

ĐỨC DALAI LAMA VÀ KHOA HỌC TÂY PHƯƠNG

Đức Đạt Lai Lạt Ma - Tuệ Uyển chuyên ngữ



---o0o---

Nguồn

<http://thuvienhoasen.org>

Chuyển sang ebook 08-08-2009

Người thực hiện :

Nam Thiên - namthien@gmail.com

[Link Audio Tại Website http://www.phatphaponline.org](http://www.phatphaponline.org)

Mục Lục

SỰ HẤP DẪN CỦA ĐỨC ĐẠT LAI LẠT MA ĐỐI VỚI KHOA HỌC
MỘT CUỘC ĐỐI THOẠI ĐANG DIỄN TIẾN VỚI KHOA HỌC
PHƯƠNG TÂY

CÁCH SỐNG: LỜI DẠY CỦA ĐỨC DALAI LAMA VỀ NIẾT BÀN
CON NGƯỜI PHÍA SAU TU SĨ

ĐỨC DALAI LAMA VÀ CÁC NHÀ THẦN KINH HỌC KIẾN TẠO
MỘT CẦU NỐI GIỮA PHẬT HỌC VÀ Y HỌC PHƯƠNG TÂY

BIỂU LỘ CHÂN THÀNH CỦA BẤT BẠO ĐỘNG LÀ TỪ BI YÊU
THƯƠNG

TRÍCH DẪN TỪ CUỘC PHỎNG VẤN 1991

ÂM NHẠC VÀ ĐỨC ĐẠT LAI LẠT MA

---o0o---

“Với sự tác động chưa từng có của khoa học lên đời sống của chúng ta, tôn giáo và tâm linh đóng một vai trò to lớn trong việc nhắc nhở

chúng ta về tính nhân bản của chúng ta. Không có sự đối lập về hai phương diện. Điều này cho chúng ta sự thấu hiểu giá trị trong điều kia. Cả khoa học và những lời Phật dạy nói với chúng ta về căn bản thống nhất của mọi thứ.” – The Dalai Lama

Đức Dalai Lama thứ XIV là lãnh tụ của Phật giáo Tây Tạng, và nguyên thủ của chính quyền lưu vong Tây Tạng, và một lãnh tụ tâm linh tôn kính của thế giới. Ngài sinh vào ngày 06 tháng bảy năm 1935 tại một làng nhỏ gọi là Taktser ở Đông Bắc Tây Tạng. Sinh ra trong một gia đình nông dân, Ngài được công nhận vào lúc hai tuổi, theo truyền thống Tây Tạng, như một tái sinh của vị tiền nhiệm Đức Dalai Lama XIII. Đức Dalai Lama là hiện thân của Đức Phật từ bi, Người chọn tái sinh vì mục tiêu giải thoát khổ đau. Đoạt giải Nobel Hòa bình năm 1989, Ngài được tôn kính rộng rãi như một người phát ngôn vì từ bi và bất bạo động cho sự xung đột của nhân loại. Ngài đã du hành một cách rộng rãi, nói về những chủ đề bao gồm cả trách nhiệm phổ quát, từ bi, và ân cần thân ái.

---o0o---

SỰ HẤP DẪN CỦA ĐỨC ĐẠT LAI LẠT MA ĐỐI VỚI KHOA HỌC

Đức Dalai Lama luôn luôn biểu lộ một khuynh hướng cơ khí mạnh mẽ và sự hấp dẫn nhạy bén cá nhân trên lĩnh vực khoa học. Ngài đã nói rằng nếu không là một tu sĩ, Ngài thích là một kỹ sư. Ngay lúc tuổi trẻ ở Lhasa Ngài đã tự dạy mình sửa máy móc hư, từ đồng hồ đeo tay đến máy chiếu phim đến xe hơi. Nổi bật nhất của chuyến du hành sang phương Tây năm 1973 là cuộc viếng thăm Đài Thiên Văn Đại Học tại Viện Thiên Văn Học ở Cambridge, Anh quốc.



Trải qua bao năm Ngài đã thích thú những mối quan hệ với nhiều nhà khoa học, bao cả những mối thân hữu lâu dài với cố triết gia nổi tiếng của khoa học Hài hước Karl Popper, và nhà vật lý học Carl von Weizsäcker và cố giáo sư David Bohm. Ngài đã tham dự trong nhiều hội nghị về khoa học và tâm

linh. Tại một hội nghị như thế, Hội nghị thảo luận Alpbach về Tâm thức vào năm 1983, mà Ngài đã gặp tiến sĩ Francisco Varela, người cùng với Adam Engle, sau này sáng tạo một hình thức đối thoại đặc biệt toàn diện giữa Phật giáo và khoa học mà chính nó đã phát triển thành Học viện Tâm thức và Đời sống. Từ cuộc gặp gỡ Tâm thức và Đời sống lần đầu tiên vào năm 1987, Đức Dalai Lama đã công hiến thường xuyên cả một tuần với thời khóa biểu bận rộn của Ngài cho những cuộc gặp gỡ hai năm một lần.

---o0o---

MỘT CUỘC ĐỐI THOẠI ĐANG DIỄN TIẾN VỚI KHOA HỌC PHƯƠNG TÂY

Với sự quan tâm mạnh mẽ trong việc học hỏi về những phát triển mới mẻ nhất trong khoa học, Đức Dalai Lama cuu mang cả tiếng nói cho những sự thể hiện nhân bản của những phát minh và một phương pháp học tinh vi của tính trực giác cao độ. Cũng như sự tham dự một cách cá nhân trong đối thoại với những nhà khoa học Tây phương để giới thiệu căn bản giáo dục khoa học trong những đại học cộng đồng của tu viện Phật giáo, và những trung tâm giáo dục Tây Tạng, và Ngài cũng đã cổ vũ những học giả Tây Tạng tham gia với khoa học như một phương thức tiếp sinh khí cho truyền thống triết lý Tây Tạng. Đức Dalai Lama tin rằng khoa học và Phật học chia sẻ một đối tượng chung là: phục vụ nhân loại và kiến tạo một sự thông hiểu tốt đẹp hơn cho thế giới. Ngài cảm thấy rằng khoa học cung ứng những khí cụ đầy năng lực cho việc hiểu biết sự liên hệ hỗ tương của tất cả cuộc sống, và rằng sự hiểu biết như thế sẽ cung cấp một cơ sở hợp lý căn bản cho thái độ đạo đức và bảo vệ môi trường.

A complete biography of His Holiness the Dalai Lama is available on the website of the Tibetan government-in-exile.

The Dalai Lama and Western Science
http://www.mindandlife.org/hhdl.science_section.html

Tuệ Uyển chuyển ngữ
31-05-2009

---o0o---

CÁCH SỐNG: LỜI DẠY CỦA ĐỨC DALAI LAMA VỀ NIẾT BÀN

Himanshu Bhagat - Tuệ Uyển chuyển ngữ



Có một thời gian khi Đức Dalai Lama say mê Chủ tịch Mao và chủ nghĩa cộng sản. “Mao gây ấn tượng cho tôi trong nhiều cách,” Ngài viết trong Đường Lối của Lãnh tụ: Phật giáo, Thương mại, và Hạnh phúc trong một thế giới liên kết với nhau “ông ta giải thích (chủ nghĩa cộng sản) là một hệ thống nơi mà những nhà tư bản không còn có thể bóc lột công nhân được nữa.” Sự khâm phục đã không kéo dài. “(Mao) nói với tôi rằng tôn giáo giống như thuốc độc. Ông ta biết tôi là một Phật tử, vì thế lời bình luận của ông đã làm cho tôi rõ rằng mỗi thân hữu mà ông ta biểu lộ không chân thành.”

Và khi nó hóa ra rằng, cùng với từ bi và bất bạo động, Phật giáo cũng quý trọng sự tự do mật dịch. “Đức Phật thừa nhận mối quan hệ mật dịch như một hoạt động giá trị,” Đức Dalai Lama viết. “Ngài khuyến khích những nhà buôn bán thành công bằng sự hiện hữu tin cậy và có một con mắt quan sát trên những gì nên được bán.” Bây giờ, Ngài hướng vấn đề bằng một hệ thống “thị trường tự do có trách nhiệm” như cơ hội tốt nhất để đạt đến và mở rộng hạnh phúc toàn thế giới. Vì thế, khi Lauren van den Muyzenberg, một người tư vấn quản lý quốc tế, thỉnh cầu Ngài tuyên bố về việc tư tưởng Phật giáo làm thế nào có thể hỗ trợ chủ nghĩa tư bản “mang đến một hành tinh hòa bình hơn và có thể chịu đựng được,” Ngài đồng ý. Kết quả là tác phẩm Đường Lối của Lãnh tụ, hoa trái của một sự hợp tác lâu dài của hai người.

Thương mại, với sự tập trung của nó trên “sản xuất, lợi nhuận và sự lớn mạnh”, dường như có một ít trong sự chung nhất với giáo lý Phật giáo về từ bi và phúc lợi, Van den Muyzenberg thừa nhận, nhưng ông chỉ ra một cái nhìn gần hơn chỉ rằng cả hai quan tâm với hạnh phúc an lạc và làm những quyết định đúng. Đường lối của lãnh tụ chủ yếu nói với độc giả của nó hãy sống và làm việc theo những quan niệm của Phật giáo về Quan điểm đúng (chánh kiến) và Cách cư xử đúng- sự chỉ đạo (chánh nghiệp). Như

Muyzenberg giải thích, Quan điểm đúng quyết định khuynh hướng phía sau sự nắm lấy một quyết định và sự chỉ đạo đúng, chính là quyết định ấy được chuyển dịch thành hành động bởi một công ty và công nhân của nó.

