

## CHƯƠNG 7

# MỘT BÀI HỌC QUA CUỘC ĐỜI ĐỨC PHẬT

Có một vấn đề để chúng ta phải suy nghĩ là có bao giờ bỏ ra chút ít thời gian để tự tìm thấy những mối quan hệ giữa những khía cạnh tế nhị của cuộc đời Đức Phật với cuộc tu và đời sống của chúng ta hay không. Đó là một việc làm hết sức ý nghĩa đối với chúng ta hôm nay, dù xét về thời gian chúng ta đã là những hậu nhân sanh sau Ngài đến hàng mấy mươi thế kỷ. Chúng ta đã học hỏi được điều gì, từ kiến thức sách vở cho đến những ứng dụng thực tế ngay trong chính đời sống mình?

Có lắm cách nhìn về Đức Phật. Trước hết, Ngài được xem là một nhân vật lịch sử có thật, đã ra đời tại miền Bắc Ấn Độ vào khoảng thế kỷ thứ 5 hoặc thứ 6 trước Tây Lịch và đã trở thành một Đức Phật ở tuổi 35. Bằng vào cách nhìn mang tính sử học và dung dị như vậy, ta có thể hiểu Ngài một cách chi tiết và điển hình bằng thái độ, tâm tư, trí tuệ trong tinh thần đồng loại.

Còn một cách nhìn khác nữa về Đức Phật là chúng ta có thể xem Ngài như một biểu tượng căn bản của tất cả giá trị nhân tính. Như vậy Đức Phật từ cách hiểu này là một hình thái phổ diễn trọn vẹn của một tâm hồn giác ngộ và tỉnh thức, một trình độ tâm linh nằm ngoài tất cả phiền não và hư ngụy, tà vạy.

Sự thông thuộc về cuộc đời Đức Phật chẳng khác gì sự dẫn bước vào một cuộc hành trình mà qua đó, ta sẽ tìm thấy những mô hình nhân cách căn bản nhất được phổ diễn trọn vẹn. Trong cả hai cách nhìn trên về Đức Phật, một con người lịch sử hay một biểu tượng sống, đều có thể giúp ta thấu suốt được những quy luật chung nhất cho một lý tưởng thăng hoa tuyệt vời ngay trong chính những kinh nghiệm sống của Ngài. Đề từ đó, hình ảnh về Đức Phật không còn là một huyền thoại trừu tượng xa xôi đối với chúng ta qua bất cứ một khái niệm cách ngăn nào về không gian và thời gian cả, mà lúc này chính Đức Phật và những mẫu chuyện đời về Ngài tự nhiên hiển hiện và sống dậy một cách sinh động ngay trong tâm hồn của mỗi chúng ta như một phép sống tất yếu và phổ cập. Có thể nói đây chính là con đường giúp ta nhận diện tất cả những cảm nghiệm của mình ở một quy mô lớn rộng hơn, đồng thời đó cũng là một mối giao hòa và gắn gũi với Đức Phật có nhiều ý nghĩa nhất mà chúng ta có thể thực hiện bằng cách nhìn lại con đường Ngài đã đi qua. Chúng ta có thể nổi bước theo Ngài bằng cách tự biết nêu ra và giải đáp những trở ngại: Thế nào là bản chất của đời sống và đâu là cội nguồn của tất cả khổ đau mà chúng ta vẫn đang gánh chịu?

Trong tác phẩm Người Anh Hùng Muôn Mặt (xuất bản tại New York năm 1971), Joseph Campbell, một học giả trú danh người Mỹ, đã qua đó, mô tả lại toàn bộ con người Đức Phật xuyên qua bốn giai đoạn, mà ông gọi là những chặng đường thể hiện đức tính đại hùng đại lực của Đức Phật trong suốt hành trình hướng đến quả vị tối thượng của bậc Chánh Đẳng Giác.

Bốn giai đoạn đó được trình bày bằng cách kết hợp sinh động những khía cạnh mang tính đời thường trong cuộc đời Đức Phật với kinh nghiệm tâm linh của chính mình, chúng ta sẽ tìm được một nguồn động lực khích lệ hết sức lớn lao cho mỗi chặng đường tu của mình. Càng nhìn vào đời sống của Đức Phật, chúng ta càng nhận được nhiều niềm vui cho nội tâm. Bởi vì có lưu ý đến đời sống tinh thần vốn vĩ đại và mãnh liệt của Ngài, chúng ta sẽ được những tác động sâu sắc cho đời sống nội tâm bản thân.

Khi mới thoát nhìn hoặc thoáng nghe về những cuộc phiêu lưu của các nhà thám hiểm lừng danh thế giới, chúng ta thường có thói quen liên tưởng đến những cuộc khám phá lý kỳ, hấp dẫn mang tính huyền thoại hay điện ảnh. Ta có thể tha hồ tưởng tượng đến những thiên đường bát ngát có cỏ xanh. Trời đẹp, những hồ nước trong vắt, những miền xa, xứ lạ đẹp như mơ, mà ít khi chịu nghĩ tới những muỗi mòng, rắn rít, những gió mưa lạnh lẽo nơi núi rừng, những cơn đói khát cùng vô vàn những hiểm nguy bất trắc mà các nhà thám hiểm đó đã phải trải qua bằng cả tính mạng. Trong khi đó, chính những cái nghiệt ngã này mới thật sự là toàn bộ cuộc hành trình của các nhà thám hiểm. Con đường khám phá ra bản chất của đời sống, hay nói khác đi, hành trình giác ngộ của chúng ta cũng tương tự như vậy. Có nghĩa là mỗi người tu hành đều phải đi qua biết bao khổ lụy và thử thách ngay trong chính từng bước đi của mình. Chúng ta luôn dễ dàng rơi vào những cảm bầy của cuộc tu và sẵn sàng tự đánh mất chính mình qua cái nhìn vọng ngoại vốn chẳng bền bờ ngay trong chính pháp môn mà mình vẫn xem là đạo lộ giải thoát.

