáa tá bi và tha thá. Vào thái cá xáa, khi nháng tôn giáo khác nhau cá trú trong nháng vùng khác nhau và ít có sá giao tiáp hán vái nhau, nên không có nhu cáu cho đa nguyên trong nháng truyán tháng tôn giáo khác nhau. Nháng ngày nay, thá giái đã trán nên nhá bé hán nhiáu, vì thá giáo tiáp giáa nháng tôn giáo khác nhau đã trán nên rát mánh má. Đái nháng hoàn cánh nhá váy, tôi nghĩ đa nguyên trong nháng niám tin tôn giáo là rát cán yáu. Mát khi chúng ta tháy giá trá nhân bán qua nhiáu thá ká cáa nháng tôn giáo khác nhau này mát cách không thành kián, nghiên cáu mát cách khách quan thá thì sá có nhiáu lý do đá

Cho và Nhận : Một Phép Pháp Thiệt Hết Mọi Ngộ Ái và Bi Mạn

Tác Giả: Đác Đát Lai Lát Ma / Tuá Uyán (chuyán ngá)
Thứ Hai, 26 Tháng 9 Năm 2011 04:28

cháp nhán hay đá tôn tráng tát cá nhán tôn giáo khác nhau. Cuái cùng, trong nhân loái có rát nhiáu khuynh háng tinh thán khác nhau, nên đán gián ráng mát tôn giáo, bát ká là nó thám thâm nhá thá nào cũng không thá tháa mãn tát cá nhán con ngá i đa đáng nhá thá.

Thá đá, bây giá, thay vì mát sá phân chia nhán truyán thán tôn giáo nhá thá, đái đá sá ván táp tác không bá háp đán bái tôn giáo. Trong đái sáng cáa năm táng ngá i, tôi tin chá có khoáng mát táng ngá i là nhán ngá i tin táng tôn giáo thát sá. Trong khi nhiáu ngá i nói, "Gia đánh tôi ván là Ki Tô Giáo, Hái Giáo hay Phát Giáo, nên tôi là Ki Tô Háu, theo Hái Giáo hay là Phát tá," nhán ngá i tín ngáng thát sá, trong đái sáng háng ngày cáa há và đác biát khi mát tráng háp khó khăn nào đó sinh khái, nhán ra ráng há là nhán thành viên cáa mát tôn giáo đác thù nào đáy. Thá đá, tôi muán đá cáp đán nhán ai nói ráng, "tôi là Ki Tô háu", và trong thái gian áy nhá đán Tháng Đá, cáu nguyán Tháng Đá, và không đá hián ra nhán cám xúc tiêu các. Đái vái nhán ngá i tín ngáng chân thát, tôi nghĩ có á có ít hán mát táng ngá i. Còn á nhân loái, ít hán bán táng ngá i, ván là á trong nhán ngá i không tín ngáng thát nghĩa. Vì váy mát tôn giáo rõ ràng không thá tháa mãn toàn thá nhân loái. Đái nhán hoàn cán nhá váy, mát sá đá nguyên tôn giáo thát sá cán thiát và háu ích, và do thá, đái u duy nhát có thá cám nhán đác là tát cá các tôn giáo khác nhau phái háp hành đáng và sáng hòa hiáp vái nhau, giúp đá án nhau. Đá có nhán phát trián tích các gán đáy và tôi đá chú ý ráng nhán mái quan há gán gũi đáng hình thành giáa nhán tôn giáo khác nhau.

Vì váy, có quán chiáu trên nhán khiám khuyát vá mát cung cách vá ká cáa táng áng và đái sáng, và cũng đá phán chiáu trên nhán háu quá tích các cáa viác tánh thác vá sá cát táng cáa nhán chúng sinh khác cùng hành đáng cho ái ích cáa há, cũng nhá tin chá vái đái u này, thá thì trong thián quán Đáo Phát có mát loái rèn luyán đác biát đác biát nhá "sá thác táp Cho và Nhận". Đái u này đác biát đác thiát áp đá làm nái bát năng ác tá ái và bi mán cáa chúng ta đái vái nhán chúng sinh khác. Mát cách căn bán nó liên há đán sá quán táng viác tá lãnh áy tát cá nhán trái nghiám khá sá, đán đau, tiêu các, và không ai muán cáa nhán chúng sinh khác. Chúng ta quán táng lãnh áy nhán đái u này vá cho chính mình và ban cho hay chia sá vái nhán ngá i khác các phám chát tích các cáa chính mình, cháng hán nhán thá tráng đáo đác cáa tâm, năng áng tích các cáa chúng ta, sá giàu sang cáa chúng ta, niám hán nhán phúc cáa chúng ta, v.v... Mát hình thác rèn luyán nhá váy, mác dù không thá kát quá thát sá trong viác giám thiáu khá cáa nhán ngá i khác hay sán sinh ra nhán phám chát tát đáp cáa chính mình, nhán mát cách tâm lý sá mang đán mát sá chuyán hóa trong tâm chúng ta vô cùng hiáu quá mà cám nhán vá tá ái và bi mán cáa chúng ta sá đác nái bát hán.

Cá gáng đá áp đáng sá thác táp này trong đái sáng háng ngày cáa chúng ta là vô cùng mán má và có thá là mát sá ánh háng rát hiáu quá đán tâm thác chúng ta và trong sác kháe cáa chúng ta. Náu quý vá cám tháy ráng nó đáng nhá thám tháa đá thác hành, thá thì bát cháp quý vá là mát ngá i có tín ngáng hay không, quý vá nên cá gán đá đáy mán nhán phám chát tát đáp căn bán cáa loài ngá i.

Mát đái u quý vá nên nhá là nhán sá chuyán hóa tinh thán này cán thái gian và không đá dàng. Tôi nghĩ mát sá ngá i á pháng Tây, nái ká thuát quá tân tián, nghĩ ráng mái thá là tá đáng. Quý vá không nên tiên đoán sá chuyán hóa tâm linh này sá xáy ra trong mát thái gian ngán; đái u đó không thá. Hãy giá nó trong tâm tá quý vá và thác hián mát ná ác liên tác, rái sau mát năm, năm năm, má i năm, má i lám năm, cuái cùng quý vá sá tháy mát sá thay đái. Tôi đôi khi ván tháy rát khó khăn đá thác táp nhán đái u này. Tuy thá, tôi thát sá tin ráng nhán

Cho và Nhận : Mật Phụng Pháp Thúc Tiến Hạnh Đẳng Tánh Ái và Bi Mẫn

Tác Giả: Đác Đát Lai Lát Ma / Tuá Uyán (chuyán ngá)
Thứ Hai, 26 Tháng 9 Năm 2011 04:28

thúc tiếp này có thể hữu dụng.

Đoạn trích dưới yêu thích của tôi tác phẩm của Đái Sĩ Thích Thiên là:

"Cho đến khi chúng sinh còn tồn tại,
Cho đến khi không gian còn hiện hữu
Tôi nguyện sẽ vẫn hiện diện nhằm để phụng sự
Nhằm để thúc đẩy hiện tượng sống hiện hữu nhỏ nhỏ nào đấy
Để làm lợi ích cho những người khác."

Giving and Receiving trích từ quyển The Art of Living
ở Tâm Lá ngày 09/09/2011

Tác giả : Đác Đát Lai Lát Ma
Anh dịch: Geshe Thupten Jinpa
Chuyên ngữ : Tuá Uyán - 31/08/2011