

Nguyện học theo hạnh lắng nghe của Đức Quán Thế Âm Bồ Tát
Những ai từng “tiếp xúc” với Bồ tát qua lời Quán nguyện “Lạy Đức Bồ tát Quán Thế Âm, chúng con xin học theo hạnh Ngài, biết lắng tai nghe cho cuộc đời bớt khổ. Ngài là trái tim biết nghe và biết hiểu.

Quan Âm Nam Hải là ai?

Ngài là trái tim biết nghe và biết hiểu. Chúng con xin tập ngồi nghe với tất cả sự chú tâm và thành khẩn của chúng con. Chúng con xin tập ngồi nghe với tâm không thành kiến.

Ngài là trái tim biết nghe và biết hiểu. Chúng con xin tập ngồi nghe với tất cả sự chú tâm và thành khẩn của chúng con. Chúng con xin tập ngồi nghe với tâm không thành kiến.

Chúng con xin tập ngồi nghe với tất cả sự chú tâm và thành khẩn của chúng con. Chúng con xin tập ngồi nghe với tâm không thành kiến. Chúng con xin tập ngồi nghe mà không phán xét, không phản ứng. Chúng con nguyện tập ngồi nghe để hiểu. Chúng con xin nguyện ngồi nghe chăm chú để có thể hiểu được những điều đang nghe và cả những điều không nói. Chúng con biết chỉ cần lắng nghe thôi, chúng con cũng đã làm vơi bớt rất nhiều khổ đau của kẻ khác rồi...”, mới cảm nhận được sự nhiệm màu Quán Thế Âm.

Lời Quán nguyện giúp chúng ta quán chiếu sâu sắc hơn về cuộc sống để phát nguyện làm theo công hạnh của Bồ tát. Và, cứ mỗi lần thấy hoặc nghĩ đến Bồ tát Quán Thế Âm, chúng ta cảm nhận được tình thương vô biên của người mẹ, thật gần gũi, thật hiền và tự dạn lòng luôn học theo hạnh Ngài, lắng nghe cho đời bớt khổ.

Lạy Đức Bồ tát Quán Thế Âm, chúng con xin học theo hạnh Ngài, biết lắng tai nghe cho cuộc đời bớt khổ. Danh hiệu Quán Thế Âm là lắng nghe những âm thanh khổ đau trong cuộc đời mà đến cứu độ. Và cố nhiên, Bồ tát làm được việc ấy vì Ngài có thần thông quảng đại, có lòng từ bao la. Chúng ta chưa có thần thông nhưng cũng có thể học theo hạnh lắng nghe, để giúp cuộc đời vơi bớt phần nào đau khổ.

Hành trạng của Bồ Tát Quán Thế Âm qua các kinh điển

Mỗi chúng ta đều có những niềm riêng và rất muốn được chia sẻ cùng với người thân. Nhưng tìm ra một người biết lắng nghe mình thật không dễ dàng. Rồi một ngày có người biết lắng nghe và thấu hiểu làm ta sung sướng, hạnh phúc, nhẹ nhõm vô cùng. Người kia không làm gì to tát cả, cũng không cho ta tiền bạc hay vật gì, chỉ ngồi lắng nghe thôi mà đã mang đến cho ta thật nhiều hạnh phúc. Vậy thì sao ta lại không lắng nghe để đem đến hạnh phúc

cho người? Ngài là trái tim biết nghe và biết hiểu. Khối óc là lý trí, trái tim là tình cảm, lòng thương. Bồ tát nghe và hiểu cuộc đời và thế nhân bằng tình thương, với từ bi vô hạn. Ta thường nghe ngóng hay tìm hiểu một vấn đề nào đó vì có thể đem lại lợi lạc cho bản thân mình. Đã có khi nào ta chủ động làm một việc gì mà không phải cho ta, vì lòng thương thúc đẩy chưa? Chắc là có nhưng không nhiều. Bồ tát thì không như vậy, sứ mạng của Ngài là ban rải tình thương, là cho đi chứ không mong nhận lại bao giờ.

