

Cuộc đời tuy là giả tạm vì bản chất của nó là vô thường, khổ, vô ngã nhưng nó cũng chính là bài học duy nhất để giác ngộ giải thoát. Tất cả chân lý đều ở trong cuộc sống này, khi sống với tham sân si thì đó là luân hồi đau khổ, khi đoạn tận tham sân si thì đó là Niết-bàn tịch tịnh.

Vậy bài học là thấy ra đâu là đau khổ, đâu là Niết-bàn và nguyên nhân của nó ngay trong chính mình và cuộc sống chứ không phải cố gắng để đạt đến một trạng thái lý tưởng ở tương lai...

Lắng nghe, quan sát lại chính mình trong tương giao với cuộc sống, sẽ thấy ra (*vipassati*) mọi chân lý mà chư Phật đã chứng ngộ.

"Sức mạnh của trẻ thơ là tiếng khóc. Sức mạnh của đàn bà là phần nộ. Sức mạnh của người ăn trộm là vũ khí. Sức mạnh của vua chúa là quyền uy. Sức mạnh của kẻ ngu là áp đảo. Sức mạnh của bậc hiền trí là cảm hóa. Sức mạnh của người đa văn là thẩm sát. Sức mạnh của sa môn là nhẫn nhục." Dalai Lama. Phần lớn chúng ta vì muốn được thường, lạc, ngã mà khổ. Như vậy khổ là do không thấy tính vô thường, khổ, vô ngã trong vạn pháp. Trong vô thường mà muốn thường hằng, trong khổ đau mà muốn

hạnh phúc, trong các pháp vô ngã mà muốn đó là ta, của ta và tự ngã của ta thì gọi là điên đảo tưởng. Các pháp do duyên sinh đều có biến đổi, có thành hoại, có sinh diệt. Do đó ai muốn chúng thường còn thì tự chuốc lấy khổ.

Ví dụ như hoa Mai có nở có tàn nhưng ai muốn hoa Mai nở mãi không tàn thì sẽ khổ đau thất vọng.

Các pháp do vô minh ái dục hay do tham sân si tạo tác mà thành thì đều đưa đến sâu bi, khổ não. Ví dụ như đời người có sinh, già, đau, chết nhưng ai tham sống sợ chết thì sẽ khổ đau phiền muộn. Các pháp vốn tồn tại trong sự vận hành theo quy luật tự nhiên của chúng, còn ý niệm "ta, của ta, tự ngã của ta" được gán ghép vào đó chỉ là ảo tưởng. Và chính ảo tưởng này đem lại khổ sầu. Ví dụ như mắt thấy mà cho là "ta thấy", tai nghe mà cho là "ta nghe"... rồi "đây là con ta", đây là "tài sản của ta"... nên mới khổ.

"Bởi chúng ta không thể thay đổi được thế giới xung quanh, nên chúng ta đành phải sửa đổi chính mình, đối diện với tất cả bằng lòng từ bi và tâm trí huệ"

"Ra đời hai tay trắng. Lìa đời trắng hai tay. Sao mãi nhật cho đầy. Túi đời như mây bay."

"Thành thật đối diện với mâu thuẫn và khuyết điểm trong tâm mình, đừng lừa dối chính mình".

Thiền Đàng, Cực Lạc, chỉ là cách gọi tên thôi. Phật giáo, Thiên Chúa giáo chỉ là hệ thống tổ chức Tôn giáo và Giáo lý chỉ ra con đường giải thoát. Trên thực tế Chân Lý vẫn là một đối với người đã giác ngộ. Giống như người miền Trung gọi là củ sắn thì người miền Nam gọi là củ mì, còn người nào ăn củ đó rồi thì mới thấy chỉ là một củ thôi...khi

Thiền Ngôn

● **Duy Tuấn**
(Phỏng theo Dalai Lama)

còn tranh cãi nhau về cách lập ngôn hay còn chấp giữ hệ thống lý thuyết riêng của mình thì vẫn còn chưa thấy Chân Lý... Chính ý niệm của con người chiez cần mạnh mẽn Sự Thật thành cái của tôi và của anh mà thôi.

"Sự khác biệt giữa con người là do mức tiến hóa khác nhau qua các kiếp sống". Có khi nào ta thù ghét một kẻ kém ta đâu? Suy luận rằng. "vạn vật đồng nhất", ta sẵn sàng tha thứ cho kẻ khác, vì họ không hiểu biết, không ý thức hành động của mình, và lại họ và ta nào có khác nhau đâu. Khi ta hiểu rằng: "nhất bốn tám vạn thứ", ta nhìn vạn vật như chính mình, từ loài người qua loài thú, thảo mộc, kim thạch, và ý thức rằng mọi vật đều có sự sống, đều có Thượng đế ngự ở trong, ta sẽ cởi bỏ thành kiến,