

# Viễn Ảnh Của Tôi Về Một Tương Lai Nhân Ái



*Photo courtesy of Andy Vu (2007)*

---

Bài của **Đức Đạt Lai Lạt Ma**

Trích nhật báo Washington Post

Chủ Nhật, ngày 21 tháng 10, 2007; Trang B01

---

Bạo lực hung tàn sẽ không bao giờ chế ngự được niềm khao khát căn bản nhất của con người là có được tự do. Hàng ngàn người đã xuống đường nơi những thành phố Đông Âu trong những thập niên qua, niềm cương quyết không hề lay chuyển của dân tôi nơi quê nhà Tây Tạng, cùng với những cuộc biểu tình tại Miến Điện trong thời gian gần đây -- tất cả đều là những nhắc nhở hùng hồn của chân lý. Tự do chính là căn nguyên của mọi hoạt động và phát triển của con người. Theo lẽ lối suy nghĩ của chế độ cộng sản, thật là thiếu sót vô cùng nếu nghĩ rằng chỉ cần đem đến cho người ta cơm ăn áo mặc và nơi ăn chốn ở là đã quá đủ. Nếu chúng ta có cơm áo và nhà ở nhưng thiếu mất bầu không khí quý báu của tự do để nuôi dưỡng bản chất sâu sắc trong ta, thì chúng ta chỉ tồn tại như một nửa con người.

Trong quá khứ, những người bị đàn áp thường tìm đến bạo động trong cuộc tranh đấu của họ để tìm giải thoát. Nhưng những người nhìn xa thấy rộng như ngài Mahatma Gandhi và

Mục Sư Martin Luther King, Jr. đã cho chúng ta thấy rằng những thay đổi tốt đẹp vẫn có thể được thực hiện một cách bất bạo động. Tôi tin rằng, ở mức độ căn bản nhất của con người, đa số chúng ta đều mong muốn sống yên bình. Trong sâu thẳm tâm hồn, chúng ta khát khao sự phát triển có tính cách xây dựng đem đến phúc lợi, và chán ghét sự tàn phá hủy hoại.

Hơn nữa, chúng ta cần phải quán xét xem mối liên hệ giữa chúng ta và câu hỏi liên quan đến việc sử dụng bạo động trong thế giới rất mực liên đới ngày hôm nay là một mối liên hệ như thế nào. Lắm khi người ta cảm thấy rằng họ có thể giải quyết được một vấn đề nào đó một cách nhanh chóng bằng vũ lực, nhưng sự thành công dựa trên bạo lực thường xuyên phải dẫm đạp lên trên quyền lợi và an sinh của người khác. Có thể một vấn đề nào đó được giải quyết, nhưng hạt giống của một vấn đề khác vừa được gieo mầm, và do đó, sẽ đưa đến một thiên sử mới trong cái vòng lẩn quẩn của bạo động và chống trả bạo động.

Từ cuộc Cách Mạng Nhung ở Tiệp Khắc trước đây cho đến phong trào đòi hỏi tự do dân chủ được nhiều người hưởng ứng tại Phi Luật Tân, thế giới đã thấy rằng con đường bất bạo động có thể đưa đến những thay đổi chính trị tốt lành. Nhưng phương pháp thực hiện bất bạo động một cách chân thành vẫn còn đang ở trong vòng thử nghiệm. Nếu thử nghiệm thành công thì phương thức này có thể đưa đến một thế giới an bình hơn nhiều lắm. Chúng ta cần phải dung dưỡng một phương thức thực tiễn hơn để có thể đương đầu với những bất đồng của nhân loại, một phương thức gần gũi hoà hợp hơn với một thực tại mới. Thực tại ở đây chính là sự liên đới rất sâu đậm trong một thế giới mà những khái niệm xưa cũ như 'chúng ta' và 'bọn họ' không còn thích hợp nữa. Quan niệm cho rằng một chiến thắng hoàn toàn cho phe ta và một sự bại trận hoàn toàn cho phe địch là một quan niệm bất khả thi. Trong những bất đồng có tính chất bạo động, những người vô tội thường xuyên là những nạn nhân đầu tiên, giống như cuộc chiến tại Iraq cũng như cuộc khủng hoảng tại Sudan Darfur đã nhắc cho ta nhớ về điều đau lòng này. Ngày nay, giải pháp khả thi để giải quyết các bất đồng của nhân loại là con đường xuyên qua đối thoại và hoà giải dựa trên tinh thần hoà hiệp.

