**Dalai Lama**

CON ĐƯỜNG DẪN ĐẾN CHÂN HẠNH PHÚC

Chào mừng các bạn đón đọc đầu sách từ dự án sách cho thiết bị di động  
  
*Nguồn:* [*http://vnthuquan.net/*](http://vnthuquan.net/)  
Tạo ebook: Nguyễn Kim Vỹ.

**MỤC LỤC**

[CON ĐƯỜNG DẪN ĐẾN CHÂN HẠNH PHÚC](" \l "bm2)

**Dalai Lama**

CON ĐƯỜNG DẪN ĐẾN CHÂN HẠNH PHÚC

Dịch giả : Thích Trí Chơn

Trích từ sách “Live In A Better Way”

Là con người căn bản chúng ta đều giống nhau. Tất  cả  chúng  ta  đều  sống  chung  trên  quả  đất này. Mọi người đều có cùng một ước nguyện là muốn sống hạnh phúc và không thích khổ đau. Tất cả chúng ta đều yêu thương chính mình và mong gặp điều may mắn. Hiện nay, về phương diện phát triển đời sống vật chất, chúng ta đã thành đạt rất nhiều điều và mọi quốc gia trên hành tinh này đang nhắm đến một cuộc sống toàn hảo và xây dựng một xã hội văn minh phồn thịnh hơn.   
Thực vậy, chúng ta đã thành công có được các điều ấy. Tuy  nhiên  sự  phát  triển,  tiến  bộ  về  mặt  vật  chất không chưa đủ để mang lại hạnh phúc cho con người. Lý do rất giản dị, vì con người không phải là sản phẩm của máy móc mà nó còn có đời sống tinh thần. Bởi vậy chúng ta phải cần đến những điều khác hơn ngoài thế giới vật chất bên ngoài để có được hạnh phúc.   
Điều  quan  trọng  nhất  trong  cuộc  sống  của  con người  là  tình  thương. Thiếu  tình  thương,  con  người không thể có hạnh phúc chân thật. Nếu chúng ta muốn có một đời sống, một gia đình, một người bạn hàng xóm và một quốc gia hạnh phúc hơn thì bí quyết thành công hoàn toàn nằm ở trong tâm con người. Dù cho dân số năm tỉ người hiện đang sống trên trái đất này trở thành triệu phú hết, nhưng thiếu vắng sự an lạc nội tâm thì con người vẫn không thể có sự bình an và hạnh phúc lâu dài.   
Một vài người rất giàu, nhưng chúng ta nhận thấy họ  thường  không  có  hạnh  phúc  gì  cả.  Sự  cảm  mến, tình thương và lòng từ bi là những chất liệu hết sức cần thiết cho cuộc sống của nhân loại. Tâm an lạc giúp nhiều cho sức khỏe của chúng ta. Hẳn nhiên các tiện nghi vật chất, thực phẩm và thuốc men cũng mang lại sự  lành  mạnh  cho  thân  thể  con  người.  Nhưng  hạnh phúc  tinh  thần  vẫn  là  điều  quan  trọng  nhất  cho  sức khỏe tốt của chúng ta.   
Mọi người đều quan tâm đến nền hòa bình thế giới.   
Vũ khí tối tân hay sức mạnh quân sự, trong vài trường hợp  và  hoàn  cảnh,  đôi  lúc  có  thể  mang  lại  nền  hòa bình tạm bợ. Nhưng về lâu dài sự xung đột quân sự, lòng hận thù và nghi ngờ không thể giúp chúng ta có được nền hòa bình thế giới đích thực và trường cữu. Hòa bình thế giới chỉ thành đạt qua sự an lạc nội tâm, biết lắng nghe, thông cảm và kính trọng lẫn nhau của con người. Nói tắt, tình thương và lòng từ bi vẫn là chìa khóa và bí quyết thành công dẫn đến thế giới hòa bình.   
Chúng ta hãy xét đến trường hợp của một gia đình có hạnh phúc. Điều căn bản vẫn là xây dựng trên tình thương. Sự thành công hay thất bại của chúng ta trong cuộc sống phần lớn tùy thuộc vào môi trường và hoàn cảnh trong đó chúng ta được nuôi dưỡng và lớn lên. Trẻ con sinh ở các gia đình với tình thương và sự chăm sóc đầy đủ của cha mẹ sẽ là những người gặt hái thành công và đạt nhiều hạnh phúc nhất. Trái lại, cuộc đời của em bé có thể bị hủy hoại nếu nó lớn lên trong sự hất hũi, bạc đãi và thiếu tình thương của các bậc phụ huynh.   
