

## Hiểu Biết Là Con đường Dẫn Đến Giải Thoát

*Lama Yeshe*

Đạo Phật không phải là một tín ngưỡng tôn giáo cuồng tín. Đạo Phật là phương pháp sống mang đầy triết lý. Do vậy, để nghiên cứu đạo Phật, bạn không cần phải tin tưởng vào một điều gì đó xa với thực tế. Điều quan trọng là chính bản thân bạn phải tìm hiểu, nghiên cứu và thể nghiệm, chứ không phải chỉ dựa vào niềm tin. Nếu không hiểu biết, niềm tin có thể trở nên rất nguy hiểm. Vì thế, những gì đức Phật đã nhấn mạnh: hiểu biết là con đường dẫn đến giải thoát, nhận thức là con đường dẫn đến giải thoát.

Do đó, đạo Phật luôn luôn chú trọng vào sự hiểu biết; hiểu biết là con đường đưa đến giải thoát, nếu không hiểu biết, thì không có con đường dẫn tới giải thoát. Có lẽ, bạn không chắc chắn về điều này. Thông thường, mọi người nghĩ rằng: “*đây là tôn giáo, đây là đạo Phật*”, đồng thời vẽ nên bức tranh của chính họ về đạo Phật và tôn giáo. Ví dụ, hơn một trăm người chúng ta ở đây—tôi có thể bảo đảm rằng hầu hết mỗi người trong chúng ta đều có hiểu biết khác nhau về những gì tạo nên con đường dẫn tới giải thoát. Hãy quan sát kỹ. Mặc dù tất cả chúng ta đều cho rằng: “*giải thoát là điều này, điều này và điều này*” bằng cách sử dụng cùng ngôn từ trong cùng thời điểm, nhưng tâm giới hạn của mình sẽ vẽ nên bức tranh duy nhất của chính nó về hiểu biết cá nhân của chúng ta đối với con đường dẫn tới giải thoát. Trên thực tế, trong sự thực tập của mình, có lẽ chúng ta chưa thực hiện bất cứ điều gì tích cực; cuộc sống chúng ta có lẽ không có gì liên quan với con đường dẫn tới giải thoát.

Vì vậy, bạn phải quan sát cẩn thận để thấy rõ liệu mình đi trên con đường đúng hay sai. Bạn không nên mù quáng tiếp tục đi theo con đường sai lầm mình đã chọn. Quan trọng, bạn quan sát con đường tâm linh của mình hơn là những món hàng bạn mua. Ví

đụ, khi đi vào siêu thị, bạn tốn nhiều thời gian để xem xét các sản phẩm — “*tôi nên mua cái này? Có lẽ mua cái này hay mua cái kia*” — nhưng khi đi đến sự chọn lựa con đường nào mang lại kết quả giác ngộ cao nhất là tốt nhất cho bạn, con đường nào đúng, con đường nào sai, thì bạn không quan sát kĩ. Do vậy, sự quan sát kĩ không bao giờ mắc phải lỗi lầm; quan sát là điều quan trọng nhất. Quan sát là thiền; quán chiếu là thiền. Như tôi đã nói, thiền không có nghĩa chỉ ngồi một chỗ không làm gì hết. Bạn có thể thực tập thiền khi đang đi trên đường phố, quan sát, nghiền ngẫm tâm mình nhìn về các pháp. Đó là thiền. Bạn đang tiếp nhận thực tại hay vọng tưởng? Khi phân tích tâm mình như vậy, bạn đang thực tập thiền.

Bạn thường đề cập đến các hoạt động tích cực và tiêu cực. Mọi người cũng cho rằng các pháp giống như “*hôm nay bạn quá tích cực; hôm nay bạn quá tiêu cực*”. Tuy nhiên, làm sao bạn biết hành động nào là tích cực và hành động nào là tiêu cực? Bạn cần phải biết cách để kiểm tra. Làm thế nào bạn bảo đảm sự thực tập thiền của mình là tích cực và trở nên phương tiện dẫn đến giác ngộ? Sao bạn biết? Điều này không phụ thuộc vào thiền định — đó là động lực thúc đẩy trong việc thực tập thiền hướng tâm bạn đến con đường chơn chánh. Cũng vậy, bạn nói thế nào nếu mình đi trên con đường bất chính? Làm sao bạn phân biệt được? Bạn cần đến trí tuệ nhận thức phân biệt. Đó là con đường của thiền định, con đường của giải thoát. Bạn phải phân biệt rõ đúng, sai. Nếu lẫn lộn các pháp với nhau, thì tất cả những gì bạn có được đều giống như một nồi cháo thập cẩm.

*Minh Chánh chuyên Việt ngữ*

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