Rất nhiều những vấn đề chúng ta phải đối đầu ngày hôm là những sản phẩm do chính chúng ta tạo ra. Tôi tin rằng một trong những căn nguyên của những vấn đề nhân tạo này là do con người không có khả năng kiềm chế được tâm trí và con tim để bị kích động của mình -- và đây là một lãnh vực mà giáo lý của những nền tôn giáo lớn trên thế giới có thể đóng góp đắp bồi.

Một lần kia, một nhà khoa học gia ở Chile đã nói với tôi rằng nếu các nhà khoa học gia cảm thấy bám chấp vào một lãnh vực nghiên cứu đặc biệt nào đó của riêng họ thì điều này không thích hợp [cho vấn đề nghiên cứu] vì việc ấy sẽ làm giảm đi tính khách quan trong họ. Cá nhân tôi là một hành giả theo gót chân Phật, nhưng nếu tôi trợn lẩn lòng tin tâm của tôi

đối với đạo Phật cùng với sự bám chấp của tôi về tôn giáo này thì tâm tôi sẽ trở nên thiên vị đối với tôn giáo ấy. Tâm thiên vị sẽ không bao giờ giúp ta thấy được một bức tranh toàn diện, và bất cứ một hành động nào xuất phát từ tâm thiên vị ấy cũng sẽ không đi đôi với thực tại. Nếu những tín đồ của các tôn giáo khác nhau có thể lưu ý đến lời cố vấn của nhà khoa học gia trên đây và cố gắng đừng để cho tâm bám luyến vào chính truyền thống tín ngưỡng của họ thì điều này có thể ngăn chặn được sự phát triển của chủ nghĩa chính thống cực đoan (fundamentalism). [Sự khách quan] cũng có thể giúp cho những tín đồ này có thể phát khởi được lòng tôn kính chân thành đối với những truyền thống tu tập khác với truyền thống tu tập của riêng họ. Tôi thường lên tiếng nói rằng trên bình diện tín ngưỡng cá nhân, ta có thể tuân theo nguyên tắc 'một chân lý, một tôn giáo' nhưng đồng thời, trong khung cảnh của một xã hội rộng lớn hơn thì chúng ta nên dung dưỡng nguyên tắc 'nhiều chân lý, nhiều tôn giáo.' Tôi không thấy có điều gì nghịch lý giữa hai nguyên tắc này.

Tôi không có ý phát biểu đề nghị cho rằng tôn giáo là điều không thể thiếu để đưa đến một đời sống đức hạnh vững bền, hoặc nói cho cùng, để đưa đến một hạnh phúc chân thực. Cuối cùng, cho dù ta là một người có niềm tin [vào tín ngưỡng] hay không có niềm tin [vào tín ngưỡng] thì điều cần thiết là ta phải là một con người tốt, có lòng nhân hậu và có một trái tim từ ái ấm áp. Dựa trên tương quan của mỗi liên hệ tương tức (interconnection) sâu sắc, ta sẽ có được lòng quan hoài sâu đậm dành cho người khác, và đây mới chính là tinh túy của giáo lý của tất cả những nền tôn giáo lớn trên thế giới. Trong những cuộc du hành của tôi, tôi luôn luôn quan niệm rằng trọng trách đầu tiên nhất của tôi là cố võ làm cho tăng trưởng những đức hạnh tốt lành căn bản nhất của loài người -- (1) sự cần thiết và sự quý trọng giá trị của tình yêu thương, (2) khả năng tự nhiên của chúng ta [để phát triển] lòng từ bi nhân ái, và (3) sự cần thiết của một tình cảm chân thành dành cho đồng loại. Cho dù khuôn mặt kia có mới lạ đến mấy chẳng nữa, bộ quần áo và cung cách hành xử kia có khác biệt đến đâu chẳng nữa thì cũng không có một hố ngăn cách nào đáng kể giữa chúng ta và những người khác.

