

NĂNG LỰC CỦA THA THỨ

Cảm ơn, cảm ơn, cảm ơn. Tôi nghĩ, như một dấu hiệu của tôn trọng, tôi sẽ đứng để nói chuyện. Cách ấy, tôi cũng có thể thấy thêm những khuôn mặt. Tôi thường diễn tả tất cả chúng ta như những anh chị em. Chúng ta đều là những con người giống nhau ở trình độ nền tảng. Chúng ta giống nhau từ tinh thần, cảm xúc, đến thân thể. Ở trình độ vật lý, có những khác biệt nhỏ, như độ lớn của lỗ mũi. Lỗ mũi của tôi được xem như là một cái mũi lớn. Tôi không nghĩ nó là một cái mũi lớn. Cho nên đó là điều quan trọng. Chúng ta phải nhận ra mỗi người khác như một con người – không có gì khác nhau. Rồi thì, ở trình độ thứ hai – vâng, có những khác biệt về tín ngưỡng, khác biệt về màu da, khác biệt về quốc gia. Tôi nghĩ, ngày nay vắn nạn mà chúng ta đang đối diện là chúng ta nhấn mạnh quá nhiều về tầm quan trọng ở trình độ thứ hai, quên lãng rằng ở trình độ thứ nhất thì chúng ta là những con người giống nhau.

Và rồi cũng thế, trong thực tế ngày nay, chúng ta phải nghĩ về toàn thể nhân loại. Tôi nghĩ khi chúng ta đối diện với một vắn nạn nào đó, chúng ta nên đối phó với chúng với cảm nhận rằng tất cả chúng ta đều là những con người giống nhau. Sự quan tâm của tôi là liên quan đến sự quan tâm của họ, sự quan tâm của họ liên hệ đến sự quan tâm của tôi. Tôi luôn luôn xem tôi chỉ là một trong gần bảy tỉ người hiện nay – tôi là một bộ phận của loài người. Thế nên, sự hạnh phúc tương lai của tôi hoàn toàn lệ thuộc vào toàn thể nhân loại còn lại. Bất chấp là nếu một người đơn độc là năng lực hay giàu có như thế nào – người ấy vẫn là một bộ phận của nhân loại. Nếu loài người hạnh phúc, hòa bình và thương yêu hơn, thế thì mọi người đều lợi lạc. Và bây giờ, trong nền kinh tế hiện đại, không có biên giới thật sự – không có biên giới tôn giáo.

Thế nên, đây là thực tế. Thời gian đã đến để nghĩ về toàn thể nhân loại và chúng ta phải nói trên trình độ của con người. Do vậy, khi quý vị thấy tôi suy nghĩ, qua phát biểu của

tôi, thì quý vị có thể trong một phạm vi nào đó đọc được tâm ý tôi. Thí dụ, bây giờ mọi người có cảm nhận về tự ngã – cái “tôi”. Nhưng không có ai xác định cái “tôi” là gì. Không ai biết. Trong hàng nghìn năm, những truyền thống khác nhau đã đưa ra những sự giải thích khác nhau về tự ngã, nhưng vẫn không rõ ràng lắm. Và, theo tự nhiên, mọi người muốn hạnh phúc, sung sướng, vui tươi. Ngay cả những con thú cũng có cùng cảm nhận và cùng khát vọng như vậy. Và vì chúng ta không muốn trải nghiệm khổ đau, cho nên chúng ta muốn vượt thắng các rắc rối. Đó là căn bản của khái niệm nhân quyền. Mọi người đều có quyền để chiến thắng các vấn nạn và khổ đau.

