

Dalai Lama

Cội Nguồn Hạnh Phúc

Dịch giả: Bảo Hoàn

Nguyên tác His Holiness



Quan niệm thông thường của con người về tình thương và từ bi là sự liên hệ tùy thuộc vào người này là vợ tôi, người kia là chồng tôi, con tôi, và bà con bạn bè thân thích của tôi. Với thiên kiến như vậy, chúng ta chỉ thích yêu thương và bảo vệ những gì thuộc của riêng mình mà bỏ quên trách nhiệm và bổn phận đối với tha nhân.

Trong khi bản chất của vạn vật là luôn đổi thay nên tình cảm vì thế cũng dễ dàng biến đổi. Chẳng hạn một người bạn thân lúc nào cũng

làm vui lòng ta thì mọi việc đều tốt đẹp. Nhưng một ngày nào đó có điều gì nghịch ý trái lòng xảy ra, thì người mà ta xem như là bạn thân ngày hôm qua lại có thể trở thành kẻ thù đáng ghét nhất. Trong đời sống vợ chồng cũng vậy, nếu chúng ta yêu thích một người vì sự hấp dẫn của bề ngoài giả tạo, thì theo thời gian, tình cảm mà ta dành cho người đó cũng sẽ phai tàn. Mặc dù cũng vẫn là con người đó nhưng khi họ mất đi sự quyến rũ thì hoàn toàn khác cũng sẽ đổi thay.

Hơn nữa, con người chúng ta có thói quen khi thấy người nghèo khổ, tàn tật thì đem lòng thương xót. Nhưng khi thấy người giàu có hoặc danh thơm tiếng tốt hơn mình thì đem lòng ganh tị và cạnh tranh cùng họ.

Những cảm xúc thiên lệch này làm cho chúng ta không còn khả năng nhìn thấy sự bình đẳng giống nhau giữa người ta và người. Điều này trái với lòng từ bi chân thật vì nếu là từ bi thì dù cho bề ngoài của người đó có thay đổi ra sao, tình cảm của ta dành cho người đó vẫn không bị biến đổi. Cũng như vậy, các cảm xúc tiêu cực khiến chúng ta quên rằng tất cả mọi người dù giàu hay nghèo, thân hoặc không thân, họ cũng có cùng mong ước là được hạnh phúc và sợ đau khổ như chúng ta. Vì thế, chúng ta cần phải thanh lọc chính mình để có thể thoát khỏi ảnh hưởng của cảm xúc thiên lệch này.

Bản chất của các phẩm chất như tình thương, nhẫn nại, khoan dung và tha thứ là cội nguồn dẫn dắt chúng ta đi đến hạnh phúc. Như vậy,

khi ta càng từ bi với kẻ khác thì chính ta là người thừa hưởng được nhiều hạnh phúc hơn.

Nhiều người cho rằng khi quan tâm, chia sẻ nỗi khổ đau của người khác, coi chừng ta sẽ mang lại sầu khổ cho chính mình. Nếu chỉ nhìn ở một góc cạnh nào đó, điều đó có thể đúng. Nhưng có điều khác biệt giữa nỗi khổ của riêng ta và kinh nghiệm khổ đau khi chia sẻ cùng tha nhân vì với lòng từ bi tự nó sẽ cho ta một thứ kinh nghiệm tràn đầy tình thương ấm áp, nhờ vậy mà nỗi khổ sẽ giảm đi rất nhiều. Chắc chắn sẽ có nhiều trở ngại trên con đường phục vụ mang lại lợi ích và an vui cho tha nhân. Vì vậy, chính bản thân tôi cũng phải tranh đấu để có đủ khả năng đặt hạnh phúc của kẻ khác ngang hàng với hạnh phúc của chính mình. Đôi khi trải qua kinh nghiệm về sự đau khổ cũng là điều hữu ích. Khi chúng ta gặp đau khổ, nó nhắc nhở cho chúng ta về sức chịu đựng của người khác và khơi dậy trong lòng chúng ta sự cảm thông cùng tha nhân. Như vậy khổ đau cũng là một kinh nghiệm cần thiết trong đời sống để con người có thể học hỏi từ đó về bài học của tình thương và lòng từ bi. Chẳng hạn khi gặp phải nghịch cảnh có thể đưa đẩy chúng ta đi tới hận thù và phiền não, chúng ta có thể chuyển hoá chúng thành bao dung và tha thứ để phát triển tâm linh của chính mình.

Nếu là một Phật tử trên con đường tu tập, chúng ta phải luôn tự nhắc nhở mình về bốn phận phục vụ cho toàn thể chúng sanh chứ không phải chỉ dành riêng cho người thân của mình, trong đó có sự

phục vụ dành cho những con người kém may mắn và khổ đau nhất. Đồng thời chúng ta cũng ý thức được trách nhiệm không tạo nên sự bất hòa và chia rẽ giữa người này và người khác cũng như sự bất hòa giữa các cộng đồng là thành viên của gia đình nhân loại.

Một điểm quan trọng nữa để bảo tồn cho sự cộng sinh hòa bình là thái độ tri túc và biết dừng lại kịp thời. Vì bản chất của sự tham lam là nguồn cội phát sinh đổ kỵ và tranh chấp. Không khí của đổ kỵ và tranh chấp làm nhiễm ô tâm thức của chúng ta và mang đến đau khổ cho mọi người sống trong cộng đồng. Bản chất của tham lam là muốn chiếm hữu và không bao giờ cảm thấy hài lòng, thỏa mãn. Chẳng hạn như một người nắm tất cả quyền lực và guồng máy kinh tế của một quốc gia trong tay, nhưng vì lòng tham lại tìm cách xâm chiếm nền kinh tế và thậm chí đất nước của người khác. Do đó, cải thiện tâm thức và tôn trọng luân lý cũng là trách nhiệm của chúng ta.

Đề cập đến trách nhiệm của chúng ta ở mức độ toàn cầu, tôi muốn nói đến sự chân thật và thiếu chân thật trong mối tương quan giữa con người với nhau. Đôi khi bề ngoài của chúng ta có vẻ như rất hòa hợp với nhau, song sự thật thì không. Chúng ta nên biết rằng khi chúng ta giả dạng những thứ này trong khi nội tâm chúng ta lại là thứ khác. Sự thiếu chân thật này là nguyên nhân khiến cho mọi người nghi ngờ, sợ hãi và tránh né. Ngược lại nếu chúng ta sống chân thật, chúng ta sẽ giảm thiểu được nghi ngờ và hiểu lầm cho cá

nhân hoặc cộng đồng. Như vậy, chúng ta cũng đóng góp được phần nào khả năng của mình trong việc tạo dựng hạnh phúc cho mình và cho người.

Mặc dù rất khó khăn trong việc mang lại hòa bình và hoà hợp chân thật như chúng ta mong ước, song với nền tảng của tình thương và tâm từ bi cộng với trách nhiệm của chúng đối với tất cả mọi người, tôi tin là chúng ta có nhiều hy vọng để xây dựng một nền hòa bình và an vui cho nhân loại trong tương lai.

Chân thành cảm ơn thầy Quảng Bảo đã gửi tặng bản vi tính

Nguồn: Phật Giáo Ngày Nay. com

Được bạn: Ct.Ly đưa lên

vào ngày: 3 tháng 1 năm 2007