Lần đầu tiên khi tôi được nhìn thấy một tấm hình chụp Trái Đất này từ bên ngoài không gian, hình ảnh đó đã đánh động tâm thức tôi và đem tôi 'trở về nhà' để thấy rằng hành tinh này mới thật nhỏ bé và mỏng manh biết bao và những tranh chấp của ta mới thật hèn mọn biết bao. Sống trong những dị biệt do vọng tưởng, chúng ta dường như quên mất đi rằng những nền tôn giáo khác nhau của thế giới, những chủ thuyết và những hệ thống chính trị được ra đời cốt là để phục vụ nhân loại chứ không phải để hủy hoại nhân loại. Khi tôi đi du hành đến xứ Cộng Hoà Liên Bang Nga-Xô trước đây vào cuối thập niên 1970, tôi đã gặp phải một tâm lý sợ hãi hoang tưởng lan rộng, ngay cả giữa những người dân Nga bình thường cũng vậy, họ đều mang mối sợ hãi là thế giới Tây Phương thù ghét họ nhiều đến nỗi có thể sẵn sàng xâm lăng đất nước họ. Lẽ dĩ nhiên, tôi biết rằng đây chỉ thuần túy là [sản phẩm của] vọng tưởng.

Ngày nay, hơn bao giờ hết, chúng ta nên có một nhận thức căn bản về tính 'nhất thể' (oneness) của nhân loại và phải xem đây là nền tảng cho tất cả những quan niệm của chúng ta về thế giới này và về những thử thách của thế giới ấy. Từ tình trạng tăng nhiệt toàn cầu (global warming) rất nguy ngập, cho đến sự cách biệt to lớn giữa người giàu và người nghèo, từ sự leo thang của tình trạng khủng bố toàn cầu cho đến những khủng hoảng tranh chấp theo vùng miền, chúng ta đều cần đến một sự chuyển đổi căn bản trong thái độ và trong tâm thức của chúng ta -- [chúng ta cần] một cái nhìn rộng lớn bao quát và toàn diện hơn.

Là một tập thể xã hội, chúng ta cần phải chuyển đổi thái độ căn bản của chúng ta đối với cách thức chúng ta giáo dục những thế hệ non trẻ hơn ta. Trong hệ thống giáo dục hiện đại, có một điều gì đó thật thiếu sót từ ngay trong trứng nước khi nói đến việc giáo dục một trái tim nhân bản (a human heart). Trong khi tất cả mọi người đang đào xới câu hỏi quan trọng này thì tôi có niềm hy vọng rằng chúng ta có thể cải đổi lại tình trạng mất quân bình hiện nay giữa sự phát triển của bộ óc với sự phát triển của con tim của chúng ta.

Để có thể khuyến khích giúp tăng trưởng tấm lòng từ bi nhân ái to lớn hơn, chúng ta cần phải quan tâm một cách đặc biệt đến vai trò của phụ nữ. Những bà mẹ đã phải mang thai nhi trong nhiều ngày tháng ngay trong cơ thể của mình, và từ một góc nhìn dựa trên sinh vật học thì người phụ nữ nói chung có thể mang trong người một sự nhạy cảm sâu sắc hơn trong con tim và một khả năng thấu cảm (empathy) mạnh mẽ hơn. Người thầy đầu tiên dạy cho tôi về tình yêu thương và lòng từ bi chính là mẹ của tôi, là người đã ban cho tôi tình yêu thương cực độ. Tôi không có ý củng cố bằng cách này hay cách khác quan niệm truyền thống cho rằng vị trí của người đàn bà hạn chế đóng khuôn trong căn nhà [gia đình]. Tôi tin rằng hiện nay đang là thời điểm mà người phụ nữ có thể dẫn thân nhiều hơn trong tất cả những lãnh vực của xã hội nhân loại, trong một thời đại mà định nghĩa về lãnh đạo được dựa trên giáo dục và khả năng liên hệ đến tâm trí, chứ không phải dựa trên sức mạnh của cơ thể. Điều này có thể giúp thiết lập một xã hội bình đẳng và từ bi nhân ái hơn.