Cội nguồn cứu kính của tâm hòa bình và hạnh phúc ở cấp độ tinh thần là ở trong chính chúng ta – không phải là tiền bạc, quyền lực, hay địa vị. Một số người bạn của tôi có thể là tỷ phú, rất giàu, nhưng ở mức độ cá nhân họ rất khổ não. Nếu quý vị lệ thuộc vào tiền bạc, thì sẽ thất bại trong việc đem đến hòa bình nội tại. Và cũng thế những người nào rất uy lực, tôi nghĩ rằng sâu thẳm bên trong, họ có rất nhiều băn khoăn, căng thẳng, sợ hãi và không tin cậy. Thế nên, giá trị vật chất sẽ không thể mang đến sự vui sướng hay hòa bình thật sự bên trong. Tình cảm hay lòng nhiệt tình là những gì thật sự mang đến sức mạnh nội tại và sự tự tin, cùng giảm thiểu sợ hãi và tăng trưởng tình bạn cùng sự tin cậy. Sự tin cậy mang đến tình bạn. Chúng ta là những tạo vật xã hội – sự cộng tác chân thành căn cứ trên sự tin cậy hỗ tương và rất cần thiết.

Vì thế cho nên, một khi chúng ta có một tâm từ bi và nhiệt tình hơn, toàn bộ không khí trở thành tích cực và thân hữu hơn. Qua cung cách ấy, người ta nói rằng, khi quý vị nhìn về phía trước, quý vị cảm thấy, ô, đó là những người bạn của tôi; nhìn về phía bên này, ô, đó là những người anh chị em của tôi, nhìn về bên nọ, người ấy cũng là thân hữu của tôi. Nếu quý vị mang sự sợ hãi, không tin cậy, và tự làm cho mình hơi có khoảng cách với những người khác, thế thì khi một người khác nhìn vào quý vị, người ấy thấy nghi ngờ, không tin tưởng, và cẩn thận hơn. Như một kết quả, sâu bên trong, quý vị có một cảm giác cô độc. Từ đó, những vấn nạn huyết áp và quá nhiều căng thẳng – và tất cả những thứ bệnh tật xảy ra.

Trong một lần nọ, ở New York, tại Đại học Columbia, tôi đã có một hội nghị với những nhà khoa học y tế. Một nhà y học đề cập trong trình bày của ông ta rằng những người thường nói trong những ngôn ngữ như “tôi, tôi, của tôi, của tôi” thì có nhiều cơ hội hay hiểm họa của chứng nhồi máu cơ tim (cười). Ông không giải thích tại sao, nhưng tôi cảm thấy điều đó rất đúng. Như tôi đã đề cập trước đây, sâu bên trong, những người này có sợ hãi và không tin tưởng; và nếu quý vị tiếp tục luôn duy trì khoảng cách với những người khác, thế đó sẽ mang đến sự hiu quạnh. Rồi thì như vậy sẽ trở thành khó khăn để giao tiếp với những con người khác. Xét cho cùng, bạn là một tạo vật xã hội – bạn là một thành phần của cộng đồng và bạn phải đối diện với những người khác. Nhưng do bởi sự yếu đuối bên trong của chúng ta, chúng ta tự cô lập với người khác. Làm sao một người như vậy hạnh phúc được? Vì thế sẽ có nhiều lo lắng và căng thẳng hơn nữa. Một khi chúng ta phát triển một cảm giác quan tâm cho sự cát tường của những người anh chị em chúng ta lớn hơn, một cánh cửa nội tại sẽ tự động mở ra và sẽ trở thành rất dễ dàng để giao tiếp với những người khác. Bất chấp ta là một người có tín ngưỡng hay không, thì phẩm chất hay tiềm năng này đã sẵn có với chúng ta từ lúc mới sinh ra.

Trước nhất, mọi người đến từ những bà mẹ của họ. Đôi khi quý vị thấy, ở Ấn Độ, có những câu chuyện về những con người hay những vị thánh rất vĩ đại được sinh ra từ hoa sen. Tôi nói đùa với mọi người rằng, vì những người như vậy có thể có những thái độ từ bi hơn đối với hoa sen hơn là đối với con người. May mắn thay chúng ta được sinh ra từ mẹ của chúng ta. Cho nên ngay sau khi chúng ta được sinh ra, bằng một nhân tố sinh học, về cả hai phía – bà mẹ và đứa bé – có một cảm nhận tức thời và bao la của thân mật và tin tưởng. Từ phía bà mẹ, cảm xúc từ ái hay tình cảm mạnh mẽ đem đến năng lượng nhằm để bảo vệ và chăm sóc đứa bé.