Tình  thương  bắt  nguồn  từ  đâu  và  bằng  cách  nào chúng ta có thể giúp nó tăng trưởng và phát triển? Bao lâu tâm con người tồn tại thì hạt giống của tình thương còn hiện hữu. Mặc dù những ý tưởng xấu lẫn tốt, tất cả đều phát xuất từ ở tâm con người, nhưng tình cảm mạnh nhất trong đời sống con người vẫn là lòng yêu thương. Cho nên hạt giống từ bi luôn luôn là bản chất tự nhiên vốn sẵn có ngay từ lúc con người vừa mới chào đời.   
Lúc chúng ta sinh ra, chúng ta hoàn toàn không biết gì về ý thức hệ, chủ nghĩa hay tôn giáo, và tất cả những điều này về sau chúng ta mới nghĩ đến. Nhưng tình thương thì chúng ta rất cần có ngay vào lúc ấy. Thực vậy, một em bé vừa mới lọt lòng không thể sống nếu thiếu tình thương và sự chăm sóc của bà mẹ.   
Bởi vậy, tình thương là món ăn rất quan trọng và cần  thiết  nhất  để  nuôi  sống  con  người.  Lòng  từ  bi không phải là tình yêu say đắm lạc thú giữa đôi trai gái nam nữ. Lòng từ bi chân thật không chỉ bày tỏ tình cảm mến yêu mà còn là ý thức trách nhiệm chia sẻ và tận tình giúp đỡ lẫn nhau. Lòng từ bi thực sự phát sinh khi chúng ta nhận thấy một người đang đau khổ, tức thì chúng ta tìm cách muốn cứu họ thoát khỏi cảnh khổ ấy để họ có hạnh phúc.   
Chúng ta thường nghĩ rằng khi chúng ta có lòng từ bi với ai là bởi người ấy có tình cảm sống gần gũi với mình. Nghĩa là lúc họ còn là bạn thân, chúng ta mới nghĩ tưởng đến họ. Khi người đó không còn gắn bó yêu thương mình hoặc là chúng ta thay đổi không muốn thân thiết với họ thì lòng từ bi nơi mình cũng chấm dứt. Đây không phải là lòng từ bi đích thực, mà chỉ là sự tham đắm. Người có lòng từ bi chân chính không bao giờ phân biệt người mình cứu giúp là thân hay sơ, bạn hay thù; mà chúng ta chỉ biết rằng kẻ đó đang gặp khó khăn, đau khổ và họ cũng muốn chấm dứt sự khổ đau ấy để có hạnh phúc giống như ta.   
Hôn nhân và ái dục không phải là kết quả duy nhất của tình yêu cuồng dại giữa hai nam nữ, mà hai người còn phải tìm hiểu và thông cảm thực sự với nhau. Khi bạn biết rõ về tánh tình, thói hư tật xấu cũng như tình trạng sức khỏe của người mình yêu thì bạn mới có thể hoàn toàn tin tưởng và kính trọng người bạn đời tương lai của mình. Và khi đó bạn mới quyết định tiến tới hôn  nhân  lập  gia  đình  với  nhau  được.  Ngoài  ra  còn phải ý thức trách nhiệm giữa hai người nữa. Cho nên đôi nam nữ muốn kết hôn và sống hạnh phúc lâu dài thì phải xét kỹ đến mọi khía cạnh nêu trên.   
Là con người chúng ta có nhiều khả năng đặc biệt và trí hiểu biết. Những kẻ càng thông minh họ càng thấy  xa  rộng.  Những  ai  càng  giàu  sang  họ  càng  có trách nhiệm đối với chính mình và tha nhân. Thực vậy, là con người, chúng ta không chỉ có trách nhiệm giúp đỡ mọi kẻ khác mà còn phải nghĩ đến hạnh phúc của toàn thể nhân loại cũng như sự tồn vong của quả đất này. Nếu dùng khả năng và trí thông minh của chúng ta  vào  công  việc  hủy  diệt  hạnh  phúc  của  con  người thì đó là một tai họa khủng khiếp cho kiếp nhân sinh. Chúng ta nên sử dụng kiến thức và tài năng của mình vào  công  việc  xây  dựng  mang  lai  phúc  lợi  cho  mọi chúng sanh. Tôi tin rằng những ai vận dụng tài trí của mình cho quyền lợi riêng tư ích kỷ, không nghĩ đến hạnh phúc của kẻ khác; sau này sẽ không tránh khỏi sự ân hận hối tiếc.   
Tôi nghĩ rằng cả loài người và thú vật đều có tri giác hiểu biết. Nếu chúng ta đối xử có lòng thương yêu chó mèo thì chúng sẽ thân mến với chúng ta. Nếu chúng ta ghét bỏ xua đuổi thì chúng cũng biết và không thích như thế. Nếu chúng ta sống có lòng tốt, thiện cảm với ai thì người đó lúc nào cũng muốn như vậy. Trường hợp chúng ta đối xử xấu, làm hại kẻ khác thì họ sẽ đáp lại cũng không tốt và gây buồn phiền cho mình, dù họ là người có tôn giáo hay không, giàu hoặc nghèo, trí thức hay ngu dốt. Cho nên tình thương và lòng từ bi rất cần thiết cho mọi người vì tất cả chúng ta đều muốn có hạnh phúc, và không thích khổ đau.   