Campbell đã chọn lấy thời điểm Bồ tát được thọ ký lần đầu tiên là giai đoạn bắt đầu cho hành trình đi tìm Phật quả của Ngài. Theo kinh điển nguyên thủy thì cách đây vô số kiếp sống (kể chính xác là thời gian bốn A Tăng Kỳ và một ức đại kiếp), Đức Phật Thích Ca trong một kiếp nọ, dĩ nhiên lúc này Ngài vẫn còn là một vị Bồ tát, đã là một vị ẩn sĩ tên Sumedha và khi đó nhằm vào thời kỳ ra đời của một Đức Phật Toàn giác có Hồng danh là Dipankara (Nhiên Đăng). Một hôm nghe tin Đức Phật sắp sửa ngự đi du hóa ngang qua một địa phương và dân chúng sở tại đang ra sức sửa chữa đường sá để đón tiếp Ngài cùng Chư Thánh Tăng, Sumedha đã tình nguyện tiếp sức với họ bằng cách nhận làm một đoạn đường được xem là khó khăn nhất. Công việc đang dở dang nửa chừng thì Đức Phật và Chư Tăng đã tới nơi. Xúc động mãnh liệt trước hình ảnh của Đức Phật Dipankara, ẩn sĩ Sumedha lập tức hướng tâm tới một quả vị như vậy mà mình có thể hy vọng đạt được trong tương lai nên đã nhanh chóng nằm dài xuống đất, ngay trên khoảng đường sinh lầy để lấy thân mình làm chiếc cầu cho Đức Phật cùng Chư Thánh Tăng bước qua, với một tấm lòng tín thành tuyệt đối để cầu mong Phật quả, đồng thời nói lên lời phát nguyện của mình trước mặt Đức Phật Dipankara.

Thấy rõ được công đức và tâm lực của vị ẩn sĩ chắc chắn sẽ dẫn đến sự thành tựu tâm nguyện ấy một cách như ý, Đức Phật Dipankara liền tuyên bố trước đại chúng rằng vị ẩn sĩ này chắc chắn sẽ được toại nguyện sau một thời gian dài tu dưỡng thêm nữa các giá trị đạo hạnh của một bậc Toàn Giác. Kể từ sau lời thọ ký này của Đức Phật Dipankara, ẩn sĩ Sumedha đương nhiên được toàn thể nhân thiên xem là một Đức Phật tương lai.

Trong kinh Bốn Sanh đã kể lại rất nhiều những nỗ lực tu tập Ba La Mật của Bồ Tát trong suốt vô số kiếp sống luân hồi trước khi trở thành một Đức Phật. Ba La Mật ở đây là những giá trị đạo hạnh mang ý nghĩa trang bị cho quả vị Toàn Giác: Hào sảng, độ lượng, trí tuệ, bình tâm, can đảm, chân thật, nghị lực... trong đời sống thường nhật của mình. Những nỗ lực để trường dưỡng các giá trị đạo đức đó chắc chắn không phải là vô nghĩa, mà ngược lại, đó là những nguồn nhân tố trợ lực hùng hậu cho tất cả những thành quả tu tập tuyệt vời nhất.

Sau bao kiếp sanh tử và tu tập với một đạo lực và thời gian nhất định, trong kiếp sống cuối cùng, Đức Bồ Tát đã sanh làm một vị hoàng tử của tiểu vương quốc thuộc Hoàng tộc Thích Ca, tính theo địa danh của hôm nay chính là miền đất biên giới giữa xứ Nepal và Ấn Độ. Lúc bấy giờ là khoảng thế kỷ thứ sáu trước công nguyên. Trong ngày Bồ Tát chào đời, các nhà thông thái của vương quốc đã đồng loạt tiên tri rằng sau này Hoàng Tử hoặc sẽ trở thành một bậc Đại đế uy chấn tứ hải hoặc nếu ra đi xuất gia thì sẽ trở thành một bậc Đại Giác. Phụ vương của Bồ tát dĩ nhiên chỉ muốn con mình kế thừa và phát huy Vương nghiệp nên đã bằng đủ mọi cách bố trí tất cả những điều kiện hạnh phúc khoái lạc để mong Hoàng tử không có cơ hội chán đời mà phải luôn triển miên đắm chìm đời sống nhung lụa thế tục. Bồ Tát có đến ba tòa lầu đài được thiết kế thích hợp và tiện nghi để có thể sống thoải mái trong từng thời tiết vốn vô cùng khắc nghiệt của

vùng Bắc Án. Quan Ngai luôn có vô số nhạc sĩ, vũ công và các mỹ nữ kiều diễm nhất được tuyển chọn thật cẩn thận từ khắp nơi về.

Nói chung, Đức vua đương triều đã dùng hết khả năng của mình để cách ly Bồ Tát với cuộc đời bên ngoài, trong một cõi thiên đường vàng son chỉ với mục đích duy nhất là để giữ chân đứa con trai có thiên tư khác phàm của mình.

Năm Bồ Tát lên 29 tuổi, một hôm thưa với vua cha xin được xuất cung để du ngoạn ngoại thành. Vua cha dĩ nhiên không có lý do để từ chối ước muốn đó của con mình nhưng trước hết Ngai đã kín đáo ra lệnh cho mọi người sơn sửa, trang hoàng từ đường xá cho đến nhà cửa dân chúng ở những nơi mà hoàng tử sẽ đi qua. Theo lệnh vua, tất cả những gì xấu xí, héo úa, buồn thảm... khả dĩ khơi gợi ở Bồ Tát một chút động tâm, đặc biệt là ý hướng chán đời, đều phải được thu dọn, che khuất khỏi tầm mắt của Ngai.

Tương truyền rằng ngay khi Bồ Tát đang dạo qua một khoảng đường trong thành phố, có bốn vị thiên nhân đã từ cõi trời hiện xuống hoá ra bốn hình ảnh nhằm kích động và đánh thức ở Bồ Tát lý tưởng giải thoát mà bấy lâu nay Ngai đã tạm thời lãng quên. Mỗi vị thiên nhân tạo ra một hình ảnh khác nhau: Một cụ già lụm cùm đi chuyển nặng nề như đã mất hết sức sống, một bệnh nhân đang quần quai bên lề đường, một tử thi sắp sửa mang đi an táng. Cả ba hình ảnh này đều là những khuôn mặt thật của đời sống mà Bồ Tát lần đầu tiên trông thấy từ suốt 29 năm qua trong đời mình. Cứ trước mỗi hình ảnh như vậy, Bồ Tát lại hỏi người đánh xe cho mình sao trên đời lại có những cảnh tượng ghê gớm như vậy. Vẫn theo kinh điển truyền thống, người xa phu của Bồ Tát đã do thần lực khiến tâm từ các thiên nhân nên đột nhiên thao thao bất tuyệt giải thích cho Ngai rằng đó là những bi kịch tất yếu của một kiếp người, một thảm trạng chung mà tất cả những ai đã trót sinh ra trong đời này cũng phải đều gánh chịu. Hình ảnh thứ tư, vẫn do một thiên nhân hóa hiện, là một vị Sa môn du phương. Bồ Tát lại hỏi người xa phu rằng sao giữa phố thị phồn hoa với biết bao nam thanh nữ tú vẫn tô lục chuốt hồng này lại có một người từ phong thái cho đến trang phục đều khác đời như vậy. Chàng xa phu lại thưa rằng đó là một vị xuất gia sống đời không nhà cửa với mục đích tâm cầu cứu cánh giác ngộ và giải thoát.

