



SAMYE INSTITUTE

GHI NHỚ NHỮNG ĐIỂM TRỌNG YẾU CỦA THỰC HÀNH



Hình ảnh: Dza Patrul Rinpoche

Chào các bạn thân mến gần xa,

Như thường lệ, tôi hi vọng các bạn luôn an khang, mạnh khoẻ và hạnh phúc như tôi, khi nhận được lời nhắn này. Vào ngày vía Đức Liên Hoa Sinh lần này, tôi muốn chia sẻ với các bạn một số câu từ lời khuyên của Dza Patrul Rinpoche:

*Giả bộ hành thiền và trì tụng giai đoạn khởi tạo hay viên mãn
Mà không thực hành tâm bồ đề trọng yếu dù chỉ một khoá tu,
Đó là kẻ chỉ giả dạng người tu hành
Lời của họ chỉ như chín ngôi làng nói nhảm.*

Một số bạn có thể đang thực hành Giáo Pháp, duy trì các thời khoá, thiền định v.v... Bất cứ điều gì mà các bạn đang làm, thì điều quan trọng nhất vẫn luôn là động cơ của các bạn. Như Patrül Rinpoche dạy, không cần biết bạn thực hành pháp nào và nhiều tới đâu, không có tâm bồ đề thì mọi thứ sẽ vô dụng, và bạn thực sự chỉ là một hành giả bề ngoài. Do vậy, dù bạn thực hành theo Kinh Thừa hay Mật Thừa, mọi thực hành của bạn nên thấm đẫm động lực bồ đề. Và tâm bồ đề khởi sinh từ lòng bi mẫn, vốn xuất phát từ một tấm lòng chân thành. Đây có thể là điểm khó nhất đối với tất cả chúng ta, nhưng cũng là điểm quan trọng nhất.

*Dù là bốn thời khoá mà không có giai đoạn khởi tạo và viên mãn,
Giảm dần tiếng chửi chọe mà không đúng âm sắc,
Hay phóng ngôn trì tụng minh chú mà không định tâm—
Những điều này khiến bạn lạc lối trên con đường giải thoát.*

Nếu bạn thực hành bốn thời khoá mà không có sự hiểu biết rõ ràng về các nguyên lý cơ bản của giai đoạn khởi tạo và viên mãn, nếu bạn trải qua việc cử hành nghi lễ mà không biết rõ các điểm trọng yếu, hay nếu bạn trì tụng minh chú mà không định tâm, thì bạn sẽ không bao giờ chứng đắc trạng thái giải thoát và sự toàn giác.

*Trì tụng như vẹt chính là kẻ,
Phớt lờ mọi điểm mấu chốt của Chánh Pháp,
Tham gia thực hành chỉ bề ngoài,
Là giáo lý không dối lừa của Đấng Chiến Thắng? Ta không nghĩ vậy.*

Toàn bộ các thực hành nên dựa vào sự hiểu biết những điểm trọng yếu trong giáo lý đích thực của Đức Phật. Nếu không có sự hiểu biết đó, các bạn chỉ đang giả bộ thực hành, trì tụng “om mani padme hum” như một con vẹt. Như Patrül Rinpoche nói rằng ngài nghi ngờ đó là những lời dạy chân chính của Đức Phật.

Cả ba bài kệ này đều chỉ ra những nguyên tắc mấu chốt của việc thực hành Giáo Pháp, mà chúng ta luôn cần lưu tâm. Về cơ bản, những điều này đúc kết lại thành tam diệu phần: diệu phần khởi tạo tâm bồ đề, diệu phần thực hành chính vô khái niệm, và diệu

phần của sự hồi hướng kết thúc. Điều phần của tâm bồ đề chính là động lực của chúng ta. Điều phần thực hành chính vô khái niệm là sự không dính chấp: thực hành mà không chấp ngã, không dính chấp vào mọi điều theo cách này hay cách khác, và không dính chấp vào những gì mà ta đang làm. Điều phần hồi hướng kết thúc là sự hồi hướng mọi công đức của ta cho toàn bộ chúng sinh để họ có thể đạt tới trạng thái Phật quả toàn giác. Tam điều phần này là rất thiết thực với mọi thực hành Pháp.

Vậy nên vào ngày vía Đức Liên Hoa Sinh hôm nay, tôi gửi đi những lời khuyên này như một sự nhắc nhở. Tất cả các bạn đều đã thọ nhận nhiều giáo pháp, đọc nhiều sách về Pháp, và dành khá nhiều thời gian để thực hành. Nhưng có rất nhiều người thực hành mà không hiểu những điều mấu chốt trong Giáo Pháp. Đó là lý do tại sao mà bạn thấy một số người nói rằng họ đã dành một thời gian dài thực hành nhưng không đạt bất cứ kết quả nào. Điều này hoàn toàn là do người tu đã bỏ sót một điểm trong thực hành: Phật Pháp không sai lạc; mà là chúng ta, vì không có động cơ đúng đắn, không tích lũy công đức và tịnh hoá các chướng ngại, và không ghi nhớ những điểm mấu chốt.

Do vậy mà đừng chơi trò đổ lỗi: đổ lỗi cho đạo sư, đổ lỗi cho bản thân, đổ lỗi cho Pháp hữu, đổ lỗi cho Giáo Pháp... Nếu bạn muốn đạt kết quả trong thực hành của mình, hãy sống tích cực và ghi nhớ những nguyên lý mấu chốt của Giáo Pháp.

Với toàn bộ tình thương và lời cầu nguyện của tôi,

Sarva Mangalam.

A handwritten signature in black ink, consisting of several loops and curves, characteristic of a Tibetan Buddhist's signature.

Phakchok Rinpoche