Một số người nghĩ rằng tình thương và lòng từ bi hỷ xả là những đức tánh thuộc về tôn giáo. Nói vậy là không đúng, mà chúng là những hành động lành nên thực  hiện.  Và  không  ai  có  thể  không  biết,  dù  họ  là người có tín ngưỡng hay không. Đó là các thiện tánh rất cần thiết nếu chúng ta muốn sống có hạnh phúc và trở thành những công dân toàn hảo. Về mặt tôn giáo, nếu thấy đạo nào thích hợp với mình, bạn nên chọn theo  tín  ngưỡng  ấy.  Nếu  không  muốn  thì  bạn  từ  bỏ cũng chắng sao. Nhưng điều quan trọng là bạn nên có tình thương vì đó là nền tảng đạo đức căn bản và cần thiết của con người.   
Hạnh  phúc  thuộc  về  tinh  thần.  Máy  móc  không thể cung cấp, và ta cũng không mua hạnh phúc được. Tiền bạc và giàu sang chỉ mang lại cho con người một phần nào hạnh phúc, chứ không thể có hạnh phúc trọn vẹn. Các thứ trên không trực tiếp giúp chúng ta hạnh phúc  được.  Hạnh  phúc  đến  từ  trong  tâm  chứ  không ai có thể cho mình. Tâm bình an là nguồn hạnh phúc tuyệt vời nhất. Nó không tùy thuộc ngoại cảnh. Cuộc sống chúng ta dù thiếu tiện nghi vật chất, học vấn tầm thường  hay  sự  nghiệp  công  danh  không  mấy  thành công cũng chẳng sao, miễn là tâm chúng ta an lạc.   
Chia sẻ tình thương, bố thí giúp đỡ cho kẻ nghèo khổ túng thiếu bần hàn là những bí quyết căn bản mang lại hạnh phúc cho chúng ta. Hãy cố gắng trở thành con người đạo đức với tâm hồn vị tha, bất luận bạn là nhà tôn giáo, chính trị hay thương gia. Một cá nhân toàn thiện có thể góp phần tích cực cho hạnh phúc của gia đình và cộng đồng.   
Những  tôn  giáo  ra  đời  vào  các  thời  điểm  và  nơi chốn  khác  nhau. Tôi  nghĩ  rằng  mọi  tín  ngưỡng  đều giúp con người phát triển các tánh tốt và diệt trừ những tánh xấu. Nhiều tôn giáo lớn trên thế giới đều truyền đạt chung một bức thông điệp tình thương và lòng từ bi, mặc dù sự diễn đạt giáo lý có khác nhau. Mọi tín ngưỡng đều dạy con người biết thương yêu, lắng nghe và tha thứ cho nhau, cũng như xây dựng và phát triển các đức tánh tốt nơi con người.   
Qua nhiều thế kỷ, hàng triệu nhân loại đã tiếp nhận nguồn phúc lợi vô biên từ các tôn giáo. Nhưng rất tiếc những  tín  ngưỡng  khác  biệt  nhau  đó  đã  gây  nên  sự xung đột hận thù, khủng bố và chiến tranh. Nếu hiểu biết  rằng  mục  đích  chung  của  các  tôn  giáo  là  nhằm hướng  dẫn  đào  luyện  chúng  ta  trở  thành  những  con người đạo đức lương thiện, thì chúng ta nên kính trọng tất cả các tôn giáo.   
Có hai loại tôn giáo. Một nhóm tôi gọi là các tôn giáo hữu thần như Thiên Chúa, Do Thái, Ấn Độ và Hồi Giáo. Các đạo giáo này tin vào một đấng Thượng Đế. Một nhóm khác gồm các tôn giáo vô thần như Phật Giáo và Kỳ Na Giáo v.v... Họ không tin vào Thượng Đế,  đấng  Tạo  Hóa  và  Toàn  Năng.  Phật  giáo  không chấp nhận lý thuyết có một linh hồn bất tử. Điều này phân biệt giữa những người Phật tử và không Phật tử. Giáo lý căn bản của đức Phật là phủ nhận có một linh hồn hay bản ngã thường còn.   
Phật giáo còn chia làm hai giáo phái: Nguyên thỉ hay Nam Tông và Đại thừa hay Bắc Tông. Người tu theo Phật giáo Nguyên thỉ nhằm mục đích giải thoát cho chính mình bằng cách thực hành thiền định và ng- hiêm trì giới luật Phật chế. Còn mục tiêu của Phật giáo Đại Thừa, ngoài tự độ mình giải thoát, hành giả còn thực hành sáu phép Ba La Mật nhằm cứu giúp hết thảy mọi chúng sanh thoát khỏi vòng luân hồi sinh tử, để cuối cùng đạt đến quả vị thành Phật.   
