

Thư thầy trò (13)

- Thư thầy trò (13)
- *Tác giả:* Viên Minh - Mỹ Phương

"Cảnh khổ là nấc thang của bậc anh tài, là kho tàng cho người khôn khéo, và là vực thẳm cho kẻ yếu đuối"

Kính thưa Thầy,

Con năm nay 22 tuổi. Những năm gần đây, con luôn gặp những chuyện con cảm thấy vượt quá sức chịu đựng của con, như ba con qua đời rồi tình cảm gia đình con không hòa thuận, nên tâm tư con luôn bất ổn, tâm trạng con lúc nào cũng u uất.

Thưa thầy, nhà con sống chung với bên ngoại. Từ khi còn nhỏ, con luôn gặp những câu nói, những hành động khinh khi của những người xung quanh đối với ba mẹ con. Con đau lòng khi chứng kiến cảnh mẹ con đi làm bị các cô của con nói này nọ, ba con bị mấy cậu chửi rửa, mĩa mai... Nhà con như vậy nhưng ai gặp cũng nghĩ con sung sướng lắm. Con cũng không kể lể với ai về hoàn cảnh của con, vì con nghĩ kể lể cũng không giúp được gì. Lúc nào gia đình con cũng yếu thế cho đến tận mười mấy năm sau khi chị con có chồng. Gia đình con dọn ra ở riêng. Được 1 năm thì ba con mất. Trong khoảng thời gian đó, mặc dù có vui vẻ hơn nhưng ba con vẫn chưa được sung sướng đúng nghĩa như con mong ước nên con đau lòng lắm. Con không phải là đứa con ngoan, tính tình cũng ngỗ ngược, nhưng thật sự trong lòng con rất thương ba mẹ nhưng tới giờ con vẫn chưa làm gì được cho ba mẹ con cả.

Hiện tại con vẫn sống với chị con. Ba con mất đã được 2 năm. Con và chị con không hòa thuận và bởi vì con sống nhà chị nên con cũng rất tự ái. Ba con hay nói bản tánh tự ái như vậy nên thường làm khổ mình. Gần đây con và chị con gây nhau ngày càng nặng nề, mỗi lần gây lộn chị con đều nói là nhà này không phải của con và bảo con đi. Ngày xưa ba con cũng bị như vậy, cứ bị bên vợ dọa đuổi ra khỏi nhà. Ba con đã từng khóc và mong con sớm có gia đình để đem ba con đi. Con rất hận mỗi khi nhớ lại những điều này. Giờ con không như ba con, con có thể ra ở riêng với mấy đứa em họ của con. Nhưng còn mẹ con, mẹ đã già rồi, con không thể xa mẹ con được. Ba con mất rồi nên con rất quý thời gian được ở bên mẹ.

Tuy con sống ở nhà chị nhưng coi như chỉ ở nhà của chị thôi chứ tất cả mọi thứ cho bản thân con đều tự lo chứ không nhờ vả gì cả. Mẹ không thích con ở riêng và nhìn thấy cảnh này bà cũng buồn lắm. Nhưng thật sự bây giờ đời sống của con như địa ngục vậy. Chị con cứ khiêu khích và cũng có nhiều thứ cần cái trong nhà lắm thưa thầy...

Cuộc sống của con hiện buồn bã quá, con không biết phải làm sao nữa! Con thấy mọi việc lúc nào cũng nặng nề với con, có phải đó là nghiệp của con? Con không biết chia sẻ với ai, ai nhìn vào cũng tưởng con đang hạnh phúc lắm chứ đâu biết con đang đau khổ và chuyện nhà như vậy cũng không hay gì nên con cũng không nói với ai...