Nếu chúng ta làm chủ hai điều “Đúng” này, theo Phật giáo, chúng ta sẽ đạt đến hạnh phúc an lạc và cũng truyền bá rộng ra. Chìa khóa cho sự tinh thông ưu thế này tùy thuộc trong sự rèn luyện tâm thức một người qua thiền quán. Bằng sự theo sau tiến trình của thiền quán như được trình bày trong sách, chúng ta có thể học để “trực xuất” những khuynh hướng không lành mạnh và “thay thế” chúng bằng những khuynh hướng lành mạnh – sự tin cậy trực xuất sự không tin cậy; khiêm tốn thay thế kiêu căng; tính trầm tĩnh trực xuất tham muốn quyền lực, giàu sang và danh vọng; khí lực trong sáng trực xuất sự mờ tối của tâm thức; v.v... và v.v...

Quyển sách kể ra những phương pháp của thiền quán và cung cấp sự xác chứng của CEO (chief executive officer) trên tính hiệu lực của nó. Khi người chung phần của cô ta gạt gẫm, Thitinart na Patalung, xếp thi hành của một công ty kim cương Thái, hết tất cả tiền bạc, cô ta trở nên chán nản và giận dữ. Nhưng với thiền quán, cô vượt qua những cảm xúc tiêu cực này. Kiến trúc sư Kris Yao rèn luyện tâm thức ông dừng tham muốn trở thành xuất sắc nhất và chói sáng nhất trong lãnh vực của ông ta; thay vì thế, ông tập trung trên việc làm những gì tốt nhất cho khách hàng của ông ta. Sự sáng tạo của ông bay vút lên.

Lợi ích của thiền quán, của Phật giáo hay những truyền thống khác được biết rất rõ, và Đường Lối của Lãnh tụ không thật sự nói với chúng ta bất cứ điều gì mới. Tuy nhiên, bằng sự giới thiệu ngắn gọn của nó, những thí dụ và minh họa “Hướng tới trong một thế giới liên hệ hỗ tương”. Nó vươn tới sự không thông thạo và chỉ chúng hướng tới một sự thực tiễn và những phương pháp có hiệu lực có thể của sự tự cải thiện.

Phần đầu tiên của quyển sách là “Lãnh đạo chính mình”; rồi đến “Lãnh đạo sự tổ chức chính mình” và cuối cùng là “Lãnh đạo trong một thế giới liên kết hỗ tương”. Khi diễn đàn và phạm vi của hành động mở rộng cho độc giả - từ cá nhân đến toàn cầu – sự hiểu biết trở nên ngày càng ít nguyên sơ hơn.

Quyển sách thật sự không nói nhiều đây là mới. Nó giải thích rõ ràng triết lý Phật giáo căn bản như nó liên hệ đến cá nhân và hành động cá nhân trong một ngôn ngữ giản dị trong sáng; và nó phác họa một vài tình trạng tiến thoái lưỡng nan và mâu thuẫn nổi bật trong chủ nghĩa tư bản và toàn cầu.

Nhưng không có điều gì mới mẻ về lời mách của nó trong việc làm thế nào để thương nghị với những mâu thuẫn này – ở cấp độ cá nhân, tổ chức, và toàn cầu.

Chủ đề của Đức Dalai Lama về kinh tế và toàn cầu thị trường tự do không nói với chúng ta về điều mà những tạp chí, sách vở, và bài học ở trường đã nói với chúng ta. Thí dụ, quan điểm của Phật giáo về lợi nhuận là: “Lợi nhuận là khuynh hướng tốt đẹp cho đến khi nào nó vẫn được thu vào một cách thành thật ngay thẳng.” Không quá khác với những quan niệm không Phật giáo. Trong những vấn đề khác, CEO chủ trương phải tỉnh thức sáng suốt về sự chênh lệch tiền lương một cách cực độ, việc thi hành trách nhiệm hợp tác xã hội, hướng cho một năng lực hành động đa dạng và đầu tư vào những khu vực nghèo hơn của trái đất. Chúng ta cũng được nói rằng “Tiền bạc không thể mua hạnh phúc.” (Mặc dù, vấn đề được nêu lên một cách ngắn gọn phân tích không đều sự tương quan giữa hai phương diện.) Trường hợp nghiên cứu thêm một số sắc thái: người phụ trách Ấn Độ Tulsī tìm kiếm cho một giải pháp về năng lượng gió; IBM quyết định đẩy mạnh việc phát triển năng lực đa dạng của công nhân. Liên hệ chúng với những nguyên tắc của Phật giáo, tư duy, dường như giản dị tinh tế. Sự hợp lý logic dường như là: những điều này bắt đầu minh họa nguyên tắc Phật giáo bởi vì chúng nhằm để hành động tốt.

Con Đường của Lãnh Tự rồi thì phục vụ cũng như điều nhắc nhở hay sách vở lòng của những giá trị phổ quát mà chúng nên thái độ hằng ngày của chúng ta – như những cá nhân hay như những thành viên của một tổ chức chuyên môn. Những người thị trường tự do sẽ vui mừng rằng Đức Dalai Lama – với tầm vóc đạo đức của Ngài – rõ rệt ủng hộ chủ nghĩa tư bản và toàn cầu hóa, với những điều khoản thông thường kèm theo về giảm nhẹ sự dư thừa của nó.”

---o0o---

CON NGƯỜI PHÍA SAU TU SĨ

Năm quyển sách hay non về đời sống và thời gian của Đức Dalai Lama, và triết lý của Ngài.

1- **Con Đờng Rộng Mở**: Chuyến du hành toàn cầu của Đức Dalai Lama thứ mười bốn, tác giả Pico Iyer, 2008

Gia đình của Iyer đã biết gia đình Đức Dalai Lama ít nhất 30 năm vì thế quyển sách này là một sự phân tích sâu sắc. Iyer chi chuyển từ Dharamsala đến Lhasa đến nơi gặp gỡ ở phương Tây, để thể nghiệm những nghịch biện mà mô tả đặc điểm đời sống của Đức Dalai Lama.

2- ***Bản Chất của Đức Dalai Lama***: Những lời dạy căn bản của Ngài, hiệu đính bởi Rajiv Mehrotra, Penguin, 2005

Một sưu tập về những nhận thức của Phật giáo và thế gian đã hình thành nên triết lý của Đức Dalai Lama và những phương pháp để đạt đến một đời sống hạnh phúc, đạo đức và giác ngộ. Sự sưu tập mang đến sự phối hợp của những lời dạy của Ngài về trực quan thấu triệt của Ngài đối với nhân loại.

3- ***Dalai Lama, Con Trai của Tôi***: Câu chuyện của một bà mẹ, tác giả Kiki Tsering, Penguin, 2000

Câu chuyện Bà mẹ của Đức Dalai Lama về kinh nghiệm của con trai bà hiện diện được thừa nhận như một vị Phật sống, nhìn Ngài lớn lên, đào thoát khỏi Tây Tạng, và Ngài trở thành một vị sứ giả toàn cầu vì dân tộc Ngài và một phát ngôn nhân cho hòa bình.

4- ***Những Đức Dalai Lama: Thể chế và lịch sử***, tác giả Ardy Verhaegen, DK printworld, 2002

Quyển sách ghi chép sự du nhập của Phật giáo vào Tây Tạng và sự phát triển của một nền văn hóa tôn giáo đặc thù, sự phát khởi xuất chúng của những Đức Dalai Lama, và vai trò của thể chế ở Tây Tạng và Á châu.

5- ***Vật Lý Học và Vũ Trụ Học Mới***: Những đối thoại với Đức Dalai Lama, tác giả Zara Houshmand, Oxford University Press, 2003

Một sự ghi chép lại những đối thoại giữa năm nhà lãnh đạo vật lý, một nhà sử học và Đức Dalai Lama trên lý thuyết về vật lý học lượng tử trong kinh luận của triết lý Phật giáo.

Lifestyle - Dalai Lama's teaching for Nirvana

<http://spoonfeedin.blogspot.com/2008/10/lifestyle-dalai-lamas-teaching-for.html>

Tuệ Uyển chuyển ngữ
07-06-2009

---o0o---

ĐỨC DALAI LAMA VÀ CÁC NHÀ THẦN KINH HỌC KIẾN TẠO MỘT CẦU NỐI GIỮA PHẬT HỌC VÀ Y HỌC PHƯƠNG TÂY

Mitzi Baker - Tuệ Uyển chuyển ngữ

Đức Dalai Lama thứ 14, Tenzin Gyatso, đã minh chứng nhiều công hiến như một linh tụ tâm linh của dân tộc Tây Tạng, nhưng Ngài đã nhận yêu cầu để trở thành một nhà phê bình cho tạp chí thần kinh học thường xuyên như thế nào?

Lời đề nghị ấy đã xảy ra tại hội thảo của một trường y học vào ngày 05 tháng mười một của Giảng đường Memorial từ một nhà thần kinh học, người vừa mới nghe Đức Dalai Lama bình luận về nghiên cứu của bà. Trong khi dự kiến của bà là một ngôn ngữ hơi táo tợn một chút, bà thật nghiêm chỉnh trong thú nhận của bà rằng bà có thể hướng sự nghiên cứu của bà một cách khác biệt nếu bà đã nói chuyện với Ngài trước.

