

KHÁC BIỆT GIỮA PHẬT GIÁO ĐẠI THỪA VÀ NGUYÊN THỦY THERAVADAⁱ

Sự khác biệt giữa Phật giáo Đại thừa và Nguyên thủy Theravada là gì? Đó là vấn đề của việc có Bồ đề tâm hay không.

Bồ đề tâm là gì? Câu trả lời khá đơn giản và mọi người đều biết, ít nhất là về mặt từ ngữ: Bồ đề tâm là mong ước đạt Phật quả để có thể giải thoát mọi hữu tình chúng sinh. Nhưng về mặt thực hành, điều này không dễ chút nào. Thậm chí vài vị tu sĩ cao cấp và những người tuyên bố là Yogi của trường phái Đại Viên Mãn hay hành giả Kim Cương thừa cũng chưa phát triển được sự xả ly chân chính và Bồ đề tâm.

Khi Tôn giả Atisha ở Tây Tạng, một lần khi đang dùng bữa sáng với vài học trò, Ngài thốt lên: “Hôm nay, một hành giả của Mật điển Hevajra đã đạt được định (samadhi) của sự ngừng diệt của một vị Thanh Văn.” (Đây là sự thiền định trong đó mọi cảm giác và ý niệm thô lậu hoàn toàn bị dập tắt. Từ quan điểm thế tục, đó nghĩa là bước vào trạng thái hoàn toàn không ý niệm và duy trì trạng thái đó trong một khoảng thời gian rất dài.) Các đệ tử hỏi rằng: “Làm sao mà một hành giả Hevajra lại có thể rơi xuống định ngừng diệt của Thanh Văn?” Đạo sư đáp: “Mật điển Hevajra là một thực hành Kim Cương thừa tối thắng. Bởi ông ấy không thực hành vì lợi lạc của mọi hữu tình chúng sinh, nên việc ấy trở thành một thực hành Tiểu thừa, và dẫn đến sự sa sút như vậy.” Câu chuyện này cho chúng ta thấy rằng chính động cơ hay mục đích thực hành một pháp tu là điều quyết định xem pháp tu ấy là Đại thừa hay Nguyên thủy Theravada, thế gian hay xuất thế gian.

Hãy lấy việc phóng sinh làm ví dụ. Trên hình tướng, điều đó có vẻ như là chúng ta đang làm lợi lạc chúng sinh khác. Nhưng thực sự, mục đích của nhiều người chỉ là tránh khổ đau hoặc đạt lợi lạc trong đời này cho chính họ. Họ có thể đạt được mục tiêu theo cách này hay

không? Có, họ có thể. Tuy nhiên, giải thoát sinh vật khỏi khổ đau với động cơ tự lợi không phải là một thực hành Đại thừa bởi người thụ hưởng thực sự ở đây không là ai khác ngoài chính họ.

Nhiều người đang thực hành năm pháp tu sơ khởi siêu việt rất tinh tấn. Nếu bạn hỏi họ: “Tại sao bạn thực hành năm pháp tu sơ khởi?” - “Nếu tôi không làm vậy, tôi sẽ chẳng được phép bắt đầu pháp tu chính yếu của Đại Viên Mãn” hoặc “Không thực hành những pháp tu sơ khởi này, tôi không thể lắng nghe giáo lý về Đại Viên Mãn.” Những câu trả lời này thoát nghe có vẻ hợp lý. Tuy nhiên, nếu bạn hỏi thêm: “Điều gì sẽ xảy ra nếu bạn bị ngăn cản khỏi việc thực hành Đại Viên Mãn hoặc lắng nghe những giáo lý này?” - “Nếu thế, sẽ rất khó để tôi đạt giải thoát.” Hãy lại hỏi tiếp rằng, “Điều gì sẽ xảy ra nếu bạn đạt giải thoát?” - “Tôi sẽ không còn khổ đau, không còn lỗi lầm.”