Những hình ảnh do các thiên nhân hóa hiện trên đây đã làm sống dậy ở Bồ Tát một nguồn đạo lực vốn đã được huân tập và tiềm tàng từ vô số kiếp tiền thân. Những hình ảnh đó đã khơi gợi ở Ngai những vấn đề sâu sắc nhất: Thế nào là bản chất thật sự của cuộc tử sanh? Cái gì là động lực thúc đẩy chúng tồn tại? Làm sao mọi người chấm dứt đau khổ? Và vấn đề tối hậu chính là khả năng tìm ra một con đường giải thoát thật sự.

Còn chúng ta thì sao, mỗi người đã tìm thấy cho mình một nguồn động lực nào cho chính cuộc tu của bản thân? Đã có một vị thiên sứ nào hiện đến nhắc nhở cho chúng ta hay chưa? Cũng như Đức Phật, mỗi người trong chúng ta đều có một cuộc đời. Chúng ta phải tự biết lắng nghe và chất lọc những tiếng gọi từ đời sống để tỉnh thức như Ngai. Trong từng bước đi đầu tiên của cuộc hành trình tự hóa bản thân, sự phản tỉnh, tức từng phút giây trực cảm tất cả thực tại, sẽ là con đường giúp ta những tra vấn sâu sắc, gây tạo cho chúng ta những động lực hùng hậu và cũng đồng thời vạch lối, mở ngõ cho những thao thức căn bản nhất.

Giai đoạn thứ hai của cuộc hành trình mà Đức Bồ Tát đã phải đi qua như một sứ mệnh của bậc đại hùng, đó chính là cuộc ra đi vĩ đại của Ngai, cuộc xuất gia của một ông hoàng. Có làm khơi dậy những tiềm lực nội tâm mà bấy lâu nay vẫn bị khuất kín, chúng ta mới bắt đầu bỏ được những quan kiến và sinh phong mang tính lễ thói, tập quán về cuộc đời và bắt đầu biết vươn mình hướng về tất cả những gì là thật. Sau cuộc gặp gỡ với bốn vị thiên sứ, Bồ Tát đã từ bỏ hoàng cung với tất cả những lụa vàng son của nó để dẫn thân vào con đường giải thoát. Trong

hình thức một du sĩ tha phương, Ngài đã đến cầu học thiền định với tất cả các bậc đại sư thời danh và lần lượt chứng đạt tất cả các tầng thiền định mà đến cả các vị thầy của Ngài cũng không thể vượt qua. Với trí tuệ tuyệt vời của mình, Bồ Tát tự nhận thấy rằng tất cả những khả năng thiền định đó thật ra vẫn chưa giải quyết được cho Ngài vấn đề phiền não cũng như cứu cánh vượt thoát sinh tử.

Thế rồi sau khi từ giả các vị đã hướng dẫn mình, Bồ Tát đã bỏ ra sáu năm trời liên tục để khổ luyện tất cả các hình thức ép xác khắc kỷ, một pháp môn tu hành vẫn được xem là rất phổ biến trong thời kỳ đó. Nội dung của pháp môn khổ hạnh chỉ đơn giản là những hình thức tự dày đọa thân xác nhằm mục đích chối bỏ sự ngộ nhận về một cái Tôi (theo định nghĩa của tư tưởng Ấn Độ đương thời) và đè nén phiền não. Kinh điển ghi lại rằng có một thời gian dài, Bồ Tát chỉ ăn mỗi ngày một hạt cơm và thân hình Ngài lúc bấy giờ gầy ốm đến mức chẳng khác gì một bộ xương khô. Có thể nói trong suốt sáu năm dài đó, Bồ Tát đã thực hiện pháp môn khổ hạnh với tất cả khả năng sinh lý của một con người. Sau sáu năm khổ luyện như vậy, một lần nữa, Ngài lại nhận ra rằng con đường đó vẫn chưa phải là đạo lộ giải thoát đích thực để chấm dứt tất cả khổ đau.

Hai chặng đường đầu của cuộc tu coi như Bồ Tát đã trải qua và lần này Ngài quyết định đi theo con đường thứ ba mà cũng là con đường cuối cùng. Ngài ăn uống trở lại bình thường, để tự bồi dưỡng sức khỏe và hy vọng, qua đó, với một tình trạng tâm sinh lý khả quan, sự minh mẫn của tâm hồn mới may ra được thành tựu đúng mức. Với một nghị lực như vậy, Bồ Tát tìm đến tĩnh tọa dưới gốc cây Bồ Đề với lời nguyện sắt đá rằng sẽ không bao giờ đứng dậy cho tới khi nào thành đạt được quả vị giác ngộ hoàn toàn. Hôm đó là ngày cuối cùng trước khi Bồ Tát đắc thành Phật quả. Ngay khi ấy Ma vương, là một ác thần nhiều quyền lực trên thiên giới cùng tất cả phiền não trong nội tâm Bồ Tát gần như cùng lúc xuất hiện để quấy nhiễu Ngài bằng tất cả sức mạnh ghê gớm nhất. Trong kinh điển truyền thống cũng như tác phẩm Người Anh Hùng Muôn Mặt (trang 32 trong nguyên tác Anh Văn) đều mô tả lại cuộc đối đầu này của Bồ Tát như là một cuộc chiến kinh thiên động địa: "Bồ Tát một mình ngồi dưới những cơn mưa gồm toàn đá tảng, sấm sét, gươm đao, bùn sôi, cát nóng... nhưng Ngài vẫn điềm nhiên như không có gì xảy ra nhờ một nghị lực và niềm tin mãnh liệt vào đức hạnh của mình. Để rồi sau cùng tất cả các hung khí đó đều trở thành những chùm thiên hoa rơi xuống chân Ngài như để cúng dường...".

