

# BỒ ĐỀ TÂM

*Tenzin Palmo*

Kính chào tất cả quý vị đạo hữu Phật tử tại Pháp Bảo hôm nay. Chúng tôi thật hoan hỷ, hôm nay là ngày thường mà quý vị đã sắp xếp được thời gian, vân tập về đây đông đủ, thật là đáng quý!

Trước khi đến đây chúng tôi đã hỏi thăm đề tài cho buổi giảng và được đề nghị nội dung là Bồ Đề Tâm. Vì vậy hôm nay chúng ta sẽ tập trung vào Bồ Đề Tâm trong Phật Pháp.

Trên lãnh vực tâm linh, có ba phạm vi, hoặc có thể là ba mục tiêu hay ba động lực khiến chúng ta phải dấn thân vào con đường tu tập. Trong mỗi con người, ai ai cũng muốn tìm cầu hạnh phúc và sức khoẻ, rõ ràng điều đó ẩn nấp sau mọi hành động của chúng ta. Đức Phật dạy nguyên nhân của Dukkha, tức là nguyên nhân của Khổ, đều do bám chặt vào cái ta, chấp thủ vào bản ngã của chính mình.

Vì vậy mục tiêu đầu tiên khiến chúng ta tu là nhằm để chuyển hóa khổ đau của chính mình, khổ đau của người xung quanh, đặc biệt khổ đau của những người chúng ta thương yêu. Vì vậy ta thấy đa phần mọi người đến chùa hay đi nhà thờ, họ tụng kinh, đóng góp hay cúng dường, đều vì mong cầu phước báu bình an cho bản thân và gia đình. Thường thường người ta hay cầu cho thân thể mạnh khoẻ, con cái gia đình hòa thuận, đi đây đi đó bình an, may mắn... Vì vậy chúng ta thấy rõ, nội dung những lời khẩn nguyện của đại đa số đều tương tự như thế. Điều đó cũng là điều tất nhiên thôi, nó phù hợp với cuộc sống đời thường.

Ngoài ra, còn có dạng người đi chùa, làm mọi việc lành, siêng năng tu tập... vì họ nghĩ rằng họ đang để dành tiết kiệm vào ngân hàng công đức, hầu mong kiếp sau sẽ tốt đẹp hơn.

Còn có dạng người khác nữa, tu tập để hy vọng kiếp sau được sinh vào thế giới cao quý hơn, như cõi trời chẳng hạn, không còn đau khổ như cõi đời này nữa...

Như vậy, chúng ta thấy rõ những cầu nguyện này đều không sai. Ở đây không có vấn đề đúng hay sai. Chỉ có vấn đề rõ ràng rằng, tất cả mọi lời cầu nguyện đều hướng đến một mục đích, sao cho vẫn sống một đời sống trong cõi luân hồi được nhẹ nhàng hơn, vui vẻ thoải mái hơn mà thôi.

Bây giờ chúng ta đi đến phạm vi thứ hai. Người Phật tử hiểu rõ cho dù an vui hạnh phúc hay đau đớn khổ não, tất cả đều nằm trong chuỗi dài bất tận của sinh tử luân hồi. Tôi chợt nhớ tôi đã từng có một giấc mơ. Tôi mơ thấy mình đang bị giam trong một trại tù thật lớn. Trại tù đó có nhiều tầng, rộng sâu thăm thẳm không thấy đâu lối ra. Tầng trên cùng như một “penthouse suite”, là một phòng hotel sang trọng bậc nhất. Người ta ở nơi này đang vui chơi ca hát, vừa uống, vừa ăn, vừa giải trí thỏa thích... Những tầng lầu khác, có người làm việc, có người ngủ nghỉ, có người đang đánh đấm, tranh giành với nhau... Mỗi tầng lầu, mỗi phòng ở, nhịp sống hoàn cảnh con người khác nhau... Tầng hầm dưới cùng, con người thật quá đau khổ vất vả, ảm thấp, thiếu thốn vật chất, tất nhiên tinh thần càng thống khổ hơn. Tôi nhìn thấy rõ chúng sanh dù tầng trên hay tầng dưới, cuộc đời vui hay buồn, dư giả hay thiếu thốn... đều ở chung trong một trại tù. Cho dù ở nơi chôn nào trong tù đi nữa, ai ai cũng phải chịu chung một cảnh ngộ là không biết được ngày mai sẽ ra sao, mọi thứ dù như thế nào cũng dễ dàng thay đổi, biến chuyển vô thường.