Sự nghiên cứu biểu tỏ rằng sự thông cảm cho người khác tạo ra sự hoạt động tích cực trong cùng những khu vực của não bộ cũng như chính niềm đau đớn. Những nhà nghiên cứu dùng những người thương yêu để khêu ra sự thông cảm từ những đối tượng thử nghiệm. Trong Phật giáo, sự tin tưởng là việc thông cảm thấu hiểu và từ bi cho những người thương yêu là một sự mở rộng của bản thân. Nhưng từ bi thật sự đến từ cảm giác cho những người nào đấy không liên hệ - hay thậm chí là kẻ thù. Vì thế một thể nghiệm nói hơn thế, Đức Dalai Lama lưu ý, sẽ được thí nghiệm những cảm giác như thế đối với những người ít liên hệ thân thuộc để thấy hoạt động tích cực có khởi lên trong cùng những khu vực của não bộ không.

Đây chỉ là một trong nhiều điều thông hiểu được chia sẻ trong cả một ngày thảo luận là nét đặc biệt của Đức Dalai Lama và một nhóm 15 nhà thần kinh học, tâm lý học, và Phật học. Sự kiện được đặt cho nhan đề là “Khổ đau, khao khát và lựa chọn: Những khám phá của tâm linh, và khoa học về kinh nghiệm của con người.”

“Đây là một sự kiện quan trọng mà nó thật sự hỗ trợ tạo nên một ý nghĩa giác ngộ và dẫn thân hỗ tương,” khoa trưởng y khoa bác sĩ Phillip Pizzo, nói như thế, thêm rằng cuộc hội luận *“không phải là áp dụng những phương pháp khoa học vào tôn giáo, hay tín ngưỡng để nghiên cứu.”* Nó là chấp nhận thực tế rằng con người là không gian đa dạng và có thể học hỏi từ những quan điểm khác nhau.

Câu hỏi của ngày, được đưa ra một cách sớm suả bởi người tổ chức sự kiện là tiến sĩ y học và triết học William Mobley, giáo sư Cahill trong trường Y dược, và điều xuyên suốt cả ngày là : *“Thần kinh học với những khí cụ và nhận thức của nó có thể mang đến cho Phật học, với sự thực hành thiền quán của nó, một số hữu ích nào đấy và ngược lại không?”* Những sự thảo luận tiếp theo tìm kiếm để xác định vị trí chung giữa những lĩnh vực mà có thể đưa đến những sự thông hiểu to lớn hơn.

Để làm cho cuộc hội luận tập trung, giáo sư Mobley, giám đốc của Thần kinh học viện tại Stanford nói rằng có những nhận thức nào đấy mà họ không bàn tới - những nhận thức thí như hóa thân tái sinh, nghiệp báo, và giác ngộ. *“Những nhà thần kinh học tránh tất cả những thứ của những điều mà chúng tôi không hiểu,”* ông nói như thế.

Thay vì thế, những người tham dự tập trung trên những nhận thức về tham dục – craving (ái- khao khát) và khổ đau. Một thử thách đang được tiến gần là một sự nhất trí trên ý nghĩa của thuật ngữ “tham dục”. Trong Phật học, tham dục, bởi tính rất tự nhiên của nó, là một trạng thái ưu phiền khổ não. Trong khoa học phương Tây, tham dục hay khao khát đơn giản là điều gì thúc đẩy làm cho ai đấy làm một quyết định. Sau khi thảo luận nhiều, cả nhóm đồng ý rằng một chữ khác có thể được dùng, có thể là thèm muốn – desire.

Khi cuộc đối thoại nghiên cứu sâu hơn, những câu trả lời dễ dàng đã không rõ ràng ngay lập tức. Tại một thời điểm ngay cả Đức Dalai Lama cũng thừa nhận rằng Ngài “quá bối rối” về việc làm thế nào để quyết định khi có những trình độ không lành mạnh về thèm muốn và có hay không một hình thức của thèm muốn mà nó không là một hình thức của khổ đau.

Tuy thế, có nhiều thời khắc “a ha” của cả hai phía. (a ha: ngạc nhiên, vui mừng thỏa mãn).

Trong sự liên hệ với một nghiên cứu được phát hành năm vừa rồi cho thấy rằng những bộ não của những thiền giả có những thay đổi lâu dài trong hoạt

động tích cực, Đức Dalai Lama nói, “*Bây giờ họ bắt đầu nhận thức rằng sự tiếp cận của chúng ta là những gì hữu ích. Chúng tôi vô cùng vui mừng để thấy càng ngày khoa học càng biểu lộ sự hấp dẫn trong sự tiếp cận của chúng ta.*”

Trong một sự trình bày về nhận thức của thần kinh học về tham dục-thèm muốn, Howard Fields, MD, PhD, giám đốc của Trung tâm Wheeler về Thần kinh của sự Nghiện ngập tại UCSF, đề cập đến một loại thuốc gọi là rimonabant, hoạt động trong những khu vực của não bộ điều phối thèm muốn để giảm bớt hút thuốc trong những người nghiện. Họ cũng giảm bớt cân, một lời tuyên bố làm khán giả há hốc miệng ra.

Giáo sư Fields đặt câu hỏi về điều rằng: có phải nó là một sự tiếp cận tốt khi dùng sự can thiệp về dược lý để giảm bớt thèm muốn hay không – hoặc có thể có một phương pháp dùng những cảm nhận phát triển về tuệ trí và từ bi để thay đổi những quyết định trong những bệnh nhân hay không?

Đức Dalai Lama suy nghĩ ý kiến này và muốn biết có một loại thuốc như vậy mà có thể giảm bớt hay xóa bỏ tất cả những hình thức của thèm muốn hay không. Trong khi nhận thức như thế có thể tiêu biểu cho sự giác ngộ tâm linh đến những người Phật tử, giáo sư Fields trả lời rằng loại thuốc như thế có thể là tình cảnh tương đương bao gồm một trạng thái hôn mê. Đối với điều này Đức Dalai Lama bình luận, “*Đó là một thảm họa.*”

Suốt ngày, cuộc thảo luận về nhận thức “**khổ đau**” cũng được nhấn mạnh những khác biệt văn hóa nổi bật trong ý nghĩa của chữ nghĩa. Thế giới phương Tây cố gắng tránh khổ đau và làm nhẹ bớt nếu nó xảy ra. Trong Phật giáo, nó là một phần đoán trước của đời sống.

Có lẽ, như giáo sư của Emory về tâm lý và thần kinh học Helen Mayberg, MD, tổng kết, sự đau đớn cùng cực của bệnh hoạn phải được giảm bớt – qua thuốc men, sự kích thích sâu bộ não hay chữa bệnh – cho phép tâm thức chạm đến một tình trạng tích cực hơn. Người ta có thể cố gắng làm điều này nơi chính họ, nhưng bà hỏi: có cần thiết là quá khó khăn và xảy ra quá lâu không?

Đức Dalai Lama, người tréo chân trên ghế trong lớp áo đỏ, không cung ứng một câu trả lời úp mở nhanh chóng. Ngài gãi đầu. Ngài nói về những bông hoa lớn lên và năng lực yoga. Hiển nhiên, nó chính là cung cách mà những việc là như thế.

Từ đầu đến cuối ngày, những người tham dự vạch rõ vị trí: một sự nhấn mạnh trên việc tìm ra sự thật, sự cần thiết để cứu tế những tâm thức từ “sự cướp bóc” (hijacking) và mục tiêu của sự hoàn thành chuyên hóa. Điều này, dĩ nhiên, có nghĩa là họ phải có những quan điểm kiến thức bất đồng. Giáo sư thần kinh học của Stanford William Newsome, PhD, lưu ý, “*Thần kinh học có thể chưa sẵn sàng để nói về sự tham dự-thèm muốn cao độ của Phật giáo.*”

Nhưng có nhiều hy vọng cho một cuộc đối thoại tương lai. Nhận thức về “lựa chọn” trong xác định những quyết định và cảm nhận là một rằng cả khoa học phương Tây và Phật giáo Tây Tạng cùng chia sẻ, và nó cung cấp một nền tảng cho sự thăm tra tiếp tục.

“Hội nghị là một thành công thật sự và chắc chắn vượt quá kỳ vọng và ước đoán của tôi,” sau này Pizzo nói thế. *“Trong khi điều này vẫn là một sự bắt đầu nó cung ứng sự hướng dẫn cho những con đường mới để du hóa.”*

Dalai Lama and neuroscientists build bridge between Buddhism and Western medicine

http://med.stanford.edu/events/dalailama/full_story.html

[http://www.sfgate.com/cgi-](http://www.sfgate.com/cgi-bin/article.cgi?f=/c/a/2005/11/06/MNGE0FJU5II.DTL)

[bin/article.cgi?f=/c/a/2005/11/06/MNGE0FJU5II.DTL](http://www.sfgate.com/cgi-bin/article.cgi?f=/c/a/2005/11/06/MNGE0FJU5II.DTL) tường thuật sự kiện trên với một bài mang nhan đề “Các nhà khoa học và Phật học gặp gỡ nhưng hoàn toàn không thể tiếp cận với niết bàn” - *Scientists, Buddhists meet but don't quite reach nirvana.*

Niết bàn: - Bắc Phạn: Nirvana, -Nam Phạn: Nibbana

Chiết tự: - Ni: không, - vana: xiềng xích

Như vậy, nghĩa gần nhất của niết bàn là “không xiềng xích”, tức là tự tại, tự do, hay đồng nghĩa với giải thoát (mokkha, moksha) khỏi tham dục và khổ đau!

