

## Gieo hạt giống tốt



### **Các bạn thân mến,**

Ở đây tháng sáu rồi mà trời còn lạnh, giống trời Đà Lạt bên nhà (16 độ C). Tháng sáu trời mưa, trời mưa không dứt..... Nhưng đây cũng là ân huệ của Đất trời cho vườn tược cây cỏ sau những tuần dài khô hạn, cả con người cũng vậy, những giọt mưa rơi xuống, cuốn trôi các bông phấn, giúp bớt dị ứng và làm lòng ta cũng như mềm mại hơn, thấm thảo hơn.

Hôm qua tôi quyết định chia tay với chậu cây bắp, không cất giữ nữa. Chậu cây bắp lâu nay đã héo hơn và tan rã với thời gian. Chậu cây bắp này nhỏ thôi, tôi mang được về sau khóa tu mùa hè trên Học Viện năm 2014. Quý Thầy Cô trên đó đã ươm được cây bắp từ hạt để Sư Ông dùng làm pháp khí khi nói chuyện với các em nhỏ trong khóa tu, khi đó cây bắp xanh và cao khoảng 30 cm, rất dễ thương. Sau khóa tu, quý Thầy Cô đem chậu bắp nhỏ để bên hông nhà chòi ngoài vườn, tôi được xin đem về, trân quý và nâng niu cho đến ngày hôm nay, cái chậu nhỏ không còn cây bắp trong đó nữa, cây bắp đã chết rã từ lâu nhưng cây bắp đó vẫn sống mãi trong tôi, đất trong chậu cũng đã khô cằn, nhưng đâu đó tôi vẫn cảm nhận còn chút gì hơi hóm của Sư Ông, tôi cẩn trọng rải đất khô trong chậu lên khoảng vườn nhà đang đâm những chồi non của rau húng, rau diếp cá, tía tô...

Các bạn thân mến! Có bao nhiêu hạt trong một cây bắp nhỉ? Chắc các bạn chẳng biết! Bao nhiêu cây trong một cánh đồng bắp? Tôi cũng chẳng rành! Xé từng hạt bắp, ta chẳng thấy cây bắp; xé từng lá, thân của cây bắp, ta cũng chẳng thấy hạt bắp ở đâu. Nhưng thật ra cây bắp và hạt bắp luôn có cho nhau. Hạt bắp là mầm sống của cây, cây là tiềm năng để sinh ra hạt. Cây chỉ xuất hiện, sống được khi hạt bắp được gieo xuống đất, được nuôi dưỡng đều đặn

bởi nước và ánh sáng. Cây lớn lên, đơm bông, kết trái, trái bắt được biểu hiện và hạt bắt có mặt cho ta.

Để có được những trái bắp thơm ngon sau khi được nướng cháy cháy, béo ngậy với một chút dầu hành được quét lên trên – ôi tuyệt vời....hay nghĩ xa hơn một chút, những phút giây hạnh phúc trong đời, ta có thể gieo trồng theo cách ta muốn, dù rằng hạnh phúc, thành công, bình an trong cuộc sống không phải lúc nào ta cũng có thể nắm giữ được, và ta cũng chẳng biết rõ là lúc nào chúng đến với ta. Vì những kiến thức, những kinh nghiệm trải qua theo thời gian cũng sẽ rơi vào quên lãng, những mối tương quan, liên hệ đang có hay những dự tính, mong cầu cho tương lai đôi khi chỉ là những cơn gió nhẹ thoảng qua...Nhưng đôi khi có được hạnh phúc cũng đơn giản lắm, chỉ cần mở dung lượng trái tim mình ra bằng sự trao tặng, cảm thông, sẻ chia không tính toán. Thành công nào cũng đòi hỏi sự kiên trì và niềm tin vào việc mình đang theo đuổi và biết nắm bắt những cơ hội tốt. Và một khi biết gạt đi „tham, sân, si“ cùng với những mong cầu hay chống đối, bất như ý thì ta sẽ có được bình yên thanh thản.

Tôi tin rằng, phần đông trong sâu thẳm mỗi chúng ta, nhất là khi bắt đầu tuổi 50, sau những năm tháng khám phá, trải nghiệm, chúng ta đang từng bước trở về kiếm tìm đâu là hạnh phúc trong cuộc đời mình.

Tôi đã được dạy, được có cơ hội chứng nghiệm, để thấy rằng, hạnh phúc không phải là những gì quá đỗi xa vời, mông lung, hạnh phúc không nằm ở cuối con đường đấu tranh gian nan khổ nhọc mà nó có mặt bất kỳ nơi nào đó trên con đường ta đang bước, chỉ cần ta nhìn sâu thêm thì sẽ thấy hạnh phúc nhỏ lớn đang có quanh ta; Hạnh phúc cũng không là niềm an ủi ảo cho một ai, nó cũng chẳng được làm ra bởi quyền bính, công danh hay với đủ đầy các điều kiện vật chất bên ngoài....

Cũng như các hạt giống, hạnh phúc có thể được gieo trồng và nuôi dưỡng nếu được ấp ủ và chăm bón đàng hoàng. Hạnh phúc không đến ngẫu nhiên, mà nó là hoa trái nhận thức của ta về hoàn cảnh mà trong đó ta có tự do, có thành thoi và bình yên. Ta sẽ thấy cuộc sống này đẹp tươi và ý nghĩa và ta cũng sẽ đóng góp phần nào được năng lượng của bình an, tươi mát cho những người thân thương, cho xã hội quanh ta.

Xin hãy tập cho mình những thói quen để tưới tắm và nuôi dưỡng cây hạnh phúc của mình bằng những phương pháp rất cụ thể mà Sư Ông đã dạy, thí dụ như:

- Mở lòng ra đón nhận tất cả những gì đến với mình bằng trái tim đong đầy niềm trân quý, không phán xét, so sánh thiệt hơn.
- Không nói năng và cư xử theo cách bạo động, dù có gì không tốt xảy đến cho ta ngày hôm ấy. Kiểm soát các cảm xúc tiêu cực, tập lắng nghe sâu để hiểu rõ nguồn cơn trong ta và cả trong đối tượng đã đem khó khăn đến.
- Tập hành xử bằng thái độ khiêm tốn hiền hòa để ôm ấp và xoa dịu, chuyển hóa niềm đau nỗi khổ cả đôi bên. Điều này thật là không dễ, nhưng ta cũng nên thực tập vì đó là điều rất quý báu, nỗ lực của ta dù nhỏ bé đến đâu cũng góp phần làm tươi đẹp thêm mảnh vườn tâm, nơi mà ta còn sẵn những hạt giống lành của hiểu biết, của tình thương, của tha thứ bao dung trong chiều sâu tâm thức ta.

Mong sao chúng ta luôn nghĩ về những nguyên tắc này để có thể có được cuộc sống sâu sắc, vững chãi khi biết lựa chọn mảnh đất màu mỡ để gieo hạt mầm hạnh phúc xuống.....

Mến chúc các bạn thành công.

## Bông Lục Bình

Tháng 6.2020

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

[www.vietnamvanhien.org](http://www.vietnamvanhien.org)

