

Tránh Khổ

Để tránh đau khổ trong vũ trụ hiện tượng này, tôi cố gắng nhận thức về những sự kiện sau đã được diễn giảng trong những sách tham khảo ghi ở dưới đây:

1/ Trước hết là chấp nhận bất công . Khi gặp nghịch cảnh, nên tự nhủ : "Từ rất nhiều kiếp, ta đã bỏ cái thiết yếu mà theo chuyện phù phiếm rồi lang thang qua nhiều kiếp, nhiều khi giận hờn vô cớ, làm nhiều điều sai quấy . Giờ đây, dù chẳng làm gì trái cũng phải đền tội xưa . Chẳng tiên thánh hay người nào có thể tiên đoán được khi nào một hành động ác mang hậu quả . Ta vui lòng chấp nhận bất công mà không than vãn ." Hiểu như thế thì thuận lý . Chấp nhận bất công là bước vào đạo .

2/ Thứ hai là thích nghi với hoàn cảnh . Là người, ta không chi phối được hoàn cảnh mà bị hoàn cảnh chi phối . Vui buồn sầu khổ đều do hoàn cảnh . Được cảnh thuận lợi như giàu sang, ấy là kết quả của một nhân lành gieo trước đây . Khi điều kiện đổi thay, hoàn cảnh đó hết . Vậy vui mừng làm gì khi được giàu sang? Dù thành công hay thất bại tâm cũng chẳng nên rung chuyển . Cứ bình thản mà đi trên đường đạo .

3/ Tất cả những **thực thể** (entity) như con người, cây cỏ,, vạn vật trong vũ trụ hiện tượng này chỉ là biểu tượng không có thật nếu chúng ta công nhận Lý thuyết dây (tương tự như chúng ta đã công nhận định đề Euclide khi học hình học). Xin xem trích dẫn dưới đây

Những đề nghị mạnh dạn ở trên của các tư tưởng gia nghiên cứu vũ trụ đã ngụ ý vũ trụ hữu hình của chúng ta không có thực mà chỉ là Hình Ảnh Ba Chiều (Hologram) tạo ra bởi những tiến trình vật lý ở một nơi xa xăm.

4/ Mỗi thực thể đều có cái TA dính liền. Cái TA đó để phân biệt bạn và tôi, cái TA đó là một nhãn hiệu thí dụ tổng thống hay thằng ăn cướp, giáo sư hay tiến sĩ, bác sĩ hay kỹ sư, giám đốc hay đại gia, thượng tọa hay hòa thượng, Cái TA đó chỉ là ảo tưởng, nhưng nó sai khiến Tâm làm cho Tâm có nhận thức sai lầm sinh ra khổ đau . Nhận thức sai lầm là mình chỉ mong được những gì mình muốn, không chịu chấp nhận bất công và hoàn cảnh. Do đó nếu diệt được cái TA thì làm gì còn khổ đau, tuy rằng khổ đau và vui sướng luôn luôn vẫn hiện hữu trong vũ trụ hiện tượng này .

Trong Đạo Phật cái TA chính là Hình tướng . Thiền luận của Bồ Đề Đạt Ma đã viết như sau :

Cốt tủy của Đạo là dứt bỏ . Mục đích của người hành đạo là không bị vướng mắc trong hình tướng . Kinh viết: “Dứt bỏ là giác ngộ vì phá bỏ hết hình tướng.”

Sách tham khảo:

1. Thiền luận của Bồ đề Đạt Ma, Dương Gia dịch từ cuốn *The Zen Teaching of Bodhidharma*, tác giả Red Pine.

<http://phuocquethuquan.net/images/file/bXhLnd0l0wgQAD0L/thien-luan-cua-bo-de-dat-ma.pdf>

2. Ebook Hạnh Phúc tùy cách nhìn, tác giả Viên Ngộ

<http://www.vienngo.com/hanh-phuc-tuy-cach-nhin/>

3. *The Hidden Reality*, tác giả Brian Green

Nguyễn Đức Chí
Tháng 2, 2016