Nhìn kỹ thấy vậy, nên tôi mới quyết tâm làm sao phải thoát khỏi trại tù ghê gớm kinh khủng này. Tôi bắt đầu nói cho mọi người biết, tất cả chúng ta đang bị nhốt kẹt trong tù, phải làm sao để sớm thoát ra thôi. Nhưng người ta trả lời tôi rằng, oh, mình biết mình đang trong tù mà, nhưng cũng đâu có sao, cuộc sống cũng được, mình sẽ cố gắng làm cho đời sống dễ thở hơn một chút là được rồi... Không ai chịu theo tôi cả.

Riêng có hai người bạn kia, họ nói với tôi rằng nếu tôi muốn đi khỏi đây, họ sẽ cùng đi với tôi. Thế là chúng tôi bắt đầu cuộc hành trình vượt ngục.

Lúc đó, tôi phát hiện có một dòng sông chảy xuyên qua trại tù, trên sông là những con thuyền nhỏ không có ai ở trên đó. Tôi và 2 bạn kia lập tức tìm cách leo lên thuyền. Thuyền đưa chúng tôi ra khỏi tù. Ra khỏi phạm vi trại tù cũng là lúc trở lại đất bằng, chúng tôi bắt đầu chạy dọc theo bức tường quanh ngục để băng qua bờ bên kia. Tôi thấy mình đã chạy qua hàng ngàn, hàng triệu cửa sổ dọc theo bức tường đó. Nhìn lướt qua bên trong, chúng tôi thấy có phòng mở đèn, có phòng tắt đèn, có người vui, người buồn, người đánh nhau, người đang ăn, đang ngủ, đang làm việc, đang lao vào các cuộc chơi... Chúng tôi cứ chạy, chạy mãi, chạy mãi... Nhưng bức tường dường như dài vô tận. Quá mệt mỏi, có lúc tôi nghĩ, thì ra những người trong đó nói đúng, không có cách nào vượt khỏi ngục tù này đâu. Cho đến lúc dường như không thể nào tiến thêm được nữa, tôi đã móng tâm bỏ cuộc, muốn quay lại vào đó.

Nhưng tôi nghĩ, không được, nếu tôi quay trở lại, thì 2 bạn của tôi cũng sẽ phải quay lại. Ban đầu họ vì tôi mới theo ra, nên bây giờ tôi cũng phải vì họ mà tiếp tục cố gắng lên. Chính ngay lúc tôi bắt đầu dừng suy nghĩ cho chính mình, mà nghĩ đến lợi ích cho người, thì trại tù ngay lập tức biến mất! Đó là câu chuyện trong giấc mơ của tôi.

Như vậy, trong phạm vi này, chúng ta bước tiếp lên một bậc nữa, là nhận thấy rõ, hiểu rõ, cho dù hiện tại đời sống đang mãn nguyện hay đau khổ, khoẻ mạnh hay đau yếu, tất cả đều đang kẹt trong ngục tù của sinh tử. Chết đi, sanh lại, cứ thế tiếp nối buồn vui bất tận hết đời này qua đời khác. Có kiếp tái sinh vui, có kiếp tái sinh buồn, nhưng mãi mãi quanh quẩn như vậy không có lối ra, chính vì vậy nên quyết tâm vượt thoát sinh tử, bỏ hết những được, mất, buồn, vui... của thế gian lại đằng sau. Và đây chính là nguồn động lực cho chúng ta tu tập, chứng đắc Niết Bàn đạt đến thánh vị A La Hán. Ngay lúc đó, không còn khái niệm tôi đang bị kẹt trong sinh tử, không còn cái Tôi, không còn Bản Ngã về mình nữa, ngay đây là Niết Bàn. Con đường tu tập đó lấy ngay thân này,

ngay trong cuộc đời này chúng đắc đạo quả. Chúng ta thấy đa phần người học Phật trên thế giới rất tâm đắc với con đường tu tập này.