Trên đây là trận chiến giữa Bồ Tát và Ma Vương. Còn trong đời sống tu tập của mỗi chúng ta hôm nay, liệu có ai dám bảo mình có đủ sức mạnh nội tâm ngồi im lặng với một sự tĩnh thức cùng một lời nguyện sắt thép như vậy? Chúng ta hãy tự nhân cách hóa Ma Vương ở đây là những tham muốn và sân hận, phóng dật và sợ hãi. Như vậy thì trong cuộc tu của mình, chúng ta vẫn được xem như đã từng có những cuộc đối đầu với ác ma, một hành trình gian khổ để tìm đến giải thoát. Mỗi nỗ lực của chúng ta đều là cái dưng khí của bậc đại hùng. Bởi vì đó là một nguồn nội lực cho từng cảm nghiệm của chúng ta về thực tại mà nếu so ra thì chính mỗi thực tại có khác gì một đấu trường hay một chiến trận để thông qua đó, chúng ta mới có dịp thể hiện trọn vẹn tất cả đạo lực của mình.

Giai đoạn khởi sự cho hành trình tâm cầu Phật quả của Bồ Tát là thời điểm Ngài được thọ ký để từ đó tự xác định hướng đi, lý tưởng sống cho suốt dòng sanh tử. Giai đoạn thứ hai là cuộc xuất gia trong kiếp sống cuối cùng, một thái độ chối bỏ dứt khoát tất cả nhân sinh quan đời thường bằng một nếp sống thoát tục. Giai đoạn thứ ba là cuộc đối đầu gay gắt, khốc liệt với tất cả những gì là ma chướng, nói theo mọi định nghĩa. Và giai đoạn cuối cùng chính là cuộc chứng đạt Phật đạo tối thượng.

Sau cuộc đọ sức với Ma Vương, Bồ Tát đã suốt đêm thức trắng để lần lượt nhìn ngắm vạn pháp. Đầu hôm, bằng khả năng trí tuệ thiền định của mình, Ngài đã nhìn thấy dòng sinh tử vô thủy, vô chung của tất cả chúng sanh qua vô số hóa thân để từ đó Ngài thấu đáo tinh tường được

quy luật vô thường của vạn hữu: Mọi thứ luôn có mặt rồi biến mất như những bọt nước phù du trên một dòng luân lưu bất tận. Giữa khuya, cũng với trình độ trí tuệ của mình, Bồ Tát cảm nghiệm được quy luật nghiệp lý vốn có sức mạnh quyết định mọi tình trạng sinh hóa, tồn tại của tất cả chúng sanh và Ngài đã có được khả năng đại bi của một Đức Phật khi thấy rằng muôn loài luôn bị cuốn hút vào màn lưới nghiệp lý đó từ sự tác động của vô minh. Thế rồi vào lúc cuối đêm, Bồ Tát đã tự thể nghiệm nguyên lý Tứ Diệu Đế mà nội dung là con đường dẫn tới khổ đau cùng đạo lộ giải thoát, hai tác động đưa đến hai phản ứng khác nhau.

Bồ Tát đã trở thành một Đức Phật ngay khi sao mai vẫn chưa lặn tắt trên bầu trời sương giá và sương truyền rằng trong chính giây phút đó, Ngài đã tự nói lên nỗi xúc cảm tuyệt vời của mình qua những dòng hứng ngữ lạ lùng mà cùng vô cùng sâu sắc:

*Trái từ vô thủy từ sanh  
Vô minh mất dấu tác nhân luân hồi  
Đêm nay tương ngộ nhau rồi  
Ngôi nhà hiện hữu giờ thôi... hoang tàn!  
Vẫy chào người thợ ái tham  
Cột kèo... nát cả, còn làm được chi  
Bến đời từ biệt ra đi  
Ái tham gửi lại, ta về vô sanh!*

*(Bài kệ được dịch giả phỏng dịch và thi hóa từ nguyên tác Pàli)*

Nội dung đại lược của những dòng thi kệ trên đây là với Phật trí của mình, Đức Thế Tôn nhìn thấy tất cả những biến tướng từ sanh của dòng luân hồi là cả một khổ lụy. Phút giây giác ngộ của Ngài chính là một cuộc khám phá ra tác nhân của tất cả đau khổ. Ngài dùng hình ảnh ngôi nhà để ẩn dụ cho tất cả mọi hiện hữu của chúng sinh, mà vật liệu xây dựng nên ngôi nhà đó chính là các phiền não song hành với tham ái. Đức Phật, thông qua những dòng kệ ngẫu hứng đó, đã có ngụ ý xác định cứu cánh Níp Bàn mà mình đã đạt được.

Phương tiện cho hành trình giác ngộ đó của Đức Phật chính là Bát Thánh Đạo, một cỗ xe tuyệt vời đã đưa Ngài đến một đất trời mà mình vẫn mong muốn. Những dòng thơ ngẫu hứng trên đây chỉ mang ý nghĩa một bài hát nói lên niềm vui toại nguyện của người lữ khách sau một chuyến đi dài đầy gian khổ.

Trong hai tập Trường Lão Tăng kệ và Trường Lão Ni kệ, gồm những dòng thơ xác nhận thánh trí mà các bậc Thánh Tăng, Thánh Ni thời Đức Phật đã tự ngẫu hứng, ta thường thấy hầu như ở bài nào cũng được kết thúc bằng câu "Ta đã được thực hiện xong những gì cần phải thực hiện". Trở thành một bậc Toàn Giác, Đức Phật đã thấu suốt trọn vẹn con đường của riêng mình và căn tánh sai biệt của tất cả chúng sanh.

Ngay sau khi thành Phật, Ngài đã bỏ ra trọn bảy tuần lễ để sống một mình và trầm tư tất cả những vấn đề thuộc trình độ trí tuệ của một bậc Chánh Đẳng Giác. Bây giờ thì Đức Phật đã đến cứu cánh giải thoát nhưng vẫn do dự khi nghĩ đến việc san sẻ trí tuệ và sự an lành tuyệt đối đó cho chúng sanh khi tự nhận thấy rằng hầu hết mọi loài đều mù lòa trong bóng tối tham ái, rất khó tìm được một ai đó có đủ khả năng hiểu được những chân lý thâm sâu mà Ngài đã chứng ngộ.

Theo kinh điển kể lại, ngay khi Đức Phật đang suy tư về việc độ sinh bằng những suy nghĩ như vậy thì ngay lập tức, một vị Phạm Thiên đã hiện xuống khẩn khoản thỉnh cầu Ngài hãy lên đường tế độ chúng sanh. Vị Phạm thiên này đã gợi ý Đức Phật rằng thực ra trong tam giới này vẫn luôn có rất nhiều chúng sanh khả dĩ đủ khả năng tiếp nhận giáo lý của Ngài. Bằng Phật trí của

mình, Đức Phật đã quán xét để thấy rằng vị Phạm thiên kia đã nói đúng. Thế rồi Ngài đã nhận lời thuyết pháp độ sinh và bốn mươi lăm năm hoằng dương trong đời Ngài đã bắt đầu từ hôm đó.

