

Biết Mình



Các bạn thân mến,

Như chúng ta đã biết, việc phát triển nhân cách và tu tập các đức tính tốt là điều kiện căn bản của Đạo làm Người, nhưng điều quan trọng và thiết yếu nhất là phải biết mình, hiểu mình, biết mình đang nghĩ gì và đang làm gì dưới ánh sáng soi rọi của Cảnh Niệm. Bởi vì làm sao có thể tu tập nếu chưa biết rõ mình có những ưu, khuyết điểm nào? Chưa biết khả năng của mình ra sao? Người xưa hay có câu: „Có tu được thân thì mới có thể tề gia, trị quốc và bình được thiên hạ”, hay „Tri kỷ tri bỉ, bách chiến bách thắng“ (biết mình biết người, trăm trận trăm thắng).

Biết mình nghĩa là gì ? Thiển nghĩ: Chỉ có con người mới có khả năng biết mình mà thôi, nghĩa là biết suy tư về chính bản thân mình. Biết mình là tự biết lấy những việc đã làm, suy đoán được những khả năng có được nơi các việc sẽ làm, biết rõ cả ưu và khuyết điểm; ta ý thức rõ hoàn cảnh, thân phận, khả năng của mình để ứng xử cho thích hợp với việc, với người. Biết những biểu cảm, tâm hành cùng các đặc điểm của nó...từ đó ta mới có thể tu tập, xây dựng, rèn luyện để có được những đức tính cần thiết, sống hướng thiện hơn, nên người hơn. Nho học ngày xưa gọi đây là „phản thân“, nghĩa là trở về với mình để biết mình vậy.

Biết mình là khi ta nhìn rõ cả những bí ẩn mà người ngoài không ai biết, cho nên khi suy nghĩ chính chắn, ta sẽ hiểu rõ bản thân mình hơn ai hết. Phần lớn, các vấn đề tiêu cực trong đời sống thường bắt nguồn từ việc không biết rõ mình là ai. Chúng ta hay bị sai xử bởi những thói quen mà môi trường đời sống đã nhào nặn chúng ta bấy lâu, nó trở thành những hành động tự nhiên, có thể gọi đó là vô thức. Trong xã hội hôm nay, có rất nhiều người, nhất là người trẻ, sống một cách vội vã, buông thả, không biết tự chủ; họ nói mà không biết mình đang nói gì, làm mà cũng chẳng biết rõ việc mình đang làm ...họ đang là nô lệ cho những dục ái,

ham muốn bên ngoài như tiền bạc, danh vọng, quyền lực...mà khi đã là nô lệ thì họ sẽ không còn khả năng dừng lại, nhìn vào trong để làm chủ đời mình, sống trôi dạt giữa đời như cánh bèo trên sông...kết quả là những trạng thái trầm cảm, mất phương hướng, thậm chí đi đến tuyệt vọng, tự tử...là do không hiểu biết đủ về mình và chưa ý thức rõ về giá trị của đời sống hiện tại mà chính mình đang có được, và chỉ có một lần.

Khi biết được mình có những ưu, khuyết điểm về cảm xúc, tình cảm, tâm lý thì ta sẽ có sự phòng bị và sống thật với con người mình hơn, đồng thời cũng nhận ra ta là một tặng phẩm cao quý của Tổ tiên, Ông bà, Cha mẹ, ta sẽ mang lòng cảm tạ, biết ơn về sự có mặt của mình. Biết dung hòa bản thân với những người khác cũng có ưu, khuyết điểm như mình, biết sống khiêm nhường, nhịn nhục, hòa ái...Những người thường hay gặp khó khăn trong đời sống phần lớn là do họ không thực sự hiểu được bản chất, khả năng, giới hạn, động cơ cũng như tính cách của chính họ. Người thực sự biết rõ về mình sẽ dễ dàng đạt được thành công trong cuộc sống, bằng ngược lại, sẽ liên tục bị vấp ngã, thậm chí đi đến chỗ hủy hoại cả cuộc đời.