Đây là một nhân tố sinh học. Nó không đến từ đức tin tôn giáo – không hiến định, không sức mạnh cảnh sát. Bà mẹ con người giống như bà mẹ chó, mèo, chim – bà ấy có một tình cảm hay cảm giác vô biên quan tâm cho con cái của bà ấy. Thế nên, một cách sinh học, chúng ta được trang bị với loại tình cảm ấy. Bất cứ người nào hay bất cứ con vật

nào trân trọng tình cảm của người khác thì cũng có tiềm năng để biểu lộ tình cảm đến một kẻ khác. Vì chúng ta được sinh ra trong cách ấy, chúng ta lớn lên dưới mỗi tình cảm vô vàn và sự chăm sóc của người khác. Vậy thì xa hơn nữa, một số nhà khoa học nói rằng quá nhiều sân hận hay sợ hãi thì thật sự ăn mòn hệ thống miễn nhiễm của chúng ta. Một tâm từ bi hơn là rất hữu ích để kéo dài hệ thống miễn nhiễm của chúng ta. Do vậy, trong chính máu huyết của chúng ta, có một loại hạt giống nào đó của tình cảm. Với một tâm từ bi hơn, tình trạng thân thể của chúng ta sẽ rất tốt. Một tâm tức tối không thể đồng hành tốt với cấu thành thân thể. Vậy nên chúng ta có thể nói rằng bản chất tự nhiên của con người là tích cực và từ bi hơn.

Và xét cho cùng, chúng ta là những tạo vật xã hội. Ngay cả những con vật khác cũng có một lòng vị tha hạn chế, do bởi nhu cầu của sự tồn tại. Trong trường hợp của con người, do bởi sự thông minh, tâm vị tha của họ có thể mở rộng phạm vi. Từ bi yêu thương, vốn đến từ nhân tố sinh học, nên được mở rộng bằng việc sử dụng trí thông minh của con người – suy nghĩ và khảo sát những ưu và khuyết điểm – và sau đó quý vị có được sự tự tin và tỉnh giác. Lòng nhiệt tình cũng rất quan trọng cho cộng đồng, cho gia đình, và cho cá nhân. Nếu cá nhân có một tâm từ bi hơn, thì cá nhân được duy trì tốt đẹp nhất.

Khi tôi đang đi ngang một con đường, trong một cung cách thường khi của tôi, tôi luôn luôn mỉm cười. Đôi khi những người hơi bảo thủ – và đặc biệt một số cô gái trẻ – họ cảm thấy hơi nghi ngờ khi tôi mỉm cười với họ. Thay vì đón nhận hạnh phúc, họ trông như: “Ô, tại sao người này lại mỉm cười với tôi?” Cho nên có nghĩa là, khi tôi mỉm cười vào một người khác như một người anh chị em, tôi cảm thấy hạnh phúc; nhưng thái độ từ bi của tôi không nhất thiết sẽ mang đến hạnh phúc cho người khác. Nó mang lại nghi ngờ và lo lắng hơn cho họ. Do vậy, như một kết quả của sự thực tập từ bi, thì lợi lạc trước nhất là đến cho chính mình.

Tôi muốn nói rõ điều này – đôi khi người ta cảm thấy rằng sự thực tập từ bi là điều gì đó tốt lành cho người khác, chứ không nhất thiết là cho chính tự thân. Điều đó hoàn

toàn sai lầm. Từ lúc sinh ra, chúng ta đã được trang bị với tiềm năng này. Vâng, nhân tố sinh học này tồn tại như một hạt giống. Sau đó chúng ta phải dùng trí thông minh con người để mở rộng nó.

