

THÂN - KHẨU - Ý TRONG ĐỜI SỐNG VÀ TÂM LÝ CON NGƯỜI





Thân - khẩu - ý trong đời sống và tâm lý con người - Đạo Phật dẫn dắt con người tìm được sự thường an mà không phải lệ thuộc vào xa hoa, vật chất hay giàu có, cửa Phật không phân biệt đẹp xấu về ngoại hình, không thành kiến tội đồ, hèn - trí, bất kỳ ai đã bước chân vào cửa Phật, nếu thành tâm và chuyển hóa được tâm trí thì đều là con Phật.

Tác giả: **T.Diên Lâm**

Trong cuộc sống ngày nay, giữa rất nhiều những bộn bề lo âu, giữa thật giả lẫn lộn, con người dường như mất đi rất nhiều niềm tin, mất đi nhiều những giây phút để tìm cho mình một sự bình lặng trong cuộc sống, bởi suy cho cùng, sự cộng hưởng giữa nguyên nhân chủ quan và khách quan, đó là “môi trường áp lực và sự phức tạp của con người” khi hợp lại, nó sẽ trở thành nguyên nhân để người ta dễ dàng hoài nghi và buông ra những lời cay độc, nuôi dưỡng tâm tính muốn triệt hạ lẫn nhau nếu có ai đó gán chân mình.

Người ta dễ dàng hằn học đấu tố nhau từ ngày này qua ngày khác và xem đó như một phần sự sống, dường như không gian tĩnh lặng và thấu cảm trở nên chật hẹp trong ánh mắt người đời.

Khi con người phải đối diện với quá nhiều những áp lực vô hình lẫn hữu hình, từ người khác đặt vào mình và từ chính những bất ổn trong thân tâm mình sinh ra cũng là nguyên nhân làm cho người ta trở nên mất phương hướng vào cuộc sống, từ đó nảy sinh ra những hoài nghi, những mặc cảm tự ti, những oán giận, đố kỵ..., những căn nguyên gốc rễ đó, về lâu dài sẽ nảy mầm, trở thành một thân cây với những độc tố, sẵn sàng giết chết những thứ khó chịu xung quanh.



Con người khi trở thành một thân cây chứa nhiều độc tố sẽ là một người đáng sợ hơn bất kỳ loại thuốc độc nào, bởi nó sẽ bào mòn từ thần kinh đến thể chất họ, nó có thể bộc phát ra thành lời nói hoang tưởng, thành ngôn từ ác ngữ, thành sự miệt thị mỉa mai, họ tạo cho người khác những nỗi đau khổ để lấy đó làm vui, nguy hiểm hơn là nó có thể ngấm ngấm giết chết chính chủ nhân của nó từ sự trầm cảm, căng thẳng, bế tắc không tìm ra lối thoát.

Tại sao ngày nay chúng ta thường bắt gặp một số người trẻ bế tắc trong suy nghĩ, chúng ta từng đau lòng khi nhìn thấy những hành động hủy hoại bản thân của họ như một cách giải thoát duy nhất, phải chăng vì họ không tìm được tiếng nói, không tìm được sự đồng cảm, thiếu sự quan tâm thấu hiểu của gia đình, không có người chỉ dẫn thiện lương hoặc cũng có thể do tác động từ môi trường tiêu cực xung quanh, từ sự xâm nhập của văn hóa phẩm độc hại...

Nó như một mớ lũng nhùng biến con người trở thành nạn nhân của ma trận bi quan và cho dù bi quan đó bộc phát thành hành động nào thì cũng gây ra cho con người không ít sự tổn thương.

Một trong những hệ lụy đưa đến những bế tắc, thậm chí khủng hoảng hành vi, suy nghĩ của một nhóm người ngày nay cũng từ sự phức tạp, biến đổi trong đời sống xã hội và họ phải cố gắng thích nghi, hoặc bất lực để đi chệch hướng. Con người thường đặt ra nhiều yêu sách nhằm thỏa mãn mong muốn cho mình, thường không hài lòng về người khác nên luôn cảm thấy bức dọc, dẫn đến căng thẳng, phẫn nộ.