Nói chung, tôi cảm thấy lạc quan về tương lai. Trước đây ngay từ những thập niên 1950 và 1960, người ta đã tin rằng chiến tranh là một tình trạng không thể tránh được của nhân loại và những tranh chấp chỉ có thể được giải quyết qua việc sử dụng bạo lực. Ngày hôm nay, cho dù những tranh chấp và mối đe dọa khủng bố vẫn tiếp tục xảy ra, nhưng phần lớn con người đều có một lòng quan tâm chân thành về hoà bình thế giới, ít để tâm hơn vào việc đề ra những chủ thuyết và có những cam kết gắn bó hơn vào sự chung sống hoà đồng (coexistence).

Những thay đổi nhanh chóng trong thái độ của chúng ta đối với Trái Đất này cũng là một nguồn hy vọng. Cho đến mới gần đây, chúng ta đã tiêu dùng nhiên liệu của quả địa cầu này

một cách hết sức vô tâm giống như là những nhiên liệu đó sẽ vĩnh viễn không phải giờ hết. Ngày nay, không những cá nhân mỗi người mà ngay cả các cơ quan chính quyền cũng đều tìm kiếm một hệ thống kiến trúc thái sinh học mới (a new ecological order). Tôi vẫn hay nói đùa rằng mặt trăng và những vì tinh tú nhìn thấy rất đẹp, nhưng nếu có ai trong chúng ta phải thử sinh sống ở trên trăng sao thì chúng ta sẽ vô cùng khôn khổ. Hành tinh xanh của chúng ta là môi trường sống tuyệt vời nhất mà ta biết đến. Sự sống của hành tinh xanh ấy là sự sống của chúng ta, tương lai của hành tinh ấy là tương lai của chúng ta. Bây giờ Bà Mẹ Thiên Nhiên đang lên tiếng cho chúng ta biết là chúng ta phải hợp tác với bà. Đối diện với những vấn đề toàn cầu như vậy khi mà hậu quả của ‘căn nhà kính’ (greenhouse effect) và sự suy hoại của lớp hoá học o-zon (ozone layer) đang xảy ra thì những cơ quan tự trị hay tự mỗi một quốc gia sẽ trở thành bất lực. Bà mẹ của chúng ta đang dạy cho chúng ta bài học về một trách nhiệm hoàn vũ (universal responsibility).

Thế kỷ thứ 20 đã trở thành một thế kỷ của tranh chấp đổ máu; trái với cái khởi đầu bằng hoại này, thế kỷ 21 có triển vọng trở thành một thế kỷ của đối thoại, khi mà lòng từ bi nhân ái, hạt mầm của bất bạo động, có thể trở hoa. Nhưng chỉ những lời cầu chúc tốt lành sẽ không thể đủ. Một cách hết sức nghiêm cẩn, chúng ta phải toàn tâm toàn ý tìm câu trả lời cho câu hỏi liên quan đến sự leo thang của vũ khí và có những cố gắng khắp nơi trên thế giới để đưa đến một hình thức giải trừ quân bị rộng lớn hơn (greater external disarmament).

Những phong trào nhân loại to lớn phát xuất từ những đề xướng của những cá nhân trong cộng đồng nhân loại. Nếu bạn cảm thấy là bạn không thể tạo được một ảnh hưởng gì [trong những phong trào này] thì người ngồi kế bên bạn cũng sẽ có thể chán nản ngã lòng, và một cơ hội to lớn quý báu có thể sẽ bị đánh mất. Ngược lại, mỗi người trong chúng ta có thể tạo cảm hứng cho người khác chỉ thuần bằng cách cố gắng phát khởi những tác ý vị tha trong chính chúng ta -- và bước vào thế giới này bằng một trái tim và một tâm trí được tôi luyện bởi lòng từ bi nhân ái.