Nếu động cơ của bạn là như vậy, thì chẳng thể có Bồ đề tâm trong sự thực hành của bạn. Nói cách khác, chúng ta có thể tìm thấy Bồ đề tâm, là một trong năm pháp tu sơ khởi siêu việt và là điều mà bạn được cho là đang thực hành, ở đâu? Tôi e rằng sự thực hành được gọi là Bồ đề tâm của bạn có thể chỉ là vấn đề hoàn thành sự tích lũy một số lượng thần chú cần thiết. Trong khi ấy thì Bồ đề tâm vẫn chưa [thực sự] sinh khởi trong dòng tâm thức của bạn. Bạn có thể nghĩ rằng việc thực hành của mình là để phát khởi Bồ đề tâm, nhưng mục tiêu lại là tự lợi. Điều này khó có thể là cách thức thực hành Bồ đề tâm đúng đắn. Và việc thực hành năm pháp tu sơ khởi của bạn một cách vô tình lại trở thành pháp tu Nguyên thủy bởi bạn hoàn toàn bỏ mất điểm trọng yếu [tức] Bồ đề tâm.

Vì thế, chúng ta cần duy trì một sự tỉnh thức cao độ và luôn tuân giữ kỷ luật khi thực hiện bất cứ pháp tu nào. Khi kiểm tra kỹ lưỡng hơn thì chúng ta có thể thấy rằng một điều có vẻ là vị tha nhưng thực sự lại chỉ làm lợi lạc bản thân chúng ta. Điều này đúng là như vậy trong trường hợp của năm pháp tu sơ khởi cũng như trong việc trì tụng thần chú, phóng sinh, lễ lạy hay tương tự. Tóm lại, nếu mục đích chỉ là đạt được giải thoát cho bản thân, dù pháp tu có tối thắng đến đâu thì cũng chỉ được xem là một thực hành Nguyên thủy. Trái lại, nếu không có một chút suy xét tự lợi nào thì bất cứ điều gì mà người ta hành trì đều

được xem là thực hành Đại thừa, dù đó chỉ là niệm hồng danh của Đức Phật một lần hay chỉ lạy một lần duy nhất.

Chúng ta đều đã nghiên cứu nhiều giáo lý và hiểu được các khía cạnh khác nhau của giáo lý. Nếu hôm nay bạn được yêu cầu ban một giáo lý, có thể bạn sẽ làm tốt. Nhưng rất ít hành giả ngày nay, dù là tu sĩ hay cư sĩ, thực hành giáo lý mà họ đã thọ nhận một cách chân thành.

Về lý thuyết, tu sĩ cần vượt xa cư sĩ về sự tiến bộ và thành tựu tâm linh bởi chư vị được cho là tương đối (không phải tuyệt đối) ít lỗi lầm hơn. Điều này là bởi chư vị đã từ bỏ phần lớn các bám chấp về vật chất và cảm xúc, là những điều thường làm khởi lên các tư tưởng tiêu cực, hoặc là gây ra các hành vi phiền phức, và vì thế, các tu sĩ không dễ dàng bị trói buộc và bị ảnh hưởng bởi những vấn đề thế tục khác nhau. Dù thế, việc thực hành tâm linh của nhiều vị tu sĩ vẫn chưa đáng được hài lòng.

Người ta thường nghĩ rằng thật khó để cư sĩ cắt đứt mọi mối bận tâm thế tục để toàn tâm toàn ý cho việc thực hành tâm linh. Kết quả là, với họ, đạt giải thoát thì rất khó. Tuy nhiên, dù trong thế giới hiện nay, vẫn có khả năng để mọi người thành công trong sự hành trì, đạt được trí tuệ tối thắng và thoát mọi khổ đau. Chìa khóa nằm ở việc có thể vun bồi động cơ thực sự vị tha và giữ được chính kiến.

Lời Vàng Của Thầy Tôi nói rằng, các hiện tượng thế gian và xuất thế gian về cơ bản là đối nghịch nhau. Vì lý do này, cư sĩ hiếm khi có được phương tiện hay ý muốn từ bỏ mọi bám víu thế gian để theo đuổi cuộc đời tu hành. Tuy nhiên, nếu người ta có thể hòa nhập Bồ đề tâm vào các hoạt động thường ngày, thì việc thực hành Đại thừa dường như không phải là không phù hợp với những vấn đề bình thường và đôi lúc còn là không hợp lý, là những vấn đề mà người ta phải đối mặt trong cuộc sống hàng ngày. Một cách tự nhiên, sẽ rất tuyệt vời nếu không để bản thân chìm đắm trong những vấn đề này, nhưng không may với đa số người bình thường thì thường là không thể tránh được. Có một điều tốt lành là mặc dù Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã không thiết lập quy tắc quá nghiêm ngặt cho cư sĩ, nhưng điều

đó không hề cản trở một số hành giả cư sĩ đã trở thành những vị đạo sư thành tựu trong quá khứ cũng như trong hiện tại.