Bây giờ chúng ta sẽ bước đến nguồn động lực thứ ba. Câu chuyện trong giấc mơ của tôi, rõ ràng khi đang chạy khỏi trại tù, dù rằng trại tù dường như vô tận, dù rằng thân thể đã kiệt lực, nhưng khi nhận ra việc chúng quả giải thoát không phải chỉ cho riêng mình, ngay lúc đó từ thân thể đến ngoại cảnh, tất cả đều sẽ thay đổi.

Có một ví dụ, hãy tưởng tượng mình và tất cả mọi người xung quanh đều đang bị lún giữa một đầm lầy dơ bẩn hôi thối. Không chỉ một mình ta sắp chết đuối, mà trong đó còn có cha mẹ, vợ chồng, anh em, con cái, bà con quyến thuộc... tất cả đều đang vũng vầy trong vũng lầy sinh tử. Tuy nhiên, may mắn thay, do tinh tấn không ngừng nên tự bản thân ta có thể ngoi lên được khỏi đầm lầy ấy, giờ đây ta đã an ổn trên chỗ khô ráo rồi. Vậy chúng ta có quay lại nói với người thân rằng: “thật tội nghiệp quý vị quá đi, quý vị đang đau khổ dưới đó, nay tôi đã lên đây được rồi, quý vị ráng lên đi cũng sẽ lên được thôi, tạm biệt quý vị, tôi đi đây!”. Mình có nói với người thân của mình như vậy không? Tất nhiên là không rồi, thế nào mình cũng tìm cách làm sao để kéo hết mọi người cùng lên bờ, có phải vậy không?

Và đây chính là căn bản của Bồ Đề Tâm. Mình không còn hướng đến giải thoát cho chính bản thân nữa rồi, mà là để phụng sự cho tất cả chúng sanh.

Rõ ràng nếu có được động lực này, thì mọi thứ đều thay đổi một cách hết sức mau nhiệm. Vì như đã nói trước đây, mình làm gì cũng đều vì hạnh phúc cá nhân hay xa hơn nữa là vì bà con quyến thuộc gần nhất với cá nhân này mà thôi. Thế gian này có ai không vì mình hay vì người thân mà hành động, để từ những hành động đó phát sinh mọi thứ phiền não. Giờ đây, sau khi phát tâm Bồ Đề rồi, mọi thứ đó đều sẽ thay đổi. Ta đã mở rộng phạm vi yêu thương quan tâm trong chính chúng ta, không còn chỉ cho riêng mình mà là rộng đến tất cả.

Sự thật là như vậy, vì ta thử nghĩ xem, nếu không chỉ xét đời này, mà xét tất cả những đời trước nữa, trôi lăn trong sinh tử luân hồi vô lượng vô biên kiếp, mỗi kiếp ta đều thân thiết, yêu thương với mỗi chúng sanh hay con người khác nhau. Vậy suy cho cùng, có phải tất cả chúng sanh đều từng là người thân của chúng ta không?

Mình hãy suy nghĩ kỹ thêm tới những chúng sanh đã từng là mẹ của mình. Công ơn sinh thành, dưỡng dục, dạy dỗ từ hồi còn tấm bé cho đến lúc trưởng thành, biết bao gian khổ... Công ơn ấy lớn biết dường nào. Tất cả chúng sanh đều có khả năng từng làm mẹ mình, chỉ vì ta không nhớ mà thôi. Có thể kiếp làm người hay là thú, ta đều có mẹ, vì thú mẹ nào cũng thương thú con của mình. Như vậy, cứ tưởng tượng tất cả đang kẹt trong một căn nhà cháy, mình được thoát rồi, nhưng nghĩ đến mẹ còn đang ở trong kia, lẽ nào mình quay mặt bỏ đi. Cũng vậy, đạt được cảnh giới chứng đạo không phải chỉ lợi ích cho riêng mình, mà là vì mục đích lợi ích cho tất cả chúng sanh, đưa tất cả chúng sanh cùng đi chung với con đường giác ngộ với mình.