Các loại niết bàn:

1-Hữu dư y niết bàn

2-Vô dư y niết bàn

3-Vô trụ xứ niết bàn

4-Tự tánh thanh tịnh niết bàn – Tự nhiên niết bàn

Tuệ Uyên chuyên ngữ

01- 06-2009

---o0o---

BIỂU LỘ CHÂN THÀNH CỦA BẤT BẠO ĐỘNG LÀ TỪ BI YÊU THƯƠNG

Đức Đạt Lai Lạt Ma - Tuệ Uyển chuyên ngữ



Ý tưởng của chúng tôi về trách nhiệm phổ quát đã tiên tri từ truyền thống cổ xưa của Ấn Độ. Như một tu sĩ Phật giáo toàn bộ sự rèn luyện của tôi có gốc rễ trong nền văn hóa của đất nước vĩ đại này. Trong một bức thư gửi cho chúng tôi, cựu Thủ tướng Moraji Desai đã nói lên một cảnh tượng rất đẹp đẽ, “Một cây bồ đề có hai nhánh, đây là Ấn Độ và Tây Tạng.” Từ một quan điểm văn hóa và tâm linh chúng tôi giống như một dân tộc. Một cách tình cảm chúng tôi cảm thấy rất gần gũi với xứ sở này. Từ thời cổ xưa Ấn Độ đã sản sinh rất nhiều nhà tư tưởng vĩ đại, những người với thông hiểu sâu sắc đã cống hiến rất nhiều đến sự tiến hóa tâm linh của nhân loại. Thậm chí ngày nay, Ấn Độ là một niềm cảm hứng, vì trong một bộ mặt rất đặc biệt, một nền dân chủ lớn mạnh vĩ đại.

Ahimsa hay bất bạo động là một ý tưởng đầy năng lực mà Thánh Gandhi đã làm cho quen thuộc khắp thế giới. Bất bạo động. Nó là điều gì tích cực hơn, đầy đủ ý nghĩa hơn điều đó. Biểu lộ chân thành của bất bạo động là từ bi yêu thương. Một số người dường như nghĩ rằng từ bi yêu thương chỉ là sự đáp ứng tình cảm thụ động thay vì là sự khuyến khích có lý trí đến hành động. Trải nghiệm chân thành của từ bi yêu thương là để phát triển một cảm giác gần gũi đến những người khác cộng với một cảm xúc của trách nhiệm vì lợi ích của họ. Từ bi yêu thương đúng đắn phát triển khi chính chúng ta muốn hạnh phúc an lạc và không muốn khổ đau cho kẻ khác, và nhận thức rằng họ có mọi quyền lợi chính đáng để theo đuổi điều này.

Từ bi yêu thương buộc chúng ta phải mở rộng đến tất cả chúng sinh, bao gồm những kẻ được gọi là kẻ thù của chúng ta, những người làm chúng ta khó chịu hay làm chúng ta đau đớn. Bất chấp bất cứ điều gì họ làm đến chúng ta, nếu chúng ta nhớ rằng tất cả chúng sinh như chúng ta chỉ cố gắng để được hạnh phúc an lạc, chúng ta sẽ thấy dễ dàng nhiều hơn để phát triển

từ bi yêu thương đối với họ. Thông thường cảm giác từ bi yêu thương của chúng ta thì giới hạn và có thành kiến. Chúng ta chỉ mở rộng những cảm xúc như thế đối với gia đình và bè bạn chúng ta hay những ai giúp đỡ chúng ta. Những người chúng ta xem như kẻ thù hay những người khác chúng ta đứng dung là bị loại trừ khỏi sự quan tâm của chúng ta. Điều đó không phải là từ bi yêu thương chân thành. Từ bi yêu thương đúng đắn là phổ biến toàn cầu, là trong phạm vi phổ quát, bao trùm khắp. Từ bi yêu thương đi cùng với một cảm xúc của trách nhiệm. Để hành động một cách vị tha, quan tâm chỉ vì quyền lợi của kẻ khác, không với động cơ vị kỷ hay hậu ý về sau, là để quả quyết một ý nghĩa của trách nhiệm toàn cầu, một trách nhiệm phổ quát.

Như một tu sĩ Phật giáo, sự trau dồi từ bi yêu thương là một phần quan trọng của sự thực tập hằng ngày của chúng tôi. Một khía cạnh liên hệ đơn thuần ngồi một cách yên lặng trong phòng của chúng tôi, thiền quán. Điều ấy có thể là rất tốt và rất thoải mái, nhưng xu hướng chân chính đúng đắn của trau dồi từ bi yêu thương là để phát triển một lòng can trường để nghĩ về những người khác và làm điều gì ấy cho họ. Thí dụ, như một vị Đạt Lai Lạt Ma chúng tôi có một trách nhiệm đối với dân tộc chúng tôi, một số họ phải sống như những người tị nạn và một số vẫn sống tại quê hương dưới sự chiếm đóng Trung Cộng. Trách nhiệm này có nghĩa là chúng tôi phải đối diện và giải quyết với rất nhiều vấn đề.

Một cách chắc chắn là để thiền định dễ dàng hơn là làm những điều gì ấy cho người khác. Đôi khi chúng tôi nghĩ rằng chỉ đơn thuần thiền quán về từ bi yêu thương là lựa chọn một phương diện thụ động. Sự thiền quán của chúng ta phải nên là căn bản cho hành động, cho sự nắm lấy cơ hội để làm điều gì ấy. Động cơ của hành giả tu thiền là khuynh hướng của trách nhiệm phổ quát nên được thể hiện bằng những hành động. Cho dù chúng ta giàu hay nghèo, có học vấn hay không học vấn, quốc tịch, màu da, vị thế xã hội hay theo hệ tư tưởng gì đi nữa, mục tiêu của cuộc sống chúng ta là để được an lạc hạnh phúc. Vì điều này, sự phát triển vật chất đóng một vai trò quan trọng để trau dồi cho một sự phát triển nội tại tương ứng. Ngoại trừ tâm thức chúng ta ôn cố và tĩnh lặng, bằng không chẳng kể điều kiện vật lý hay thân thể thoải mái thế nào đi nữa, chúng sẽ không cho phép chúng ta sự vui sướng. Vì thế, chìa khóa cho một đời sống hạnh phúc, cho bây giờ và tương lai, là phải phát triển một tâm an lạc.

Một trong những cảm xúc quấy rầy não loạn sự tĩnh lặng tinh thần của chúng ta mạnh nhất là thù hận. Thuốc giải độc đối trị là từ bi yêu thương.

Chúng ta không nên nghĩ về từ bi yêu thương chỉ bằng việc duy trì sự thánh thiện thiêng liêng của tôn giáo. Từ bi yêu thương là một trong những phẩm chất căn bản của con người. Đặc tính tự nhiên của con người một cách chủ yếu là yêu thương và hiền lương. Chúng tôi không đồng ý với những người quả quyết rằng tính bản sinh của loài người là hung hăng và gây hấn, mặc dù rõ ràng trên thế giới sự thường xảy ra là sân hận và thù ghét. Ngay từ khoảnh khắc sinh ra đời chúng ta cần đến yêu thương và tình cảm. Điều này là đúng với tất cả chúng ta, cho đến ngày chúng ta chết. Không có sự yêu thương chúng ta không thể tồn tại. Loài người là những tạo vật xã hội và một sự quan tâm đến người khác là căn bản chính cho đời sống hợp quần của chúng ta. Nếu chúng ta dừng lại để suy nghĩ, so sánh đến vô số hành động của ân cần thân ái mà chúng ta tiếp nhận và lệ thuộc như một điều quá đương nhiên, những hành động thù địch tương đối ít. Để thấy sự thật của điều này chúng ta chỉ cần quán sát sự yêu thương và tình cảm của cha mẹ tưới tẩm lên con cái họ và nhiều hành động khác của yêu thương và thân ái mà chúng ta cho là điều tất nhiên.

Sân hận dường như có thể biểu hiện một phương cách mãnh liệt để hoàn thành những hành động, nhưng nhận thức như vậy trên thế giới là sai lạc. Duy chỉ chắc chắn về tác dụng của sân hận và thù ghét đây chính là tàn phá; chưa có điều gì tốt là kết quả của chúng. Nếu chúng ta tiếp tục sống trên đời với động cơ của sân hận và thù ghét, thì ngay cả sức khỏe thân thể vật lý chúng ta cũng bị sa sút. Nói cách khác, những người duy trì tâm tĩnh lặng và tính cởi mở, thúc đẩy bởi động cơ từ bi tinh thần được tự do với khoái khoái lo âu và thân thể khỏe mạnh. Có thời người ta quá chú ý đến sức khỏe vật lý bằng việc kiêng khem, vận động thân thể, v.v..., tương tự thế, nó cũng làm cho việc cố gắng trau dồi những thái độ tích cực tương ứng của tinh thần có ý nghĩa.