Vậy bây giờ chúng ta cần làm gì? Mặc dù sự thật là chúng ta vẫn cần đi làm, chúng ta có thể vun bồi lòng bi mẫn và sự xả ly cùng lúc. Những nỗ lực này không đối nghịch bởi có nhiều cách để chúng ta biến những hoạt động tầm thường, là những hoạt động thường chẳng hề [được xem là] vị tha, thành những hành động làm lợi lạc chúng sinh.

Ví dụ, dùng bữa ăn được xem là hành động tốt, xấu hay trung lập? Nếu không có việc làm hại sinh mạng trong khi ăn, thì ăn không tốt cũng không xấu. Nhưng, A-tì-đạt-ma-câu-xá luận nói rằng, nếu chúng ta muốn ăn trước hết để có sức mạnh giết hại, tranh đấu hay lừa dối người khác, thì việc dùng bữa ăn đó cũng giống như là phạm một điều xấu. Còn nếu mục đích của việc ăn là có đủ năng lượng để lắng nghe Giáo Pháp, giải thoát sinh vật hay vun bồi thiện hạnh, thì bữa ăn này là một hành động tốt lành. Hơn thế nữa, nếu những hành động tích cực này được thực hiện với Bồ đề tâm, ăn uống thậm chí còn trở thành một thực hành Đại thừa. Mặt khác, khi ăn mà không có mục đích đặc biệt gì, không suy nghĩ đến việc làm tổn thương hay giết hại người khác, giải thoát hay cứu giúp động vật, đó không tốt cũng chẳng xấu; về mặt thuật ngữ Phật giáo, đó là sự trung lập.

Hãy lấy ví dụ khác về việc đi làm và kiếm tiền. Tại sao phải kiếm tiền? Nếu mục đích liên quan đến thực hành tâm linh, làm việc được xem là một kiểu hiện tượng xuất thế gian. Nếu tiền bạc được dùng vì mục đích xấu, thậm chí trước khi hành động thực sự xảy ra, ác nghiệp đã bắt đầu được tích lũy mỗi ngày khi chúng ta đi làm. Khi làm việc đơn giản là một cách kiếm sống, nó không dẫn đến nghiệp tốt hay xấu. Vì thế, hành động có thể giống nhau nhưng nghiệp có thể không giống nhau. Và nhân tố quyết định không phải là thứ gì khác ngoài động cơ của chúng ta.

Nếu ta sẵn lòng, thực sự không khó để ta làm các thiện hạnh, dù ta chọn làm theo cách nào chẳng nữa. Mặt khác, không sẵn sàng thực hành điều đã được học, người ta có thể lắng nghe giáo lý sâu xa nhất, chẳng hạn Đại Viên Mãn, trong suốt cả ngày dài mà vẫn chẳng lĩnh hội được gì. Cũng chẳng có ý nghĩa gì nếu buổi giảng dạy diễn ra trong những hoàn

cảnh như thế. Lắng nghe các buổi giảng Pháp chắc chắn là hữu ích trong việc giúp ta hiểu rõ các giáo lý Phật Đà trên phương diện lý thuyết ; điều này thì chẳng có gì phải nghi ngờ. Không có sự hiểu biết này, chúng ta sẽ không biết cách thực hành. Nhưng sẽ lợi lạc gì nếu chúng ta không đưa được giáo lý vào thực hành? Giỏi lắm là chúng ta cũng chỉ tích lũy được công đức từ việc nghe Pháp, chứ chẳng được điều gì khác. Chúng ta cũng chẳng thể hy vọng sẽ tiến bộ trong chứng ngộ thiên định. Nếu chúng ta cứ tiếp tục như vậy trong nhiều năm, có vẻ như ta học hỏi mà chẳng thực sự hiểu được ý nghĩa chân thực của Pháp, và chắc chắn ta sẽ ra đi tay trắng, không nơi nương tựa, khi phải rời bỏ thế giới này. Tuy nhiên, với người sẵn sàng và đủ khả năng, thì thậm chí chỉ dùng một bữa ăn cũng là nguyên nhân giải thoát. Và lý luận tương tự như thế này cũng áp dụng được với các thực hành Pháp khác. Vì vậy, nhất quyết phải có Bồ đề tâm, là động cơ vị tha, trong bất cứ điều gì bạn làm.

