



Giảng pháp và quán đỉnh cộng đồng Đại bi Quan Thế Âm

tại Chùa Ân Hậu, Tỉnh Nghệ An

ngày 24.3.2010

PHẦN I: GIẢNG PHÁP VÀ QUÁN ĐỈNH
CHUYÊN THÂM VIẾT NĂM 2010

Kính thưa chư Đại đức Tăng ni và quý Phật tử, hôm nay chúng tôi rất hoan hỷ khi được gặp gỡ các Phật tử lần đầu tiên tại chùa Ân Hậu này. Được sự thỉnh cầu của Thượng Toạ trụ trì, tôi sẽ truyền Quán đỉnh Quan Thế Âm. Trước khi bắt đầu buổi lễ, tôi muốn giải thích một chút về Quán đỉnh này và ý nghĩa về Quan Thế Âm Bồ tát.

Phương pháp thực hành tu tập về Bồ Tát Quan Thế Âm sẽ được trao tới quý Phật tử thông qua Quán đỉnh và sự gia trì của đức Quan Thế Âm. Có thể trước đây quý vị đã thực hành rất nhiều pháp tu về đức Quan Thế Âm. Trong thuật ngữ của Hiền Giáo chúng ta gọi Ngài là vị Phật của lòng Từ bi, còn trong Mật Giáo chúng ta cũng tôn xưng Ngài là Đại Bồ Tát của tình thương. “Vị Phật của lòng Từ bi” có nghĩa là Ngài luôn lắng nghe, quán chiếu và ban trải tình thương cứu độ cho mọi người, mọi loài. Tất cả mọi người trên thế giới này, ai cũng cần có tâm từ bi. Tâm từ bi nghĩa là sự hiểu biết và tình thương yêu, cảm thông, bao dung, tha thứ đối với nhau. Đây là một phẩm hạnh quan trọng và cần thiết để sống và tồn tại trên thế giới này. Vì thế Bồ Tát Quan Thế Âm không chỉ được kính ngưỡng, thờ phụng bởi những ai theo đạo Phật, mà kể cả những người không theo đạo Phật cũng kính ngưỡng và đặt trọn niềm tin vào Ngài.

Tại sao pháp tu về Đức Phật của lòng Từ bi lại vô cùng cần thiết? Đơn giản vì sống trên thế giới này, chúng ta cần sự an vui, hạnh phúc

MANDALA - SỰ HỢP NHẤT CỦA TỪ BI VÀ TRÍ TUỆ



cho bản thân cũng như một tâm hồn tràn đầy sự cảm thông, hiểu biết và hòa hợp với môi trường và đồng loại. Để sống được hòa hợp, bạn cần phải có hạnh phúc. Để có hạnh phúc chân thật, bạn cần nuôi dưỡng trí tuệ hiểu biết. Sự phát triển của trí tuệ là sự hiểu biết cảm thông giữa người với người. Ví dụ nếu bạn có một người bạn, bạn cần phải hiểu được tâm lý của họ, cách họ suy nghĩ và cần phải tôn trọng họ. Tâm tôn trọng lẫn nhau như thế sẽ khiến bạn có được sự hiểu biết về nhau. Dựa trên nền tảng sự hiểu biết lẫn nhau, cả hai đều có hạnh phúc, và niềm hạnh phúc này sẽ giúp các bạn sống với nhau an vui hạnh phúc trên cuộc đời này. Điều này rất quan trọng vì chúng ta phải sống trên thế giới, sống cuộc đời này và chẳng có lựa chọn nào khác cả. Không có một con đường nào có thể trốn thoát khỏi thực tại. Bởi thế, nghệ thuật sống an bình hạnh phúc là nghệ thuật quan trọng nhất. Tất cả chúng ta đều biết tầm quan trọng làm thế nào để sống hạnh phúc hòa hợp. Như trước tôi đã nói, tất cả chúng ta đều muốn tạo dựng hạnh phúc cho





