



SAMYE
INSTITUTE

Bốn Pháp của Gampopa



Hình ảnh từ nguồn được cho phép bởi Tài nguyên Nghệ Thuật Hy Mã Lạp Sơn

Kính gửi bạn hữu gần xa,

Như thường lệ, tôi hy vọng rằng các bạn an khang, mạnh khoẻ và hạnh phúc khi nhận được lời nhắn này. Trong ngày vía của Đức Liên Hoa Sinh lần này, tôi muốn chia sẻ với các bạn sự hiểu biết của tôi về Bốn Pháp trứ danh của Gampopa:

Xin Ngài hãy gia trì cho tâm con được hướng tới Pháp
Để Pháp có thể trở thành con đường
Là con đường có thể xua tan ảo tưởng
Và ảo tưởng có thể hoá hừng đông của trí huệ!

Những lời này có thể được áp dụng cho bất cứ pháp nào mà chúng ta đang thực hành. Ví dụ, khi nuôi dưỡng lòng từ bi, trước tiên chúng ta cần thực sự hiểu về lòng từ bi thông qua việc nghiên cứu và quán chiếu. Khi chúng ta hiểu được ý nghĩa của một trái tim thiện lành, tâm trí chúng ta sẽ hướng về Pháp.

Sau khi nghiên cứu và chiêm nghiệm, chúng ta cần áp dụng những gì ta học được vào sự thực hành. Ở đây, chúng ta tham gia vào các kỹ thuật đa dạng nhằm nuôi dưỡng lòng từ bi. Như vậy, Pháp trở thành con đường.

Thông qua việc thực hành, lòng bi mẫn sẽ trở thành pháp đối trị những phiền não, như sân hận, bất hạnh, v.v... Nó trở thành pháp đối trị của chấp ngã, khổ đau. Đây chính là con đường xua tan ảo tưởng.

Cuối cùng, khi sự thực hành của chúng ta mạnh mẽ hơn, chúng ta chạm tới một mốc mà khi bất cứ loại phiền não nào vừa khởi lên, chẳng hạn như sự tức giận hoặc bất cứ cảm xúc tiêu cực nào, tất cả đều trở thành điều kiện cho lòng từ bi lớn lên và không bao giờ suy giảm. Đây chính là lúc bản thân ảo tưởng hoá hừng đông của trí huệ.

Tóm lại, các bạn hãy nghiên cứu và chiêm nghiệm về những lời dạy hướng tâm về Pháp. Áp dụng những gì chúng ta học được vào thực hành kiến tạo con đường Pháp. Khi sự thực hành của chúng ta trở thành một pháp đối trị các loại phiền não, thì chúng ta đang bước trên con đường xua tan ảo tưởng. Và khi bất cứ phiền não nào xuất hiện trên đường đi, với bất cứ rào cản hay điều kiện nào, chúng đều trở thành trợ lực cho sự thực hành của chúng ta, sự ảo tưởng hoá thành hừng đông của trí huệ.

Đây là sự hiểu biết của cá nhân tôi về Bốn Pháp của Gampopa, và tôi hy vọng rằng nó hữu ích cho việc thực hành của các bạn. Hãy hoà mình vào với Pháp, hãy nuôi dưỡng một trái tim thiện lành, đức tin, và tất cả những phẩm chất tốt đẹp khác.

Với tất cả tình yêu thương và lời cầu nguyện của tôi,

Sarva Mangalam.

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, stylized loop with a smaller loop inside, and a horizontal line extending to the left.

Phakchok Rinpoche