Bây giờ, điều quan trọng nhất phải làm là gì? Đó là chuyển hóa tâm thức, tức là có được một quan niệm khác. Để làm điều này, chúng ta cần bắt đầu bằng việc từ bỏ hai thứ. Đầu tiên, chúng ta cần từ bỏ việc khao khát những thứ trên thế giới này, nói cách khác, bám chấp vào luân hồi và mong mỏi tái sinh trong cõi người hay trời trong tất cả các đời tương lai. Tại sao? Bởi nếu chúng ta không làm vậy, thì dù thực hành điều gì chẳng nữa, chúng ta đều trở thành các pháp thế gian, và sẽ hiển nhiên trở thành một chướng ngại lớn cho sự tiến bộ trên hành trình tâm linh. Vì thế, chúng ta phải từ bỏ hai điều như vậy.

Nói một cách thực tế, phần lớn chúng ta vẫn cần tham gia vào các hoạt động hàng ngày để sinh tồn. Mặc dù chúng ta không thể ngừng dứt hoàn toàn ngay lúc này, nhưng các hoạt động này không phải là một sự chướng cản thực sự miễn là chúng ta xem đây chỉ là một phương tiện tạm thời. Một khi sự quyết tâm muốn dần dần tiếp cận con đường giải thoát bắt đầu khởi sinh trong tâm, thì chúng ta có thể xem đó là dấu hiệu của việc đã phát triển sự xả ly. Như thế, yêu cầu đầu tiên – sự từ bỏ các bám víu vào luân hồi – về cơ bản đã được đáp ứng.

Như thành ngữ thường nói: “Mất hơn một ngày lạnh giá để dòng sông đóng băng một mét.” Rốt ráo, chúng ta là những người bình thường, không thể thỏa mãn việc từ bỏ các ham

muốn thế gian chỉ sau một đêm. Nhưng như đã đề cập ở trên, dù chúng ta thực hành điều gì, Đại thừa hay Phật giáo Nguyên thủy, chừng nào mục tiêu vẫn là sự đạt giải thoát rốt ráo, thì sự xả ly chân chính sẽ dần dần khởi lên theo thời gian.

Điều thứ hai cần từ bỏ là thói quen tìm kiếm tự lợi. Nếu không thể làm ngừng dứt điều này mà vẫn cứ tiếp tục làm mọi thứ chỉ với lợi ích của bản thân, thì chúng ta sẽ mãi mãi bị ngăn cản khỏi Đại thừa và trở thành kẻ ngoài lề cho dù hành động chúng ta là thế nào chẳng nữa, dù là thế gian hay xuất thế gian. Mặc dù chúng ta có thể nghĩ bản thân ta là hành giả Đại thừa hay Kim Cương thừa, nhưng thực sự, nếu động cơ vẫn là tự lợi thì chúng ta thậm chí không bước đi trên con đường đúng đắn của thực hành Đại thừa, chứ đừng nói gì đến Kim Cương thừa. Vì lý do này, tự lợi cần phải từ bỏ.

Không có gì phải nghi ngờ, mà đây thực sự là điều rất khó làm bởi chúng ta đã trôi lăn vô tận trong luân hồi từ vô thủy, nên tất cả những điều lâu nay vốn thân thiết với chúng ta là nhu cầu làm lợi lạc bản thân trước mọi chúng sinh khác. Nếu không thể thấu hiểu về điều này thì chúng ta không thể hy vọng sẽ có thể từ bỏ một thói quen cũ giống như chúng ta có thể làm với một chiếc áo cũ. Nhưng nếu muốn thực hành Đại thừa, chúng ta cần vượt qua thói quen cố hữu này bất chấp những khó khăn rành rành. Nếu không, chúng ta chỉ có thể là một hành giả Phật giáo Nguyên thủy, thiếu khả năng cần thiết để thực hành Kim Cương thừa hay thậm chí là Đại thừa.