Theo truyền thống Phật Giáo Tây Tạng, mỗi khi lạy Phật, trì chú, quán tưởng... đều tưởng không phải chỉ riêng mình đang công phu, mà là tất cả chúng sanh đều đang công phu. Trong đó có trời, người, súc sanh, địa ngục, ngạ quỷ... đều đang hưởng lợi ích như mình. Đối với người tu Tịnh Độ, không phải chỉ một mình hành giả được vãng sanh mà tất cả chúng sanh đều được vãng sanh về thế giới Phật. Ta thấy rõ, nếu chỉ mong cầu mình ta, hay người thân của ta thôi, thì tinh thần đó không phải Đại Thừa Phật Giáo nữa rồi.

Như vậy, mỗi khi hồi hướng, phục nguyện hoặc tọa thiền... ta nên nhớ rằng mình đang đại diện cho tất cả chúng sanh, đang nói lên tiếng nói cho tất cả chúng sanh. Tương tự như Việt Nam hay Úc gửi đại diện đến Liên Hiệp Quốc, không phải tất cả dân Việt hay dân Úc đều đến Liên Hiệp Quốc, mà chỉ là người đại diện thay mặt giùm mà thôi. Cũng thế, đa phần chúng sanh chưa tu được, nay ta vì họ, thay họ mà tu tập.

Hơn nữa, tu là để bào mòn bản ngã, không phải tu để tăng trưởng bản ngã. Nếu ta không cẩn thận suy xét, càng tu ta càng làm tăng trưởng bản ngã của ta mà thôi. Tương tự, cầu sinh Tịnh Độ không phải để lẩn tránh Ta Bà khổ, mà là để gần gũi chư Phật, chư Bồ Tát, đó là cơ hội tốt cho ta sớm chứng đạo, phổ độ chúng sanh.

Chúng sanh đang trầm luân trong biển khổ vô tận vô biên. Những chúng sanh đó chính là những người thân yêu của chúng ta, chúng ta nên khởi tâm mạnh mẽ, mong cầu Giác ngộ để cùng giúp những người thân mình khỏi biển khổ, cùng giác ngộ. Ta nên phát tâm dũng mãnh, ngày nào còn chúng sanh khổ, ngày đó còn trở lại để cứu khổ chúng sanh.

Thế nhưng, có một ví dụ khác, khi gặp một người bệnh, nếu ta không biết thuốc, không biết dùng dao phẫu thuật, mà chúng ta giúp người, thì càng làm cho bệnh nhân đau đớn thêm. Vì vậy trước khi muốn lợi ích chúng sanh, ta phải học, phải tu tập, phải tự mình chứng đắc cảnh giới giác ngộ, rồi mới giúp chúng sanh được. Tinh thần Bồ Tát đạo là chúng ta đang sống trong cuộc đời này, nhưng không phải sống cho chính mình mà là cho tất cả chúng sanh.

Tuy nhiên, chỉ phát nguyện thôi thì chưa đủ, cần phải hành trì, phải dần bước trên con đường đạo. Con đường đó là tu sáu pháp Ba La Mật: Bố thí, trì giới, tinh tấn, nhẫn nhục, thiền định và trí tuệ. Trong sáu pháp này, tất cả đều quan trọng, không chỉ có bố thí hay trí tuệ là cần thiết, mà tất cả 6 pháp đều cần phát triển đồng đều như nhau. Có như vậy thì Bồ Đề Tâm của chúng ta mới sớm đạt thành hiện thực.

Kính cảm ơn tất cả quý vị. Kính chúc quý vị luôn được bình an và hạnh phúc./.

---

*Giảng tại: Pháp Bảo Tự Viện Sáng thứ năm 23.10.2014*

*Lược dịch: Thích Nữ Giác Anh*

*Nguồn: [thuvienhoasen.org](http://thuvienhoasen.org)*