

Sống với Vô Thường



Các bạn thân mến,

Rằm tháng hai năm nay, người mẹ yêu kính của gia đình đã nhẹ nhàng đi đến một cõi thật xa, thật yên bình, và chị em chúng tôi thật sự là mồ côi cả ba lần má, và cũng từ sự chia lìa mất mát đó, tôi thường nghĩ và quan tâm đến hai chữ Vô Thường nhiều hơn. Thật ra quy luật này tôi đã từng nghe, từng học từ Chánh pháp của Bụt, của Thầy, của thiện trí thức, bạn bè đồng đạo...nhưng học, hiểu, biết, hành xử thì còn rất là hời hợt, cạn cợt... Tôi không dám cho là mình đang miên mật quán về Vô Thường, nhưng tôi dành cho mình nhiều thì giờ để nghĩ, suy ngẫm đến quy luật này thường hơn cùng với cách hành xử, giao tiếp của mình với những người trong gia đình, bà con và tập tành luôn cả với bạn bè gần xa. Và tôi thấy mình buông được nhiều, tâm mình cũng an yên đôi chút. Và thú vị hơn nữa là đâu đâu tôi cảm nhận được, cả một nguồn máy vận hành trong xã hội, từ đời sống vật chất, tâm linh của con người...và trong đó sờ sờ hai chữ Vô Thường. Tôi tập an yên mỉm cười chào đón VÔ THƯỜNG mọi nơi, mọi lúc như là một sự THƯỜNG trong ĐỜI. Chào đón, chấp nhận nhưng không buông trôi.

Các bạn thân mến! Đời có nghĩa là biến đổi, là không vĩnh viễn như mình mong muốn hay sắp xếp. Đời có sinh, có lão, có bệnh và có tử. Đời cũng không hứa hẹn bất cứ chuyện gì tồn tại mãi mãi ở trong cũng như ngoài ta. Ta sống và hành xử, áp dụng vô thường như một chuyện bình thường trong xã hội, sống với nó ngay trong từng giây phút của cuộc đời ta, chẳng hạn tuần rồi, khi biết tôi bị cảm, cô bạn gần nhà đến thăm với đóa hồng trong vườn nhà bạn, tôi đón nhận bông hồng mà thấy lòng mình vui, cảm động lắm, ân nghĩa tràn đầy...bạn về rồi, bông hồng còn đây ẩn nấp nét hiền hòa ân cần của bạn, giúp tôi chấp nhận những cơn ho đau cả cổ họng...nhưng niềm vui đó cũng vô thường vì ba ngày sau, từng cánh của bông rơi xuống và tôi đã dẹp đi mà không buồn gì cả. Tôi thấy rõ hơn: niềm vui đến rồi đi, nó có đó và nó đã qua rồi, và nó giúp tôi trong tương lai sẽ bình tĩnh hơn một chút trước bất cứ một niềm vui nào đến với mình! Và luôn cả đối với nỗi buồn cũng vậy, tôi cũng sẽ tập chấp nhận nó đến với mình, nhưng sẽ không để nỗi buồn đó ngự trị mãi trong tôi. Nỗi buồn

có đó, nhưng ngày mai nó sẽ vui đi, nó sẽ tàn lụi và rời xa mình với cách nhìn, cách hành xử của mình. Vui, Buồn, Hạnh Phúc, Khổ Đau...tất cả đều là những trạng thái vô thường, tại thời điểm đó, nó mang tên là buồn vui sướng khổ...nhưng sau đó, nó sẽ mang tên khác vì cuộc sống của ta là một tổng thể của một mạng lưới chi chít hoạt động không ngừng của trùng trùng duyên khởi.

Thấm được như vậy, hiểu được như vậy, chắc chắn ta sẽ bình tĩnh hơn, chấp nhận dễ dàng và không lùi bước, trốn tránh những tình huống, hoàn cảnh xảy đến với mình ở bên trong lẫn phía ngoài. Ta cũng đau vật vả chứ, cũng vui mừng cảm động lắm chứ, cũng buồn nhiều lắm khi một người thân yêu của ta rời xa ta mãi mãi, mỗi khi nghĩ đến thì đôi mắt cay cay...là con người có tình có cảm, làm sao ta tránh được các phản ứng đó, cái đó là thường, rất cần thiết ở mỗi người. Nhưng một khi hiểu được Vô Thường, chấp nhận nó là một Quy Luật trong vũ trụ, là một sự thật THƯỜNG không ai thoát khỏi thì nỗi vui đang có mặt sẽ không làm cho ta bay bổng lên chín tầng mây, hay làm phương tiện cho cái ngã của ta được trau chuốt, nhìn đời qua lăng kính màu hồng...và luôn cả nỗi buồn, nỗi đau cũng sẽ không nhấn chìm ta trong biển khổ tột cùng, sự sầu bi sẽ được kìm chế ở mức độ vừa phải nhất qua sự an nhiên bình tĩnh chấp nhận của mình.