Căn  bản  của  sự  tu  tập  theo  các  giáo  phái  trên  là bất bạo động. Tại sao bất bạo động là quan trọng? Vì theo lý nhân duyên sinh, tất cả vạn vật hiện hữu đều có tương quan tương duyên với nhau. Chẳng hạn sự sống  cũng  như  hạnh  phúc  của  mỗi  cá  nhân  đều  tùy thuộc vào nhiều nguyên nhân. Tương tự như thế, sự đau khổ và bất hạnh của mình cũng phát sinh từ nhiều lý do. Cho nên, nền tảng của Phật giáo và sự tu tập là bất bạo động và lý nhân duyên sinh. Bất bạo động có hai trường hợp: Một là, nếu có thể, bạn nên cứu giúp mọi chúng sanh; và hai là nếu không có thể, thì ít ra bạn đừng bao giờ làm hại đến kẻ khác.   
Lý nhân duyên sanh được diễn tả sai biệt tùy theo giáo lý khác nhau. Danh từ tương quan tương duyên có  nghĩa  là  mọi  vật  hình  thành  đều  do  nhân  duyên. Nghĩa là không có đấng tạo hóa, một vật sinh ra đều có nguyên nhân, và các nhân này hiện hữu nhờ vào các nhân trước đó; và cứ như vậy tiếp tục mãi mà không có sự khởi đầu. Mọi vật thay đổi là do các nhân và duyên này. Nhân mới sanh ra quả mới và quả này trở lại làm nhân để tạo thành quả khác nữa. Đây là sự diễn tiến của lý nhân duyên.   
Ví dụ chúng ta tìm hiểu bản chất của chiếc hoa là gì, và khi quan sát kỹ chúng ta thấy nó gồm các tai hoa tạo thành, cho nên nó là không thực. Điều này giúp chúng ta hiểu rằng khi chúng ta gọi tên một vật nào thì vật đó do nhiều phần tử nhỏ hợp  lại mà thành. Nếu chúng ta hỏi “Ta là ai?” thì chúng ta sẽ không bao giờ tìm thấy cái “ta” đích thực khi tách rời nó khỏi thân thể và tâm thức của mình. Nếu đi sâu hơn nữa để tìm hiểu bản thể sau cùng của con người, thì chúng ta sẽ không tìm thấy một cái ngã tồn tại độc lập. Chúng ta thường gọi chung cho cả hai cái thân và tâm này là “con người”. Chẳng hạn chúng ta bảo rằng cái thân thể và tâm thức của con người Tây Tạng đến từ thành phố Amdô là “Đức Đạt Lai Lạt Ma Tenzin Gyatso”. Tuy nhiên nếu phân tích đến tận cùng thì chúng ta sẽ không bao giờ tìm thấy con người đích thực của Đức Đạt Lai Lạt Ma.   
Tương tự như thế khi chúng ta dùng các danh từ “quá khứ”, “hiện tại” và “tương lai” để chỉ thời gian thì ta nên biết rằng quá khứ chỉ còn là kỷ niệm, tương lai là ý tưởng dự tính hay chương trình sắp đến. Giờ phút hiện tại mới là thực.Tuy nhiên ngay cả ngày, giờ, phút, giây và một phần của giây đó cũng không còn là hiện tại nữa. Bởi lẽ giây phút hiện tại vừa hiện ra, lại trôi qua trở thành quá khứ, và sau đó thì tương lai chưa đến cho nên “hiện tại” cũng không có. Nếu không có “hiện tại” thì chúng ta không thể xác định được “quá khứ” và “tương lai”. Vì thời gian cứ mãi trôi qua không một giây phút dừng nghỉ.   
Nếu quá khứ và tương lai không có thì hiện tại cũng không có, bởi lẽ hiện tại hoàn toàn tùy thuộc vào quá khứ và tương lai tùy thuộc vào hiện tại. Đây là định luật tự nhiên của vũ trụ. Nếu không như vậy thì thời gian cũng không có.   