Thế nên, có hai cấp độ. Thứ nhất là cấp độ của tình cảm hay từ bi, là thứ vốn chính yếu là một nhân tố sinh học. Điều đó rất giới hạn, và cũng bị định hướng bởi thái độ của người khác. Loại tình cảm đó chỉ hướng đến bạn bè của ta, những người biểu lộ một thái độ tích cực đến với ta. Cấp độ thứ hai của từ bi được thành tựu qua tu tập và sử dụng trí thông minh của ta. Như tôi đã đề cập trước đây, qua một sự phán xét ưu khuyết điểm, chúng ta xây dựng niềm tin. Thái độ cực kỳ vị kỷ là tự tàn phá. Hãy nghĩ về người khác – như vậy thật sự mang đến sức mạnh nội tại. Những niềm tin này mở rộng một cách thận trọng cảm giác quan tâm và cát tường không chỉ đến với thân hữu mà cũng cả những người trung tính, và rồi cuối cùng, ngay cả đối với kẻ thù hay những kẻ gây rắc rối cho chúng ta. Một khi chúng ta có một cảm nhận quan tâm chân thành, vốn vươn tới ngay cả với kẻ thù của ta, rồi thì lòng từ bi đó là chân thành và được rèn luyện. Nó không thành kiến, không giới hạn, và không bờ bến. Chúng ta chỉ có thể đạt được trình độ đó do bởi trí thông minh tuyệt diệu của con người.

Một thí dụ là về một tu sĩ Tây Tạng mà tôi biết rất rõ. Từ năm 1959, ông đã mất khoảng 18 hay 19 năm trong một trại tập trung của Trung Cộng. Vào đầu những năm 1980, ông có cơ hội để đến Ấn Độ và gia nhập vào tu viện trước đây của ông. Tôi thử nói chuyện với ông về kinh nghiệm của ông trong 18 hay 19 năm năm đó. Ông đã nói với tôi, trong thời gian ấy, trong vài trường hợp ấy ông đã đối diện với một hiểm họa nào đó trong đời sống của ông. Tôi đã hỏi ông, hiểm họa gì? Ông đã nói với tôi nó là hiểm họa của việc quên mất tâm từ bi, hay đánh mất lòng từ bi đối với những kẻ gây ra, như những lính canh Trung Cộng đó. Một người thực tập lòng từ bi vô hạn như vậy thì một cách tinh thần là thật an hòa và tĩnh lặng.

Trong một trường hợp, tôi đơn giản đề cập những kinh nghiệm của vị tu sĩ ấy đến một nhóm nhà khoa học. Sau đó, họ muốn thử nghiệm một vài người như vậy. Sau những

sự quán sát này, các nhà khoa học thấy rằng mặc dù trải qua những thời gian rất khó khăn và có nhiều gian khổ não trong đời sống, thể trạng tinh thần của tu sĩ này là rất an hòa. Thường thường, những người trải qua loại kinh nghiệm như vậy kết thúc với chấn thương. Nhưng những nhà khoa học này thấy rằng, sau các cuộc phỏng vấn và thử nghiệm của họ, thì vị tu sĩ ấy có một tâm thức rất an hòa. Như một kết quả, con người đặc biệt này, bây giờ khoảng 93 hay 94 tuổi, sức khỏe thân thể còn rất tốt. Cho nên tôi nghĩ thái độ tinh thần là rất quan trọng cho sức khỏe của chúng ta.

Khoảng hai hay ba năm trước đây, tôi phải giải phẫu. Túi mật của tôi bị cắt bỏ. Từ lúc ấy về sau. Tôi nói đùa với mọi người – quý vị thấy khuôn mặt tôi, cũng giống vậy; nhưng trong thực tế, một cơ quan quan trọng của thân thể con người đã mất đi; cho nên thân thể của tôi không là một thân thể hoàn toàn. (Cười) Thế nào đi nữa, họ nói rằng loại giải phẫu như vậy phải mất khoảng 15 hay 20 phút; nhưng trong trường hợp của tôi, phải mất 3 giờ đồng hồ do bởi đủ loại phức tạp. Nhưng rồi thì, chỉ trong sáu ngày, trong một tuần, tôi đã bình phục hoàn toàn. Bác sĩ rất ngạc nhiên. Mặc dù cuộc giải phẫu tự nó là rất phức tạp, sự bình phục nhanh chóng một cách bất thường. Đó là kinh nghiệm của chính tôi.

