

Xin chào tất cả,

Tôi xin cảm ơn tất cả tăng đoàn DKC, tăng đoàn Mê hi cô, tăng đoàn Guatemala, tăng đoàn Brazil, tăng đoàn Việt Nam ở Mỹ và Việt Nam, và tất cả các bạn ở khắp nơi đã cùng chúng tôi tích lũy minh chú hơn một năm qua. Hơn nữa, trong những giây phút khó khăn này, tất cả đều rất kiên nhẫn và tập trung vào thực hành. Điều đó thật tuyệt vời. Tôi cảm thấy các bạn đang sống theo Bồ Tát đạo. Và tôi thật sự rất hạnh phúc về điều này.

Chúng ta đã cầu nguyện hồi hướng cho những chúng sinh khác. Việc tích lũy minh chú này rất quan trọng cho chúng sinh khác, cũng như cho các bậc đạo sư và cho tôi. Tôi vẫn cầu nguyện hàng ngày cho các bạn vào buổi sáng và buổi tối mỗi khi có thể. Tôi đã đi đến một sự nhận biết chân thực về lòng biết ơn to lớn dành cho tất cả các bạn, cho những người tôi có dịp nói chuyện, hay làm việc chung, và cùng chia sẻ bữa ăn hay dạy và thực hành chung với nhau, và ngay cả những bạn chưa có dịp gặp tôi.

Khi bạn nhìn thẳng vào trái tim bạn, bạn sẽ thấy một lăng kính rất khác so với cuộc sống thường ngày. Cho nên, tôi xin cảm ơn bạn vì đã ủng hộ và lan tỏa những lời dạy của Phật, Pháp, Tăng. Thay vì tiếp tục giảng pháp trong năm vừa qua, tôi dành thời gian để thực hành rất nhiều minh chú cho toàn thể chúng sinh hữu tình vì lời dạy của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni - Tứ Diệu Đế.

Đầu tiên, Đức Phật nói về sự thật của đau khổ. Mọi người có thể nghĩ Tứ Diệu Đế chỉ là bài pháp. Đúng, đó là bài pháp, nhưng cũng là nền tảng cho tất cả thực hành pháp của chúng ta. Chúng ta nên thực hành Tứ Diệu Đế mỗi ngày. Có ai đó đã từng nói “Chân lý của đau khổ phải được nhận ra và ta phải thấu hiểu về sự đau khổ của chúng sinh hữu tình”. Điều đó rất thâm sâu vì nếu bạn không hiểu được nỗi đau, thì không có cách nào sinh ra được tình yêu thương và cảm thông vì lợi ích của chúng sinh hữu tình.

Chúng ta muốn có một cuộc sống tốt lành và thoát khỏi mọi đau khổ và những người khác cũng vậy. Khi bạn hiểu rằng không chỉ có đau khổ của nhân loại, nhưng những sinh vật khác sống trên trái đất này cũng gặp thử thách. Như những loài sống trong rừng, biển cả, v.v..., nhìn có vẻ rất khác chúng ta; một vài loài thì có sừng, loài khác thì có cánh, nhưng cho dù thế nào đi nữa, chúng ta đều chia sẻ một mục tiêu chung là thoát khỏi khổ đau và có thể sống lâu nhất có thể. Cho nên, nhận biết khổ đau của muôn loài là nền tảng để thay đổi cuộc đời chúng ta. Đặc biệt trong một năm đầy khó khăn và thử thách như thế này.

Chúng ta vẫn thường bắt tay, ôm hôn lẫn nhau và quan tâm đến nhau. Tuy nhiên, dịch bệnh này lan ra khắp thế giới và làm chúng ta phải cách xa nhau,

với những khẩu trang che miệng trong một hoàn cảnh khác lạ trong luân hồi. Rất nhiều người cảm thấy đơn độc và chịu khổ khác nhau. Cho dù bạn giàu hay nghèo, thông minh hay không, v.v..., chúng ta đều là nạn nhân của luân hồi. Cho nên, khi nhận ra điều này, trong tâm bạn, cảm thấy rất khác biệt, và từ đó, bạn có thể khởi sinh ra cảm thông cho người khác và chính mình. Khi điều đó xảy ra, trái tim Bồ Đề Tâm của bạn đang hiển lộ ra. Nếu bạn không hiểu về sự đau khổ, điều đó giống như chúng ta có 2 tính cách. Một tính cách biểu lộ giống như Bồ Đề Tâm khi ta cảm thấy tình yêu thương và cảm thông và quan tâm đến người khác. Đôi khi ta có thể khóc vì người khác. Một tính cách khác là vô minh, thường hung hăng, chấp ngã, bám vào thực tế cuộc sống và vào chính mình. Điều đó có thể vừa là sự giận và vừa tràn ngập cảm xúc. Cho dù chúng ta không muốn có tính cách này, đôi khi nó vẫn xuất hiện và vượt khỏi tầm kiểm soát của chúng ta. Cho nên Đức Phật dạy về chân lý của đau khổ. Khi một người nào đó đang khổ đau, điều đó là có thật. Khi ai đó có thể làm điều gì để thoát khỏi khổ đau, điều đó cũng có thật.