---

*Đức Đạt Lai Lạt Ma đời thứ 14, Tenzin Gyatso, là vị lãnh đạo tinh thần của quốc gia Tây-Tạng. Kể từ năm 1959, ngài đã đến cư ngụ tại thành phố Dharamsala ở miền Bắc xứ Ấn Độ, là thủ phủ của chính quyền lưu vong Tây-Tạng.*

<http://www.washingtonpost.com/wp-dyn/content/article/2007/10/17/AR2007101701140.html>

*Tâm-Bảo-Đàn chuyển Việt ngữ để kỷ niệm ngày 17 tháng 10, 2007 nhân dịp đức Đạt Lai Lạt Ma nhận giải Huy Chương Vàng Quốc Hội Hoa Kỳ tại thủ đô Hoa Thịnh Đốn.*

*Điện thư: tam\_bao\_dan@yahoo.com Trang nhà: <http://www.vietvajra.org>*

# My Vision of a Compassionate Future

By The Dalai Lama

Washington Post

Sunday, October 21, 2007; Page B01

Brute force can never subdue the basic human desire for freedom. The thousands of people who marched in the cities of Eastern Europe in recent decades, the unwavering determination of the people in my homeland of Tibet and the recent demonstrations in Burma are powerful reminders of this truth. Freedom is the very source of creativity and human development. It is not enough, as communist systems assumed, to provide people with food, shelter and clothing. If we have these things but lack the precious air of liberty to sustain our deeper nature, we remain only half human.

In the past, oppressed peoples often resorted to violence in their struggle to be free. But visionaries such as Mahatma Gandhi and the Rev. Martin Luther King Jr. have shown us that successful changes can be brought about nonviolently. I believe that, at the basic human level, most of us wish to be peaceful. Deep down, we desire constructive, fruitful growth and dislike destruction.

Many people today agree that we need to reduce violence in our society. If we are truly serious about this, we must deal with the roots of violence, particularly those that exist within each of us. We need to embrace "inner disarmament," reducing our own emotions of suspicion, hatred and hostility toward our brothers and sisters.

Furthermore, we must reexamine how we relate to the very question of the use of violence in today's profoundly interconnected world. One may sometimes feel that one can solve a problem quickly with force, but such success is often achieved at the expense of the rights and welfare of others. One problem may have been solved, but the seed of another is planted, thus opening a new chapter in a cycle of violence and counter-violence.

From the Velvet Revolution in the former Czechoslovakia to the popular pro-democracy movement in the Philippines, the world has seen how a nonviolent approach can lead to positive political changes. But the genuine practice of nonviolence is still at an experimental stage. If this experiment succeeds, it can open the way to a far more peaceful world. We need to embrace a more realistic approach to dealing with human conflicts, an approach that is in tune with a new reality of heavy interdependence in which the old concepts of "we" and "they" are no longer relevant. The very idea of total victory for one's own side and the total defeat of one's enemy is untenable. In violent conflicts, the innocent are often the first casualties, as the war in Iraq and Sudan's Darfur crisis painfully remind us. Today, the only viable solution to human conflicts will come through dialogue and reconciliation based on the spirit of compromise.

Many of the problems we confront today are our own creation. I believe that one of the root causes of these manmade problems is the inability of humans to control their agitated minds and hearts -- an area in which the teachings of the world's great religions have much to offer.

A scientist from Chile once told me that it is inappropriate for a scientist to be attached to his particular field of study, because that would undermine his objectivity. I am a Buddhist practitioner, but if I mix up my devotion for Buddhism with an attachment to it, my mind will be biased toward it. A biased mind never sees the complete picture, and any action that results will not be in tune with reality. If religious practitioners can heed this scientist's advice and refrain from being attached to their own faith traditions, it could prevent the growth of fundamentalism. It also could enable such followers to genuinely respect faith traditions other than their own. I often say that while one can adhere to the principle of "one truth, one religion" at the level of one's personal faith, we should embrace at the same time the principle of "many truths, many religions" in the context of wider society. I see no contradiction between these two.