mình, nhưng làm thế nào để tạo ra hạnh phúc lại là một câu hỏi lớn. Và một câu hỏi khác là nếu bạn có hạnh phúc thì làm thế nào để bạn sống hòa thuận vui vẻ với mọi người. Bạn cần biết rằng có những hạnh phúc không đem lại sự hòa thuận, mà nó đem lại sự kiêu mạn, ghen tỵ, giận giữ, tham lam... Bởi vậy chúng ta cần phải hiểu biết toàn diện về nhiều khía cạnh của hạnh phúc để có thể sống tốt đẹp, có ý nghĩa hơn và cuộc sống của bạn qua đó sẽ trở lên quý giá hơn. Khía cạnh mà bạn cần chính là Giáo Pháp của đức Phật. Giáo Pháp của đức Phật là những phương pháp thiện xảo thù thắng hơn pháp thế gian để giúp chúng ta sống thận trọng, hòa hợp, hạnh phúc, chúng tôi thường gọi đó là Phật Pháp. Bởi vậy hôm nay chúng ta đến đây để thọ nhận Giáo Pháp và sự thực hành, là cách thực tập sống theo hạnh của Bồ Tát Quan Thế Âm, Bồ Tát Đại từ Đại bi, hay còn gọi là đức Phật của lòng bi mẫn. Bởi thế chúng ta rất cần hiểu làm thế nào để cải thiện đời sống của mình.

Bạn cần biết rằng để cải thiện cuộc sống của mình tốt đẹp hơn, con người ta không nên chỉ chú trọng vào sự phát triển vật chất như của cải, tiền bạc, nhà cửa, danh vọng, mà còn rất cần phải đi kèm với sự phát triển tâm linh, tức là sự phát triển trí tuệ và tình thương yêu... Như vậy là chúng ta cần cải thiện và phát triển cuộc sống của mình theo cả hai khía cạnh: sự phát triển bên ngoài (vật chất) và sự phát triển bên trong (tâm linh). Như tôi đã nói mỗi chúng ta cần phải cố gắng sống hòa hợp, mỗi chúng ta đều có trách nhiệm, làm thế nào để tạo nên một bầu không khí an lành, cảm thông và hòa hợp cho cuộc đời này. Ví dụ tôi được biết có rất nhiều Tôn giáo khác nhau cùng được phát triển tại địa phương này. Trách nhiệm của mỗi chúng ta, những người theo các Tôn giáo khác nhau, là làm thế nào để sống hòa hợp, đạt được sự hòa hợp giữa các Tôn giáo, các gia đình, giữa những người bạn và những người



hàng xóm khác nhau. Chúng ta cần trao đổi với nhau sự hiểu biết về văn hoá tư tưởng, để có thể cảm thông, chia sẻ với nhau, khiến cho đời sống cộng đồng ngày càng tốt đẹp hơn. Điều này phải luôn được đặt lên làm mỗi quan tâm hàng đầu, là đối tượng chính để mọi người phấn đấu cho cuộc sống của mình. Mỗi chúng ta cần phải quan tâm, suy nghĩ và thực sự hoạt động hết mình để cùng chung sống hòa thuận, vui vẻ. Đó chính là phương pháp để sống trên thế giới một cách hạnh phúc và an bình, đừng sống theo thái độ tiêu cực luôn tìm cách lừa gạt hoặc làm tổn hại, làm những việc xấu đối với mọi người. Đặc biệt những người theo các Tôn giáo khác nhau, chúng ta cần có sự hiểu biết để tôn trọng lý tưởng tôn giáo của nhau, đối xử với nhau trong tinh thần cảm thông, hòa hợp tràn đầy hiểu biết. Muốn đời sống có ý nghĩa thì sự hiểu biết (trí tuệ) cần phải được phát triển. Đó không phải là công việc có thể làm một cách nhanh chóng vội vàng, mà chúng ta phải mất khá nhiều thời gian, nhiều tháng, nhiều năm, có khi nhiều đời để phát triển trọn vẹn trí tuệ hiểu biết này. Vì thế trí tuệ cần được rèn luyện và thực tập mỗi ngày, thậm chí mỗi giây phút trong đời sống của chúng ta.