Chúng con xin tập ngồi nghe với tất cả sự chú tâm và thành khẩn của chúng con. Nếu chỉ nghe lấy lệ, vì lịch sự, chẳng thành tâm thì không có khả năng trị liệu gì cả. Phải lắng nghe với tất cả tấm lòng thì người kia mới cởi mở và trút bỏ được những phiền muộn, lo lắng. Sự chú tâm, thành khẩn lắng nghe của ta đã tạo ra sự tin cậy và sẽ tháo gỡ cho người kia rất nhiều uẩn khúc. Khi khổ đau, quỳ dưới chân Bồ tát ta thổ lộ hết mọi điều, vì ta tin tưởng tuyệt đối vào Ngài. Vậy nên, thực hành theo hạnh của Bồ tát, chúng ta phải thật sự vững vàng bằng thái độ lắng nghe với tất cả sự chú tâm và thành khẩn.

Lắng nghe mang đến hạnh phúc cho người chính là Quán Thế Âm.

Lắng nghe mang đến hạnh phúc cho người chính là Quán Thế Âm.

Chúng con xin tập ngồi nghe với tâm không thành kiến. Chúng con xin tập ngồi nghe mà không phán xét, không phản ứng. Chúng con nguyện tập ngồi nghe để hiểu. Lắng nghe để giúp người kia bớt khổ là cả một nghệ thuật. Phải nghe bằng tất cả trái tim mình và tạm gác lại những tư kiến mang tính chủ quan. Mọi sự phán xét hay phản ứng đều chướng ngại sự thấu hiểu con tim của người khác. Kinh nghiệm của ta đôi khi trở thành thành kiến, rào chắn cản ngăn. Do vậy, ta phải mở lòng ra cho người khác bước vào sẻ chia, bày tỏ với trọn niềm tin cậy.

Chúng con xin nguyện ngồi nghe chăm chú để có thể hiểu được những điều đang nghe và cả những điều không nói. Khi nghe một người với tất cả sự chú tâm, ta sẽ hiểu được rất nhiều điều. Có thể, những điều ấy được thể hiện ra bằng ngôn ngữ hay qua ánh mắt, hơi thở, cử chỉ, hành vi... mà ta có thể hiểu được vấn đề. Chỉ có lắng nghe trong sự chú tâm, lắng nghe bằng tất cả tấm lòng mới có được khả năng này. Có khi, chỉ cần sự có mặt của ta là người kia cảm nhận được bình an. Cảm nhận và thấu hiểu có thể không cần nhiều đến ngôn ngữ mà từ trong tâm giao tiếp với nhau.

Chúng con biết chỉ cần lắng nghe thôi, chúng con cũng đã làm vơi bớt rất nhiều khổ đau của kẻ khác rồi. Phát hiện này quả là một sự kỳ diệu. Bởi lẽ, chúng ta luôn nghĩ rằng mình quá thiếu thốn nên không có khả năng chia sẻ

cho người khác. Người kia khổ vì nghèo túng, đói khát ta vẫn có thể giúp được bằng khả năng của mình. Nhưng người kia đầy đủ tất cả, sở hữu nhiều thứ nhưng vẫn khổ vì không được hiểu, không được yêu thương thì ta đành chịu hay sao? Khả năng lắng nghe là một gia tài vô tận, ai cũng có thể trang trải, ban phát cho mọi người. Vậy thì hãy dành chút thời gian cho nhau, cho mọi người để xoa dịu niềm đau, nỗi khổ và cải thiện cuộc sống này.

Quán chiếu sâu sắc vào hạnh nguyện của Bồ tát Quán Thế Âm, chúng ta thấy ngay rằng những hóa thân của Ngài đang ở quanh ta, hiện diện đầy đủ trong mọi khía cạnh cuộc đời. Thần thông và phép lạ của Bồ tát dùng cứu khổ độ sinh ta cũng có thể học được bằng cách lắng nghe. Lắng nghe để hiểu dù điều ấy đã nói ra hoặc không nói chính là thần thông. Lắng nghe mà người kia trút bỏ được ưu phiền, trở nên lạc quan và vui sống là phép lạ. Lắng nghe mang đến hạnh phúc cho người chính là Quán Thế Âm.

Những lợi ích khi niệm Quán Thế Âm Bồ tát
Nhiên Tự