Khi chúng ta gọi “thời gian” dĩ nhiên nó hiện hữu, nhưng không có một danh từ nào, kể cả trừu tượng để chỉ nó. Nếu phân tích tận cùng, chúng ta thực sự không thể  tìm  thấy  bất  cứ  sự  vật  gì.  Theo  Phật  giáo,  bản chất chân thật của vạn vật vũ trụ là “không”. Nhưng “không” ở đây không phải là hoàn toàn “không có” gì hết. Bởi lẽ mọi vật hình thành đều do nhân duyên. Cho nên không có một vật thể nào độc lập mà sinh ra được. Do vậy mà triết lý đạo Phật gọi là “không”. Tôi  đang  ở  đây  và  đó  là  sự  thật  chứ  không  phải giấc mơ. Nếu tôi véo nơi da thịt, tôi cảm thấy đau vì tôi có xác thân. Tôi có ngón tay cái với ngón tay trỏ và nhìn rõ chúng cử động. Tuy nhiên nếu phân tích đến tận cùng, chúng ta không tìm thấy chúng. Nói khác, sự trống không và tương quan tương duyên là hai mặt của một đồng tiền.   
Đức Phật trước tiên ngài dạy Tứ Diệu Đế: bốn chân lý về sự khổ, nguồn gốc của sự khổ, phương pháp diệt khổ và con đường dẫn đến giải thoát an lạc, chấm dứt mọi sự khổ. Ngài đã dạy về các điều khổ đó, vì sự khổ có nguyên nhân và tất cả chúng ta đều không muốn khổ. Ngài dạy chúng ta nhận diện sự khổ và nguyên nhân gây ra sự khổ dưới nhiều khía cạnh khác nhau.   
Mục đích của chúng ta nhắm đến là hạnh phúc và nó lại tùy thuộc vào các nhân duyên khác. Hạnh phúc có thể tạm thời hay vĩnh viễn. Hạnh phúc lâu dài là điều quan trọng hơn, cho nên đức Phật đã dạy chân lý thứ ba là diệt trừ sự khổ, nghĩa là đạt tới cảnh giới Niết Bàn hay hoàn toàn an lạc và giải thoát. Ngài cũng dạy các pháp môn tu hành để chấm dứt sự khổ.   
Tứ Diệu Đế bao gồm bốn chân lý giải thích về sự hạnh phúc và đau khổ cùng nguyên nhân gây ra các điều khổ vui ấy. Mục đích của đời sống con người là mong có hạnh phúc. Từ lúc mới sinh ra, mọi người chúng  ta  đều  có  quyền  được  hưởng  hạnh  phúc,  và muốn có hạnh phúc lâu dài thì chúng ta phải tu tập phát triển đời sống nội tâm chứ không ai ban cho mình hay yếu tố bên ngoài trách nhiệm về sự hạnh phúc đó. Bằng cách nào chúng ta có thể ứng dụng sự hiểu   
biết về Tứ Diệu Đế trong cuộc sống hằng ngày. Điều quan trọng trước tiên chúng ta cần nhận thức rõ cái tâm  thấy  biết  của  chúng  ta  là  gì.  Nhiều  người  lầm tưởng rằng tâm thức của chúng ta là một thực thể độc lập, tách rời khỏi cái thân (vật lý) của con người. Và cái tâm thức như vậy không hiện hữu được vì chúng ta không thể tìm thấy “cái ta” nằm ngoài cái thân giả tạm này.   
Phật giáo không chấp nhận một “bản ngã”, linh hồn hay cái ta thường còn. Tuy nhiên, bởi do tâm thức tùy thuộc vào cái thân vật lý mà tồn tại cho nên chúng ta tạm gọi nó là tâm thức hay cái thấy biết của con người. Nếu tâm thức hoàn toàn tách rời và không liên quan gì với cái thân (vật lý) thì sẽ không có sự khác biệt tâm thức giữa con người và thú vật. Khi bộ óc con người ngưng hoạt động và nếu tâm thức của họ cũng không còn tồn tại, thì làm sao giải thích được thuyết luân hồi? Tâm thức con người được phát triển tùy thuộc vào các nhân và duyên xa hoặc gần, trực tiếp hay gián tiếp.   
Chẳng  hạn  khi  tâm  thức  mình  nhận  biết  về  một chiếc hoa cần phải có những trợ duyên khác. Trước hết là con mắt. Nếu thiếu nó dù chúng ta có ý thức về cái hoa hay chiếc hoa có hiện ra trước mặt, chúng ta cũng không nhận biết được nó. Trái lại, nếu chỉ có tâm thức và con mắt mà không có cái hoa, chúng ta cũng chẳng thấy biết được nó. Nhưng nếu có hoa và con mắt tốt mà không có bộ óc, chúng ta cũng không thể nhận biết được cái hoa.   
Tri giác hay tâm thức là một năng lực tinh tế mà qua đó chúng ta có thể hiểu biết được các sự vật. Tiếng Tây Tạng gọi là “Shepa” nghĩa là “ý thức về một vật gì”. Cho nên ngoài bộ não ra cần phải có thêm các trợ duyên vi tế hơn thì tâm thức con người mới hoạt động và phát triển được. Chúng ta có thể gọi đó là ánh sáng trong suốt (clear light) hay phần sâu kín vi tế nhất của tâm thức.   