Cho đến bây giờ, chúng tôi đã đề cập quan điểm tích cực có thể tác động đến cá nhân như thế nào. Điều ấy cũng đúng rằng một xã hội từ bi yêu thương hơn thì những thành viên của nó càng hạnh phúc an lạc hơn. Sự phát triển của xã hội loài người được đặt hoàn toàn trên sự hỗ trợ của những thành viên với nhau. Mỗi cá nhân có một trách nhiệm hỗ trợ trong định hướng đúng đắn và mỗi chúng ta phải mang lấy trách nhiệm ấy. Nếu chúng ta mất đi tính nhân bản thiết yếu này, nền tảng của chúng ta, toàn bộ xã hội sẽ sụp đổ. Rồi thì quan niệm nào trong mục tiêu phát triển vật chất và chúng ta có thể đòi hỏi quyền lợi của chúng ta với ai? Hành động với động cơ từ bi và trách nhiệm sẽ mang đến những kết quả tốt đẹp một cách căn bản. Sân hận

và ganh tị có thể tác động trong thời gian ngắn, nhưng cuối cùng sẽ chỉ đưa đến rắc rối.

Sợ hãi là một chương ngại phổ biến khác cho sự phát triển nội tại. Sự sợ hãi khởi lên khi chúng ta nhìn những người khác với sự ngờ vực. Chính từ bi yêu thương sẽ tạo nên một cảm giác tin cậy và nó cho phép chúng ta cởi mở đến người khác và phát giác những rắc rối, nghi ngờ, và những điều không rõ của chúng ta. Không có từ bi chúng ta không thể thông cảm với những người khác một cách chân thật và cởi mở. Do vậy, phát triển từ bi yêu thương là một trong những cách tác động nhất để giảm bớt sợ hãi.

Từ bi yêu thương là phẩm chất căn bản của loài người; thế nên sự phát triển của nó không giới hạn trong những ai thực hành tôn giáo. Tuy vậy, những truyền thống tôn giáo có một vai trò đặc biệt trong sự thúc đẩy nó phát triển. Nhân tố thông thường trong những tôn giáo là đây, bất chấp sự khác biệt về triết lý giữa chúng, sự quan tâm chính của những tôn giáo với sự hỗ trợ những tín đồ của họ trở nên những con người tốt hơn. Do vậy, tất cả những tôn giáo khuyến khích sự thực hành ân cần thân ái, rộng lượng và quan tâm đến những người khác. Đây chính là tại sao những xung đột đặt căn bản trên sự khác biệt tôn giáo là rất đau buồn và vô lý.

Niềm tin của chúng tôi cho thế giới trong tính phổ quát thì từ bi yêu thương là quan trọng hơn là “tôn giáo.” Dân số của hành tinh chúng ta là hơn năm tỉ người. Trong số này, có lẽ khoảng một tỉ người tích cực và chân thành theo một tôn giáo. Phần còn lại hơn bốn tỉ người không phải là những tín đồ trong ý nghĩa thật sự. Nếu chúng ta quan tâm đến sự phát triển từ bi yêu thương và những phẩm chất tốt đẹp khác như nhiệm vụ đơn thuần của tôn giáo, hơn bốn tỉ người này, phần đại đa số sẽ bị loại trừ. Như những anh chị em, những thành viên của gia đình nhân loại vĩ đại, mỗi cá nhân của những người này có khả năng hấp thụ đầy cảm hứng bởi sự cần thiết của từ bi yêu thương cùng có thể được phát triển và nuôi dưỡng mà không nhất thiết phải theo hay thực hành một tôn giáo đặc thù nào. Ngày nay, chúng ta đối diện với nhiều vấn đề của địa cầu như là nghèo đói, nạn nhân mãn, và sự tàn phá môi trường. Đây là những vấn đề mà chúng ta phải nói chuyện với nhau. Không một cộng đồng hay một quốc gia đơn lẻ nào có thể cho rằng mình có thể tự giải quyết những vấn đề này. Điều này ngụ ý sự liên hệ hỗ trợ của thế giới chúng ta đã hình thành như thế nào. Kinh tế thế giới cũng đang trở thành mở rộng ngày càng tăng dần vì thế những kết quả của những cuộc bầu cử trong một quốc gia có thể ảnh hưởng thị trường chứng khoán những nước khác.

Vào thời xưa, mỗi làng mạc không nhiều thì ít tự cung tự cấp và độc lập. Không có sự cần thiết cũng không có sự mong đợi hợp tác với những người khác bên ngoài làng mạc. Người ta tồn tại bằng những việc làm của chính họ. Hoàn cảnh bây giờ đã thay đổi một cách hoàn toàn. Những suy nghĩ trong hình thức của quốc gia tôi, xứ sở tôi, để làng tôi tự liệu đơn độc đã lỗi thời. Trách nhiệm phổ quát thật sự là chìa khóa để vượt thắng những vấn đề của chúng ta. Ấn Độ hiện đại đối diện với nhiều vấn đề. Những sáng kiến và ý tưởng mới sẽ lưu tâm và tôn trọng tầm vóc và di sản truyền thống của nó. Ấn Độ không chỉ có trách nhiệm với việc bảo đảm hạnh phúc tương lai của chính dân tộc nó, mà nó cũng cung ứng sự định hướng của thế giới. Khi Ấn Độ đấu tranh cho tự do độc lập, nhiều cá nhân thật sự quan tâm cho lợi ích của dân tộc đã tiến lên phía trước và vô số người hy sinh cá nhân mình để lãnh lấy trách nhiệm lãnh đạo. Họ sở hữu lòng can đảm và quyết tâm để đối diện với khó khăn gian khổ. Bây giờ, có lẽ hơn hẳn quá khứ, có một sự cần kíp lớn lao đối với những loại người hy hiến và trung thực như thế. Không phải là lúc cho những cá nhân như thế ngồi nghĩ trong việc tìm kiếm những sự an lạc hạnh phúc riêng tư. Ấn Độ cần những con người có thể hợp nhất sự giàu có di sản của nó với thế giới hiện đại, và những người có lòng can đảm từ bỏ những sự quan tâm cá nhân cho những gì tốt đẹp hơn. Điều này thực sự sẽ là một biểu hiện thích hợp với trách nhiệm phổ quát.

---o0o---

TRÍCH DẪN TỪ CUỘC PHÒNG VẤN 1991

1-Có bao giờ trong cuộc đời niềm tin của Ngài về sự tốt lành của loài người bị thử thách không?

Không.

2-Ngài có chẳng bao giờ rơi vào hiểm họa trở thành một người ếm thế chứ?

Không. Dĩ nhiên, khi chúng tôi nói rằng bản chất tự nhiên của con người là hiền lương, cũng không phải là một trăm phần trăm. Dù mỗi con người hiện hữu tính tự nhiên ấy, nhưng có rất nhiều người hành động ngược lại với bản chất tốt đẹp này, sự biểu hiện sai lạc. Chắc chắn có những thời khắc buồn cho chúng tôi. Những sự đàn áp ở Lhasa vào năm 1987,1988, buồn đấy. Rất nhiều người bị giết, chúng tôi luôn luôn cố gắng để suy tư ở một trình độ sâu thẳm hơn, để tìm cách an ủi, giải khuây.

3-Tôi hiểu rằng Ngài đã rất giận dữ trong thời gian cuộc chiến vùng Vịnh 1990, chưa bao giờ Ngài giận hờn như vậy.

Giận dữ? Không. Nhưng có một điều – khi người ta bắt đầu đổ lỗi cho Saddam Husein, rồi thì lòng tôi bên cạnh ông ta.

4-Đôi với Saddam Hussein?

Vâng. Bởi vì đổ lỗi mọi thứ này lên cho ông ta là không công bằng. Ông có thể là một người xấu, nhưng không có quân đội của, ông ta không thể hành động một cách hung hăng như thế. Và quân đội ông ta, không có vũ khí, cũng không thể làm gì được. Và những vũ khí đó đã không phải được sản xuất tại Iraq. Ai đã cung cấp chúng? Những quốc gia sản xuất vũ khí! Vì thế, một ngày nào đấy việc gì ấy xảy ra và người ta đổ lỗi mọi thứ lên ông ấy – không cần biết sự góp phần của chính họ. Điều đó là sai. Biên cố vùng vịnh cũng minh chứng một cách rõ ràng quan hệ mật thiết nghiêm trọng của việc buôn bán vũ khí. Chiến tranh – không có một quân đội, sự giết chóc chỉ có thể xảy ra cho không bao nhiêu người, hay ít người nhất – là có thể chấp nhận. Nhưng sự khổ đau của một khối lượng lớn người qua một chiến dịch hành quân, điều đó thật đáng buồn.

5-Có phải Ngài đã nói rằng sự giết chóc đôi khi có thể chấp nhận được?

Một cách so sánh. Trong xã hội loài người, một số người bị giết, vì nhiều lý do khác nhau. Tuy thế, khi chúng ta tổ chức một quân đội, và những quốc gia với những đội quân ấy tham chiến, số người thương vong là không thể tưởng tượng được. Không phải là một hay hai người thương vong, nó là hàng nghìn. Và với chiến tranh nguyên tử, nó là hàng triệu. Vì lý do đó, sự buôn bán vũ khí thật sự là vô trách nhiệm. Vô trách nhiệm! Giải trừ quân bị toàn thế giới là cần thiết.

6-Như một số ít lãnh tụ tôn giáo, Ngài đã từng nói về sự nguy hiểm của nạn nhân mãn.