Trong Chân lý thứ 2 về nguồn gốc của đau khổ, Phật dạy rằng “nguyên nhân của khổ đau phải được rũ bỏ”. Như vậy Phật dạy về nguồn gốc khổ đau; khổ đau đến từ đâu? Nếu bạn không nhận ra đau khổ, bạn không giỏi để nhận ra nguồn gốc của của đau khổ. Đau khổ đến từ các nghiệp xấu mà ta đã tích lũy từ lời nói và tâm trí của mình. Cho nên Phật dạy rõ ràng về nguyên nhân và hậu quả. Phật nói về các nguyên nhân mang lại hạnh phúc và các nguyên nhân mang lại điều tiêu cực.

Phật nói về rèn luyện tâm qua các giới nguyện, những gì cần làm và không được làm nếu ta muốn thoát khỏi khổ đau. Cho dù bạn là Phật tử hay không, nghiệp là dành cho tất cả. Phật đã dạy những điều này để chúng ta có thể có cuộc sống tốt hơn, hài hòa và ta có thể phục vụ lẫn nhau. Những bài giảng này giúp cuộc sống chúng ta có ý nghĩa và giúp chúng ta mang lại những ảnh hưởng tích cực cho thế giới. Làm theo những lời giảng của Phật sẽ giúp bạn để lại những điều tốt.

Ví dụ như, chúng ta nói về nghiệp quả. Một người nào đó đến cướp ngân hàng. Họ sẽ rất hạnh phúc trong chốc lát, nhưng rồi nghiệp cũng đến và họ phải đứng đằng sau các song sắt. Đó là một ví dụ của nghiệp. Trong khi đó, một người khác đi ra ngoài để giúp đỡ người khác, không vị kỷ, họ sẽ được thưởng và nhận được lời khen ngợi từ nhiều người khác, và sẽ truyền cảm hứng cho người khác làm theo họ. Đó là cách để thấy sự khác biệt giữa hành động tích cực và tiêu cực. Phật đã nói đây là chân lý của các nguyên

nhân. Tiêu cực không thể làm chín muối trong tích cực và tích cực không thể làm chín muối trong tiêu cực.

Về chân lý thứ 3, Phật nói về chân lý của đạo. “Phải thiên định về đạo để (chân lý của đạo)”. Cho nên hãy tích lũy các thiện nghiệp nhờ thân, khẩu, ý. Phật đã giảng dạy cho tất cả chúng ta làm sao để trở thành người tốt và làm sao “để mang được cái tốt nhất” của chúng ta vào việc thực hành lời giảng của Phật, Pháp, Tăng. Điều đó bao gồm học, bỏ khuyết, và thiên định để chứng đạo. Con đường đạo bao gồm có hai phần: tích lũy công đức và tích lũy trí tuệ.

Bằng cách tích lũy công đức, càng nhiều càng tốt, chúng ta tích lũy thiện nghiệp / đạo hạnh qua thân, khẩu, ý. Bằng cách tích lũy trí tuệ, chúng ta khởi sinh lòng từ bi, tình yêu thương, và tâm Bồ đề hoàn toàn vị tha. Con đường này được đặt tên là “Đạo đế” (chân lý của đạo) vì đó chính là sự thật. Nếu bạn thực hành thiên định, bạn sẽ tịnh hóa nghiệp chướng và chuyển hóa những tiêu cực và trải nghiệm sự tích cực qua thân, khẩu, ý của bạn.

Đối với chánh đạo (Đạo đế), bạn đang rèn luyện thân, khẩu, ý để trở thành Bồ tát. Bằng cách này, chúng ta thọ nhiều giới nguyện (Tiểu Thừa, Đại Thừa và Kim Cang Thừa). Tất cả những thế nguyện này đều để giúp thân, khẩu, Ý của ta trở nên siêu việt, thể nhập trạng thái Giác Ngộ. Tiểu Thừa, Đại Thừa và Kim Cang Thừa giống như ba anh em. Họ cam kết cùng nhau làm việc và tạo ra sự đổi khác trong cuộc sống người khác và mang lại tuổi thọ, giàu sang, và thịnh vượng cho tất cả.

Chúng ta nên hoan hỷ vì chúng ta đã có được cuộc sống trong thân người trân quý cùng với những người thầy của ba Thừa và có thể học được những lời dạy từ cả ba Thừa.

Cho nên chúng ta rất may mắn được sống trong thân người. Thỉnh thoảng bạn hãy đặt tay lên trái tim mình, dừng lại một lúc cho chính mình và nghĩ rằng "mình thật may mắn, mình sẽ chỉ làm những hành động tốt, và không làm điều xấu. Khi thế giới này gặp khó khăn, mình sẽ giúp tìm ra giải pháp và cải thiện cuộc sống của người khác.

