



Như ánh mặt trời chiếu sáng

Nhật Tịnh dịch

Đôi khi bạn thắc mắc là làm thế nào Phật giáo có thể nói chuyện về lòng từ bi và tình yêu trong một hơi thở và không chấp và về tất cả các tính chất của sự từ bỏ trong hơi thở khác. Nhưng là bởi vì bạn nhầm lẫn tình yêu với sự nắm giữ. Bạn nghĩ rằng nếu khi yêu ai đó, thì bạn muốn ôm giữ chặt như đó là thước đo tình yêu. Nhưng đó lại không phải là tình yêu, mà chỉ là bạn yêu chính mình, nên muốn giữ chặt. Đó không phải thật sự là yêu thương và muốn người yêu được yên lành và hạnh phúc. Điều này là rất quan trọng, bởi vì bạn luôn luôn nhầm lẫn nó.

Khi được mười chín tuổi, tôi đã thưa với mẹ tôi "Con dự tính đi Ấn Độ" và mẹ nói "Ồ, được đó con. Vậy khi nào con đi?" Mẹ không nói rằng, "Làm thế nào con có thể bỏ lại người mẹ già nghèo này, bây giờ con đã có đủ tuổi để kiếm sống, con làm thế nào có thể đi và bỏ quên mẹ được?" Mà mẹ chỉ bảo: "Đúng đấy con, khi nào thì con đi?". Điều đó không có nghĩa là mẹ không yêu bạn, vì mẹ luôn thương yêu bạn. Và bởi vì mẹ thương bạn nhiều hơn là thương bản thân mẹ, nên mong mọi sự an lành cho bạn, chứ không phải để làm cho mẹ hạnh phúc. Bạn có hiểu không? Hạnh phúc đến với mẹ là khi làm cho con vui sướng.

Đó là tình yêu, và đó là điều mà tất cả mọi người cần thực hành nhiều trong những mối liên hệ cá nhân. Để giữ người và các sở hữu như thế này (tay bạn dang ra để chỉ giữ một cái gì đó thật nhẹ nhàng trong lòng bàn tay) chứ không phải như thế khác (nắm bàn tay lại để giữ một cái gì đó rất chặt chẽ). Vì vậy, mà khi bạn có họ, bạn trân quý và vui mừng, nên nếu họ đi thì bạn có thể cho họ đi. Sự biến đổi và vô thường là bản chất của tất cả các pháp.

Bạn thấy đó, khi ta mất đi điều gì đó mà mình yêu thích, thì sự chấp trước gây đau khổ chứ không phải là sự mất mát đó. Đây là những nguyên nhân gây đau buồn. Và đó là lý do tại sao mà Đức Phật dạy rằng "sự tham chấp gây ra sợ hãi và khổ đau". Bạn sợ bị mất, nên đau khổ khi không còn. Đức Phật không bao giờ nói rằng tình yêu gây nên đau khổ.

Tình yêu là sự mở trái tim, giống như ánh sáng mặt trời. Mặt trời chiếu sáng tự nhiên, không phân biệt đối xử, ban ánh sáng cho người này mà không cho người khác. Mặt trời chỉ cần chiếu sáng, bởi vì bản chất của mặt trời là mang lại sự ấm áp. Nếu bạn vào trong nhà, đóng

kín các cửa, điều đó không ổn. Mặt trời chiếu sáng mọi phương. Như là bản chất của trái tim mà bạn cần khai phát. Khi mà tâm bạn được mở hoàn toàn, tình yêu thương sẽ vô biên, không điều kiện. Bạn sẽ yêu thương ai đó, nếu như họ làm được điều này, nhưng sẽ không còn yêu hơn nữa, nếu bạn làm điều khác đi như là cha mẹ đã làm, khi con cái không vâng lời.

Dịch xong ngày 10.11.2009

Like The Sun Shining

-by Tenzin Palmo

(Jul 27, 2009)



Sometimes people don't understand how Buddhism can talk about compassion and love in one breath and non-attachment and all these qualities of renunciation in the other breath. But that's because we confuse love with clinging. We think that if we love somebody, the measure of our loving is that we want to hold on to them. But that's not love, that's just self-love, attachment. It's not genuinely loving the other person, wanting them to be well and happy that's wanting them to make us well and happy. This is very important, because we confuse it all the time.

When I was nineteen years old I told my mother, "I'm going to India" and she said, "Oh yes, when are you leaving?" She didn't say, "How can you leave me, your poor old mother, now you've got to the age when you're earning a living, how can you go and abandon me?" She just said, "Oh yes, when are you leaving?" It was not because she did not love me, it was because she did. And because she loved

me more in a way than she loved herself, she wanted what was right for me, not what would make her happy. Do you understand? Her happiness came by making me happy.

That's love, and that is something which we all need very much to work on in our personal relationships. To hold people and possessions like this (hands outstretched to indicate holding something lightly in the palms) and not like this (fists clenched to indicate holding something very tightly). So that when we have them, we appreciate and rejoice in them, but if they go then we can let them go. Change and impermanence is the nature of everything.

You see, when we lose something we love, it's our attachment which is the problem, not the loss. That's what causes us grief. And that is why the Buddha taught that with attachment comes fear and grief. We have the fear of losing, and then we have the grief when we lose. Buddha never said that love causes grief.

Love is an opening of the heart. It's like the sun shining. The sun just naturally shines. It doesn't discriminate, shining on this person but not on that one. It just shines, because it's the nature of the sun to give warmth. Some people go inside and close the doors and windows; that's their problem. The sun is shining anyway. And it's that quality of heart which we have to develop. That quality of open, unconditional loving, no matter what. I'm going to love you if you do this but I'm not going to love you any more if you do that parents do that, when their children don't obey.

--Tenzin Palmo