Đây là điểm cực kỳ quan trọng cần ghi nhớ!

Các pháp thực hành sơ khởi luôn luôn là nền tảng của mọi thực hành. Thông thường, khi nghe đến từ “nền tảng”, người ta thường nghĩ rằng đó nghĩa là không phải rất cao cấp và vì thế cũng chẳng quan trọng gì. Đây là một cái hiểu sai lầm. Thành ngữ thường nói: “Tóc sẽ mọc từ đâu nếu không có da?” Đối với Pháp, các thực hành sơ khởi được xem là nền tảng thực sự, là gốc rễ của mọi thực hành và vì thế, là vô cùng sâu xa.

Ngày nay ở Tây Tạng và Trung Hoa, nhiều hành giả, bao gồm cả một số tu sĩ, chỉ muốn thực hành năm pháp tu sơ khởi siêu việt không quá một lần... Sự thật là chẳng bao giờ có

sự kết thúc cho những thực hành sơ khởi này đối với tất cả các hành giả Pháp. Những thực hành sơ khởi này không bao giờ chỉ dùng để thực hành một hay hai lần. Nói đến việc hành trì, nhiều hành giả chỉ nhấn mạnh đến sự hoàn thành việc trì tụng thần chú chứ không phải là vào chất lượng của sự hành trì. Tuy nhiên, thậm chí nếu chất lượng không có được những tiêu chuẩn theo quy định thì chúng ta vẫn chẳng có lý do gì để ngừng lại. Những pháp tu này có thể được miêu tả là sơ khởi thay vì là một thực hành chính yếu, nhưng thật sự, các pháp tu này tạo thành phần chính yếu của tất cả mọi thực hành. Vì thế, chúng ta thực sự cần nỗ lực hết sức với những pháp tu sơ khởi này nếu mục tiêu là thoát khỏi luân hồi; nếu không, vấn đề sẽ hoàn toàn khác.

Thật sự, nhiều người đang mắc phải cùng một lỗi lầm. Đó là, mọi nỗ lực mà họ dành cho việc thực hành sơ khởi chỉ để hoàn thành yêu cầu về số lượng trì tụng nhất định và bỏ qua những điểm trọng yếu của giáo lý. Thực hành theo cách này là một sự lãng phí ngu ngốc. Phương pháp cứu giúp được ta ở đây là hãy cẩn thận quán sát động cơ đối với bất cứ việc gì chúng ta làm, dù đó là thực hành Kim Cương thừa tối thắng, năm pháp tu nền tảng hay chỉ là những hoạt động thường nhật.

Ngày nay, nhiều vị được cho là Lama tái sinh du hành thường xuyên đến Trung Hoa. Theo năm tháng, chư vị khiến quán đỉnh trở thành nghi lễ phổ biến nhất ở đó. Bất cứ khi nào một quán đỉnh được ban bởi một trong những vị Lama này, người ta đổ xô đến tham dự, dù nó xa đến đâu. Vài người tin rằng họ có thể lập tức đạt Phật quả sau khi thọ nhận một quán đỉnh; số khác nghĩ họ có được một địa vị đặc biệt sau khi thọ nhận quán đỉnh, và trở nên tự cho mình là quan trọng. Đúng là quán đỉnh rất đặc biệt và mạnh mẽ. Nhưng điều gì xảy ra khi thọ quán đỉnh? Phần lớn thời gian, việc nhận quán đỉnh trở thành thứ gì đó tầm thường (bởi các yếu tố kể trên). Điều này đúng với một số người Tây Tạng, nhưng tình thế còn tệ hơn với người Hoa. Nhiều hành giả tự cho mình là thực sự tuyệt vời. Khi nhìn thấy họ đang bị uồn nấn như những công cụ vì lợi ích thế gian thực sự khiến chúng ta nản lòng. Với phần lớn chúng ta, chúng ta không đủ thời gian để thực hành và nhiều người còn thiếu phước đức. Cuối cùng, nếu chút ít thực hành mà ta cố xoay sở để làm lại trở thành một hiện tượng thế gian thì sẽ thật là đáng tiếc.

