

Những gì thật sự là của đời ta ?



Các bạn thân mến,

Tuần rồi, đến tiễn người bạn còn trẻ mà đã vội ngừng cuộc chơi đời mình để vội vã trở về nguồn cội trong nỗi thương tiếc của gia đình và bè bạn...tôi cũng không cầm được nước mắt trước sự mất mát lớn này...

Và hôm rày tôi dăm chiêu, nghĩ ngợi bâng quơ về chuyện sinh tử hơi nhiều, nghe lại bài giảng của Sư Ông về *"Không sinh không diệt, Không đến không đi"*, dặn lòng mình *"...Tử sinh là cửa ngõ ra vào, Tử sinh là trò chơi cút bắt..."*, lật lại sổ tay đã ghi chép những lời của Sư Ông: *"Chúng ta nghĩ rằng, những người thương của ta đã đến từ một nơi nào đó, và nay sẽ đi tới một nơi nào đó. Nhưng bản chất của thực tại là không đến cũng không đi."* (Không diệt không sinh đừng sợ hãi – TS Thích Nhất Hạnh).

Mà muốn đạt được trạng thái như vậy, không phải chỉ cho đó là đúng, là kim chỉ nam...mà nó đòi hỏi sự tinh tấn tu tập, thúc liễm thân tâm, sống tỉnh thức, ý thức rõ ràng mọi việc mọi cảnh trong ngay giây phút ta còn thở, vì còn thở, tức là ta còn sống, còn biết được ta là ai, làm gì, nghĩ gì...và việc làm này ta thực tập ngày đêm, trong mọi nơi mọi lúc. Trở về mọi lúc để biết mình đang thở, để nhận diện hơi thở chính mình....thì đây là chìa khóa để ta mới có thể mở tung ra kho tàng trí tuệ luôn sẵn có trong mỗi con người! Và tôi cũng đang mài mò theo vết chân của người đi trước, tuy cũng chẳng đi đến đâu, nhưng một vài bước an yên trên vạn bước trong hành trình cũng là phước duyên lớn lắm rồi.

Quý bà con thân thương - Các bạn thân mến,

Trở về với những mớ bông bồng trong tâm ý hôm rày, tôi nhận ra một vài điều, xin được chia sẻ cùng các bạn để học hỏi lẫn nhau.

Trên đời này, không có bất cứ thứ gì mà ta có thể có trong tay mãi mãi, tất cả mọi thứ đều chỉ là vay mượn để sử dụng, ngay cả tấm thân này cũng vậy, cũng

chỉ là mượn để mà thở, mà đi, mà sốngthôi...rồi đến một ngày nào đó ta rời xa thế gian này, thì những thứ đó cũng sẽ rời xa ta mãi mãi...

Dù cho ta có bao nhiêu tài sản đi nữa, nó cũng không khi nào vĩnh viễn là của ta, vì khi ta xuôi tay nhắm mắt thì những thứ đó cũng sẽ là của người khác. Ngay cả con cái của ta cũng thế, lớn lên chúng đều rời xa gia đình để thành chồng, thành vợ của người khác, hoặc chúng cũng có đời sống riêng của chúng. Thậm chí những cuốn sách quý trên kệ phòng làm việc, có chữ ký rõ ràng đằng hoàng của ta, cũng chỉ là đồ trang trí không hơn không kém, trừ khi nào ta đã đọc qua cuốn sách đó, hiểu được rõ ràng nội dung, hàm ý của nó thì khi đó có thể nói là nó mới thực sự thuộc về ta!

Tiền bạc cũng vậy, chỉ khi ta tiêu dùng chúng, chúng mới thực sự chứng minh giá trị thật sự của mình. Mua thức ăn để không đói khát, mua xe, mua nhà để hưởng được sự thoải mái ấm áp...nếu cứ bo bo giữ lấy thì ta không thể nào tận hưởng những điều kể trên.

Thời gian có quý báu đến đâu như mọi người đều ca ngợi, nhưng nếu không biết nắm lấy, sử dụng cho đúng thì cũng giống như gió thổi mây bay...Ngoài ra, trong đời còn biết bao là những thứ, nhưng nếu không được sử dụng đúng nơi đúng lúc, không được con người trân quý thì nó cũng không có giá trị gì.

Có lẽ tôi quá bi quan chăng? Những gì ta học được từ Thầy từ bạn, nên lấy đó ra mà thực tập, trải nghiệm và tự chứng với chính mình...và đây có lẽ cũng là để ân đền oán trả những gì mà ta đã vay mượn từ thân cho đến tâm trong cuộc sống này:

_ Những người thật sự là bạn của ta không phải là những người ở bên cạnh ta khi ta thành công, mà là người có mặt cho ta khi ta gặp khó khăn.

_ Trong sinh hoạt đôi khi ta không có khả năng giải quyết trọn vẹn mọi khó khăn, nhưng hãy đối diện với chúng, học hỏi vấn đề để thích nghi, xử lý với chúng.

_ Ta có thể nói dối với người khác, nhưng ta không thể nào nói dối với chính bản thân mình. Cơ hội rất tốt cũng là khó khăn nhất mà ta có thể nắm lấy là trung thực với chính mình.