Chính vì mặt trái của sự bùng nổ công nghệ, tiếp nhận nền văn hóa chưa được chọn lọc từ một bộ phận giới trẻ, khi sự phát triển khoa học công nghệ chưa song hành cùng sự phát triển đời sống văn hóa, nhân sinh sẽ làm cho con người như đi trên con đường dốc, dễ dàng chao đảo, mất phương hướng, nếu không đủ tĩnh tâm, không đủ trí tuệ để đi qua con dốc thì sẽ tuột xuống dốc như những gì chúng ta đã thấy.

Sự chao đảo, mất phương hướng đó không chỉ xảy ra với người trẻ mà cả những người trung niên, lớn tuổi, một trong những nguyên nhân đó là khi họ sống trong sự ảo tưởng về kinh nghiệm, năng lực bản thân, là bảo thủ cố chấp với góc nhìn cực đoan phiến diện, không thận trọng trong việc đánh giá nhận xét bởi thói quen trịch thượng bề trên, là khẳng khái bảo vệ cái cũ, trù dập cái mới của một nhóm người với lập trường tư duy cũ kỹ.

Thoạt nhìn, người ta cứ nghĩ đó là những người cá tính và mạnh mẽ nhưng thực chất đó là biểu hiện cho sự tự ti, hạn chế của bản thân mình. Điều đó cũng là căn nguyên tạo thành rào chắn tiếp cận sự văn minh, là áp lực cho sự thay đổi xã hội.

Nếu nhìn kỹ hơn, chúng ta thấy đó cũng chính là sự khủng hoảng, bế tắc của một nhóm người quen với tư tưởng lối mòn, đề cao chủ nghĩa cá nhân và không hoan hỷ chào đón, mở lòng với tư tưởng mới, bởi người ta sợ trở nên lỗi thời, sợ không theo kịp sự phát triển của thời đại, sợ tổn công thay đổi, sợ trở thành người yếu kém hơn so với những tư duy mới mẻ, từ đó, xung đột quan điểm, cách hành xử giữa cũ và mới theo hướng tiêu cực sẽ dẫn đến những bế tắc, áp lực, căng thẳng trong đời sống mỗi người.

Chung quy mọi mâu thuẫn dẫn đến những hệ lụy đều bắt nguồn từ sự bất đồng quan điểm của con người mà ra.

Chính vì những bế tắc từ đời sống thường nhật, chính vì những mặt trái của sự phát triển xã hội đã đẩy con người đi đến mất lòng tin vào người, mất niềm tin vào mình, thui chột sự lạc quan, dẫn đến tình trạng nhiều người nhìn đâu cũng thấy tiêu cực, cũng thấy ảm đạm mà không có cách nào thoát ra khỏi những góc nhìn ấy, từ đó biến thành lời nói, thành suy nghĩ, thành hành động cũng thật gắt gỏng, bi quan.

Khi con người loay hoay để tìm một lối ra nhằm giải tỏa áp lực, thống khổ về mặt tinh thần mà sự phát triển của khoa học kỹ thuật không thể nào làm được thì con người đã tìm đến đời sống tâm linh, đặt lòng tin vào tín ngưỡng Tôn giáo bởi ở đó, họ có một điểm tựa không bằng lời nói, không bằng thế lực hữu hình mà đó là sự an trú vững chãi từ bên trong nội tâm, bằng đức tin và sự giao cảm của tâm linh, từ đó con người có thể tìm thấy sự an lạc và trầm lắng, một sự an lạc chưa thể có được từ khoa học kỹ thuật hiện đại, từ bên ngoài xã hội náo nhiệt, bộn bề đua tranh ấy.