Trong Tứ Diệu Đế, Phật đã dạy về diệt đế (đoạn tận đau khổ). Điều này có nghĩa là bạn phải đạt được sự giải thoát. Nhờ biết buông bỏ, bạn nhận ra giải thoát là khả thi. Cho nên bạn thiên định cả ngày lẫn đêm để loại bỏ các che chướng.

Nỗ lực thiên định miên mật là để giúp tịnh hóa những nghiệp tinh thần và thể chất tích lũy từ nhiều kiếp.

Thân, khẩu, ý trở nên siêu vượt và chuyển hóa để trở thành Tuệ giác Toàn tri, là trí tuệ rõ biết toàn triệt của thân, ngữ, ý của chư Bồ Tôn. Qua đó bạn thể nhập Pháp thân để đạt được giải thoát cho chính mình. Và bây giờ bạn

có thể làm lợi lạc cho toàn thể chúng sinh hữu tình bằng Ứng Thân và Báo Thân. Bạn có thể hóa hiện qua ba Thân Phật làm lợi lạc cho toàn thể chúng sinh hữu tình giống như Đức Quán Thế Âm hay như Đức Thích Ca Mâu Ni Phật, hay như những vị đại đạo sư như Milarepa và những vị Đại Bồ Tát khác.

Đây là một giải thích rất ngắn gọn về Tứ Diệu Đế. Đôi khi tôi muốn có những lời giảng dạy chi tiết hơn về Tứ Diệu Đế và sau đó bạn có thể thấu hiểu hơn về tầm quan trọng của giáo lý này. Giáo lý về Tứ Diệu Đế không khác biệt với giáo lý về Bốn Nền Tảng (thân người quý hiếm, Vô Thường, Nghiệp – Nhân – Quả, và Khổ đau của luân hồi). Tôi rất muốn bạn thiền định từ sâu trong tâm mình bởi vì tôi muốn thấy sự khác biệt từ cuộc sống của bạn; tôi muốn thấy được sự thay đổi tốt cho tất cả chúng ta. Điều đó là có thật và có thể làm được nhờ thực hành thiền định.

Cho dù bạn ở vùng nào hay nói ngôn ngữ nào, sự chứng ngộ các giáo lý của Phật cũng như của các đại đạo sư của cả ba Thừa tùy thuộc vào công phu thiền định miên mật của mỗi cá nhân bạn.

Tôi rất vui mừng thông báo rằng Đức Drikung Kyabgon Chetsang sẽ hồi hướng và niệm phụng tất cả các công phu tích lũy minh chú. Buổi lễ hồi hướng sẽ được tổ chức vào ngày 5 tháng 12 lúc 9AM-11AM giờ sáng California kèm với phần giảng dạy và thực hành Quán Thế Âm. Sự kiện sắp xảy ra này là điều rất cát tường. Tôi đã không chờ đợi điều này, nhưng ngẫu nhiên việc ấy lại xảy đến.

Tương truyền Đức Drikungpa là bậc thầy toàn trí toàn giác về duyên sinh cát tường, có nghĩa là, qua công phu thực hành thiền định của chúng ta suốt bao tháng qua mà Đức Ngài đến cùng chúng ta và điều này thật là quý hiếm và cát tường. Chính vì lẽ đó, tôi mong các bạn sẽ cùng tôi dự lễ cầu nguyện hồi hướng nếu có thể. Cùng hồi hướng có oai lực rất lớn. "Chân lý của Phật, chân lý của Pháp, chân lý của Tăng" là vô cùng mạnh mẽ. Khi chúng ta cùng với một bậc Tôn túc hồi hướng chung với nhau thì lời cầu nguyện sẽ thành tựu viên mãn. Công phu hồi hướng vô biên này bao gồm luôn những nguyện ước và hồi hướng của mỗi người chúng ta.

Tôi rất trân quý những thực hành Pháp của bạn. Tôi cầu nguyện rằng mỗi ngày và mỗi tháng bạn sẽ tinh tấn trong thiền định và bạn sẽ sớm thành người thực hành vĩ đại để bạn có thể giúp được những chúng sinh khác. Đó là hy vọng của tôi. Dạy Pháp không chỉ phụ thuộc vào một người thầy, nhưng còn phụ thuộc vào Tăng thân nữa. Đó là tại sao việc thực hành trở nên rất

quan trọng để làm lan tỏa những thông điệp quan trọng của lời dạy trân quý của Phật. Tôi hy vọng bạn sẽ là một trong những hành giả này. Tôi cầu nguyện cho sự trường thọ của bạn cũng như cho những nguyện vọng và công hạnh của bạn thủy đều thành tựu. Nguyện cho ơn phước gia trì của Phật, Pháp, Tăng thấm đẫm tâm trí bạn. Drupon Samten của bạn.

*Translated by Konchok Lodro Saldrons and edited by Tâm Bảo Đàn.*