Trong khi nằm trên bàn giải phẫu, và sau đó trong một vài ngày ở nhà thương, tôi cảm thấy okay. Tôi không có nhiều băn khoăn lo lắng hay bất cứ rắc rối nào khác. Trong vài ngày ấy, tôi trở thành một người bạn rất tốt với những y tá và các thầy thuốc. Tôi đùa với họ và chọc họ. Một người thầy thuốc đã nói với tôi sau này rằng từ cuộc gặp gỡ của chúng tôi, toàn bộ đời sống của họ đã thay đổi. Vợ của một người thầy thuốc đã nói với tôi rằng – chính vị ấy đã không nói với tôi – “Chồng tôi thường hơi khó khăn trước đây. Nhưng từ cuộc giải phẫu ấy, ông ấy đã trở nên thoải mái hơn nhiều.”

Cho nên, sự thực tập từ bi do vì nó thật sự lợi ích không chỉ cho chính chúng ta nhưng cũng tạo nên một loại không khí tích cực. Dĩ nhiên, tôi không chỉ nói về những thứ này từ vị trí của tôi như một người nào đó đặc biệt. Tất cả chúng ta có cùng tiềm năng – cùng sự thông minh. Điều duy nhất là chúng ta phải rèn luyện ngay từ lúc ấu thơ. Qua

rèn luyện và học hỏi, chúng ta chú ý nhiều hơn đến những giá trị nội tại của chúng ta. Điều cần thiết duy nhất là chú hơn đến giá trị nội tại của ta – rồi thì ta sẽ gạt hái thêm kinh nghiệm.

Thường thường thì tôi nghe BBC rất nhiều. Họ luôn luôn nói về tiền bạc, kinh tế và chính trị. Và hãy nhìn vào thái độ chung của mọi người! Ngoại trừ có điều gì đó ta có thể thấy – hay như nghe nhạc – một số người thật sự buồn tẻ. Thế nên, cả ngày, họ xem truyền hình và nghe nhạc. Điều này, tôi cảm thấy, một dấu hiệu là chúng ta thiếu kinh nghiệm về giá trị nội tại, với việc nhìn vào bên trong và đơn giản là nghĩ về tâm nội tại của chúng ta. Qua cách ấy, chúng ta có thể xác nhận thêm sự tự tin và hòa bình nội tại. Quý vị biết, không cần thấy hay nghe, chỉ đơn giản qua sự suy nghĩ, chúng ta có niềm hòa bình mệnh mang.

Cách đó, một cách truyền thống, người ta sống nơi vắng vẻ năm này qua năm khác – vì họ có kỹ năng – đã biết mang đến hòa bình nội tại qua việc nhìn vào bên trong. Thật sự thì có hai đặc trưng của hạnh phúc và khổ đau. Một thì lệ thuộc một cách sâu đậm vào ý thức và kinh nghiệm cảm giác – nhìn vào những thứ dễ thương hay nghe những thứ dễ chịu cho ta sự hài lòng nội tại. Nhưng loại hài lòng ấy hoàn toàn lệ thuộc vào phương tiện bên ngoài và những thứ bên ngoài.

Trình độ của khổ đau và hài lòng khác không lệ thuộc vào kinh nghiệm giác quan. Bây giờ, thí dụ, khi ta nhớ về một kinh nghiệm quá khứ nào đó, ta cảm thấy sung sướng hay khổ đau. Đó là trình độ tinh thần. Do thế giữa hai thứ này – những kinh nghiệm trình độ tinh thần và vật chất – hay kinh nghiệm trình độ giác quan – trình độ tinh thần là ưu thắng hơn. Tôi nghĩ rằng chúng ta có thể khám phá rằng hạnh phúc tinh thần có thể chinh phục nỗi đau đớn thân thể, nhưng khổ đau tinh thần không thể bị khuất phục bởi sự thoải mái vật chất.

Có ý nghĩa chứ? Quý vị nghĩ thế nào? Okay? Thế nên trình độ tinh thần là ưu thắng, quan trọng hơn và uy lực hơn trình độ giác quan. Nền giáo dục trong xã hội hiện đại

bây giờ, tôi nghĩ, nhấn mạnh quá nhiều vào kinh nghiệm trình độ giác quan. Tôi muốn chia sẻ suy nghĩ này, mà tôi nghĩ bây giờ đã đến lúc. Vì tôi thiếu ba hay bốn nghìn năm, con người chúng ta lệ thuộc vào hoàn toàn vào cầu nguyện nhằm để có hạnh phúc hay bình an của tâm thức nhiều hơn. Thế rồi, trải qua hai thế kỷ gần đây, khoa học và kỹ thuật đã phát triển – do vậy mọi thứ mà chúng ta muốn được mang đến cho chúng ta ngay tức thì qua kỹ thuật. Cho nên một cách tổng quát chúng ta chú ý nhiều đến khoa học và kỹ thuật hơn là cầu nguyện.

