

Tùy Bút
Chủ đề: Xã hội
Tác giả: Khuyết danh

THÀNH KIẾN

Lời giới thiệu:

Thân Kính Quý Niên Trưởng Và Các Bạn

Trong mấy ngày qua, sau ngày lễ nhậm chức của Tổng Thống Joe Biden (20/1/2021), xạo sự tôi nhận thấy có quá nhiều email, bài vở qua lại, phê bình, chỉ trích đã kích mạt sát lẫn nhau của hai phe bênh và chông về việc Ông D.Trump và Ông J.Biden, để rồi gà nhà quay mặt đá nhau vô cùng... lãng xẹt.

Muốn ngồi vào bàn gõ tìm chuyện vui hay lãng mạn để “xạo”, nhưng toàn là những chuyện “lãng xẹt” nên không dám xạo sợ bị “nạo” nên xin trích gửi bài viết “Thành Kiến” không biết tên tác giả này.

Đọc để Tâm được bình, Trí được An.

Thân Kính Chúc Quý Niên Trưởng Và Các Bạn Một Ngày Chúa Nhật 24/1/2021 Sức Khỏe Tốt – Bình An – Vui Vẻ – Hạnh Phúc.

Út Bạch Lan E22



“Luôn nhìn thấy lỗi ở người khác: Nỗi bất hạnh lớn lao của những cái đầu chứa đầy thành kiến”

Cuộc đời này ngắn lắm, chúng ta không thể quyết định được chiều dài của sinh mệnh, nhưng có thể tùy ý sử dụng chiều sâu của sinh mệnh, nhìn thế giới một cách thông suốt, giữ cho tâm không phê phán, hơn thua.

Có câu chuyện kể rằng, một đôi vợ chồng trẻ vừa dọn đến ở trong một khu phố mới. Sáng hôm sau, vào lúc hai vợ chồng ăn điểm tâm, người vợ thấy bà hàng xóm giăng tấm vải trên giàn phơi. “Tấm vải bẩn thật” – Cô vợ thốt lên. “Bà ấy không biết giặt, có lẽ bà ấy cần một loại xà phòng mới thì giặt sẽ sạch hơn”. Người chồng nhìn cảnh ấy nhưng vẫn lặng im. Thế là, vẫn cứ lời bình phẩm ấy thốt ra từ miệng cô vợ mỗi ngày, sau khi nhìn thấy bà hàng xóm phơi đồ trong sân. Một tháng sau, vào một buổi sáng, người vợ ngạc nhiên vì thấy tấm vải của bà hàng xóm rất sạch, nên cô nói với chồng: “Anh nhìn kìa! Bây giờ bà ấy đã biết cách giặt tấm vải rồi. Ai đã dạy bà ấy thế nhỉ?” Người chồng đáp: “Không. Sáng nay anh dậy sớm và đã lau kính cửa sổ nhà mình đấy”.

Thực ra mỗi người trong chúng ta, ai cũng đều giống như cô vợ trong câu chuyện kia. Chúng ta đang nhìn đời, nhìn người qua lăng kính loang lổ những vệt màu của cảm xúc, bám đầy lớp bụi bặm của thành kiến và những kinh nghiệm thương đau. Chúng ta trở nên phán xét, bực dọc và bất an trước những gì mà tự mình cho là “lỗi lầm của người khác”. Một điều dễ nhận diện là khi tâm trạng vui vẻ, chúng ta nhìn ai cũng thấy dễ chịu, gặp chuyện gì cũng dễ thứ tha. Chúng ta có thể mỉm cười trước những trò nghịch ngợm của lũ trẻ, đủ khoan thứ để nhẫn nại một lời nói khó nghe, những chuyện tưởng chừng khó chấp nhận, thì chúng ta cũng dễ dàng thỏa hiệp. Những lúc ấy, dường như cả thế giới đều trở nên hòa ái, mọi chuyện trôi qua một cách nhẹ nhàng. Vậy mà, chỉ cần một chút lo lắng dâng lên trong lòng, những muộn phiền về quá khứ, nỗi sợ hãi về tương lai sẽ lập tức khiến cho cái thế giới vốn đang đẹp đẽ nhường kia liền biến thành một chôn đầy những chuyện xấu xa, phiền phức. Khi ấy những tiếng hò hét cười đùa của lũ trẻ sẽ trở thành những âm thanh khó chịu, một lời nói không vừa ý dễ dàng khiến cho ta sân giận hoặc tổn thương, những chuyện nhỏ mà lúc bình thường không đáng bận tâm, bỗng trở thành một nỗi phiền não quá sức chịu đựng. Kỳ thực, không phải là thế giới có vấn đề, hay người khác quá sai quấy, mà vấn đề nằm chính ngay nơi tâm ta.