_ Quan tâm, giúp đỡ người khác là kim châm của sinh hoạt, nhưng ta cũng phải biết giúp đỡ cả chính mình. Nếu giây phút nào sống riêng cho mơ ước hay làm được điều gì đó quan trọng với mình, thì giây phút đó là giây phút bây giờ và ở đây đẹp tuyệt vời, miễn là không làm hại cho ta và cho người.

_ Không nên cố gắng chạy theo thị hiếu bên ngoài để biến ta thành người khác. Vì lúc nào cũng có người xinh đẹp hơn ta, thông minh, đảm lược hơn ta, trẻ trung hơn ta..... Đừng thay đổi để mong người khác thích mình. Hãy là chính mình, và rồi sẽ có người yêu thích con người thật của ta.

_ Sống thật tốt thật đẹp, thật đạo đức ngay trong hiện tại, vì ta không thể hoặc không bao giờ bắt đầu một chương mới trong cuộc đời mình nếu cứ đọc đi đọc lại những chương cũ, và ngày mai của ta là kết quả của ngày nay ta đang có.

_ Làm việc gì đó, dù có mắc sai lầm vẫn có hiệu quả gấp 10 lần so với thái độ không làm gì cả. Thành công có được là nhờ bao lần thất bại. Cuối cùng, ta sẽ hối hận về những điều ta không làm nhiều hơn là về những điều mình đã làm. Không cần phải lo sợ khi mọi người đều giỏi hơn ta. Tập trung vào việc vươn lên của mình mỗi ngày. Thành công là một trận chiến chỉ duy nhất có ta và bản thân mình mà thôi.

_ Ai trong thế gian này mà không có sai lầm, khó khăn, hối tiếc trong quá khứ. Nhưng ta không mang tên là sai lầm, là khó khăn của mình, mà ngay lúc này đây ta có năng lượng để xây dựng hiện tại và tương lai của mình. Mỗi một điều sai lầm từng xảy ra trong cuộc sống của ta đều góp phần chuẩn bị cho ta đón nhận một khoảnh khắc mới sẽ đến. Hãy yêu thương khi ta sẵn sàng, chứ đừng thương yêu chỉ vì ta đang cảm thấy cô đơn. Mỗi người ta gặp đều có một ý nghĩa, mục đích riêng cho bản thân ta, một số sẽ thử thách, lợi dụng ta, cho ta những bài học ngàn vàng. Nhưng điều quan trọng nhất là một số người sẽ giúp ta thể hiện khía cạnh sống tốt nhất của mình.

_ Các bạn có đồng ý với tôi không? Nhiều khi ta mơ ước nhiều thứ với một giá rất đắt, nhưng bà con phải công nhận với tôi rằng: những gì thực sự khiến chúng ta hài lòng lại hoàn toàn miễn phí – đó là tình yêu thương, cảm thông giữa người và người, là tiếng cười, và là những giây phút mình hài lòng với những gì mình đang có và biết rằng đã đủ đầy rồi. Có được sự ổn định an nhiên của mình trước rồi mới nghĩ đến chuyện chia sẻ cuộc sống đó với người khác được

_ Ta hay hời hợt, không tận hưởng những gì nhỏ nhoi mà ta có được trong mọi sinh hoạt, vì biết đâu một ngày nào đó nhớ lại ta sẽ thấy các điều nhỏ nhoi ấy vô cùng ý nghĩa với mình. Phần tốt đẹp nhất trong cuộc sống của ta thường là những khoảnh khắc nhỏ bé, không tên mà ta nên trân quý, dành để mỉm cười cùng với ai đó quan trọng với ta.

_ Nên chấp nhận và sống hài hòa với những gì đến với mình. Lo lắng thái quá không giúp giải thoát các gánh nặng trong tương lai, vì trước tiên nó sẽ lấy đi

niềm vui của ngày hôm nay. Thay vào đó, ta nên tự hỏi: điều ta đang mong ước, lo lắng có thật sự cần thiết, quan trọng hay không? Cho những ngày sắp đến? một năm, hai năm hay ba năm sau đó...? Nếu câu trả lời là không thì nó không đáng để ta bận tâm nữa! Và chắc chắn ngày hôm nay sẽ an nhiên với tâm chú ý hành xử của mình.

_ Và đây là thiển ý cuối, chấm dứt những suy tư của tôi để thực tập trong mọi sinh hoạt hằng ngày của mình: Đó là nên sống làm sao để ta không phải là người vô ơn! Dù ta đang sống trong hoàn cảnh tốt đẹp hay tồi tệ, xin hãy thức dậy mỗi ngày với lòng biết ơn cuộc sống của mình, vì ta còn có mặt đến ngày hôm nay là nhờ hưởng được cái KHO của TRỜI ĐẤT, xin hãy nhớ rằng: Ở nơi nào đó, có những người khác đang đấu tranh trong sợ hãi, tuyệt vọng để giành lấy cuộc sống của họ. Cho nên : **Thay vì nghĩ về những gì ta không có, mà hãy nghĩ đến những gì ta đang có mà người khác không có !**

Mong lắm thay!

Hiên trúc – Thu 2024

BÔNG LỤC BÌNH

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

www.vietnamvanhien.net