I do not mean to suggest that religion is indispensable to a sound ethical way of life, or for that matter to genuine happiness. In the end, whether one is a believer or a nonbeliever, what matters is that one be a good, kind and warmhearted person. A deep sense of caring for others, based on a profound sense of interconnection, is the essence of the teachings of all great religions of the world. In my travels, I always consider my foremost mission to be the promotion of basic human qualities of goodness -- the need for and appreciation of the value of love, our natural capacity for compassion and the need for genuine fellow feeling. No matter how new the face or how different the dress and behavior, there is no significant division between us and other people.

When I first saw a photograph of Earth taken from outer space, it powerfully brought home to me how small and fragile the planet is and how petty our squabbles are. Amid our perceived differences, we tend to forget how the world's different religions, ideologies and political systems were meant to serve humans, not destroy them. When I traveled to the former Soviet Union in the late 1970s, I encountered widespread paranoia, even among ordinary people who feared that the West hated them so much that it was ready to invade their country. Of course, I knew this was mere projection.

Today, more than ever, we need to make this fundamental recognition of the basic oneness of humanity the foundation of our perspective on the world and its challenges. From the dangerous rate of global warming to the widening gap between rich and poor, from the rise of global terrorism to regional conflicts, we need a fundamental shift in our attitudes and our consciousness -- a wider, more holistic outlook.

As a society, we need to shift our basic attitude about how we educate our younger generation. Something is fundamentally lacking in our modern education when it comes to educating the human heart. As people begin to explore this important question, it is my

hope that we will be able to redress the current imbalance between the development of our brains and the development of our hearts.

To promote greater compassion, we must pay special attention to the role of women. Given that mothers carry the fetus for months within their own bodies, from a biological point of view women in general may possess greater sensitivity of heart and capacity for empathy. My first teacher of love and compassion was my own mother, who provided me with maximum love. I do not mean to reinforce in any way the traditional view that a woman's place is confined to the home. I believe that the time has come for women to take more active roles in all domains of human society, in an age in which education and the capacities of the mind, not physical strength, define leadership. This could help create a more equitable and compassionate society.

In general, I feel optimistic about the future. As late as the 1950s and '60s, people believed that war was an inevitable condition of mankind and that conflicts must be solved through the use of force. Today, despite ongoing conflicts and the threat of terrorism, most people are genuinely concerned about world peace, far less interested in propounding ideology and far more committed to coexistence.

The rapid changes in our attitude toward the Earth are also a source of hope. Until recently, we thoughtlessly consumed its resources as if there were no end to them. Now not only individuals but also governments are seeking a new ecological order. I often joke that the moon and stars look beautiful, but if any of us tried to live on them, we would be miserable. This blue planet of ours is the most delightful habitat we know. Its life is our life, its future our future. Now Mother Nature is telling us to cooperate. In the face of such global problems as the greenhouse effect and the deterioration of the ozone layer, individual organizations and single nations are helpless. Our mother is teaching us a lesson in universal responsibility.

The 20th century became a century of bloodshed; despite its faltering start, the 21st century could become one of dialogue, one in which compassion, the seed of nonviolence, will be able to flourish. But good wishes are not enough. We must seriously address the urgent question of the proliferation of weapons and make worldwide efforts toward greater external disarmament.

Large human movements spring from individual human initiatives. If you feel that you cannot have much of an effect, the next person may also become discouraged, and a great opportunity will have been lost. On the other hand, each of us can inspire others simply by working to develop our own altruistic motivations -- and engaging the world with a compassion-tempered heart and mind.

*The 14th Dalai Lama, Tenzin Gyatso, is the spiritual leader of Tibet. Since 1959, he has been living in Dharamsala, in northern India, the seat of the Tibetan government in exile.*