

Mục lục

Giác ngộ là gì.....	13
Chìa khóa dẫn đến Giác ngộ.....	16
Thực hành tâm linh.....	22
Chấp thủ.....	24
Bồ đề tâm và chấp thủ.....	33
Chuyển hóa vô minh thành trí tuệ.....	40
Ý kiến của tôi.....	52
Phật ở trong chính mỗi chúng ta.....	55
Tâm giác ngộ.....	60
Trí tuệ và nữ nhân.....	101

Việc phàn nàn sẽ không bao giờ chấm dứt bởi chấp thủ.

Chừng nào còn chấp thủ hay còn một ý niệm chấp thủ mạnh mẽ, bạn sẽ không bao giờ có được bất kỳ sự an bình trong cuộc đời; mọi thứ quanh bạn sẽ không bao giờ hoàn hảo. Ví dụ như, thời tiết sẽ không bao giờ đẹp và dù bạn ở bất kỳ nơi đâu, trong bất kỳ hoàn cảnh nào, bạn sẽ không bao giờ cảm thấy thú vị; bất cứ điều gì trong cuộc đời này và trong thế giới này đều trở nên tồi tệ và khó chịu. Có thể thời tiết ở đây quá lạnh, bạn không thể thích nghi được với nó, hoặc bạn có hàng trăm sự than phiền về môi trường, bạn bè, ô tô, thực phẩm, thứ này, thứ khác... Như thế, bạn sẽ không bao giờ chấm dứt phàn nàn chừng nào còn nhìn thế giới bên ngoài với tâm chấp thủ.

Cuối cùng, bạn sẽ phàn nàn về chính bản thân: “Mình tồi tệ làm sao!”. Bạn than phiền về chính mình và toàn bộ thế giới này dường như trở nên tiêu cực. Đôi khi, có chút cơ hội để bạn hưởng thụ như lúc bạn đang uống rượu hoặc ăn rất nhiều thịt. Sau khi no nê bạn đi ngủ, điều này khiến bạn cảm thấy đôi chút thỏa mãn. Song hãy cảnh giác bởi điều bạn cho là giải pháp tạm thời này lại đang kích động chấp thủ! Và bạn ngày càng trầm chìm trong trạng thái chấp thủ, nó hoàn toàn làm cho bạn phát điên, do đó chúng ta phải suy ngẫm tường tận về điều này.

Phật trong chính chúng ta

Phật vốn sẵn có ở trong chính bạn, nhưng bạn phải tịnh hóa, thanh lọc bản thân, thì mới có thể thực chứng và hiểu thấu đáo một phần Đức Phật bản lai trong chính bạn. Khi bạn bắt đầu hiểu đôi chút về cảnh giới nguyên sơ của tự tâm thì được gọi là cấp độ của Bồ tát. Và khi bạn trưởng dưỡng hơn nữa, bạn sẽ bắt đầu chứng ngộ toàn bộ Phật tính hay toàn giác. Lúc đó bạn có thể nói mình đã trở thành Phật.

Nhưng điều này không có nghĩa là bạn để lại mọi thứ phía sau. Bạn vẫn sẽ phải ăn, sẽ phải nói chuyện, phải cười nói, sẽ phải di chuyển hay lái xe và thậm chí bị kẹt bởi tắc nghẽn giao thông. Những vấn đề thường nhật sẽ luôn ở đó. Nhưng người ta lại có những sự mong đợi khác nhau. Một số người lại cho rằng trở thành Phật có nghĩa là bạn sẽ trở thành một siêu nhân. Họ thực sự không nghĩ về sự thay đổi bên trong mà cho rằng cơ thể sẽ lớn hơn và cường tráng hơn. Điều này xảy ra bởi vì có rất nhiều câu chuyện về Đức Phật và những bậc Thầy tâm linh bay lượn, du hý trong hư không và phô diễn nhiều phép thuật thần thông. Bởi vậy họ bị hấp dẫn, bị cuốn hút để đạt được những quyền năng siêu nhiên. Tôi cho rằng có rất nhiều người cảm nhận theo cách đó và rất mong chờ có được loại quyền năng về thể chất này. Dĩ nhiên, tôi không nói rằng khi bạn chứng ngộ Đức Phật, bạn sẽ không có loại quyền năng này. Bạn có thể có nó nếu bạn muốn. Nhưng một Đức Phật sẽ không bao giờ muốn điều này. Đức Phật sẽ không bao giờ uy hiếp bất cứ ai ngay cả khi Ngài có quyền năng này. Tại sao Ngài cần uy hiếp ai đó? Hãy đọc tiểu sử của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, Ngài không bao giờ uy hiếp bất kỳ ai. Dĩ nhiên, rất nhiều người tới để làm hại Ngài nhưng Ngài tiếp tục bước đi một cách điềm nhiên, an tĩnh và nói một cách từ ái. Ở thời đó, những con voi rất hung dữ được xua tới như một loại vũ khí để phá hủy kẻ thù. Đã có rất nhiều người đầy quyền năng không thích Đức Phật, họ đã xua những con voi đến để làm hại Ngài, nhưng khi những con voi này tới, Đức Phật Thích Ca Mâu Ni – người đã giác ngộ và đầy lòng từ bi, Ngài chỉ đứng đó và những con voi đó cúi đầu quy phục Ngài, không gây ra bất kỳ tổn hại nào với Ngài. Bởi vì Đức Phật Thích Ca Mâu Ni không hề có động cơ đe dọa và làm hại bất kỳ ai. Điều này cũng giống như Đức Jesus, Ngài đã không trả thù khi người ta đến làm hại Ngài. Khi người ta đến làm hại Ngài, Ngài đã không phản ứng. Vì thế chúng ta nên có loại động lực như vậy hoặc cái nhìn đó khi nói về việc trở thành một Đức Phật.