Bây giờ, tôi muốn cảnh báo xin các bạn đừng xem những điều tôi vừa nói chỉ là kiến thức thông thường. Tôi không giới thiệu vài tư tưởng Phật giáo cho các bạn mà là những điểm chính yếu của sự thực hành Pháp, tức là ý nghĩa và các phương pháp thực hành tâm linh. Tôi cũng đang không giảng dạy cho các bạn xả ly hay Bồ đề tâm là gì, bởi tất cả đều đã có đủ những giáo lý về các chủ đề liên quan. Nhưng các bạn có thành công trong việc đáp ứng những nhu cầu được đề ra cho từng pháp tu không? Tôi e rằng rất ít người làm được điều đó. Nếu bạn không từ bỏ những bám víu thế gian và tự lợi thì y tu sĩ, danh hiệu Rinpoche, Khenpo hay cư sĩ chẳng gì khác hơn những nhãn mác và vì thế không thực sự ý nghĩa. Với cùng một biểu hiện, đeo một chuỗi tràng quanh ngực sẽ là vô dụng nếu không có mong ước vị tha. Tuy nhiên, chừng nào người ta còn có kiến thức đúng đắn về Pháp và được đặt nền tảng trên chính kiến, sẽ chẳng có khác biệt nào nếu họ là cư sĩ hay tu sĩ.

Như tôi đã nói trước đây, vài điều đơn giản như việc dùng một bữa ăn cũng có thể trở thành một hình thức thực hành Đại thừa, hoàn toàn phụ thuộc vào động cơ của bạn. Nếu thực sự là vậy, các thực hành Pháp khác cũng sẽ như vậy. Rõ ràng, chúng ta cần biết sự thực hành của mình là thế gian hay xuất thế gian, Đại thừa hay Phật giáo Nguyên thủy. Chỉ khi sự tỉnh thức đúng đắn được duy trì mọi lúc, chúng ta mới có thể đảm nhiệm vai trò của một vị tu sĩ hay cư sĩ. Thiếu sự tỉnh thức như vậy, thực hành thiền quán sẽ chỉ là bài tập vô nghĩa.

Một cách tự nhiên, nếu phải tuân theo mọi yêu cầu của những giáo lý Phật Đà, không ai, gồm cả tôi, có thể tuân thủ một trăm phần trăm. Tuy nhiên, chúng ta vẫn sẽ cố gắng hết sức, bởi những nỗ lực ấy chắc chắn sẽ làm lợi lạc chúng ta theo nhiều cách.

Chúng ta thường nghĩ rằng: “Tôi thực sự không sẵn sàng để phát khởi Bồ đề tâm, bởi tôi chỉ quan tâm đến lợi ích của bản thân. Nhưng tôi sẽ ép buộc mình làm vậy. Bởi nếu không, dù điều gì tôi làm cũng sẽ không được xem là thực hành Đại thừa.” Đây được gọi là Bồ đề tâm ngụy tạo.

Làm sao để phân biệt giữa điều ngụy tạo và không ngụy tạo? Ví dụ, khi bạn rất khát, bạn muốn uống nước. Trong trường hợp đó, uống nước là không ngụy tạo. Khi bạn không thích

uống nước, nhưng vẫn uống vì lý do nào đó chứ không phải mong ước của mình. Việc uống nước đó là nguy tạo. Nếu trong đời này chúng ta chỉ có Bồ đề tâm nguy tạo chứ không phải chân chính, thì giống như Tôn giả Atisha từng nói: “Những người đã phát khởi Bồ đề tâm nguy tạo trong đời này sẽ trở thành chư Bồ Tát vĩ đại trong đời sau và có thể đưa tất cả chúng sinh trong cõi Nam Thiệm Bộ Châu thoát khỏi luân hồi.” Tại sao lại vậy? Điều này bởi vì dù chỉ đơn giản phát khởi Bồ đề tâm cũng là thực hành Pháp tối thắng. Dựa trên nghiệp quả không sai lầm, sẽ rất hợp lý khi những người này đạt thành tựu tối thắng trong đời tiếp theo.