Năm ngoái, ở một tiểu bang của Ấn Độ, chính quyền xây dựng một ngôi chùa Phật giáo. Vì vậy vị thủ hiến đã mời tôi đến lễ khánh thành. Rồi thì vị thủ hiến – đứng đầu chính quyền tiểu bang – đề cập trong bài diễn văn của ông rằng qua sự gia hộ của Đức Phật, tiểu bang của ông sẽ thịnh vượng một cách nhanh chóng. Rồi thì đến phiên tôi nói, và tôi biết ông rất rõ, cho nên tôi phát biểu, “Nếu tiểu bang của ngài có thể thịnh vượng một cách nhanh chóng qua sự gia hộ của Đức Phật, thế thì tiểu bang của ngài đã phải phát triển sớm hơn rất nhiều; bởi vì sự gia hộ của Đức Phật đã sẵn ở đó trong 2,500 năm qua. Nhưng sự gia hộ của Đức Phật hoàn toàn lệ thuộc vào sự làm việc của một vị thủ hiến có năng lực.”

Do thế, chính nhà hành động mới thật sự tạo nên sự thay đổi hiện hữu; việc cầu nguyện sẽ không thay đổi được điều gì. Vì vậy, sự quan tâm của con người trong khoa học và kỹ thuật là tự nhiên. Như tôi đã đề cập trước đây, những báo cáo của đài BBC luôn luôn nói về tiền bạc. Vào phần cuối thế kỷ 20, có hai nhân tố quan trọng – điều thứ nhất liên hệ đến những người thật sự giàu có, những người tạo nên một xã hội giàu có, vật chất. Bây giờ, họ đã bắt đầu cảm thấy chỉ đơn thuần giá trị vật chất thì không đủ. Điều gì đó thiếu vắng như một vài thí dụ mà tôi đã đề cập. Điều kia là trong khoa học, việc khám phá hệ thống thần kinh trong não bộ con người đã đến một trình độ rất sâu và phức tạp. Rồi thì người ta đã bắt đầu phát triển sự quan tâm về cảm xúc và tâm thức. Do vậy, con người chúng ta không chỉ là thân thể này mà cũng có cảm xúc.

Giá trị vật chất cung cấp sự thoải mái cho trình độ vật chất thân thể của con người, nhưng không cho trình độ cảm xúc. Thế nên, bây giờ, ngày càng nhiều những nhà khoa học nổi tiếng và được kính trọng đã tiến hành những cuộc khảo sát về cảm xúc của chúng ta, và giải quyết chúng như thế nào. Do vậy, vào cuối thế kỷ 20, đã có một sự quan tâm chân thành về giá trị nội tại của chúng ta. Cùng lúc, trong hệ thống giáo dục – đương nhiên hàng nghìn năm của lục địa châu Âu – những việc giáo dục riêng biệt đã bắt đầu. Trước thời gian này, nhà thờ chịu trách nhiệm dạy dỗ con người về đạo đức luân lý. Nó cũng chịu trách nhiệm cho gia đình, đến một mức độ nào đó. Nhưng thời gian đó bây giờ đã qua, và sự ảnh hưởng của nhà thờ và thể chế gia đình đã hơi bị suy sụp. Do vậy, trong thể chế giáo dục độc lập thôi nên mang trách nhiệm đạo đức của giáo dục con người về cả những bộ môn tri thức và đạo đức luân lý hay nhiệt tình.