Ngay hiện giờ khi các giác quan chúng ta được sử dụng, nhưng hoạt động của chúng vẫn ở mức độ thô thiển. Vào lúc chúng ta nằm chiêm bao hay ngủ mê, một vài giác quan không hoạt động, nhưng tiềm thức của chúng ta vẫn hiện hữu. Các bác sĩ cho biết rằng có bệnh nhân đã qua đời, nhưng thân xác của họ vẫn tồn tại không hư thối trong một hai ngày, và có trường hợp kéo dài đến vài tuần lễ. Lý do bởi lẽ tâm thức vẫn còn tồn tại và tiếp tục hoạt động nơi nhục thân của bệnh nhân.  Nói  cách  khác  là  thần  thức  chưa  lìa  khỏi  xác thân của người đó. Do bởi tâm thức còn làm chủ nơi thân thể cho nên thân xác của họ không bị hư thối, mặc dù bệnh nhân ấy đã hoàn toàn chết hẳn.   
Tôi  được  biết  có  ít  nhất  là  mười  hay  mười  lăm trường hợp như thế đã xảy ra tại Ấn Độ trong vòng ba mươi năm qua. Đặc biệt trường hợp vị thầy dạy riêng của tôi, sau khi các bác sĩ cho biết rằng ông đã chết thực sự nhưng ông vẫn ở trong tình trạng hôn mê kéo dài đến mười ba ngày. Do vậy mà tôi tin rằng phần tâm thức vi tế nhất luôn luôn tồn tại. Nó có thể tạm thời  thay  đổi  nhưng  trường  kỳ  hiện  hữu  chứ  không bao giờ hủy diệt. Cho nên tâm thức gồm có hai loại: phần thô thiển nương gá vào xác thân con người giả tạm này để sinh tồn hoạt động, nhưng phần vi tế nhất sẽ còn mãi không mất. Và trên căn bản đó mà có sự tái sinh luân hồi.   
Bản chất của tâm thức là trung dung hay vô ký. Nó có thể ảnh hưởng bởi tánh thiện hay tánh ác. Lấy ví dụ những người hay có tánh giận dỗi nhất thời. Lúc còn trẻ tôi cũng thường bị như thế, nhưng không bao giờ kéo dài lâu đến trọn ngày. Nếu bản gốc tâm con người là hoàn toàn ác thì khi chúng ta nổi sân, sự sân hận đó sẽ còn mãi. Nhưng thực tế không phải vậy, vì lúc này chúng ta sân, khi khác lại không. Tâm con người, nguồn gốc cũng không hẳn là hoàn toàn thiện, bằng chứng là nó luôn luôn thay đổi, buổi sáng tâm chúng ta nghĩ chuyện lành và chiều lại tưởng việc ác. Cho nên, đức Phật dạy tâm thức của chúng sanh là trung dung hay vô ký. Hơn nữa, đâu là lằn ranh phân chia giữa tánh thiện và tánh ác? Không có sự ngăn cách tuyệt đối mà chỉ có tương đối. Các đức tính như lòng từ bi, tình thương và trí tuệ tạo nên sự hạnh phúc lâu dài cho con người là thiện tánh. Lý do vì chúng ta nhận thức rằng hạnh phúc là điều an lạc mà mọi người đều ước mong thành đạt. Thực hành các tánh lành ấy sẽ giúp cải đổi chúng ta trở thành con người có hạnh phúc và an lạc hơn. Do đó mà chúng ta gọi chúng là những thiện tánh.   
Theo giáo lý đức Phật, sở dĩ con người làm việc ác gây đau khổ cho kẻ khác là do vô minh. Hành động vô minh hay nhận thức sai lầm này, nhờ tu tập thiền định chúng ta có thể phát triển trí tuệ, giữ thân, khẩu, ý hoàn toàn thanh tịnh và do đó, vô minh sẽ được diệt trừ.   
Tất cả chúng ta ai cũng khao khát ước mong sống có hạnh phúc. Hạnh phúc hay đau khổ tùy thuộc vào các hành  động  thiện hay ác, tốt hoặc xấu của chính mình. Tâm con người bản gốc vốn hằng thanh tịnh. Do đó chúng ta có thể tu tập để tránh không làm những điều ác mà tinh tấn làm các việc lành. Cho nên con người có khả năng khắc phục, diệt trừ những sự khổ. Khi chúng ta hiểu rõ nguyên nhân của nó (Tập Đế) là chân lý thứ hai trong bài pháp “Tứ Diệu Đế” mà đức Phật đã dạy. Nhờ thấu triệt nguồn gốc gây nên sự khổ, con người mới tìm cách đoạn dứt nó (Diệt Đế) là chân lý thứ ba, và cuối cùng đi theo con đường tu tập đức Phật chỉ dạy để thoát khổ không còn luân hồi sanh tử hay đạt đến cảnh giới Niết Bàn (Đạo Đế) là chân lý thứ tư trong Tứ Diệu Đế.   