Đạo Phật không tin vào sự cải đạo, bắt buộc người khác cải đạo theo tôn giáo mình. Đạo Phật là một tôn giáo tự do trong tư tưởng, trong tín ngưỡng. Đạo Phật muốn mỗi cá nhân tự do trong đức tin của mình. Tự do có nghĩa là họ sẽ tự mình chọn cho mình một lối sống hòa hợp và đầy hiểu biết, cho dù họ theo bất kỳ tôn giáo nào điều này không quan trọng. Đức Phật Thích Ca muốn ban cho mỗi người trong chúng ta sự tự do và giải thoát. Đạo Phật không muốn ép buộc bất kỳ ai phải tin vào điều gì. Đức Phật muốn mỗi người nên có sự hiểu biết trọn vẹn, tức là có trí tuệ để làm cho cuộc đời mình thành công và có được hạnh phúc chân thật. Chúng ta sống trong thế giới loài người, trong chúng



ta không ai muốn bị ép buộc phải theo một lối sống nhất định nào của một ai khác, loài người chúng ta có sự thông minh, có đầu óc hiểu biết. Chúng ta nên sống thuận với tự nhiên để hướng đạo cuộc đời mình. Phương cách tự nhiên để hướng đạo cuộc đời chính là tình yêu thương. Một phương cách tự nhiên khác để có được tự do giải thoát chính là sự hiểu biết. Từ “giải thoát” có nghĩa là sự hiểu biết hay trí tuệ vĩ đại, đó là con đường mà cả Tam Thừa Phật giáo đều tin theo. Chúng ta cầu nguyện, chuyển những lời nguyện chân thành đến tất cả mọi người trên thế giới, khiến cho họ đạt được sự tự do giải thoát. Giải thoát tức là mọi người thoát khỏi sự lôi cuốn của giận dữ, ham muốn hay tham dục. Giải thoát khỏi tham ái, giận hờn, tật đố, tội lỗi chính là nghĩa của từ “giải thoát” mà chúng ta đang nói đến. Sự giận dữ, tham ái và tật đố như tất cả chúng ta đều biết, là những thứ mà trong đời sống chúng ta phải đấu tranh hay đối diện với chúng. Làm thế nào để chúng ta thoát khỏi sự chi phối của những xúc tình phiền não đó. Đây là một câu hỏi thiết yếu. Câu trả lời đơn thuần là hiểu được sân giận là gì, nó từ đâu đến và tác hại của nó là gì? Đây là ba vấn đề rất quan trọng bạn cần phải hiểu. Chỉ cần hiểu ba việc chính này bạn sẽ nhậm vận có thể làm chủ các xúc tình phiền não. Tất cả những xúc tình phiền não như tham ái, kiêu căng, tật đố đều rất cần được hiểu biết, theo dõi và làm chủ, chúng không phải là những thứ cần phải loại trừ.

“Giải thoát” có nghĩa là biết trực diện, điều đình và làm chủ những xúc tình chứ không phải là trốn chạy khỏi chúng. Làm sao có thể trốn chạy khỏi những xúc tình và nếu trốn được thì chạy đi đâu? Thực sự không có con đường nào để chạy trốn những xúc tình bởi chúng là một phần cố hữu bên trong chính bạn. Nhưng bạn phải làm chủ, hay đàm phán, kết bạn với chúng một cách tốt đẹp và thành công. Có rất nhiều