Kính thưa thầy, con hay đọc phần hỏi đáp Phật pháp, có những câu mà các cô chú hỏi và được thầy trả lời cũng là những câu con muốn hỏi. Con hiểu phần nào những điều thầy giảng về "tìm lại chính mình", nhưng có lẽ chỉ mới là hiểu thôi nên vẫn rất khó đối với con khi sống giữa cuộc đời này. Cuộc sống khó khăn quá, những điều xấu thì cứ gần với mình, còn để đến được những cái tốt thì trải qua nhiều chông gai. Khi gặp những người khổn khó, con rất đồng cảm với họ, và nếu giúp được chút gì con sẵn sàng trong khả năng của con. Nhưng cũng có khi con làm những việc trái với lương tâm. Tuy không phải là gì ghê gớm lắm nhưng theo con nghĩ, gây tổn thất cho một người khác, dù là nhỏ nhoi và bị người ta phát hiện hay không vẫn là hành động xấu đối với người khác.

Con mới 22 tuổi nhưng trong cuộc sống con đã mơ hồ về ranh giới giữa cái ác và cái thiện. Thưa Thầy, sống một cuộc sống tranh đấu và cắn xé nhau như vậy, muốn làm một con người hoàn thiện về nhân tâm sao con thấy khó quá! Con đang rất khó nghĩ, xin Thầy cho con lời khuyên.

Con xin tri ân Thầy. Kính chúc sức khỏe Thầy.

Con, TMP.

Phương con,

Có lần giảng ở Hà Nội thầy nói: "*Không phải tìm lại chính mình, mà là nhìn lại chính mình, mình vẫn ở đây có mất đi đâu mà phải tìm lại!*". Vì con nghĩ từ lâu đã

đánh mất mình, bây giờ cần phải tìm lại chính mình nên mới cho là quá khó, còn nhìn lại chính mình thì chỉ "*hồi đầu là bến*" đâu có gì là khó, phải không con?

Trước tiên, con bớt quan tâm đến những thị phi bên ngoài để thường thận trọng chú tâm quan sát lại hành động, lời nói, ý nghĩ của mình nhiều hơn. Cũng giống như con tập đánh máy vi tính, tất nhiên lúc đầu chưa quen, nhưng nếu con kiên trì một thời gian rồi dần dần con cũng cảm thấy dễ ra và càng ngày càng thông thạo chứ có gì là khó. Chính vì bỏ rơi chính mình mà người ta vướng vào những thị phi bên ngoài. Hãy trở về khám phá chính mình trước đã, khi đã thấy rõ mình và tinh thần ổn định thì con sẽ nhìn ra bên ngoài với thái độ sáng suốt bình thản hơn. Từ đó con sẽ có khả năng lắng nghe và thông cảm với những người xung quanh một cách dễ dàng. Có thể khách quan một chút, con sẽ thấy những lời phê phán của những người xung quanh cũng có cái lý của họ. Hãy thử đặt mình vào hoàn cảnh của người khác để thấu hiểu và cảm thông với họ. Nếu con chỉ tự ái và bảo thủ, chủ quan thì chỉ gây thêm mâu thuẫn, và tính bướng bỉnh của con sẽ cứ thế mà tăng dần biết khi nào mới hết được.

Vì tâm luôn mắc cảm và đối kháng lại với những người xung quanh, nên con ngày càng tự cô lập, muốn co rút lại, muốn tự túc một mình không liên hệ gì đến ai. Nhưng trên thực tế vô tình tâm con lại càng tạo mối ràng buộc khó chịu hơn với người khác. Thầy nghĩ là vì con thiếu tự tin, thiếu sự cởi mở cho tâm hồn trải rộng ra để có thể chấp nhận những người xung quanh. Nếu con tự tin và yêu đời con sẽ thấy mình hữu ích cho mọi người, hãy có những hành động cụ thể, tích cực đem lại lợi ích cho người khác, như cho mẹ, cho chị con chẳng hạn. Dù chị con nói gì hay có thái độ thế nào con vẫn cứ là một người hữu dụng khi sống chung trong một nhà thì có lẽ tình hình sẽ cải thiện dễ dàng hơn. Hãy chủ động đem lại niềm vui cho người khác, dù được chấp nhận hay không thì bản thân mình cũng đã được vui rồi, đúng không con?