Địa điểm đầu tiên mà Đức Phật đã chọn làm nơi thuyết giáo chính là một vườn nai ở Bārāṇasī (gọi theo hôm nay là Benares hay Sarnath). Đối tượng của thời pháp đầu tiên này chính là năm vị ân sĩ đã từng chung sống với Ngài trong những năm tháng trước đó. Và nội dung của thời Pháp này được gọi là kinh Chuyển Pháp Luân, vấn đề cốt lõi là Tứ Diệu Đế, mà qua đó, đặc biệt là Đạo Đế (một trong Tứ Đế), Ngài đã nêu ra pháp môn Trung Đạo, tức con đường tu hành nằm ngoài hai quan điểm cực đoan: Khổ hạnh (lấy khổ để thoát khổ) và Lợi dưỡng (lấy khoái lạc để thoát khổ). Có thể nói thời pháp này là nền tảng cho tất cả giáo lý mà Đức Phật đã tuyên thuyết trong suốt đời mình.

Rời vườn nai ra đi, Đức Phật tiếp tục con đường du hóa của mình qua từng cuộc gặp gỡ và thuyết giáo cho các đối tượng hữu duyên. Khi đã có được sáu mươi người đệ tử Thánh Tăng, Đức Phật đã khuyên các vị nơi gương mình du phương khắp mọi đất trời để hoằng dương chánh pháp. Lời kêu gọi của đức Phật vô cùng thống thiết:

"Hãy lên đường du hóa, này các Tỳ kheo, các người hãy sống vì sự an lành, hạnh phúc, vì lòng từ bi cho tất cả nhân thiên. Hãy ra đi mỗi người một nẻo để thuyết giảng chánh pháp mà Như Lai đã từng thuyết giảng cho các người, một chánh pháp toàn hảo, trọn vẹn từ đầu đến cuối, mang nội dung tuyên dương đời sống phạm hạnh, hoàn thiện và thanh tịnh. Hãy sống vì lợi ích cho người khác, hãy giúp họ đạt được những gì mà các người đạt được".

Qua những hình ảnh trên về Đức Phật, có lẽ chúng ta đã thấy được phần nào cái gọi là nội dung của tinh thần Phật giáo: Ngoài lý tưởng thực chứng và trí tuệ để tự giải thoát bản thân, người đệ tử Phật còn phải có thêm ở chính mình một tình thương cho cuộc đời và những nỗ lực phụng sự tha nhân. Một niềm tự tin về đạo lực của mình cộng thêm một tinh thần lợi tha vô tư sẽ tác động và mang lại cho cuộc tu của chúng ta một nguồn năng lượng quan trọng. Một công phu tu tập đích thực không hề mang tính vị kỷ bởi khả năng thấu suốt chân lý luôn tùy thuộc vào mức độ giao hoà và cảm thông để qua đó nó trở nên lớn nhỏ, sâu cạn và rộng hẹp hơn.

Đức Phật có hai người đệ tử chương môn là Xá Lợi Phất và Mục Kiền Liên. Khả năng sở trường của Ngài Mục Kiền Liên là thiên định và Ngài đã chứng quả A La Hán sau khi xuất gia được một tuần lễ. Trong các bậc cao đồ của Đức Phật, Ngài Mục Kiền Liên được xem là đệ nhất về các khả năng thần lực. Trong khi đó, Ngài Xá Lợi Phất, vị đệ nhất cao đồ của Đức Phật thì lại là một người vô song về trí tuệ. Chính vì khả năng trí tuệ cộng thêm nguyên tắc cá nhân là luôn chi li cẩn thận nên tuy cùng xuất gia với Ngài Mục Kiền Liên trong một buổi nhưng mãi đến nửa tháng sau Ngài mới chứng quả A La Hán. Theo trong kinh điển, về mặt trí tuệ, Ngài Xá Lợi Phất chỉ đứng sau Đức Phật. Và vẫn theo các sử liệu truyền thống thì chính Ngài Xá Lợi Phất đã triển khai và hệ thống hóa toàn bộ giáo lý A Tỳ Đàm (Vi Diệu Pháp), một nền giáo lý vẫn được xem là sâu sắc nhất của Phật giáo, nội dung hầu như có thể nói là chuyên chở trọn vẹn lĩnh vực tâm lý học của Phật giáo mà nếu tính ra thì đây là một công trình triển khai rất quy mô, bởi phần chánh văn nguyên thủy do chính Đức Phật trình bày vốn rất ngắn gọn (không đầy 100 trang vở học sinh), trong khi đó phần triển khai của Ngài Xá Lợi Phất có một số lượng khổng lồ là nếu tính theo ấn bản với khổ 19x23 (mẫu chữ có chiều đứng chừng non 1cm) thì có tới 12 quyển, trung bình mỗi quyển 200 trang.

Tương truyền rằng Đức Phật đã thuyết giảng giáo lý này trên một cõi trời và mỗi ngày, chính Đức Phật đã quay xuống cõi người để thuyết giảng cho Ngài Xá Lợi Phất, để từ đó Ngài Xá Lợi Phất thực hiện phần còn lại.

Dĩ nhiên giữa Đức Phật và các đệ tử A La Hán chắc chắn phải có những điểm sai biệt, dù giữa đôi bên thầy trò luôn có một điểm giống nhau đó là sự chấm dứt hoàn toàn tất cả phiền não. Tuy nhiên qua vô số kiếp tu tạo các đức tính, tất cả chư Phật đều luôn thành tựu trọn vẹn mọi nguồn tâm lực, đạo lực mà trong đó, trí tuệ và từ bi được xem là những gì tiêu biểu nhất. Nếp sống thường nhật của Đức Phật luôn thể hiện một cách toàn bích những giá trị tinh thần đó. Ta có thể thấy được điều này qua những trường hợp độ sinh của Đức Phật mà kinh điển vẫn còn ghi chép lại: Ngài luôn biết chịu thương chịu khó trong mọi hoàn cảnh, đồng thời luôn có sẵn những phương thức tối ưu để mở ngõ tâm hồn từng đối tượng một cách thích ứng tuyệt vời. Tất cả chỉ vì Ngài vốn tự có một trí tuệ vô ngại và một lòng đại bi thường trực, cụ thể.