Quý vị thấy đấy, có nhiều người bây giờ đang tiến hành việc nghiên cứu nghiêm túc về vấn đề làm thế nào để triển khai thực hiện một số giáo dục đạo đức về nhiệt tình trong chương trình giáo dục hiện đại. Chúng ta, những con người, qua những kinh nghiệm của chính chúng ta, bây giờ đã trở thành trưởng thành hơn. Vì vậy, chúng ta không chỉ chú ý hơn đến giá trị vật chất mà cũng với giá trị nội tại. Ở đây, trong sự quan tâm ấy, những truyền thống tôn giáo khác nhau có các quy tắc đặc biệt của họ. Trong lĩnh vực triết lý, có hai đặc trưng chính – tôn giáo hữu thần và tôn giáo vô thần. Có những khác biệt lớn giữa hai truyền thống này. Nhưng tất cả những giáo huấn và tất cả những nhân mạnh của các niềm tin là tầm quan trọng về từ ái, bi mẫn, tha thứ, bao dung, kỷ luật tự giác, và toại nguyện. Tôi có nhiều người bạn thuộc Ki tô giáo, Hồi giáo, Ấn Độ giáo, và Do Thái giáo – là những hành giả chân thành. Cho nên, chúng ta có cùng sự thực tập, cùng tiềm năng để chuyển hóa con người, và để biến một tâm tiêu cực thành một tâm tích cực hơn.

Khi chúng ta nói về giá trị nội tại hay đạo đức luân lý, thì những truyền thống tôn giáo khác nhau có những quy tắc đặc biệt khác nhau. Ở đây, tôi muốn chia sẻ một việc – tín ngưỡng hay đức tin tôn giáo cá nhân của quý vị là rất quan trọng; nhưng quý vị phải

thực hiện một sự phân biệt trong đức tin giữa “một chân lý, một tôn giáo” và vài chân lý và vài tôn giáo. Trong hình thức cá nhân, ý tưởng “một chân lý, một tôn giáo” là rất thích hợp. Nhưng trong quan điểm của xã hội, vài sự thật và vài tôn giáo là rất thích đáng. Cho nên, bây giờ làm thế nào để vượt thắng sự mâu thuẫn này?

Một lần nọ ở Argentina, tôi đã có một cuộc gặp gỡ với một số nhà khoa học và lãnh tụ tôn giáo. Một người, ông đề cập ông là một nhà vật lý, nhưng ông tin rằng ông không nên dính mắc quá với lĩnh vực khoa học của riêng ông. Tôi nghĩ như vậy thật là tuyệt diệu. Tôi là một Phật tử, nhưng tôi cũng không nên quá dính mắc với Phật giáo; bởi vì quý vị thấy, nếu quý vị quá dính mắc với đức tin của quý vị, rồi thì tâm của quý vị trở thành thành kiến. Sau đó quý vị không thể thấy giá trị của những truyền thống khác. Quý vị phải trung thành với truyền thống của quý vị, nhưng quý vị cũng phải nên có một tâm cởi mở với những truyền thống khác? Quý vị nên nhìn vào những tôn giáo khác một cách cởi mở và khách quan, và rồi thì quý vị sẽ có thể thấy được giá trị. Ngày nay, nhân danh tôn giáo đôi khi có sự phân hóa và xung đột. Đó không phải là có điều gì đó sai quấy với tôn giáo, nhưng đó là bởi vì hành giả theo tôn giáo bị vướng bẫy trong dính mắc.

Tôn giáo và hòa hợp là những chí nguyện của cả đời tôi và tôi rất hạnh phúc để thấy những anh chị em tâm linh khác ở đây. Do vậy, mặc dù triết lý và truyền thống khác nhau, nhưng tất cả những hành giả chúng ta là cùng nhiệt tình giống nhau. Thế nên, xin hãy vui lòng, tiếp nhận một vai trò hiệu quả hơn về việc thúc đẩy những giá trị nội tại. Trong gần bảy tỉ con người, tôi nghĩ thật rất khó cho mọi người đều trở thành một người có đức tin tôn giáo. Đó cũng là một sự thật. Ở Ái Nhĩ Lan này, dĩ nhiên đại đa số là người Ki tô giáo La Mã, có phải không? Nhưng họ cũng có những người không tín ngưỡng. Do vậy, tôi muốn nói với những người có tín ngưỡng, là nếu quý vị tin theo tôn giáo của quý vị một cách chân thành và nghiêm túc, thì nó có mọi khả năng để cung ứng cho quý vị sự an bình nội tại. Nhưng rồi thì có những người không tín ngưỡng, những người hoàn toàn không quan tâm về tôn giáo.