người hiểu làm giáo lý của đạo Phật và quy luật của vũ trụ. Họ bắt đầu nói và hướng dẫn mọi người cách thức để trốn khỏi những xúc tình, họ phải trốn chạy khỏi thế giới, khỏi gia đình, khỏi mọi thứ vật chất. Điều này không phải là tinh thần của đạo Phật, và không thể nào thực hiện được trong xã hội giữa thế kỷ 21 này. Bởi vậy Phật giáo dạy chúng ta làm thế nào để có thể điều đình, làm việc và làm bạn với chúng. Năm loại xúc tình phiền não là “những người bạn” lâu đời và gần gũi nhất của chúng ta từ bao đời nay nên chúng ta phải cố gắng điều đình, sắp xếp để làm chủ chúng. Thường thì những loại xúc tình phiền não này làm chủ cuộc đời chúng ta, chúng không phải bạn, chúng đã từng vật lộn với chúng ta, theo dõi chúng ta từng bước và làm chủ cuộc đời chúng ta. Chúng ta không muốn những loại xúc tình tiêu cực này làm chủ cuộc đời mình. Chúng ta muốn thoát khỏi “kẻ thống trị” này để có được tự do. Chúng ta cần làm bạn với chúng, không cần phải chạy trốn, mà cần sống và làm việc một cách hòa hợp với chúng. Sau đó chúng ta cố gắng đạt được tự do thoát khỏi sự kiểm tỏa của chúng. Đây là lý do tại sao chúng ta cần chúng. Có thể mọi người không hiểu tại sao lại cần những xúc tình ấy? Bởi vì nếu không có những xúc tình, sẽ không có cuộc sống. Đời sống của chúng ta liên hệ rất mật thiết, hay được thiết lập trên các xúc tình. Cho nên nói một cách hiểu biết, thì xúc tình là cội nguồn của tâm lý, cội nguồn của mọi hoạt động trong đời sống. Xúc tình là sự chuyển động, hoạt động, là chất liệu và nguồn sinh lực của đời sống. Nếu không có xúc tình thì đời sống của chúng ta sẽ căn cỗi như cỏ khô sỏi đá, hay chúng ta sẽ như những kẻ sắp chết không còn mây may sinh lực nào. Vì thế chúng ta cần có xúc tình. Chúng ta cần sống với xúc tình một cách tự tại vì xúc tình rất cần thiết. Bởi vậy sự phát triển của thế giới bên ngoài chính là kết quả của loại xúc tình này.



Chúng ta phát triển cuộc sống, phát triển đất nước, gia đình, sự nghiệp... Có rất nhiều thứ chúng ta cần phát triển để giúp cho đời sống của chúng ta và của mọi người cùng tốt đẹp, chính vì thế chúng ta cần chuyển hoá và làm chủ tình cảm của mình. Nếu không thể làm chủ được tình cảm của mình thì nó sẽ phá hủy đời sống của chúng ta. Năng lực và sức mạnh của xúc tình tiêu cực sẽ phá hủy chúng ta. Chúng ta sẽ phá hủy thế giới, làm khổ bạn bè và làm tự hủy hoại chính mình. Mỗi xúc tình tiêu cực sẽ rất nguy hại. Bởi vậy tôi không đồng ý với quan điểm cho rằng sự phát triển bên ngoài là không cần thiết, hạnh phúc bên ngoài là không cần thiết, bạn bè thân hữu cũng không cần thiết. Tôi tin rằng chúng ta cần bạn bè, chúng ta cũng cần phát triển vật chất như sự phát triển về đất nước, của cải, khoa học... tất cả mọi thứ đều cần phát triển, nhưng hơn hết chúng ta cần phải biết cách làm chủ và kiểm soát được tình cảm của mình. Đó là điều mà Phật giáo gọi là tự do, giải thoát.

Chúng ta cần thực hành để có được sự hiểu biết, có được tình



thương yêu. Tình thương yêu chính là thể hiện hoạt động của sự hiểu biết. Có trí tuệ hiểu biết mà không có hoạt động thương yêu lợi tha thì chẳng lợi ích gì, nên chúng ta cần hành động đi cùng với sự hiểu biết. Còn nếu chúng ta có hoạt động thương yêu nhưng không có trí tuệ hiểu biết thì giống như đi bộ trên đường nhưng không có mắt. Còn ngược lại có sự hiểu biết mà không có hoạt động yêu thương thì giống như có mắt thấy nhưng lại không có chân để đi. Bởi thế chúng ta cần cả hai chân để đi, hai mắt để thấy. Chân và mắt giống như yêu thương và trí tuệ phải được kết hợp với nhau để chúng ta sống bình an hạnh phúc trong cuộc đời này. Phật giáo có những phương tiện giúp chúng ta cải thiện nâng cao cuộc sống của mình, đó là phương pháp thực hành về Bồ Tát Quan Thế Âm hay Đức Phật của lòng bi mẫn. Đây là phương tiện thiện xảo để giúp chúng ta cải thiện cuộc sống của mình ngày càng tốt đẹp hơn. Giờ đây chúng ta sẽ cùng nhau thực tập nghi thức tu tập về hạnh Từ bi và Trí tuệ của Bồ Tát Quan Thế Âm theo nội dung trong quyển nghi quỹ nhỏ mà quý vị đang cầm trong tay.