Có lẽ từ nhỏ con bị mắc cảm và uất ức khi cha mẹ con bị họ hàng khinh khi, áp bức, nhưng đó là nghiệp của mỗi người. Cái gì cũng có lý do của nó, như mẹ nói thì ba con đã từng có những hành vi sai trái. Và lại, hãy để việc gì đã qua qua đi (Let bygone be bygone) đừng ôm giữ trong lòng làm gì cho mệt. Phật dạy: "*Lấy oán báo oán, oán chập chồng; lấy ân báo oán, oán tiêu tan*". Cho nên con hãy trở lại chính

mình để nhìn cho kỹ xem có phải con tự làm khổ con hơn là chị con hay người khác làm khổ con không?

Con hãy đọc thư anh Liễu Ngộ xem, một người bị gia đình ruồng bỏ, lang thang đầu đường xó chợ, bụi đời, khổn khổ... nhưng về sau, không những thành đạt và hết lòng thương yêu giúp đỡ gia đình, anh còn là người có phẩm chất đạo đức giác ngộ rất đáng khâm phục. Một ngày kia khi con thấy ra giá trị tuyệt vời của nghịch cảnh mà Pháp ban tặng cho con để nung đúc con thành người thì con sẽ thầm cảm ơn tất cả với niềm xúc động sâu xa. "*Cảnh khổ là nấc thang của bậc anh tài, là kho tàng cho người khôn khéo, và là vực thẳm cho kẻ yếu đuối*". Vậy nếu con không phải là hoa sen nở từ bùn thì ít nhất cũng đừng làm kẻ yếu đuối để tự làm khổ mình như vậy!

Quan trọng không phải là thay đổi mối quan hệ hay môi trường sinh hoạt bên ngoài mà là thay đổi thái độ đối nhân xử thế của chính mình. Đức Phật và Đức Chúa đều dạy rằng *chiến thắng bên ngoài không bằng tự chiến thắng mình (Attà have jitam seyyo)*. Đừng sợ thua người khác, chỉ sợ thua chính mình. Người vui vẻ nhận thua chính là người đã thắng. Hãy nhìn lại những sai lầm của chính mình hơn là bức tức với những sai lầm của kẻ khác. **Cái đúng phát xuất từ cái sai chứ không từ cái đúng lý tưởng. Cho nên hoàn thiện chính là quá trình điều chỉnh nhận thức và hành vi từ cái sai thành cái đúng. Đúng là thuận Pháp, sai là nghịch Pháp. Và con hãy nhớ rằng mọi phiền não khổ đau đều phát xuất từ sai lầm, nghịch Pháp.** Vậy nguyên nhân chính của phiền khổ không đến từ bên ngoài mà xuất phát từ bên trong mỗi người, bên ngoài chỉ là cảnh duyên phụ thuộc, duyên cảnh chỉ là phản ánh nội tâm của con: "*Người buồn cảnh có vui đâu bao giờ!*". Hãy buông cái nhân bản ngã tạo tác bên trong thì cảnh duyên bên ngoài dù như thế nào cũng đều vô ngại. Hãy đổi lại một chút con sẽ thấy ngay: "*Người vui cảnh có buồn đâu bao giờ*", phải không con?

Cám ơn con đã tin tưởng thầy và nói ra hết nỗi lòng của mình. Để đáp lại chân tình đó thầy cũng đã nói lên những điều hết sức chân thành mong con thoát khỏi những nỗi ám ảnh xa xăm để bắt đầu lại từ chính mình như mỗi ngày hoàn toàn mới mẻ. Trút hết nỗi lòng, thầy tin là con đã bắt đầu thấy ra sự thật: "*...mới 22 tuổi nhưng trong cuộc sống con đã mơ hồ về ranh giới giữa cái ác và cái thiện*". Đó chính là dấu hiệu tốt đẹp đang mở ra cho con một chân trời mới khi không còn đóng

lại cánh cửa tâm hồn – mà bản chất vẫn luôn luôn *rỗng lặng trong sáng*, chứ không phải đầy ắp những mặc cảm muộn phiền.

Chúc con từng giây phút mới mẻ hoàn toàn, như chính sự đổi mới của muôn loài vạn vật.

Thầy Viên Minh