Không phải tự nhiên mà nhiều người tìm đến Tôn giáo để đặt lòng tin tín ngưỡng, đặc biệt là đạo Phật, mà bởi vì đạo Phật như một cánh cửa mở ra không bao giờ đóng với tất cả chúng sinh để bất cứ ai lầm đường cũng có nơi giải thoát. Đạo Phật giúp con người tìm thấy sự buông xả, an yên, chính vì đạo Phật hướng con người có niềm tin vào nhân quả nên không còn phải đau đầu dùng thân này, sức này để triệt hạ, đánh đổ lẫn nhau cho thỏa cái đúng - sai.

Đạo Phật dẫn dắt con người tìm được sự thường an mà không phải lệ thuộc vào xa hoa, vật chất hay giàu có, cửa Phật không phân biệt đẹp xấu ngoại hình, không thành kiến tội đồ, hèn - trí, bất kỳ ai đã bước chân vào cửa Phật, thành tâm trước Phật thì đều nhìn nhau bằng một tâm rộng mở và hoan hỷ.

Đến với tín ngưỡng Phật giáo là con người có thể nhẹ nhàng đón nhận mọi vui buồn bằng tâm rỗng lặng, biết trân quý từng khoảnh khắc hiện hữu bởi hiểu được quy luật sinh tử vô thường, đó là những giá trị nhân sinh, tâm sinh mà sự tân tiến của khoa học đến nay cũng chưa thể đưa con người đến được trạng thái tĩnh lặng và an lạc đó.

Kinh điển Phật giáo đã dẫn ra cho con người rất nhiều những giá trị cốt lõi không nhầm lẫn với những hình thái mê tín dị đoan, những bậc chân sư cũng đã thuyết giảng cho tín đồ Phật tử về việc vận dụng Kinh điển giáo lý vừa đúng tinh thần nhà Phật vừa phù hợp đời sống thực tế để không sai lạc vào chấp mê, chấp ngộ, như vậy chúng ta thấy được rằng các vị chân sư chính là người dẫn dắt tinh tấn, thiện lành để giúp con người chúng ta khai sáng được nhiều chân lý trong cuộc sống và đạo Phật đã mở ra con đường an lạc khi chúng sinh đang ngập lặn giữa biển bờ đau khổ, bế tắc và mù mịt lối ra.

Xã hội càng phát triển, khoa học càng tiến bộ thì con người lại dần trở nên hoài nghi, mệt mỏi và chên vênh vì nhiều thứ, họ mất lòng tin vào con người một phần vì dòng chảy hiện sinh trong thân tâm đang bị vẩn đục bởi những chao đảo, hiểm tị, tự ti xen lẫn sự chấp thủ của bản thân, chúng ta ít khi nhìn ra được hạt mầm tốt để nâng niu và dung dưỡng nhưng lại rất hào phóng gieo trồng những thân rễ độc, để rồi khi nói, khi nghĩ, khi làm những điều gì không thiện, chúng ta cũng trở thành nạn nhân của thân cây độc đã gieo trồng.

Và để không còn bị khủng hoảng, bế tắc tinh thần, tránh bị căng thẳng ngôn từ, bất an tâm lý dẫn đến những hệ lụy bản thân thì mỗi người phải tìm ra được nguyên nhân để loại trừ gốc rễ sâu bệnh đó, sẽ không có điều gì đau khổ cho bằng chúng ta cứ lặn ngụp, hấp hối trong dòng chảy của sự sân hận hơn thua, là chấp chới trong những bè nhóm gieo trồng khẩu nghiệp, là mất định hướng đến nỗi điên đảo tinh thần.

Con người thường mang nhiều tâm bệnh nhưng ít khi nhận ra bởi nó biểu hiện trong nhiều hình thái khác nhau nhưng khi con người có một niềm tin đúng đắn về **tín ngưỡng Tôn giáo**, điển hình là sự hiểu biết về Phật pháp thì sẽ quán chiếu được mình, sẽ nhận ra những sai lầm trong thân - khẩu - ý để từ đó thận trọng hơn trong cách sống, cách cư xử của mình nhằm không gây tổn thương đến người mà cũng không gây hại cho mình nữa.

Tác giả: **T.Diên Lâm**