Các bạn thân mến,

Hiểu được Vô Thường như vậy, ta sẽ thấy thú vị lắm từ ngay trong ta, mỗi khi có một tâm ý nào trỗi dậy, thí dụ khi giao tiếp với ai đó, lúc ấy ta tự hỏi lòng mình: "có nên đôi co, tranh giành hơn thua với nhau để làm gì, được gì? Để chứng tỏ mình hơn, mình giỏi...để làm gì?" bỏ đi ý định đó, ta sẽ mỉm cười nhẹ nhàng, hài lòng với chính mình. Và còn nhiều...nhiều những ý nghĩ trong tâm lắm các bạn ơi...mỗi khi nó sinh khởi, ta nên lấy kính „Chiếu Yêu Vô Thường“ của Bụt trao cho mà nhận diện để hành xử cho đúng cho đẹp. Còn sơ cơ, còn rất dốt nên ta nên miên mật lau cái gương tâm của mình từng giây từng phút. Vì có hiểu và sống với Vô Thường, ta mới có được cái tâm rộng lớn an lành. Thế giới bên ngoài có thành thì có diệt, nó chỉ là cái giá đỡ cho sự sống, còn cái tâm rộng lớn mới thật sự đem lợi ích lâu bền, không chỉ riêng mình mà cho tất cả mọi người.

Thông thường ta hay đem Vô Thường ra để trả lời cho sự mất mát, thất bại nào đó, khiến ta trở nên bi quan...nhưng nếu nhìn sâu sắc, ta sẽ thấy Vô Thường là một sự cứu rỗi! thí dụ như hôm nay ta chán nản, thất bại, phiền muộn...nhưng có thể ngày mai ta sẽ thấy mọi chuyện tuyệt vời, trôi chảy hẳn lên. Tốt hay xấu, thành công hay thất bại, vui buồn...còn tùy thuộc vào cách mỗi người hiểu những gì mình đang có, đang gặp, và thực tế cũng cho thấy, có rất nhiều điểm khác với ý tưởng của chúng ta về nó lắm.

Bản chất của cuộc sống là một dòng chảy không ngừng. Ta không ý thức vì cứ luôn mãi mê với vô số ham muốn, tham vọng, hạnh phúc, khổ đau...Ta bị chúng cuốn trôi theo năm tháng như những dòng thác lũ. Nếu ý thức, xin tạm dừng một chút trên hành trình vội vã này để lắng tâm suy tư, hiểu ra rằng, trên thế gian này, chẳng có gì không thay đổi, chẳng có gì là mãi mãi thường hằng, luôn ý thức rằng kiếp con người thật là mong manh ngắn ngủi, để mà biết trân quý hơn và làm cho cuộc đời mình có ý nghĩa hơn. Bước thêm một chút nữa, ta không chỉ hiểu là thay đổi (Vô Thường) luôn có mặt khắp nơi, mọi lúc...mà còn thấu hiểu thêm rằng chính ta cũng có thể tạo ra sự thay đổi được, đó là ta có khả năng, năng lực thay đổi bản chất của mình, niềm tin đi theo dấu chân Bụt giúp ta tự mình nuôi dưỡng và chuyển hóa thân tâm, hướng đến Chân Thiện Mỹ cho đời sống của ta và mọi người chung quanh. Sống với Vô Thường là chuyện rất bình thường. Mến chúc các bạn luôn tinh tấn.

Hiên Trúc – Hè 2023
Bông Lục Bình

Kính mời đọc thêm những sáng tác khác của tác giả tại:
<http://www.vietnamvanhien.org/TamHaiDuc.html>

www.vietnamvanhien.net



An Lạc & Tự Chủ

VIỆT NAM VĂN HIẾN

www.vietnamvanhien.info



TỦ SÁCH VĂN HIẾN ONLINE VỚI HƠN 8700 TÁC PHẨM