Thật ra ngay từ thuở gặp được Đức Phật Dipankara, ả sĩ Sumedha vốn đã có đủ duyên lành để trở thành một vị A La Hán, nhưng Ngài đã chọn lựa lý tưởng Phật đạo chỉ vì tình thương đối với tất cả chúng sinh. Chính vì lòng từ bi vô hạn đó, Ngài đã chấp nhận thêm một đoạn đường sinh tử đàng đẵng để trau luyện tất cả pháp tánh của một đức Phật và sau cùng rồi thì Ngài đã được toại nguyện. Một sự toại nguyện không chỉ cho riêng mình mà còn hướng về vô số chúng sinh.

Đức Phật đã đi qua và thành tựu trọn vẹn ba giai đoạn để được gọi là một Chánh Đẳng Giác. Trước hết, đó là giai đoạn đào dưỡng Ba La Mật trong suốt vô số kiếp bằng những nỗ lực siêu phàm của một vị Bồ Tát. Giai đoạn thứ hai chính là sự chứng đạt quả vị Chánh Đẳng Giác và thành tựu Nhất Thiết Chũng Trí của một vị Toàn Giác. Và giai đoạn thứ ba chính là lý tưởng Độ Sinh. Ngài không hề có ý giữ lại cho riêng mình khả năng giác ngộ, mà ngược lại, bao giờ Đức Phật cũng luôn tìm cơ hội thuyết giáo độ sinh bằng một lòng từ bi vô hạn. Thậm chí cho đến những giây phút cuối cùng trước khi viên tịch, Đức Phật vẫn tiếp tục nghĩ tới những người có khả năng tiếp nhận chánh pháp.

Sự đại hùng, đại lực trong hành trình tu tạo Ba La Mật của các vị Bồ Tát tiền thân của Chư Phật Toàn Giác chỉ có được từ một tấm lòng vị tha vô bờ bến. Nhưng ta cũng phải hiểu thêm rằng nếu chỉ có riêng một tình thương cho đời thì cũng vẫn chưa đủ. Lòng vị tha của chư vị Bồ Tát phải được thực hiện cụ thể và một trình độ từ bi như vậy đời đời phải được song hành với một khả năng trí tuệ biện biệt trong từng hành động phụng sự tha nhân. Lòng đại bi của vị Bồ tát phải đòi hỏi một trí tuệ tương ứng để cho ra những thành quả hữu hiệu, hợp lý và cần thiết. Đồng thời cái gọi là trí tuệ của vị Bồ Tát cũng luôn cần thiết đến một lòng đại bi để mọi sở hành của các Ngài mới mang được ý nghĩa lợi tha một cách trọn vẹn. Do đó, hai pháp tánh Từ bi và Trí tuệ luôn được xem như là những nét đặc trưng của một Đức Phật.

Trong kinh ghi rằng cho dầu có cộng lại tất cả tình thương của các bậc cha mẹ trong vô lượng vũ trụ đối với con ruột của mình thì nếu so ra bằng khái niệm số lượng tương dụ, tất cả vẫn không sao sánh được với lòng đại bi mà Đức Phật vẫn hướng về vạn loại chúng sinh. Điều đó xem ra có vẻ là một cách nói quá đáng nhưng xét cho cùng cũng dễ hiểu: Các bậc cha mẹ chỉ có thể thương yêu và tha thứ cho con cái của chính mình, còn ở Đức Phật thì tình thương đối với tất cả chúng sinh không hề có một giới phân biệt. Tình thương của Đức Phật là một thứ tình thương không chỉ đơn giản là trạng thái tâm lý ái luyến, gắn bó và đặc biệt tuyệt đối không úy mị, mù quáng. Lòng đại bi của Đức Phật luôn nhắm đến ý nghĩa giải thoát khổ đau cho chúng sanh và tuyệt đối trong suốt đời mình, kể từ sau giây phút giác ngộ, Ngài không hề làm một điều gì lớn nhỏ khả dĩ gây nên những buồn phiền, đau đớn cho chúng sinh. Trong đó có bậc cha mẹ nào trên đời này lại dám đoan chắc mình đã có một nếp cư xử trọn vẹn như vậy với con cái. Lòng đại bi của Đức Phật là một thứ tình thương tích cực: Giúp người khác toại nguyện lý tưởng hướng thượng mà không hề làm toại nguyện những mơ ước vớ vẩn vô ích của bất cứ ai.

Một trong những khả năng ưu việt và sở trường của Đức Phật chính là trí tuệ vô ngại. Theo kinh sách ghi lại, cứ mỗi buổi sáng Ngài dùng Phật trí này để quan sát toàn thể giới, thu hết

tất cả chúng sanh vào lòng đại bi vô hạn của mình. Rồi với khả năng thấu suốt được cơ duyên (khuyển hướng tâm lý, trình độ trí tuệ, túc duyên giải thoát) của từng người, khi nhận biết ai là người hữu duyên, Ngài lập tức đi đến tận nơi để tiếp độ họ.

Trong kinh có kể lại câu chuyện về một Tỳ kheo sau suốt mấy tháng dài tu tập thiền định bằng đề mục bất tịnh, tức dùng hình ảnh những bộ phận uế trược trong nội thân để làm đề mục tham án, nhưng vẫn không có kết quả, thậm chí thường xuyên bị bức xúc và phóng dật. Hiểu được cơ tánh và tiền duyên của vị này vốn không thích hợp với đề mục thiền định đó, nên Đức Phật đã dùng thần lực của mình hóa hiện ra một đóa sen thật đẹp rồi khuyên vị này hãy nhìn ngắm nó như một đề mục thiền định. Vị Tỳ kheo làm theo lời Đức Phật và vẫn do thần lực của Ngài, trong một thời gian cực ngắn thì đóa sen kia đột nhiên héo úa và rơi rụng từng cánh. Đang chú mục nhìn ngắm đóa sen, vị tỳ kheo đã tận mắt nhìn thấy sự suy tàn đó về hình ảnh về đóa sen về lúc này đã thành ra một công án về định lý vô thường của các pháp. Ngay tại chỗ ngồi, vị Tỳ kheo lập tức chứng quả A La Hán.

Sau đó, khi được Tăng chúng bạch hỏi lý do vì sao Thế Tôn lại dùng phương thức trên đây để hướng dẫn vị tỳ kheo kia chứng ngộ, thì Đức Phật đã cho biết rằng trước đây trong nhiều kiếp sống liên tục, vị Tỳ kheo này đã từng là thợ kim hoàn, vốn thường quen mắt và tiếp xúc với những món vàng ngọc sạch đẹp nên trong kiếp sống cuối cùng này dù đã đủ túc duyên giải thoát nhưng do khuyển hướng tâm lý quá khứ nên không thể nào chấp nhận được đề mục bất tịnh mà xét theo phương diện tâm lý thì những hình ảnh có vẻ dơ bẩn đó lại hoàn toàn đối lập với khuyển hướng mỹ cảm của đương sự.