Khi  hiểu  rõ  mục  đích  giải  thoát  của  mình,  con người  mới  cố  gắng  tránh  không  làm  những  việc  ác. Muốn thành tựu trong công việc tu tập này, chúng ta cần hiểu rõ ý nghĩa của sự khổ đau và phải tinh tấn không ngừng với ý chí dũng mãnh quyết tâm diệt trừ nỗi đau khổ ấy.   
Để đạt được kết quả, điều quan trọng là chúng ta nên tập buông xả. Thứ nhất, chúng ta cố gắng tránh xa các thú vui dục lạc trong cuộc đời này, và thứ hai là nguyện từ bỏ mọi đam mê ái dục trong kiếp sau. Chẳng hạn khi chúng ta nghĩ đến những cảnh khổ sanh, già, bệnh,  chết  hiện  tại  cũng  như  nỗi  khổ  sẽ  bị  đọa  vào cảnh giới lục đạo như địa ngục, quỷ đói và súc sanh v.v… trong đời sau, thì chúng ta mới cố gắng tập hạnh buông xả hay có ý muốn tu hành để giải thoát vòng sinh tử luân hồi. Nhằm thực hiện ý chí muốn xa lìa các thú vui dục vọng trong đời này các bạn cần nghĩ đến sự phúc lạc và giải thoát ở kiếp tương lai. Hoặc quý vị có thể ngăn ngừa tránh không hành động các việc xấu ác bằng cách cố gắng làm mười điều lành (thập thiện).   
Muốn  thành  tựu  trong  công  đức  tu  tập,  các  bạn cũng cần có đức tánh tự tin vào khả năng giác ngộ của chính mình. Với sự giúp đỡ của xác thân và trí tuệ của con người, các bạn có thể thực hiện và thành tựu mọi việc nếu quý vị biết cố gắng tinh tấn tu tập. Giáo lý Bồ Tát Thừa dạy rằng tất cả chúng sanh đều có Phật tánh hay khả năng tu hành thành Phật. Lời giáo huấn này của đức Từ Phụ Bổn Sư đã giúp chúng ta tăng trưởng niềm tự tin vào công phu tu học của mỗi cá nhân để giải thoát luân hồi sanh tử.   
Một số người, đặc biệt ở Tây Phương đã thiếu đức tánh tự tin nơi mình. Tôi nghĩ đó là điều rất sai lầm và tai hại. Chúng ta có cái thân này với khối óc và trí tuệ. Nếu chúng ta biết nương vào nó dùng làm phương tiện để tu tập thiền định thì chúng ta có thể phát triển chân tâm của mình trở nên thánh thiện. Với thời gian và đức tánh kiên nhẫn, quý vị sẽ thành tựu công đức tu hành nhằm cải đổi nội tâm của mình từ xấu thành tốt và ác trở nên lành; cho nên dù ngoài đời hay trong đạo, tự tin vẫn là đức tánh rất cần thiết đối với chúng ta.   
Ngoài ra, lòng từ bi cũng là một yếu tố quan trọng. Nó giúp chúng ta mở rộng tình thương cứu giúp mọi chúng sanh. Với tâm từ bi, chúng ta dễ dàng kết thân làm bạn với con người, thú vật và côn trùng. Khi chúng ta có tâm hồn vị tha chúng ta sẽ có nhiếu bạn bè thân hữu. Trái lại với tâm xấu ác, hẹp hòi ích kỷ, các thiện hữu tri thức sẽ lánh xa chúng ta. Dù kẻ khác đối xử với bạn không tốt, nhưng bạn cứ vui vẻ niềm nở với họ, cuối cùng họ sẽ thay đổi mến thương bạn.   
Thêm  nữa,  sự  nhận  thức  rõ  về  lời  Phật  dạy  mọi chúng sanh đều có Phật tánh hay đời này sanh ra được làm thân người là một điều vô cùng phước báu cũng như cuộc sống là vô thường sẽ giúp chúng ta nỗ lực tinh tấn tu hành để mong được giải thoát luân hồi sanh tử.   
Khi đề cập đến tình thương, nó gồm có hai loại: vị kỷ và lợi tha. Con người nếu chỉ biết yêu thương mình, tự thấy mình là quan trọng hơn kẻ khác và không bao giờ  hành  động  lợi  ích  cho  tha  nhân,  đó  là  thứ  tình thương ích kỹ, chẳng mang lại hạnh phúc an lạc cho bất cứ ai. Trái lại, tình yêu lợi tha là tình thương rộng rãi bao la. Đó là lòng từ bi của chư Bồ Tát muốn cứu độ tất cả chúng sanh.   