Ồ, vấn đề dân số là thật sự nghiêm trọng. Ở Ấn Độ, một số người không sẵn lòng hay chống lại việc kiểm soát dân số và ngừa thai bởi vì truyền thống tôn giáo. Do vậy, chúng tôi nghĩ từ quan điểm Phật giáo, có một sự mềm dẻo có thể về vấn đề này. Chúng tôi nghĩ có thể tốt để nói ra vấn đề này và cuối cùng tạo nên một không gian cởi mở hơn cho lãnh tụ của những tôn giáo thảo luận về đề tài này.

7-Ngài cảm thấy thế nào, khi mà Đức Giáo Hoàng Gioan Phao Lô II sẽ tiếp tục chống đối lại vấn đề kiểm soát sinh sản?

Đó là nguyên tắc tôn giáo của Ngài. Ngài đang hành động từ một nguyên tắc nào đấy – đặc biệt khi Ngài nói về sự cần thiết tôn trọng quyền lợi của những bào thai. Chắc chắn tôi cảm thấy rung động khi Đức Giáo Hoàng đã giữ lập trường ấy.

8- Ngài cũng hiểu những nhu cầu của một người phụ nữ có thể không có khả năng để nuôi dưỡng một đứa bé chứ?

Khi chúng tôi ở Lithuania vài năm trước đây, chúng tôi đã một trại mồ côi và tôi đã được nghe rằng, “tất cả những đứa bé này không ai thừa nhận.” Vì thế, chúng tôi nghĩ có phải là trong những trường hợp như thế này việc bắt đầu nên được dừng lại ngay từ đầu – đó là kiểm soát sinh sản hay ngừa thai. Dĩ nhiên, phá thai, từ quan điểm Phật giáo, đó là một hành động sát sinh và nói chúng là tiêu cực. Chúng tôi nghĩ rằng phá thai nên được thừa nhận và không chấp nhận tùy theo từng trường hợp cụ thể.

9- Hãy hiểu, Ngài đã từng trải qua một sự thay đổi lớn trong tư duy về vai trò của phụ nữ trên thế giới, phải thế không?

Không phải là một sự thay đổi lớn. Chúng tôi cảm nhận một sự tỉnh thức về tính nhạy cảm của vấn đề phụ nữ; ngay cả trong những năm 1960 và 1970, tôi đã chẳng có nhiều kiến thức về vấn đề này. Căn bản Phật giáo ở vấn đề bình đẳng giữa giới tính là tuổi tác. Trong trình độ cao nhất của Tantric, ở trình độ cao nhất của Mật tông, chúng ta phải tôn trọng phụ nữ: mọi phụ nữ. Trong xã hội Tây Tạng, có một số vấn đề không cần thận về phân biệt. Tuy thế, có một số phụ nữ ngoại lệ, những lạt ma cao cấp, được tôn trọng khắp Tây Tạng.

10- Trong một tạp chí Phật giáo Tricycle gần đây, tài tử Spalding Gray đã hỏi Ngài về những giấc mơ của Ngài, và Ngài đã nói đôi khi Ngài đã mơ đến việc chiến đấu của phụ nữ.

Phụ nữ vật lộn? Không, không... Những gì chúng tôi đề cập có nghĩa là, trong giấc mơ của tôi, đôi khi phụ nữ tiếp cận tôi và tôi lập tức nhận thức ra điều ấy, “tôi là một ty kheo, tôi là một tu sĩ.” Thế đấy, quý vị thấy, điều đó là một loại dục tình.

11- Trong những giấc mơ, Ngài nhận thức ra điều đó và Ngài “chiến đấu” với cảm giác?

Vâng. Một cách tương tự, chúng tôi đã từng mơ ở những nơi ai đấy đánh tôi và tôi muốn đáp trả lại. Ngay lập tức, tôi nhớ lại, “tôi là một tu sĩ và tôi không nên giết hại.”

12-Ngài đã từng trải qua những cơn thịnh nộ chứ? Ngay cả Chúa Giê-su cũng đã từng giận dữ.

Đừng so sánh tôi với Chúa Giê-su. Ngài là một bậc thầy vĩ đại, một bậc thầy vĩ đại...Nhưng đối với câu hỏi ấy, khi tôi còn trẻ, tôi đã từng giận dữ. Trong ba mươi năm trở lại đây, không. Một điều, sự thù hận, một cảm giác bệnh hoạn, điều đó gần như đã biến mất.

13-Thế thì những gì là những điều yếu kém và sai lầm của Ngài?

Lười biếng... Những thứ yếu kém khác, chúng tôi nghĩ là sân hận và chấp trước. Tôi vướng mắc với đồng hồ đeo tay và xâu chuỗi của tôi. Rồi thì, dĩ nhiên, đôi khi là những nữ nhân xinh đẹp...Nhưng, nhiều tu sĩ có những kinh nghiệm giống như thế. Đối với một số vị đó là sự tò mò: Nếu quý vị xử dụng điều này, cảm giác là gì? (Chỉ vào một nơi của Ngài) Rồi thì, dĩ nhiên, có cảm giác rằng một số đức tính nào đấy phải là những gì rất hạnh phúc, một kinh nghiệm tuyệt diệu. Khi điều này phát triển, chúng tôi luôn luôn thấy khía cạnh tiêu cực. Có một lời tuyên bố của Tổ sư Long Thọ, một trong các vị đạo sư Ấn Độ: “Nếu bạn ngứa, gãi thì thú vị và dễ chịu. Nhưng tốt hơn là đừng có ngứa gì cả.” Tương tự với sự tham muốn tình dục. Nếu có thể hiện hữu mà không có cảm giác đó, sẽ có nhiều sự bình an (của tâm hồn) hơn. (Mỉm cười) Và nếu không có tình dục, thì khỏi phải lo âu về những việc như phá thai, bao cao su, và những thứ như vậy đó.

14-Tôi đã một lần đọc rằng khi là một cậu bé ở Lhasa, Ngài thích những đồ chơi chiến tranh.

Vâng, thích lắm. Chúng tôi cũng có một cây súng trường không khí ở Lhasa. Và tôi có một cây ở Ấn Độ. Chúng tôi thường cho những con chim nhỏ ăn, nhưng khi chúng quy tụ đông, những con diều hâu phát hiện và bắt chúng – một việc rất tệ. Vì thế để bảo vệ những con chim nhỏ này, tôi giữ một cây súng trường không khí.

15-Do vậy nó là một cây súng trường Phật giáo?

(Cười) Một cây súng trường từ bi.

16-Hãy cho tôi hỏi Ngài một câu hỏi khó: Ngài thì rất cần thiết, không thể thiếu cho cuộc vận động của Ngài. Có bao giờ Ngài sợ Ngài có thể đau khổ giống như số phận của Thánh Gandhi và Martin Luther King không?

Suy nghĩ ấy đôi khi thoáng qua trong tâm tôi. Dù hiện hữu như “không thể thiếu được”, nhưng người ta có thể tiếp tục mà không có tôi.

17-Những học giả Á châu nói rằng quốc gia Tây Tạng đã không tồn tại sau 1959, nếu Ngài đã không phải là một lãnh tụ chính trị lão luyện. Điều đó nảy sinh một trường hợp, Ngài không lưu tâm rằng Trung Cộng có thể cố gắng để chấm dứt cuộc vận động cho sự độc lập của Tây Tạng bằng việc ám sát Ngài chứ?

Một số người Trung Hoa bộc trực nói với người Tây Tạng: “quý vị chỉ có một người. Nếu chúng tôi thanh toán điều ấy, vấn đề sẽ được giải quyết.”

18-Ngài có chuẩn bị cho những điều có thể xảy ra chứ?

Không thực sự, mặc dù thông thường, như một Phật tử, sự thiên quán hằng ngày của chúng tôi liên hệ đến việc chuẩn bị cho sự chết. Chết bởi những nguyên nhân tự nhiên, chúng tôi chuẩn bị một cách đầy đủ. Nếu cái chết đến một cách bất ngờ, đó là một thảm kịch – từ quan điểm của những hành giả.

19-Trong tháng chín, những người Palestine chấp nhận một thỏa hiệp cho một vùng tự trị. Nếu Bắc Kinh đưa ra một đề nghị như thế, Ngài sẽ chấp nhận chứ?

Đúng như thế, trải qua 14 năm, vị thế căn bản của chúng tôi tương tự. Có một điều khác là: Trong trường hợp của những người Palestine, mọi chính phủ xem những phần lãnh thổ như bị chiếm đóng và bày tỏ sự quan tâm. Trong trường hợp của Tây Tạng chỉ có quốc hội Hoa Kỳ và một số nhà chuyên môn xem Tây Tạng như một vùng đất bị chiếm đóng với quyền tự quyết.

20-Ngài cảm giác thế nào khi thấy sự ký kết thỏa ước hòa bình Trung Đông gần đây?

Đây là một thành tựu lớn lao. Vấn đề này chỉ lâu hơn (già tuổi hơn) vấn đề Tây Tạng một năm. Vấn đề của chúng tôi đã bắt đầu vào năm 1949, Trung Đông vào năm 1948, nhiều thù hận đã nảy sinh. Hãy tưởng tượng: người

Palestine được dạy để thù hằn từ lúc trẻ con. Nó được thấy như tốt cho một mối quan tâm quốc gia. Thực sự nó khá là tiêu cực. Vô số bạo động đã xảy ra. Bây giờ cả hai bên đi đến một thỏa thuận trong tinh thần của sự hòa giải, trong tinh thần bất bạo động. Điều này thật tuyệt vời.