Ở đây chúng ta còn có một câu chuyện nữa về khả năng độ sinh của Đức Phật. Tương truyền rằng trong hàng ngũ tăng đồ của Đức Phật lúc bấy giờ có một vị Tỳ Kheo vẫn thường bị xem là kém thông minh đến mức nghiêm trọng. Vị này coi như hoàn toàn không có một chút khả năng trí nhớ nào cả. Thậm chí, chỉ với một bài kệ bốn câu, vị này dù đã phải cố gắng hết mình trong suốt nhiều tháng trời vẫn không thể nào học thuộc nổi. Anh ruột của vị Tỳ kheo này vốn là một bậc Thánh Tăng bác học, thấy sư đệ mình không có chút tiến bộ nào trong cuộc đời xuất gia, nên giờ cuối đành phải ngỏ lời khuyên em mình nên hoàn tục. Vị Tỳ kheo kia tuy không có khả năng học hỏi Phật Pháp nhưng vốn là một người thiết tha với đời sống phạm hạnh, nên sau khi nghe lời đề nghị của người sư huynh, vị này buồn lắm. Thế rồi vì tôn trọng người anh của mình, nên mờ sáng hôm sau, vị ấy đã âm thầm rời chùa ra đi.

Ngay buổi sáng hôm đó, với Phật trí của mình, Đức Thế Tôn đã biết hết mọi chuyện. Ngài bảo vị tỳ kheo thiếu trí nhớ đó hãy quay lại rồi trao cho vị này một chiếc khăn tay màu trắng và dặn cứ tự nhiên sử dụng nó, đồng thời Ngài dặn hãy nhớ kiểm tra lại chiếc khăn tay vào mỗi buổi sáng. Chỉ vài hôm sau thôi chiếc khăn tay kia dần dần bị đổi màu và vấy bẩn. Túc duyên giải thoát từ tiền kiếp chợt sống dậy trong lòng vị tỳ kheo khi vị này nhìn thấy tình trạng đổi thay trên chiếc khăn tay đó và thế rồi trong một thoáng tinh tâm, vị Tỳ kheo đã chứng đạt tứ quả. Câu chuyện còn kể thêm rằng từ sau giây phút đắc thành La Hán, vị này đã thành tựu toàn bộ tất cả khả năng thiền định và trở thành một trong những bậc cao đồ tiêu biểu nhất của Đức Phật.

Về tiền thân của vị Tỳ kheo trên đây, Đức Phật dạy rằng trong những kiếp tu tạo Ba La Mật, vị này đã có lần sanh là một nhà vua nhiều quyền uy và trong một lần du ngoạn dưới trời cơn nắng đổ lửa, chiếc long bào sang trọng dính đầy những châu báu và chiếc vương miện đắt giá mà vua đang đội trên đầu đã làm ông cảm thấy khó chịu: Chúng chẳng đem lại bao nhiêu niềm vui về cho ông mà ngược lại chỉ gây phiền hà thêm thôi. Thế rồi trong những trang phục đó ông cảm thấy tấm thân mình như nặng nề và đau khổ hơn. Những giọt mồ hôi luôn giọt trên người ông càng khiến ông thấm thía cái bất toại vô lý của tấm hình hài. Ông đã hồi cung trong một tâm trạng chán đời như vậy và chính sự ý thức này đã thành ra một chủng tử giác ngộ cho ông ngày

sau. Đức Phật đã đánh thức được ở tâm hồn mù mịt của vị tỳ kheo kia một tiềm năng giác ngộ là chính nhờ Ngài đã thấu suốt được tiền căn của đương sự.

Một lần khác, có một người thiếu phụ con nhà quyền quý sinh được đứa con trai mà theo bà thì nó là tất cả cuộc đời của mình. Bà cưng chiều và chăm nom nó vô cùng kỹ lưỡng mà lý do cũng thật dễ hiểu: Thứ nhất là tình mẫu tử và bên cạnh đó, kể từ lúc đứa bé chào đời, gia đình bên chồng nàng gần như đối xử thái độ cư xử với nàng, xưa đã xem thường thì bây giờ kính trọng, còn nếu đã có chút tình thương thì bây giờ tình thương đó càng được củng cố. Nhưng bất hạnh thay cho nàng thiếu phụ, đứa bé đã đột ngột chết đi khi chưa biết nói.

Quá đau khổ nên nàng gần như điên dại. Ôm cái xác cứng lạnh của con trên tay mà nàng vẫn một mực tin rằng nó hãy còn sống. Nàng thiếu phụ đáng thương đó đã bồng xác con mình đi gõ cửa nhà tất cả các thầy thuốc trong kinh thành với hy vọng là sẽ tìm được ai đó cứu sống được con mình. Nhưng dĩ nhiên nàng đã hoài công. Thế rồi do một cơ duyên tình cờ, có người khuyên nàng nên tìm Đức Phật. Trước cơn đau khổ cùng cực của người thiếu phụ, Đức Phật đã nhận lời cứu con nàng nhưng với một điều kiện là chính nàng phải đi tìm ở đâu đó cho Ngài một ít hạt cải mà điều quan trọng là trong dòng họ của người đã cho nàng số hạt cải đó chưa từng có một người chết.

Như tìm một chiếc phao giữa biển, nàng thiếu phụ mừng lắm, và lần này lại tiếp tục ôm xác con ra đi lần nữa bằng tất cả niềm vui, niềm vui mù quáng của một người mất trí. Nhưng rồi nàng thiếu phụ bất hạnh đó lại tiếp tục những dòng nước mắt tuyệt vọng khi cứ nghe hoài một câu nói của những người cho nàng cả thúng hạt cải để cứu con: Hạt cải thì chúng tôi có nhưng từ bao đời nay dòng họ nào chẳng từng có người chết. Trong nỗi đau đớn tuyệt cùng của mình, tự đáy lòng người thiếu phụ bất chợt lóe lên một thoáng ánh sáng: "Thì ra đâu phải chỉ có riêng con mình bị chết, mà tất cả mọi người cũng đều đã, đang và sẽ chết!". Sau dòng suy nghĩ đó nàng lập tức hiểu ngay thâm ý của Đức Phật và lau khô đi những giọt lệ trên khuôn mặt mình, nàng bình thần mang xác con đem bỏ vào nghĩa địa rồi quay lại xin được xuất gia với Đức Phật để rồi chẳng bao lâu sau, nàng đã trở thành một vị nữ Thánh Tăng cao đồ của Ngài.