Với tâm đại bi, các ngài thường xuyên liên tục hành động giúp đỡ mọi người không chỉ trong nhiều ngày tháng hay năm mà là thời gian vô tận; không phải trong một kiếp, hai hay ba kiếp mà là hàng triệu, vô lượng kiếp. Chư vị Bồ Tát không bao giờ chán nản hay mệt mỏi khi phải phục vụ cứu giúp chúng sanh trong thời gian dài vô hạn như thế; cũng không thối tâm khi nghĩ tới số lượng chúng sanh nhiều không kể xiết mà các ngài cần phải cứu độ cho họ. Nếu không có tâm từ bi rộng lớn thì không ai có thể hành động lợi tha cứu giúp chúng sanh phi thường như vậy.   
    
Lòng ham muốn của con người cũng có hai loại: xấu và tốt. Khi chúng ta có lòng tham vị kỷ, chỉ biết nghĩ đến điều lợi cho riêng mình mà gây tai hại khổ đau cho kẻ khác, thì lòng ham muốn đó, theo đức Phật dạy  là  một  hành  động  bất  thiện. Trái  lại,  khi  chúng ta biết hướng lòng ham muốn của mình vào việc cứu giúp mang lại an lạc hạnh phúc cho tha nhân và tất cả chúng sanh thì sự ham muốn đó là một hành động lành mà con người nên cố gắng thực hiện.   
Tiếp theo, chúng ta cần suy nghĩ đến cuộc đời là vô thường. Ở đây cũng có hai trường hợp. Trước nhất là sự biến đổi mà chúng ta có thể nhận biết rõ ràng như thình lình một người thân của chúng ta qua đời hay bị chết vì tai nạn bất ngờ. Thứ hai là sự thay đổi vi tế, chậm chạp trong từng giây phút mà với mắt trần chúng ta không nhận thấy được. Ví dụ như chiếc hoa trước mặt tôi đây đang biến đổi từ từ trong phút giây để rồi cuối cùng nó sẽ héo tàn, hủy diệt. Nhờ trí tuệ soi sáng, chúng ta nhận thức được bản chất của sự sống là vô thường, do vậy mà tâm chúng ta lúc nào cũng an vui tự tại giải thoát trước mọi cảnh bể dâu, thay đổi của cuộc đời.   
Bây giờ hãy suy nghĩ, xét đến thân thể và cuộc sống của chúng ta. Theo quan điểm của Phật giáo, chúng ta sẽ không có sự an lạc hạnh phúc vĩnh cữu, chừng nào mà ý nghĩ, lời nói và việc làm của chúng ta còn bị chi phối, khống chế bởi vô minh. Nếu vô minh chưa dứt trừ được thì Niết Bàn và giải thoát sẽ không có. Như vậy  là  chúng  ta  sẽ  mãi  mãi  bị  luân  hồi  sinh  tử,  lên xuống vào ra trong ba đường ác đạo.   
Để chấm dứt mọi khổ đau, chứng đắc Niết Bàn, đạt đến cảnh giới hoàn toàn an lạc hạnh phúc theo lời đức Phật dạy, chúng ta cần phải nỗ lực tinh tấn tu tập, phá trừ vô minh, đoạn diệt phiền não. Ngoài ra chúng ta cũng nên mở rộng tình thương, thực hành hạnh bố thí, luôn luôn nghĩ đến sự an lạc, phúc lợi và tìm cách cứu giúp hết thảy mọi chúng sanh vượt thoát bể khổ trầm luân. Nói khác là chúng ta đã thể hiện được tâm Bồ Đề (Bodhicitta), hành Bồ Tát Đạo nhằm mong hướng đến quả vị giác ngộ và thành Phật.   
Khi phát triển, thực hành được tâm Bồ Đề quý báu này, con người bất luận là theo tôn giáo nào, họ đều trở thành bậc thánh thiện có lòng từ bi bao la, luôn luôn muốn cứu giúp mọi người trong xã hội hết khổ được vui. Theo Phật giáo, sau khi chúng ta phát Bồ Đề Tâm, lòng con người trở nên thanh tịnh, các tánh xấu ác sẽ được  diệt  trừ  để  nhường  cho  những  thiện  tánh  phát sinh. Với tâm lành đó, hành giả chắc chắn sẽ được tái sanh vào  cảnh  giới  an  lạc  trong  kiếp  tương  lai.  Nói khác, đó là con đường hướng dẫn chúng ta đến sự hạnh phúc chân chính, đích thực và vĩnh cữu.

Lời cuối: Cám ơn bạn đã theo dõi hết cuốn truyện.  
Nguồn: http://vnthuquan.net  
Phát hành: Nguyễn Kim Vỹ.  
  
Nguồn: ThuvienHoasen  
Được bạn: NHDT đưa lên  
vào ngày: 23 tháng 5 năm 2007