21-Một lần ngài đã viết rằng Trung Cộng muốn thống trị thế giới. Ngài vẫn nghĩ như thế chứ?

Không phải điều chúng tôi nói có ý nghĩa như thế. Điều lưu ý đã liên hệ nhiều hơn đến khuynh hướng Mác xít thế giới, hơn là chủ nghĩa bành trướng truyền thống lịch sử của Trung Cộng.

22-Ngài vẫn nghĩ rằng đó là trường hợp (có thể xảy ra)?

Nó đã thay đổi, chúng tôi nghĩ như thế. Cái tinh thần ấy ... có lẽ vào những năm 1960, với Cách Mạng Văn Hóa, nó là đấy. Về phía Liên Bang Xô Viết, Khurushchev đã nhận thấy vào khoảng 1956, mục tiêu ấy là không thực tế. Vào cuối Cách Mạng Văn Hóa, vào những năm 1970, Trung Cộng cũng nhận thấy rằng nó đã ngoài đề. Bây giờ chúng tôi nghĩ đề tài về chủ nghĩa quốc gia cực đoan lịch sử sô vanh của Trung Cộng. Đối với chúng, tất cả những người khác là thiếu văn hóa (kém mở mang).

23-Kể cả Ngài (người Tây Tạng)?

Ồ, chắc chắn là như thế! Dĩ nhiên! Họ là một quốc gia kiêu hãnh. Bỏ qua chủ nghĩa Mác xít, chương trình (tiếp theo) là để bắt kịp trình độ kinh tế của những quốc gia Tây phương. Họ tự xem mình là thủ lĩnh của thế giới thứ ba, đặc biệt sau khi Liên Xô sụp đổ. Họ thấy Nga đang trở thành một phần của thế giới phương Tây. Thế bạn nghĩ gì khi ông hay bà là một quốc gia đông dân nhất thế giới, một hệ thống cực kỳ chuyên chế thật tệ hại, thống trị khủng bố - với vũ khí nguyên tử và với một hệ tư tưởng lấy vũ lực làm nguồn gốc chính của sức mạnh. Tạp chí Thời Báo (Time) đã gọi là “siêu cường của thế kỷ tới”.

24-Ngài có lo sợ không?

Chúng tôi đã mất nước rồi. Nhưng chúng tôi quan tâm đến thế giới! Cộng đồng thế giới có một trách nhiệm để thấy dân chủ ở Trung Hoa. Bây giờ, làm thế nào để đem đến điều ấy? Những người trí thức và sinh viên học sinh Trung Hoa, họ đã là một tiềm lực chính trị mạnh, và rất thiết yếu. Cộng

đồng thế giới phải làm mọi sự khuyến khích cổ vũ cho sức mạnh ấy. Chúng ta không nên sơ suất làm bất cứ hành động để cho họ mất can đảm.

25-Ngài có nghĩ rằng lúc xảy ra biến cố Thiên An Môn động lực dân chủ sẽ thành công?

Vâng . Thật sự thế, những sự kiện ngày bốn tháng sáu đã làm tôi sững sốt. Chúng tôi không nghĩ đến chuyện họ bắn vào nhân dân của họ.

26-Nhưng nếu chính quyền Bắc Kinh đã tàn nhẫn đối với người Tây Tạng như Ngài tố cáo, tại sao họ không chống lại những người biểu tình đòi dân chủ?

Bởi vì đây là chính dân tộc họ! Làm sao chính quyền có thể bắn vào họ? Trong thời kỳ Cách Mạng Văn Hóa, điều này có thể hiểu được. Sự kiện Quảng Trường Thiên An Môn minh chứng rằng một chính quyền mà đã không do dự để bắn vào đồng bào của họ, một chính quyền như thế ... không nghi ngờ gì nữa về thái độ của họ đối với những chủng tộc khác.

27-Một sự đánh giá không mấy lạc quan như vậy thể hiện, thế thì viễn cảnh có thể cho Trung Hoa và Tây Tạng Ngài thấy thế nào?

Một cách căn bản, chính quyền Trung Cộng, nó chỉ là vấn đề thời gian: Nó sẽ thay đổi. Cả thế giới ngày nay, có một sự lớn mạnh về tự do và dân chủ. Và động thái dân chủ, trong và ngoài Trung Hoa, vẫn là rất sinh động. Một khi nhà cầm quyền Bắc Kinh chịu lắng nghe những vấn đề khác, những người Tây Tạng sẽ không chống lại đất nước Trung Hoa. Sự tiếp cận của chúng tôi trên tinh thần hòa hiệp và hòa giải. Chắc chắn chúng tôi có thể có một sự thỏa thuận. Trong lúc ấy, cộng đồng quốc tế phải hỗ trợ Tây Tạng và làm áp lực với Bắc Kinh. Không có điều ấy, sự tiếp cận của chính chúng tôi, theo kinh nghiệm 14 năm qua, không có đáp ứng.

28-Để kết thúc, tôi đọc ở đâu đây rằng Ngài tiên đoán là thế kỷ 21, không giống thế kỷ 20, nó sẽ là một thế kỷ của hòa bình và công lý. Tại sao?

Bởi vì chúng tôi tin tưởng rằng thế kỷ 20, nhân loại đã học hỏi từ quá nhiều kinh nghiệm. Một số tích cực và nhiều tiêu cực. Điều gì là bất hạnh, điều gì là tàn phá! Vô số người đã chết trong hai cuộc thế chiến trong thế kỷ 20. Nhưng tính bản nhiên của nhân loại là như thế rằng khi chúng ta đối diện với một tình cảnh cấp bách kinh khiếp, tâm thức con người có thể thức tỉnh và tìm ra một sự đổi khác nào đấy. Đó là khả năng của loài người.

<http://www.spiritsound.com/bhikshu.html>

Tuệ Uyển chuyển ngữ
25-06-2009

---o0o---

ÂM NHẠC VÀ ĐỨC ĐẠT LAI LẠT MA

Tuệ Uyển chuyển ngữ

Ban nhạc rock của Phil Void, Dharma Bums, chưa bao giờ được ở trên trang bìa của tạp chí âm nhạc Rolling Stone, nhưng ở Dharamsala, thủ đô của chính phủ lưu vong Tây Tạng, họ rất đời được ưa thích – thậm chí Đức Đạt Lai Lạt Ma cũng là một người hâm mộ lớn. Clifford Coonan đã tường trình như thế.



Dharma Bums at Audience with His Holiness the Dalai Lama, Dharamsala, India, April 2000 Left to Right: Tim Carbone, Phil Void, His Holiness the Dalai Lama, Mark Dann, Tad Wise

<http://www.tibetanliberation.org/dbprandreviews.html>

Dharamsala, Ấn Độ - Đức Đạt Lai Lạt Ma luôn luôn kéo mạnh bộ râu quay nón của ca nhạc sĩ Phil Void khi Ngài gặp ông ta trong phố.

Vài ngôi sao rock có thể cho là đã từng được thúc đẩy trên con đường vinh quang của âm nhạc với một số hướng dẫn đặc biệt của Đức Đạt Lai Lạt Ma. Nếu không vì sự cố vấn của linh tộ tinh thần Tây Tạng, Phil Void có thể là một học giả của ngày hôm nay chứ không là một người viết nhạc của ban nhạc Dharma Bums¹

Người nghệ sĩ đã từng được biết như là Phillip Hemley – ông ta được ban cho tên Phil Void bởi một nhà tiên tri Tây Tạng – đã đến Dharamsala, nơi đặt chính quyền lưu vong Tây Tạng, từ năm 1975, năm mà ông ta thành lập Bums. Nhưng đây là cuộc viếng thăm năm 1989 đến vùng đồi núi Ấn Độ đã thay đổi đời sống của ông.

Khi ở đây Philip Hemley, ông cảm thấy mình rơi vào tình cảnh khó xử. Ông đang học về tôn giáo và triết học Tây Tạng tại Đại học Columbia nhưng lại khoắc khoải lo âu về việc có nên tiếp tục theo đuổi việc học với giáo sư Robert Thurman, một nhà Tây Tạng học và là cha của nữ nghệ sĩ Uma hay vẫn giữ việc biểu diễn âm nhạc của mình.

Mặc dù Void có rất nhiều lần yết kiến với người mà mọi người ở đây liên hệ đến như một “Đấng Thánh Thiện” (His Holiness), nhưng lần gặp gỡ năm ấy, sau một nghi thức khai tâm tròn đầy, thật là thiết yếu. Đức Đạt Lai Lạt Ma, đã giảm số lần trì tụng chân ngôn cần thiết từ năm trăm nghìn xuống còn một trăm nghìn và rồi thì đã ban cho ông những lời cố vấn quan trọng về nghề nghiệp.

“Tôi nói rằng khi trở lại Hoa Kỳ tôi phải quyết định điều gì nên làm. Tôi nên tiếp tục chương trình Tiến sĩ hay theo đuổi sự nghiệp âm nhạc? Tôi trình bày với Ngài bản thảo lời nhạc cho bản ‘Rangzen’ và Ngài nhìn tôi với một nụ cười mỉm dí dõm cùng một cái nhìn xoi thẳng vào tôi. Đức Đạt Lai Lạt Ma nói: ‘Ông có một thiên tư đặc biệt về những bài hát này.’ Thế là tôi biết quyết định gì tôi phải làm.”

