Thư Thầy trò (63)

- Thư Thầy trò (63)
- *Tác giả:* Viên Minh - Như Trung

Thầy kính,

Tự nhiên hôm nay con muốn được trình pháp với Thầy, và muốn chia sẻ với các bạn hữu gần xa. Vốn là mấy tuần nay tâm tánh con thường hay nóng nảy, vui buồn bất thường Thầy ạ. Tự nhiên con phát hiện ra con già và xấu đi. Năm nay con 39 tuổi. Chưa bao giờ con cảm giác sợ già như bây giờ. Sức khỏe con kém đi nhiều. Con search trên mạng thì hình như con đang rơi vào tuổi "trung niên" và hình như con bị bệnh tự kỷ vì con mất tự tin và ít tiếp xúc bên ngoài. Con cũng cố gắng không nghĩ tiêu cực bằng cách làm này làm kia như đi Shopping sắm quần áo trẻ trung ra, đi làm đẹp, tập thể dục, mua thuốc bổ uống bổ sung thêm và đi ra ngoài tiếp xúc với bạn bè, hoặc ai cần gì giúp được thì mình cứ làm, nhưng rồi con cũng nhận ra rằng con đang "vay mượn" bên ngoài. Mà hình như cũng đã tự bao giờ... lâu lắm rồi con sống đều dính mắc vay mượn bên ngoài nhiều quá, và những thứ ấy cũng sẽ mau chóng rời xa con. Và rồi cuối cùng con cũng sẽ không còn gì và không còn ai, ngoài trừ ta với ta. Mà cái Ta này cũng chỉ mượn danh từ dùng thôi chứ thật sự nó cũng chẳng là chi cả.

So far thì con vẫn chưa được thăng bằng lắm, nhưng không sao. Đó cũng là chuyện thường ở huyện của một chúng sanh. Con nghĩ người phụ nữ nào rồi cũng phải đi qua những đoạn đường mà con đã và đang đi qua. One way or another. Đúng không Thầy? Nhưng nhờ con gặp pháp này nên con mới cảm thấy thương cho những người già neo đơn, những người mắc bệnh tự kỷ, và những người sống bám víu bên ngoài nhiều quá. Càng bám víu bên ngoài thì càng cảm giác mất mát, trống vắng và hụt hẫng đi nhiều và cuối cùng thì càng chuốt lấy khổ đau nhiều đúng không Thầy?

Cái Ta con đang tổn thương và mất mát như thế nên đôi khi tâm tánh con lát vui lát buồn là vậy, cộng với sức khỏe con đang đi xuống nên nó cũng ảnh hưởng tâm lý con phần nào. Nhưng không sao bài học này con sẽ vẫn phải đương đầu. Ly rượu đắng này con sẽ vẫn uống cạn. Trải qua nhiều biến cố đến với con, và những lời dạy của Thầy làm động lực cho con, con lại thấy tri ân Thầy nhiều hơn. Nay sinh nhật Thầy sắp đến con xin kính chúc Thầy sức khỏe ổn ổn và tâm thì vui vui cười cười hoài hoài Thầy nhé!

Con.

Con ạ,

Người xưa nói "ở không là bất thiện". Hồi trước con đi làm tuy có va chạm, bực tức nhưng những va chạm đó giúp con bén nhạy, linh động hơn trong xử lý và nhờ đó phát huy nhiều khả năng lợi mình lợi người hơn. Khi ở không một mình, tuy cũng tự tạo ra những việc làm này nọ nhưng thiếu va chạm nên dễ rơi vào quỹ đạo của cái Ta suy nghĩ loanh quanh, dễ đưa đến tự kỷ như con nói. Đôi lúc ngồi một mình cũng có những ý tưởng hay nhưng thường là thiếu thực tế. Thực ra, bên ngoài cũng rất cần thiết, không ai không cần tới bên ngoài, còn vay mượn bên ngoài hay hài hòa với bên ngoài là do thái độ của mỗi người, cần phân biệt rõ điều này, nếu không, tách rời bên ngoài chỉ rơi vào tình trạng tự cô lập.

Trong đời sống, tùy thuộc lẫn nhau là lẽ đương nhiên, không những chỉ trong xã hội loài người mà cả trong thiên nhiên cũng vậy. Trong thiên nhiên, sự tùy thuộc lẫn nhau chính là sự tương giao hài hòa, còn trong xã hội đó là mối quan hệ bám víu vào nhau. Trong sự tương giao tuy cũng có tương sinh tương khắc mà vẫn hài hòa nên thiên nhiên mới giữ được sự cân bằng sinh thái, còn trong mối quan hệ xã hội thì chủ yếu là muốn ràng buộc lẫn nhau bởi cá tính của mỗi người, mỗi nhóm nên sự tương khắc trở nên những va chạm, sứt mẻ và lắm khi đưa đến chiến tranh, tan vỡ cùng với những hậu quả khó lường.

Chung quy, trong mối quan hệ, bản ngã là trở ngại chính, cái Ta càng lớn thì sự va chạm hoặc rằng buộc càng cao và tất nhiên nỗi đau cũng càng nặng. Bản ngã luôn muốn được như ý mình nên bao giờ cũng hiếu thắng, nhưng được luôn đi với mất, thắng thường kèm theo bại. Nên càng muốn được như ý mình càng nhiều thất vọng, càng thấy thiệt thòi, mất mát, trống vắng, hụt hẫng… như con mô tả, từ đó đưa đến những phản ứng tiêu cực, những thái độ chán chường, bất mãn, sân hận... đó là những dấu hiệu đi vào tình trạng tự tôn, tự ty rồi tự kỷ! Thực ra mối quan hệ cũng là bài học hay để đập vỡ cái Ta ảo tưởng nhờ sự va chạm và khổ đau. Cho nên nói "*Chỉ có giải thoát trong sự tương giao, không có sự giải thoát cá nhân*" là chính xác.

Con nên tìm một việc làm mang tính phục vụ, một công nhân chẳng hạn, để giải phóng thế giới ảo đầy ắp tư tưởng khi phải ở nhà một mình - ở đó cứ sợ già, sợ xấu, sợ bệnh, sợ chết... rồi lăng xăng tạo tác chuyện này chuyện kia để lấp đầy thời gian trống vắng, cô đơn - cho nên đi làm là cách dấn thân vào thế giới thực tế đầy va chạm, lấy phiền lụy thực để phát triển tuệ giác hơn là cố gắng giải thoát trong thế giới thuần tư tưởng đầy tính tự kỷ - như người nằm mơ loay hoay giải quyết những vấn đề trong mộng. Bẩm sinh con nhận biết rất bén nhạy nhưng thiếu va chạm thực tế để vỡ đi cái Ta luôn tìm cách khẳng định mình. Con nói đúng, điều này không phải chỉ riêng con mới có, mà đó hầu như là tính chất chung của loài người khi chưa giác ngộ giải thoát.

Chúc con trở về với chính mình trong sự tương giao hài hòa mang tính vô ngã vị tha chứ không phải trở về trong sự cô lập của cái Ta khép kín mà người ta gọi là tự kỷ.

Thầy Viên Minh