Biết rõ về mình sẽ giúp ta có cơ hội thấy được ánh sáng nội tại soi chiếu trong ta. Ánh sáng này là kim chỉ nam cho ta thấy những gì không cần làm và những gì nên làm để đưa ta đến khung trời Chân – Thiện – Mỹ. Và trên mỗi bước chân, tâm ta luôn an nhiên tự tại và tràn ngập niềm vui. Hạnh phúc có mặt trên hành trình, chứ không phải hì hục khổ đau trên con đường để đến cái đích Hạnh phúc cuối cùng.

Biết mình, nhìn mình qua tấm gương tâm, và khi gương sáng, không bị vẩn đục nhờ lau chùi mỗi ngày thì ta nhìn thấy ta mới rõ hơn, vì vậy ta cũng cần nên thanh tẩy bản thân mỗi ngày, ta cần dừng lại (thường là trước khi đi ngủ) nhìn và nhận định bản thân, ta sẽ thấy được cái sai, cái đúng, cái tốt, cái xấu mà trong ngày đó ta đã làm. Những gì sai, ta cố gắng khắc phục, không cho tái diễn nữa, những điều tốt, ta tiếp tục phát huy. Với phương pháp hằng ngày này, lý trí và ánh sáng nội tâm ta ngày càng trở nên sáng hơn. Như Tăng Tử, đồ đệ của Khổng Tử mỗi ngày xét mình ba lần : „Nhất nhật tam tỉnh ngộ thân“.

Khi biết được mình, ta sẽ có khả năng sửa chữa được những sai lầm cũng nhờ ta biết lắng nghe người khác và khiêm tốn chấp nhận những nhận xét, góp ý, đánh giá khách quan từ người khác; Biết lắng nghe người khác là điều kiện quan trọng giúp ta hiểu rõ về mình hơn. Nhiều người không hiểu mình, phần lớn là do họ không bao giờ chịu lắng nghe người khác. Họ mang tính kiêu ngạo, tự cho mình biết đủ và không có khiêm khuyết, do đó không cần thiết phải nghe ai. Nhưng một con người không được tu chỉnh, uốn nắn học hỏi thêm thì sớm muộn gì cũng sẽ vấp ngã trên đường đời... Cổ nhân có câu: “ngọc bất trác, bất thành khí – nhân bất học, bất tri lý” , ngọc dù quý, nhưng không được mài dũa thì không sáng, không đẹp và không giá trị gì, còn làm người mà không học thì cũng chẳng hiểu biết gì về đạo lý làm người.

Các bạn thân mến,

Như đã chia sẻ ở trên, Biết Mình sẽ đem đến cho ta một nếp sống an nhiên an bình hơn, tuy nhiên để hiểu rõ về chính mình ta phải cần nhiều thời gian học hỏi cũng như rèn luyện để khởi đầu và thành công trong việc rèn luyện nhân cách con người. Tiến trình này cũng cần đến ý chí, nghị lực, nhất là biết đứng dậy ngay sau những lần vấp ngã. Con người vốn bất toàn, năng lực, tri thức cũng như kinh nghiệm cá nhân của chúng ta về bất cứ vấn đề gì cũng đều có những giới hạn nhất định. Thế nhưng, chúng ta rất hiếm khi tự xác định được những giới hạn của chính mình. Vì thế, chúng ta cần đến những hoàn cảnh khách quan để bộc lộ những giới hạn đó, cũng như cần đến sự nhận xét, đánh giá của người khác để xác định những điểm yếu kém của chính mình. Cần biết lắng nghe, khiêm nhường đón nhận sự phê bình góp ý chân thành của người khác. Đặc biệt, luôn siêng năng thực tập nhìn lại mình qua sinh hoạt hằng ngày.

Chúng ta, thân phận con người với khả năng rất hữu hạn, sẽ không sao khám phá hết những tiềm ẩn trong vũ trụ hữu hình và vô hình này. Nhưng, Biết Được Mình là một thành công vô cùng ý nghĩa để tô đẹp thêm cho những tháng ngày ta còn có trong tầm tay ! Các bạn nghĩ sao?

Hiên trúc –05.2021
Bông Lục Bình

Kính mời đọc thêm những bài 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 VỚI HƠN 7200 TÁC PHẨM