Có một hiện tượng phổ biến ngày nay là người ta thường bỏ thực hành Pháp và cứ để ngày tháng trôi qua, như thể họ chắc chắn có được cơ hội thứ hai để làm người hay lắng nghe giáo lý Đại thừa và gặp gỡ những bậc thầy Đại thừa. Nhưng không có gì chắc chắn là cơ hội thứ hai đó sẽ đến. Bây giờ trong đời này, về cơ bản chúng ta, những kẻ may mắn, đã gặp được mọi điều kiện cần thiết cho hành trình giác ngộ. Chúng ta cần giữ gìn cơ hội thực sự hiếm có này và lập tức bắt đầu thực hành Giáo Pháp.

Khi thực hành, chúng ta không nên đơn giản tuân theo nghi thức. Thay vào đó, điều cần nhấn mạnh phải là chuyển hóa bên trong. Đây là điều quan trọng cần chú ý với cả hành giả tu sĩ lẫn cư sĩ. Nếu chúng ta thực hành theo cách này, dù thậm chí không dần thân vào các thực hành vô cùng sâu xa như Đại Viên Mãn hay Đại Thủ Ấn, thì chí ít, chúng ta cũng có thể khiến sự thực hành của mình là xuất thế gian và là một thực hành Đại thừa. Có thể làm như vậy với việc thực hành của mình cũng là một thành tựu rồi, tôi cho là vậy.

Nhiều người trong số các bạn đang thực hành năm pháp tu sơ khởi. Liệu bây giờ các bạn có thể từ bỏ những bám víu thế gian và sự tự lợi mà chúng ta vừa thảo luận không? Hãy cứ ghi khắc rằng có nhiều cấp độ khác nhau trong quá trình từ bỏ chúng. Thường thì khá tốt nếu bạn có thể buông bỏ vài thứ. Một cách để đánh giá xem bạn đã thực hành ra sao là kiểm tra các ý định (tác ý) của bạn. Ví dụ, trước khi tiến hành những pháp tu này, bạn chủ yếu quan tâm đến lợi ích cá nhân. Bởi khi động cơ vị tha dần được tăng cường, điều ấy sẽ cho thấy là bạn đã được ảnh hưởng theo hướng tích cực bởi công phu hành trì. Nếu không,

khi chẳng có biến chuyển nào xảy ra trong ý nghĩ hay hành động của bạn thì làm sao người ta có thể nói rằng việc thực hành những pháp tu sơ khởi này có thể đưa đến sự chuyển biến?

Theo một số các vị đạo sư Tây Tạng vô cùng đáng kính, khi thực hành tinh tấn, những hành giả thượng căn có thể tiến bộ mỗi ngày, hành giả trung căn mỗi tháng và hành giả hạ căn mỗi năm. Chúng ta có thể hiểu được rằng nếu người thường không có sự tiến bộ rõ rệt bởi tâm ý của họ vẫn còn hướng về những nhiệm vụ khác nhau trong đời sống hàng ngày. Nhưng hành giả tu sĩ như chúng ta, những người mà mối quan tâm chính yếu là Giáo Pháp, thì ta cần cảm thấy xấu hổ nếu không thể thành tựu nhiều thêm nữa trong thực hành tâm linh.

Cuối cùng, điểm cần nhớ là động cơ vị tha sẽ tự nhiên khởi lên theo thời gian khi sự tu tập được thực hiện một cách đúng đắn và liên tục. Tức là, sự tu tập cần theo một trình tự, đầu tiên là thiết lập quan điểm đúng đắn, sau đó, học cách dần dần từ bỏ sự bám chấp và tự lợi, và cuối cùng là nỗ lực phát khởi Bồ đề tâm chân chính. Làm theo ba bước này là điều tối thiểu cần thiết của Phật tử Đại thừa chân chính.

~ Trích “*TRI KIẾN ĐÚNG ĐẮN: Biến người tin thành Bồ tát*”, Khenpo Tsultrim Lodro

¹ Tiêu đề BBT đặt để cho bạn đọc tiện theo dõi