

Về Lại Trong Tôi

Đời sống con người thật ngắn ngủi, bởi thế người đời ví thời gian qua nhanh như bóng câu cửa sổ, biết vậy sao người đời vẫn cứ sống buông lung? Đôi khi tôi thử đem so sánh sự hoạt động của trái đất và sinh hoạt của con người thì thấy chẳng có gì khác biệt. Trái đất thì liên tục xoay vòng ngày qua ngày cứ theo chu trình sáng-trưa–chiều–tối đã bao thiên niên kỷ nay không bao giờ ngừng nghỉ dù là một sát na và thời tiết thì bất thường không ai lường trước được. Còn con người thì sao? Trong xã hội thường tình nếu còn sống với tâm thế gian thì hằng ngày chúng ta cũng quay tròn, cuốn hút với bao nhiêu nghiệp ngã, hỷ-nộ-ái-ô, tham-sân-si. Ngoại trừ, khi có sự tỉnh ngộ, biết được chân lý, giáo pháp của Phật, tâm ta đã chuyển, ý đã thông, chúng ta thấy được qui luật cuộc đời, ai cũng phải đi qua vòng sanh tử, ngọn gió vô thường không chừa bỏ một ai, mỗi ngày qua đi là thân này hoại đi một ít.

Khi hiểu được thế gian là vô thường, mọi thứ trên đời là hư ảo, như sương đầu ngọn cỏ, sự đời chọt còn, chọt mất, tôi thấy được trong tôi sự thay đổi cái nhìn về cuộc sống nhẹ nhàng và thanh thản hơn so với trước kia. Ở độ tuổi hai mươi khi tôi đến đệ tam quốc gia, tôi đi học lại và sau đó tìm

việc làm. Tôi rất muốn trở lại làm cô giáo vì đó là nghề trước kia của tôi, nhưng hoàn cảnh không cho phép. Buổi đầu việc làm của tôi lệ thuộc theo hẹn của khách hàng, ngày nào đông khách tôi vui lắm làm quên cả mệt nhọc, nghĩ rằng có thêm tiền là có thêm hạnh phúc cho mình và cho gia đình, con thì tôi đem gởi, người giữ trẻ thường nói thấy chúng không được vui. Thế mà sao lúc đó tôi vô minh chi lạ, cứ nghĩ rằng tiền (quà, bánh) có thể mua niềm vui cho con mình, thay thế cho sự có mặt của tôi để gần gũi, săn sóc chúng. Tôi đã lầm lẫn như thế có gần 30 năm. Bây giờ các con đã lớn, cho dù tôi muốn đem thời gian trở lại làm điều gì đó khác hơn thì cũng không thể được. Vì thế điều tôi có thể làm là thực hành “Không Nói” để chấm dứt vọng tưởng về quá khứ vô minh.

Với công việc hiện tại, tôi muốn làm nhiều hoặc ít không bắt buộc, nỗi lo cho đời sống vật chất cũng đã nhẹ. Tôi lần hồi cắt bớt ngày làm, có thời giờ hơn cho chính mình, quay trở về để tìm lại chính tôi, lần hồi lo chuyển hóa thân tâm. Tôi không đặt nặng thời khóa cho ngồi thiền, thông thường là buổi tối, tôi thích được thiền trong mọi hoàn cảnh, mọi nơi dù là tịnh hay động. Ngày nghỉ tôi làm việc nhà không vội vã. Sáng sớm ra vườn, vừa chăm sóc cây cối, vừa nghe tiếng nước từ hòn non bộ, tôi làm chỉ biết

làm, nghe chỉ biết nghe, quên cả thời gian, không gian như lắng đọng, tĩnh lặng và tự tại vô cùng. Thoáng chốc mặt trời đã đứng bóng.

Phật dạy:

*Không giành (đúng/sai) là từ bi
Không biện minh là trí tuệ
Không nghe là thanh tịnh
Không nhìn là tự tại
Tha thứ là giải thoát
Biết đủ chính là buông*

Tôi tự nhủ lòng không còn trách cứ ai, phải quay lại tâm của chính mình, nay tôi đã hiểu vì trong đời trước hay trong quá khứ mình đã gây nhân xấu nên có những quả xấu đưa đến, mình phải chấp nhận và từ đó cố gắng chuyển nghiệp. Khi ta dừng được tâm thức lắng xăng là không còn tạo nghiệp. Đó là cách để giúp tâm yên lặng, cách giải quyết phiền muộn chính là quên nó đi - “Không Nói”. Trong nhà, tôi in ra những bảng chữ (sign) mà tôi tâm đắc như: Không Nói, Không Tác Ý, Không Đính Mắc, để ở phòng ăn, phòng gia đình, nhắc nhở tôi phải luôn giữ chánh niệm.

Năm nay, điều đã làm tôi cảm thấy hạnh phúc và thấy việc làm mình có ý nghĩa đó là sau thời gian dài giảm bớt ngày làm, tôi lại thấy mình hơi rảnh rang, tôi không thể cả ngày trong nhà hay ra vườn. Thời gian còn lại tôi muốn được làm việc gì lợi ích cho

đời, đây cũng là mong ước luôn có trong tôi. Vì vậy tôi đã xin vào làm ở một tổ chức từ thiện, qua đó tôi giúp những người kém may mắn được phần nào với bớt khó khăn trong cuộc sống. Đôi lúc tôi cũng gặp chướng duyên nhưng không vì thế mà bị dính mắc và phân tâm. Tôi áp dụng bài học: Tất cả Pháp đều do Tâm Sanh, Tâm là căn bản, một khi tâm chơn thì cảnh tịnh. Nhờ vậy, nó đã giúp tôi thực hành thiền một cách thực tế, tập thấy biết NHƯ THẬT các hiện tượng thế gian.

Tôi học được rằng mọi sự trên đời đều là HUYỀN, dù là bậc vua chúa hay người cùng đinh, đến lúc cuối đời đều như nhau, ra đi với hai bàn tay trắng, tất cả vật chất chỉ là KHÔNG. Cái còn lại là *Nghiệp* sẽ theo ta trong luân hồi.

Riêng tôi, khi vô thường kéo đến, tôi hy vọng chỉ có một điều là được mang theo Phật pháp.

“Phật pháp là điều rất khó, khó, mà ta tỉnh ngộ được chắc chắn căn lành ta đã đến”

(Danh ngôn nhà Phật)

Tôi mong là căn lành sẽ đến với tất cả chúng ta.

Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật

Như Huệ