Đối tượng độ sinh của Đức Phật có thể nói là vô số và gồm đủ mọi tầng lớp trong xã hội: Từ kẻ hành khất, kỹ nữ, thương nhân, cho đến các bậc vương hầu, khanh tướng. Mỗi người đến với Ngài bằng một niềm tin, kiến thức và trình độ trí tuệ khác nhau nhưng tất cả đều được Ngài tiếp độ và đối xử bình đẳng.

Tinh thần căn bản trong giáo lý của Đức Phật chính là sự tự chứng, thể nghiệm ngay từ bản thân. Đức Phật luôn kêu gọi ở tất cả mọi người cái khả năng tự biết khám phá ngay đối với cả những giáo lý được chính Ngài thuyết giảng. Xưa nay, từ các Phật Giáo đồ cho đến những nhà học giả nghiêm túc thường không mấy ai không biết tới bài kinh Kālāma-sutta mà nội dung đặc biệt nhấn mạnh đến tinh thần tự chứng, thể nghiệm đó.

Theo kinh điển ghi lại, trong một lần du hóa tại xứ Kālāma, khi được dân chúng địa phương tỏ bày niềm băn khoăn, nan giải khi phải tiếp xúc và lắng nghe giáo lý với quá nhiều vị giáo chủ mà ai cũng cho rằng chủ thuyết của mình là chân lý tối thượng, khiến họ không biết phải hiểu sao nữa, Đức Phật đã trả lời cho những người này bằng một lời khuyên hết sức ngắn gọn nhưng vô cùng thâm thúy. Ở đây ta không thể nhắc lại nguyên văn lời Ngài mà chỉ có thể thu ngắn đại ý của lời khuyên đó:

"Đừng bao giờ vội vã tin tưởng vào bất cứ một điều gì trước khi tự mình kiểm tra, thâm nghiệm một cách cẩn thận rằng những điều đó có thật sự chuyển tải được những giá trị chánh pháp hay không. Mà tiêu chuẩn và nét đặc trưng của chánh pháp luôn là trí tuệ, lòng hào sảng, sự phơi mở tâm hồn cùng những giá trị khác tương ứng, có liên quan đến

con đường giải thoát. Hãy luôn cẩn trọng khi lắng nghe và học hỏi những gì vẫn được xem là truyền thống lâu đời, là di ngôn của một bậc tiền nhân khả kính nào đó hoặc chúng là những điều vẫn được xem là kinh như thánh điển... "

Đại khái Đức Phật khuyên mọi người nên có được những trí tuệ, can đảm và bình tĩnh trước khi muốn chấp nhận hay bác bỏ một điều gì. Là một bậc Đạo sư vĩ đại có vô số đồ chúng ở khắp mọi đất trời, nhưng Đức Phật không hề sống và hoạt động bằng một lý tưởng nào ngoài ra tinh thần trách nhiệm của một bậc đại giác mà trí tuệ và từ bi luôn là nền tảng thường trực.

Vào một ngày ở cuối tám mươi, tự biết mình đã quá già yếu và sắp sửa viên tịch, Đức Phật đã tìm đến nằm dưới hai tàng cây trong một khu ngự uyển của một tiểu quốc hẻo lánh để chọn làm nơi bỏ mình. Trong kinh kể lại rằng hai cội cây chỗ Đức Phật đang nằm đột nhiên trở hoa sái mùa như để cúng dường Ngài lần chót. Mãi cho đến lúc đó, Ngài vẫn không ngừng thuyết pháp cho các đệ tử và lại còn tế độ cho một du sĩ ngoại giáo vào xuất gia trong giáo hội của Ngài. Câu nói sau cùng của Đức Phật cho các Tỷ kheo đệ tử trước khi Ngài thật sự nhắm mắt - và cũng cho tất cả chúng ta hôm nay nữa - là: *"Vạn hữu luôn vô thường, các người ở lại phải luôn chuyên cần, chớ có dễ dãi"*. Sau đó Đức Phật lần lượt xuất nhập các tầng thiên định rồi viên tịch.

Càng gia công thấu suốt bản chất của thân tâm mình một cách trọn vẹn thì chúng ta sẽ càng có nhiều cơ hội thương kính Đức Phật một cách trọn vẹn hơn, cho dầu trong ta, Ngài có là một nhân vật lịch sử hay một biểu tượng cho tinh thần đạo hạnh. Bởi hình ảnh nào về Ngài cũng cần thiết cho chúng ta cả. Có suy niệm tinh tường về từng chặng đời của Đức Phật, chúng ta mới có được những hành trang cần thiết để dần bước trên con đường mà chính Ngài đã đi qua, một con đường của ánh sáng và chân lý. Lời cuối cùng của bài viết này là chúng ta hãy bằng khả năng tinh thức và trí tuệ nội quán nhìn thấy Đức Phật ngay trong chính tâm hồn mình.

*J. G.*

## **Hướng dẫn thực tập**

### **Pháp môn Niệm Phật**

Phương thức này nếu được hiểu và được thực hiện đúng đắn thì vẫn là một nguồn tác động để khai sinh và trưởng dưỡng niềm tin cùng thiên định. Sự suy tưởng về các pháp Ba La Mật và những động lực giúp Bồ Tát làm tròn tất cả các đạo hạnh đó chắc chắn sẽ đem lại cho cuộc tu của chúng ta một niềm khích lệ. Và để thực hiện điều này, chúng ta nên dành ít thời gian để học về cuộc đời Đức Phật, về những câu chuyện tiền thân của Ngài và đặc biệt là những bài thuyết giảng giáo lý của Đức Phật mà qua đó, chúng ta sẽ nhìn thấy được tất cả những gì cần được nhìn thấy ở Ngài. Thái độ quan trọng của chúng ta khi nhớ về Đức Phật phải là nhờ sự kết hợp nhuần nhuyễn đời sống của Ngài với cuộc tu của chính mình.

Một phương thức niệm Phật khác nữa là chúng ta hãy tự cố gắng xem như Ngài luôn hiện diện thật sự ngay trước mặt mình. Nếu chúng ta thực hiện được điều đó thì có lẽ chúng ta cũng thừa hiểu mình sẽ thu hoạch được thành quả gì trong cuộc tu, ít nhất cũng là về mặt tâm lý tu hành.