

TỨ DIỆU ĐẾ - BÀI THIÊN QUÁN SỐ 2

1. Nguồn gốc của Khổ
2. Diệt Khổ
3. Con Đường giác ngộ

1. NGUỒN GỐC CỦA KHỔ

Nghiệp:

- Sau khi đã quán chiếu về khổ như ta đã làm, ta phát tâm mong ước được thoát khổ vĩnh viễn.
- Hãy nghĩ nỗi khổ của ta phát sinh từ một nguyên nhân như thế nào, nguyên nhân này là một tiềm lực trong tâm, tạo thành từ những hành động ta đã làm trước đó.
- Còn những hành động của ta thì bị thúc đẩy do sự phiền não - giận dữ, kiêu hãnh, chấp thủ v.v...
- Những tâm trạng tiêu cực khiến ta gây hại đến các chúng sanh khác.
- Hãy quán chiếu xem ngay cả một sự khó chịu nhỏ nhất với một người nào đó có thể dần dần trở thành giận dữ, khiến ta đả kích người bằng hành động hay lời nói nặng.
- Nguồn gốc của những động lực phiền não này là vô minh, bám víu vào cái ngã.
- Dựa vào sự vô minh này, ta bám chặt vào ‘mình’ và ‘người ta’ như những hiện hữu cố nhiên.
- Căn cứ vào đây, ta cố gắng hỗ trợ ‘mình’ và những ai liên hệ với ‘mình’ và phương hại những ai muốn hại ‘mình’.
- Hãy quán chiếu xem mỗi người chúng ta bám vào những khái niệm kiên cố về cái cố hữu ‘mình’ và ‘người ta’ như thế nào.
- Vì vậy, để chấm dứt đau khổ do những hành động này tạo ra, ta phải cắt tận gốc rễ của những nguyên nhân tạo khổ - đó là vô minh.

2. DIỆT KHỔ

- Có thể diệt khổ hay không? Có gì đối kháng được với nguồn gốc của khổ?
- Quán chiếu bằng cách này, ta nhận thấy rằng trí huệ nhận thức sự vô ngã đối kháng trực tiếp với vô minh.
- Trí huệ tựa như bật đèn trong căn phòng tối, khi đèn vừa sáng lên, bóng tối không thể tồn tại vì ngọn đèn là sự đối kỵ trực tiếp với bóng tối.
- Vì có cách để đối kháng với nguồn gốc của vô minh, ta thấy rằng có thể loại bỏ tất cả những điều phát khởi từ vô minh - như những phiền não khác, nghiệp và khổ.
- Nếu bạn không muốn có một cây kết trái độc trong vườn sau nhà, bạn chặt hết gốc rễ của nó, nó sẽ không thể mọc lại và kết trái nữa.
- Tương tự như vậy, bằng cách phát triển sự đối kháng với vô minh, ta sẽ chấm dứt những điều phát khởi từ vô minh.

3. CON ĐƯỜNG GIÁC NGỘ

- Nếu ta chỉ cố gắng phát triển trí huệ nhận thức vô ngã thì đã đủ chưa?
- Để phát triển đầy đủ trí huệ đối kháng trực tiếp với vô minh, tức nguồn gốc của luân hồi, ta phải đạt được Kiến Đạo (Con Đường Thấy).
- Để đạt được điều này, ta cần phương pháp về Con Đường tu để hỗ trợ cho trí huệ của mình.
- Do đó, ta cần tâm thoát luân hồi, và đối với Đại Thừa, ta cũng cần tâm giác ngộ.
- Nếu ta phát triển tâm giác ngộ, tâm thoát luân hồi sẽ được bao gồm trong đó.
- Để bắt đầu, trước tiên ta cần phát triển tâm bình đẳng đối với mọi chúng sanh.
- Rồi quán chiếu tất rằng cả chúng sanh đã từng là mẹ của ta như thế nào.
- Nhớ lại lòng tốt của chúng sanh đối với ta khi làm mẹ ta.
- Phát triển nguyện vọng đền đáp lòng tốt ấy.

- Vì cách hay nhất để báo đáp lòng tốt ấy là ước mong họ được hạnh phúc, hãy phát triển lòng mong muốn mang lại niềm hạnh phúc tốt đẹp nhất cho tất cả chúng sanh.
- Nhận thấy rằng, là những người bình thường như ta, họ cũng đau khổ, do đó hãy phát nguyện giải thoát chúng sanh khỏi mọi đau khổ.
- Hiểu được cách tốt nhất để hoàn thành ước nguyện này, ta hãy phát triển ý nguyện mạnh mẽ tự mình gánh lấy nhiệm vụ làm vơi đi nỗi khổ và mang đến hạnh phúc cho chúng sanh.
- Thấy rằng đạt được Phật quả là cách tốt nhất để thực hiện ý nguyện này, hãy phát tâm ước nguyện đạt thành Phật quả vì lợi ích của tất cả chúng sanh.
- Khi ước nguyện này phát sinh một cách tự nhiên và dễ dàng trong mọi lúc, hành giả đã bước vào Con Đường Tích Đức.
- Con Đường này, cùng với Con Đường Chuẩn Bị, chuẩn bị để ta đạt được sự đối kháng trực tiếp với vô minh mà ta sẽ thực chứng trên Con Đường Thấy (Kiến Đạo).
- Kết hợp trí huệ này và sự thực hành 6 Phẩm Hạnh Toàn Hảo, ta dần dần đạt được Phật quả, sự chấm dứt cuối cùng, khi tất cả những nguồn gốc của khổ cùng với những chủng tử và dấu ấn của chúng được loại bỏ hoàn toàn, và ta đạt được khả năng ban phúc lợi cho tất cả chúng sanh, không có ngoại lệ.



Ghi chú: Xin hồi hướng công đức đến sự toàn giác của tất cả chúng sinh. Mọi sai sót là lỗi của người dịch. Quan Âm Thiền Phật Học Viện, Lozang Ngodrub, Lozang Pema dịch và hiệu đính tại Brisbane, Queensland. Tài liệu phân phát nhân dịp Ani Lozang Tsewang hướng dẫn bàn luận và thiền luận về đề tài trên tại Chùa Linh Sơn, 89 Rowe Terrace, Darra Queensland, vào ngày 21 tháng 7 năm 2007.