

S.S Joshi

Ảnh hưởng của thiền Vipassana

Dịch giả: Mỹ Thanh Vũ

Vnthuquan.net, 2009.

Để tìm hiểu mức ảnh hưởng của Thiền Vipassana nơi làm việc, chúng tôi phỏng vấn những người đã theo học khóa Thiền Vipassana trong vòng mười ngày. Những câu hỏi cũng được đặt ra cho những đồng nghiệp của họ để biết về kết quả thu thập được sau khi thực tập Thiền Vipassana. Kết quả cho thấy hành thiền Vipassana không chỉ có nhiều chuyển hoá đời sống mà còn tăng cường năng suất và hiệu quả làm việc.

Thường thường tất cả đều nhận thấy có những đổi thay tốt đẹp nơi những người thực tập Thiền Vipassana, và nơi họ làm việc cũng mang được nhiều lợi ích. Sau khóa thực tập, họ trở nên cởi mở, tin tưởng và thân thiện hơn. Họ làm việc một cách hăng say. Sự mệt mỏi, căng thẳng biến mất ; vấn đề ganh tỵ sự khó chịu, mặc cảm đều giảm đi một cách rõ rệt.

Bây giờ chúng ta hãy nhận xét kết quả của từng cá nhân sau thời gian tu tập:

- Ông Balle, Nhà quản Lý (Nghiên cứu & Khuếch trương), thực tập Thiền Vipassana trong vòng mười năm. Ông nói là ông đã giảm bớt sự nóng nảy, cộc cằn. Ông suy nghĩ nhiều lần trước khi trả lời. Ông không còn sẵn giọng với mọi người như trước kia nữa. Những người dưới quyền ông giờ có thể đến gần ông trò chuyện và không khí trở

nên thân mật hơn, ở nhà cũng như ở sở. Niềm tin của ông đối với mọi người được tăng lên. Ông cảm thấy thoải mái đối với mọi hạng người. Chẳng hạn, ở sở có một người mà không ai ưa hết, thế mà ông thân được người này và bây giờ cả hai trở nên bạn hữu. Ông Balle nhận thấy được sự lợi ích của Thiền Vipassana, nên đã giới thiệu một người bạn thông minh nhưng cọc tính học một khóa Vipassana. Sau đó, người bạn này cũng thay đổi rõ rệt, ông ta dễ thương hơn đến nỗi gia đình và bạn bè đều rất đổi ngạc nhiên. Một thời gian sau, người bạn này giới thiệu hai, ba người bạn Bác sĩ khác đến học Thiền Vipassana. Nhờ ông Balle bớt nóng giận và trở nên tin tưởng nơi những cộng sự viên, mà họ làm việc tích cực và có hiệu quả hơn. Trước kia, những tiến trình của một dự án mất rất nhiều công sức và thời gian; đôi lúc phải thực hiện nhiều lần mới có kết quả như ý muốn. Bây giờ, sau khi thực tập Vipassana, những ý kiến cũng như quyết định của ông Balle đã trở nên chính xác và có hiệu quả hơn. Việc làm tiến hành một cách mỹ mãn mà không mất thời gian. Kết quả là hàng sản xuất gia tăng trong một thời gian rất ngắn. Tất cả những người thực tập Vipassana và đồng nghiệp của họ, đều công nhận rằng có những đổi thay khả quan nơi họ cũng như chốn làm việc.

- Ông Kulkani (Ban hành sự) hay bực tức và căng thẳng khi mà thuộc hạ làm lỗi hay không làm theo ý của ông. Sau khóa thực tập Vipassana, ông lặng lẽ nhìn 65 lỗi của thuộc hạ và từ tốn chỉ dẫn họ sửa sai. Sự chú tâm và bình tĩnh của ông gia tăng thì sự căng thẳng được giảm bớt. Do đó, kết quả của mức sản xuất cũng trội hơn lúc trước.

- Những đồng nghiệp của 1 người thực tập Vipassana nói rằng: sau

khóa tu tập, ông ta dễ chịu hơn với mọi người và bớt hung hăng.

Ông suy nghĩ trước và hành động sau một cách thích ứng tùy theo trường hợp. Đồng nghiệp cảm thấy thoải mái hơn khi gần ông ta.

- Ông B. Sitharam (Tổng Quản Lý) thực tập 10 ngày trong tháng giêng 1993. Sau khóa tu tập thứ I, ông ngừng hút thuốc và uống rượu. Ông thực tập Vipassana mỗi ngày trong vòng 1 tiếng đồng hồ. Vợ ông thì thực tập khóa học tháng 11, 1993.

- Ông N.P. Joshi (Phụ tá quản lý) cảm thấy sau khóa tu học Vipassana, ông trở nên lễ phép hơn và bắt đầu quan tâm đến mọi người. Vợ ông cũng thực tập 1 khóa vào tháng giêng năm 1994, và quan niệm về cuộc sống của bà sau đó cũng thay đổi. Bây giờ đưa con trai 9 tuổi cũng sửa soạn học 1 khóa vào tháng 5, 1994.

- Ông P. J. Shah (Nhân viên môi giới) thực tập Vipassana 1 tiếng đồng hồ mỗi ngày. Ông nói mặc dầu tâm trí đôi lúc bức dọc, sau buổi thực tập, tâm thần ông trở nên sáng khoái, minh mẫn hơn. Sự nóng nảy cũng được giảm bớt. Ông làm việc có hiệu quả hơn. Mọi quyết định của ông trở nên chính xác và nhờ đó ông tự tin hơn.

- Ông Pathah (Nhân viên cửa hàng) thực tập Vipassana từ tháng 7, 1992. Trước đó ông hay ngủ vào giờ ăn trưa. Bây giờ giấc ngủ trưa không còn cần thiết nữa, vì tinh thần ông không mệt mỏi. Ông làm việc nhanh hơn. Ông thường làm xong tất cả công việc trước khi tan sở. Nhờ vậy ông có thời gian rảnh rỗi để lo việc ở nhà. Thuộc hạ của ông bảo là ông dễ chịu hơn, bớt nóng nảy, bớt căng thẳng. Đồng nghiệp ông cũng khen ông làm việc có hiệu quả và chính xác hơn. Chứng tỏ Thiền Vipassana đã giúp ông cải thiện đời sống của chính mình và nơi chốn làm việc, ông là 1 nhân viên khá hoàn toàn.

Những nhận xét chung về nhân viên có thực tập Vipassana như sau:

họ luôn luôn làm xong công việc được giao phó trong ngày, ít khi nào công việc bị dời lại cho ngày hôm sau. Chúng tôi họ có sự chú tâm ‘đặc biệt,’ do đó họ làm công tác nhanh hơn; họ cũng bỏ luôn những thói quen xấu như: hút thuốc, uống rượu. Sự tin tưởng, quan tâm, biết giúp đỡ lẫn nhau trong một đoàn thể làm cho công tác ở sở không còn khó khăn hay trở ngại như lúc trước. Nếu chúng ta biết áp dụng Thiền Vipassana cho mọi người cùng thực tập thì trong một đoàn thể hay một xã hội đều sẽ có được nhiều lợi ích.

Tóm lại, chúng ta có thể kết luận một cách chắc chắn là Thiền Vipassana có một ảnh hưởng rất tốt cho chính bản thân cũng như đối với mọi người chung quanh. Thêm vào đó, Vipassana cũng giúp cho sự sản xuất gia tăng nơi chốn công sở. Người tốt thì việc tốt.

Nguồn: Bouddhismtoday.com
Được bạn: Ct.Ly đưa lên
vào ngày: 18 tháng 4 năm 2005