Void đã viết “Rangzen”, được dịch như “Tự do cho Tây Tạng”, trên đường đến Dharamsala. Nó cuối cùng trở thành hành khúc của ban nhạc Dharma Bums (Phía sau giáo Pháp).

“Và ai sẽ hát những bài ca được hát, và nói danh tính trên mỗi đầu lưỡi, và chiến đấu bằng những từ ngữ mặc dù người ta có súng, và dựng lên chiếc ách trên chúng ta,” bài hát nói như thế. Nó kêu gọi cho một sự trở lại của hòa hiệp và cho độc lập, những như Void cho biết, điều này là khái niệm rất lâu trước khi khuynh hướng về ý tưởng của “trung đạo” và của sự tự trị, là chủ đề của cuộc hội họp tuần trước ở thành phố.

Nhóm đã tung hoành lần đầu tiên tại Viện Biểu Diễn Nghệ Thuật Tây Tạng năm 1989. Khi mở màn, những hàng ghế đầu là một biển y áo màu đỏ của các tu sĩ tập hợp đến tòa nhà để nghe nhạc. Những đứa trẻ đã trở nên cuồng nhiệt. Mỗi lần tôi tham dự những sự kiện của Tây Tạng chung quanh thế giới, một người Tây Tạng đến bên tôi và nói họ đã thấy không khí sôi nổi ấy,” Void nói như thế.

Nguồn gốc hippy của Bums thì hoàn hảo vô cùng; họ lấy tên từ quyển sách cùng tên và những bài hát của Jack Kerouac² trong vốn tiết mục của họ bao gồm “Pháp hỉ”, “Gió nghiệp” và “Đại dương tuệ trí”.

Dharamsala có dân số khoảng hai mươi nghìn người, với vài trăm là người ngoại quốc, nhưng với bộ râu quay nón dễ phân biệt, cưỡi vang như bom nổ, và đôi mắt chớp lia của mình, người đàn ông từ Woodstock chắc chắn là người dễ nhận ra nhất trong đám người từ hải ngoại.

Nhóm người ngoại quốc chia thành ba tốp. Tốp hippy nguyên thủy, ngây ngất với sự huyền bí của thị trấn trên Hy Mã Lạp Sơn; những tu sĩ Tây Tạng cạo tóc từ Âu Châu hay Hoa Kỳ tham dự ở những ngôi tu viện tại Dharamsala; và những sinh viên vì lương tri hoạt động vì cuộc vận động cho Tây Tạng độc lập.

Dharamsala được thành lập như một thị trấn đóng quân vào những năm 1850 dưới thời thống trị của Anh quốc. Chương trình để mở rộng vai trò của nó bị quên lãng sau vụ động đất vào năm 1905 với hai mươi nghìn người chết. Những người thuộc kỷ nguyên thuộc địa đầy quyền lực đã được chôn ở đây, chẳng hạn như Huân tước Elgin và Francis Younghusband, một cuộc thám hiểm với khuynh hướng huyền bí đã hướng dẫn một lực lượng xâm lược Anh quốc vào năm 1904 và đã thăm sát hàng trăm người Tây Tạng.

Nó đã là một vùng đất ngủ quên cho đến 1959, năm mà Đức Đạt Lai Lạt Ma cùng những thành viên đào thoát khỏi Tây Tạng sau một cuộc nổi dậy bất thành chống lại quân Trung Cộng, những kẻ đã vào Lhasa năm 1950 và chiếm đoạt căn cứ địa của Dalai. Một người buôn bán ở Dharamsala đã viết một bức thư cho Thủ Tướng Ấn Độ Nehru dự đoán thị trấn của ông sẽ là một quê hương tuyệt diệu cho chính quyền lưu vong Tây Tạng và thế là nó dừng chân tại đây.

Thật dễ dàng liên hệ để có được một cuộc yết kiến với Đức Đạt Lai Lạt Ma nơi quê hương mới của Ngài, vì thế hàng trăm người hành hương từ khắp nơi trên thế giới đã bắt đầu viếng thăm. Một trong những người ấy là Phil Void.

Khách hành hương đã trở nên dễ dàng hơn từ dạo ấy, với đường xá được cải thiện và một phi trường được xây dựng. Nhưng Đức Đạt Lai Lạt Ma đã không còn gặp gỡ mọi khách du lịch. Tuy thế, Ngài đã ban cho sự tiếp kiến với tất cả những người lưu vong Tây Tạng đã tiến hành một chuyến mạo hiểm xuyên qua đôi núi để đào thoát.

Tuy nhiên, khi Đức Đạt Lai Lạt Ma phát hiện Void trong đám đông, Ngài sẽ bước tới và giật mạnh bộ râu quay nón của ông ta. Thủ tướng của chính phủ

lưu vong Tây Tạng, Samdhong Rinpoche, cũng được biết đã cho bộ râu Mỹ màu xám lốm đốm một cái lồi kéo triu mền.

Ca sĩ hơi thất vọng vì ban nhạc Dharma Bums chưa bao giờ được giới thiệu trên trang bìa trước của tạp chí âm nhạc Rolling Stone, nhưng ông đã nhận danh dự và tiếng tăm hơn; Đức Đạt Lai Lạt Ma đã viết một bức thư hỗ trợ cho ban nhạc: “Họ đã tìm mọi cơ hội để tạo nên sự chú ý đến vấn đề Tây Tạng và hát lên vì sự tự do của người Tây Tạng, vì điều ấy chúng tôi cảm ơn họ.”

Richard Gere nghe những bài hát của họ và ban nhạc Blondie³ đã trình diễn với họ. Những sự hợp tác khác của Bums bao gồm Maura Moynihan, một phóng viên, hoạt động, và ca nhạc sĩ người lần đầu tiên ứng tấu với họ năm 1989. Cô là con gái của Thượng nghị sĩ Dân Chủ Dan Moynihan, đã từng là đại sứ Hoa Kỳ tại Ấn Độ trong hai nhiệm kỳ và đóng vai trò chính trong việc hình thành chính sách của Hoa Kỳ về Tây Tạng.

Trong một cửa hàng bán đồ du lịch, hai tu sĩ Phật giáo Tây Tạng đang ôm lấy Void một cách nồng ấm và nói họ đã hoan hỉ vô cùng trong cách mà những người ngoại quốc đang hỗ trợ cho họ. “Họ đóng một vai trò rất quan trọng trong cuộc vận động độc lập. Chúng tôi biết Void từ đài Tiếng nói Hoa Kỳ và chúng tôi yêu mến sự trình diễn của ông ta,” Rigzin Paldup nói như thế, từ trường Quốc tế Phật giáo Biện chứng trong thị trấn.

Void thuật lại lưu loát những lễ hội mà ban nhạc của ông đã trình diễn, bao gồm buổi trình diễn Miss Tây Tạng và buổi biểu diễn vào năm 2005 tại Công trường Madison Garden ở Nữ Uớc sau buổi giảng dạy của Đức Đạt Lai Lạt Ma. Ông nhớ lại với niềm yêu mến một buổi hòa nhạc với sự tham dự của hàng nghìn người tị nạn Tây Tạng.

“Họ đầy khắp nơi tận ở các bức tường và tôi bắt đầu hát và họ trở nên cuồng nhiệt. Có một trăm nghìn người tại lễ hội và khi tôi hát điệp khúc thứ ba tất cả những người tị nạn đã hát với tôi,” Void nhớ lại. Và với điều ấy, ông chào tạm biệt và hướng vào trong thị trấn để chuẩn bị cho buổi biểu diễn kế tiếp.

Long time Tibetan supporter and musician, Mr Phil Void, sings a Tibetan Freedom song, "Rangzen", during the opening ceremony of the 2008 Tibetan Olympics.

<http://www.flickr.com/photos/dr-catherine/2579623465/>



At the court of the Dalai Lama

<http://www.buddhistchannel.tv/index.php?id=11,7436,0,0,1,0>

Tuệ Uyên chuyển ngữ

---o0o---

HẾT

¹ . Dharma Bums: một ban nhạc được thành lập bởi ca nhạc sĩ Phil Void vào đầu những năm 1970 ở Ấn Độ và Nepal, và từ lúc ấy họ đã biểu diễn và thu nhạc khắp nơi trên thế giới. Chí nguyện của họ luôn luôn vì vấn đề cho một Tây Tạng tự do, và nhiều bản nhạc của họ đã phản ánh ý tưởng này. <http://www.dharmabums.org/>

² . Jack Kerouac: (1922-1969) là một tác giả, nhạc sĩ, họa sĩ. Cùng với William S. Burroughs và Allen Ginsberg, ông được xem một người tiên phong của thế hệ Beat (Beat generation). Sự nghiệp của ông rất phổ biến, nhưng chỉ được rất ít sự ca ngợi khi còn sống. Những quyển sách được biết nhiều nhất của ông là: On the Road, The Dharma Bums, Big Sur, The Subterraneans, và Visions of Cody.

http://en.wikipedia.org/wiki/Jack_Kerouac

³ . Blondie's Chris Stein: một ban nhạc rock Hoa Kỳ được hướng dẫn bởi ca sĩ Deborah Harry and tay Tây Ban cầm Chris Stein. Ban nhạc đi tiên phong trong phong trào nhạc new wave và punk rock. [http://en.wikipedia.org/wiki/Blondie_\(band\)](http://en.wikipedia.org/wiki/Blondie_(band))