Bây giờ, tôi nghĩ có ba cách để thúc đẩy những giá trị nội tại. Thứ nhất – tôn giáo hữu thần, tin tưởng Thượng Đế, hoàn toàn thần phục với Thượng Đế. Loại đức tin ấy giảm thiểu thái độ vị kỷ cực đoan. Nó thật là hữu dụng. Tôi trước nhất nêu lên cung cách của tôn giáo hữu thần để thúc đẩy những giá trị nội tại này. Thứ đến, những tôn giáo vô thần – như Phật giáo, Kỳ Na giáo, và một số những truyền thống cổ truyền của Ấn Độ [1]. Những tín đồ của các niềm tin vô thần này tin vào luật nhân quả, vốn cũng là một cung cách để thúc đẩy những giá trị nội tại này. Sau đó, có một cách thứ ba, mà tôi thường gọi là cung cách thế tục. Ở đây tôi phải nói rõ rằng khi tôi sử dụng chữ chủ nghĩa thế tục, không có nghĩa là tôi không tôn trọng tất cả các tôn giáo, thay vì thế là tôi tôn trọng tất cả mọi tôn giáo. Theo khái niệm của Ấn Độ, chủ nghĩa thế tục có nghĩa là tôn trọng mọi tôn giáo – không có quyền ưu tiên cho tôn giáo nào này hay tôn giáo nọ, bởi vì tất cả bình đẳng. Và chúng ta phải tôn trọng những người không tôn giáo. Chúng ta phải tin rằng chúng ta cùng là những con người và nói về những giá trị nhân bản. Tôi nghĩ rằng điều đó là quan trọng. Bằng trái lại, có những người không quan tâm đến tôn giáo, thì thật sai lầm khi cho rằng họ cũng không quan tâm đến lòng từ bi yêu thương, bởi vì họ cảm thấy rằng đây là những vấn đề của tôn giáo. Điều đó hoàn toàn sai lầm. Cho dù quý vị có chấp nhận tôn giáo hay không, điều đó là tùy vào cá nhân, nhưng để chú ý hơn vào những giá trị nội tại là sự quan tâm riêng của quý vị.

Đôi khi tôi nói đùa với mọi người rằng, “Chúng ta vị kỷ về mặt sinh học. Con người là vị kỷ. Do bởi cảm nhận vị kỷ chúng ta tồn tại. Những cảm nhận vị kỷ ấy nên là vị kỷ thông tuệ thay vì vị kỷ ngờ nghệch. Chăm sóc đến sự cát tường của người khác là cách tốt nhất để thành tựu sự hạnh phúc của chính quý vị và một đời sống thành công. Vì lòng vị kỷ, nếu chúng ta chỉ nghĩ về chính mình và có một thái độ vị kỷ cực đoan, thì quý vị sẽ gặp phải rắc rối về đường máu, huyết áp, và căng thẳng, và cuối cùng bị đau tim.” (Cười)

Do vậy, trong hai chí nguyện cả đời của tôi, thứ nhất là thúc đẩy những giá trị nhân bản, và thứ hai là thúc đẩy sự hòa hợp tôn giáo. Tôi thật sự cảm kích sự hiện diện của quý

vị ở đây. Cảm ơn tất cả rất nhiều. Với những điều tôi đã đề cập, nếu quý vị cảm thấy có quan tâm đến điều nào đó, thế thì, tự quý vị phải trải nghiệm và khám phá. Và rồi thì nếu quý vị cảm thấy điều gì đó đáng giá để nghĩ đến, thì quý vị phải thực hiện những thứ ấy trong cuộc sống đời thường của quý vị. Nếu quý vị cảm thấy những điều này không liên can gì nhiều đến đời sống của quý vị, vậy thì hãy quên chúng đi – không có vấn đề gì. Cảm ơn!

Đạt Lai Lạt Ma XIV

Việt dịch: Tuệ Uyển

Chú thích:

[1] Lão giáo cũng thuộc tôn giáo vô thần (tức là không có đấng tạo hóa).