Khi nhìn đời bằng cái tâm có vấn đề, mang đầy những cảm xúc và thành kiến tiêu cực, thì chúng ta thấy ai cũng thành sai quấy, đùng chuyện gì cũng hóa tổn thương. Chúng ta luôn có hai xu hướng: nhìn những thứ mình thích, những người mình thương với cặp mắt kính màu hồng, và ngược lại, nhìn những việc mình không muốn, những người mình không ưa bằng chiếc kính tiêu cực màu đen. Do thói quen phóng đại mọi ưu điểm của những người mình thích, họ trở nên quá lung linh, quá tuyệt vời trong cảm nhận của chúng ta. Mỗi lời họ nói, mỗi việc họ làm đều khiến chúng ta xem là chân lý, ngay cả lúc họ sai, chúng ta cũng khó lòng nhìn nhận cho thông suốt. Ví như những cặp tình nhân khi mới yêu nhau, thì riêng đối với họ, đối phương luôn đẹp đẽ, dễ thương và toàn ưu điểm. Nếu chẳng may phát hiện đối phương làm chuyện không tốt, thì chúng ta vẫn thừa khả năng và đủ lý lẽ để tự huyễn hoặc bản thân rằng họ không sai. Hẳn nhiên, chính do cặp mắt kính màu hồng đã khiến cho cách nhìn của chúng ta hóa ra lệch lạc, chúng ta không thấy được mọi người đúng với bản chất chân thực như họ vốn là. Để rồi khi sự yêu thích bên trong mình giảm sút đi, thì hình tượng trong lòng cũng theo đó mà sụp đổ. Chúng ta nhìn ra ở đối phương ngày càng nhiều lỗi lầm và khuyết điểm, chúng ta trở nên hoang mang đau khổ, đến nỗi hoài nghi ngay cả chính bản thân mình. Điều tương tự cũng xảy ra đối với những người bị chúng ta coi thường, chỉ trích. Chúng ta phóng đại những sai lầm của họ, đi rêu rao những khuyết điểm mà chúng ta cho rằng thật khó chấp nhận làm sao. Rồi đến một lúc nào đó những người mà trong tâm trí ta vẫn xem như kẻ thù, lại sẵn sàng giúp đỡ và tử tế, thì liệu chúng ta có thể xem như không chút hổ thẹn với lương tâm?

Khi nói lỗi ở người khác, chúng ta vô tình truyền sang người nghe những cảm xúc tiêu cực, bất an. Dòng tâm thức của chúng ta cũng trở nên lộn xộn, đầy những rắc rối y như câu chuyện mà mình đang kể. Theo đó, ấn tượng mà ta để lại trong lòng những người khác chỉ là những cảm giác tiêu cực, để rồi một cách rất tự nhiên, họ sẽ áp dụng đúng sự

phê phán, soi xét đó trở lại cho ta. Hai thái cực nói trên, kể cả việc phóng đại những điều mình thích và phản ứng kịch liệt với điều mình không ưa, tựu chung đều là những cách nhìn thế giới còn chưa đúng đắn. Nên chăng, chúng ta hãy dùng cặp mắt sáng suốt của trí tuệ, dùng tâm thái thiện lương để nhìn nhận cuộc đời. Thời gian đã khiến cho chúng ta mất đi cái nhìn trong sáng về thế giới, đánh mất những rung cảm hạnh phúc trước cuộc sống vốn đầy màu nhiệm và bình an. Chúng ta không có lúc nào dừng lại để chăm sóc chính mình, mà cứ mãi chạy rong ruổi theo những suy nghĩ đúng sai, phải quấy về cuộc đời và về người khác.

Xét cho cùng, lỗi lầm dù của ai đi chăng nữa, vốn chẳng hề ảnh hưởng đến tư cách và phẩm chất của chúng ta. Nó chắc chắn không làm cho chúng ta trở nên đẹp đẽ gì hơn khi phê phán người khác. Mà chính thái độ tiêu cực, thói quen chỉ trích mới khiến chúng ta mắc lỗi với bản thân mình và xấu đi trong mắt của mọi người.

Tìm lỗi của người khác, là tự đem rác rưởi của họ về cất trong nhà.

Mỗi phút chúng ta để tâm đến chuyện không tốt, thì mất đi một phút vui vẻ không thể lấy lại. Cuộc đời này ngắn lắm, sẽ chẳng ai có khả năng và trách nhiệm níu giữ cho ta những thời khắc sinh mệnh đang vùn vụt trôi qua. Vậy chúng ta có còn muốn phí hoài cuộc sống để đi phán xét những sai lầm của người khác? Cách mà chúng ta nhìn người khác, thực chất là đang phản ánh nội tâm của chính mình. Một người đang túng thiếu sẽ thấy khó chịu với những ai dư giả. Một người sân hận sẽ luôn thấy người khác công kích và chọc tức mình. Một người không thành thật sẽ thấy mọi người đầy giả trá. Tất cả những cảm xúc và suy nghĩ tiêu cực đó, đều khởi sinh từ một tâm thức thiếu bình an. Nên điều mà chúng ta cần làm, là quay trở vào bên trong để nuôi dưỡng mảnh đất tâm mình vốn đang ngập đầy giông bão. Bao nhiêu người trong số chúng ta vẫn đang hằng ao ước có được “một vé đi tuổi thơ”? Đã bao lâu rồi chúng ta không thể nở một nụ cười trọn vẹn? Chúng ta ao ước có được chút hồn nhiên, trong trẻo như trẻ nhỏ, để có thể dễ dàng hạnh phúc và dễ dàng thứ tha. Nhưng tại ai đã làm cho chúng ta ngày càng trở nên khô cứng, nóng nảy và bất hạnh? Tại ai đã khiến chúng ta luôn cô đơn, lạc lõng ngay chính trong gia đình mình, giữa bạn bè mình và bên cạnh tám tỷ người trên trái đất này? Là do chúng ta cố chấp mà đeo lên những cặp kính đầy phiền não, những cặp kính sai lầm ngăn cách chúng ta với hạnh phúc hiện tiền. Chỉ cần một lúc nào đó đủ dũng cảm tháo bỏ cặp kính ấy đi, thì cuộc đời sẽ hiện ra tươi mới, thế giới sẽ là chỗ để chúng ta trải nghiệm phúc lạc đủ đầy.

(Trích Từ Tập San Giải Trí–Văn Nghệ–Văn Hóa Wikipedia)

Khuyết danh



*Nguồn: Internet eMail by **psxh** chuyển*

*Đăng ngày Chúa Nhật, January 24, 2021
Ban Kỹ Thuật Khóa 10A-72/SQTB/ĐĐ, ĐĐ11/TĐ1ND, QLVNCH*