

Soi lại mình

Soi lại mình, hay một cách nhìn sâu vào thân tâm để nhìn thấy khiếm khuyết của bản thân là một nghệ thuật sống. Nghệ thuật này được diễn đạt theo nhiều cách, trong nhiều tôn giáo cũng như nhiều nền văn hóa khác nhau, xưa cũng như nay.

Trong tác phẩm Một phút tầm phào, Tony de Mello kể một loạt câu chuyện, người kể xưng “Thầy”; theo tác giả, Thầy có thể là một guru Ấn Độ, một thiền sư của Thiên tông, một đạo sư Lão giáo, một rabbi Do Thái, một đan sĩ Kitô giáo, một nhà thần bí Hồi giáo.

“Một cách để khám phá các khuyết điểm của mình” - Thầy nói - “đó là quan sát những gì nơi người khác làm bạn khó chịu”.

Thầy kể, có lần vợ Thầy cất một hộp kẹo trên kệ nhà bếp. Chỉ một giờ sau, bà khám phá ra rằng hộp kẹo đã vơi đi rất nhiều. Toàn bộ lớp kẹo dưới đáy đã biến mất, và chúng nằm ngay ngắn trong một gói giấy được nhét trong túi xách của chị đầu bếp mới. Không muốn làm to chuyện, bà chỉ kín đáo thu hồi số kẹo ấy và trả về chỗ cũ của chúng trong hộp; nhưng lần này bà đặt chiếc hộp vào trong tủ chén để tránh gây cảm dỗi.

Sau bữa cơm tối, chị đầu bếp bất thần tuyên bố sẽ nghỉ việc ngay tối hôm ấy. “Nhưng tại sao? Tại sao cô quyết định như thế?”, Thầy hỏi. “Thưa ngài, tôi không làm việc cho những người ăn cắp trở lại cái mà mình đã bị ăn cắp.” Chị đầu bếp kiên quyết trả lời.

Hôm sau, Thầy tiếp tục kể câu chuyện về một anh trộm đột nhập vào nhà nọ. Anh đang định dùng bịch phá cho nổ tung két sắt đựng tiền thì chợt nhìn thấy một mảnh giấy dính trên cửa két sắt với dòng chữ: Xin đừng dùng thuốc nổ. Két này không khóa. Chỉ cần xoay nút cửa!

Anh đưa tay vặn nút cửa, và ngay lập tức một bao cát rơi bịch trên đầu anh ta, đồng thời tất cả các đèn trong nhà bỗng bật sáng lên cùng với tiếng còi báo động ré inh ỏi, đánh thức mọi người trong lối xóm.

Khi Thầy ghé thăm anh ta trong nhà giam, anh cay đắng nói: “Từ nay về sau, làm sao tôi có thể tin tưởng ai được nữa?”.

Hai câu chuyện tưởng chừng như phi lý, nhưng trong một chừng mực nào đó, chúng vẫn thường xuyên xuất hiện trong cuộc sống chúng ta. Chúng ta có thể là chị đầu bếp, cũng có thể là tên trộm - hoặc những chị đầu bếp và tên trộm như thế chúng ta luôn phải đối diện. Chắc hẳn đó là những kẻ ngang ngược, không bao giờ chịu nhìn nhận lại cái xấu của bản thân. Họ thường xuyên quay ngược mũi giáo nhằm công kích hay so bì với người khác. Đó là một cách “quanh co đối trá”.

Đức Phật thường ví những kẻ như vậy là kẻ ngu, đối ngược hẳn với người trí. Kẻ ngu thì luôn chuốc lấy đau khổ; người trí thì luôn tìm thấy an vui. Dĩ nhiên làm người trí thì khó hơn làm kẻ ngu!

Trong kinh Pháp cú, Phật dạy: “Thấy lỗi người thì dễ, thấy lỗi mình thì khó. Lỗi người ta cố phan tìm như tìm thóc lẫn trong gạo; còn lỗi mình, ta cố che giấu như kẻ cờ gian bạc lận thu giấu quân bài” (PC.239).

Soi lại mình, hay “phản quan tự kỷ”, là một pháp tu căn bản, bao trùm giáo lý của Phật giáo. Nhưng pháp tu này không phải “giáo sản” trong ý nghĩa tôn giáo, mà là nghệ thuật sống. Nếu ai cũng biết soi lại mình thì cuộc đời sẽ tốt đẹp hơn nhiều. Đó cũng là kỹ năng sống cần thiết để chúng ta giữ được thăng bằng, nhất là ở bối cảnh xã hội hiện nay, trong sự bùng nổ của thông tin mạng, thực giả lẫn lộn khó lường.

Bài viết: "Soi lại mình"

Quảng Kiến