

Vườn thiền

Bạn phải nhìn vào chính mình. Nhìn thật kỹ. Đức Phật dạy về sự chánh niệm và sự nhận biết chính mình trong mọi tình huống. Điều ác phát sinh từ thân, khẩu, ý. Nguồn gốc của mọi điều thiện và điều ác nằm trong hành động, lời nói, và tư tưởng. Đây là nơi bạn cần phải nhìn, ngay nơi đây. Nhìn xem hành vi của bạn có sai trái hay không?

Người ta không thật sự nhìn vào những thứ này. Giống như một người đang rửa chén với vẻ mặt cau có giận dữ. Bà ta quá chú tâm vào việc chùi sạch chén bát, mà không nhận biết sự dơ bẩn trong tâm của chính mình! Bà ta đang nhìn quá xa, không phải sao? Người ta tập trung hết sức vào việc chùi rửa chén bát đến độ họ cho phép tâm của mình dơ bẩn. Như vậy là không tốt. Họ quên mất chính mình.

Bởi vì không thấy chính họ, con người có thể làm đủ thứ điều xấu. Khi người ta dự

định làm một điều gì xấu, họ nhìn quanh xem có ai thấy họ không. Mẹ mình có thấy không nhỉ? Còn chồng mình? Con mình? Vợ mình? Họ đang sỉ nhục chính mình: Họ nghĩ rằng không ai nhìn thấy, nên họ nhanh chóng hoàn tất ý đồ của họ trước khi có người nhìn thấy. Nhưng còn chính họ thì sao? Họ không phải là một người nào đó sao?

Bạn thấy không? Bởi vì họ quên chính mình như thế nên con người không bao giờ biết được điều gì là thật sự quan trọng. Họ không biết được chánh pháp. Nếu bạn nhìn vào chính mình đúng lúc, bạn có thể ngừng lại. Nếu bạn muốn làm một điều thiện, hãy nhìn vào chính mình. Nếu bạn biết cách nhìn vào chính mình, bạn sẽ biết phân biệt giữa điều thiện và điều ác, cái lợi và cái hại, đức hạnh và nét xấu.

Trích Suối nguồn tâm linh- Ajahn Chah

