

Muốn Biết Sống Cả Đời Phải Biết Làm Phép Trừ

Kiên Định

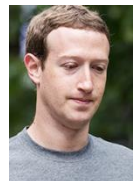
Trong khi chúng ta đang ra sức làm phép cộng, thì những người biết sống cả đời đều đang làm phép trừ. Vì cảm thấy trong cuộc sống này những điều đạt được vẫn không đủ, nên chúng ta cứ gắng sức tích trữ, ra sức 'làm phép cộng'. Tuy nhiên, bạn có biết rằng... có nhiều người nổi tiếng vì đã thành công lại đang làm "phép trừ" như những người dưới đây:

Năm 1845, học giả người Mỹ **Thoreau** đã đi đến bờ hồ Walden, xây dựng một ngôi nhà bằng gỗ nhỏ và sống một mình trong 2 năm 2 tháng ở đó. Trong tác phẩm nổi tiếng "*Walden – Một mình sống trong rừng*", ông viết: "*Tôi muốn chậm chậm tiến sâu và hút hết từng vị ngọt tới tận xương tủy của cuộc sống. Tôi sống một cách chậm rãi, đơn giản, loại bỏ tất cả những gì không trong sạch nề nếp trong cuộc sống của tôi, tôi áp dụng hình thức thật giản dị để từ bỏ hết những thứ nào không cần thiết*".



Thực tế đã chứng minh rằng những người càng thành công càng theo đuổi một cuộc sống giản dị, không để những ham muốn vật chất và quyền lợi khống chế. **Steven Jobs** – nhà sáng lập Công ty Apple – đã suốt đời quan niệm rằng "ít là nhiều". Lúc ông gần 30 tuổi, cuộc sống của ông và những đồ đạc trong nhà ông đơn sơ tới mức làm cho ai cũng phải ngạc nhiên: một bức hình của Einstein, một chiếc đèn bàn Tiffany, một cái ghế và một chiếc giường. Tuy nhiên ông thận trọng lựa chọn từng vật dụng nhỏ trong ngôi nhà của ông.

Zuckerberg, người sáng lập ra Facebook, nhà tỷ phú trẻ tuổi nhất thế giới, cũng là một người luôn theo "chủ nghĩa sống thật giản dị". Tủ quần áo của ông chỉ có một hàng áo T-shirt màu xám nhạt và một hàng mũ và áo lót màu xám đậm. Chiếc xe hàng ngày đi làm của ông là chiếc xe Honda trị giá có 16 ngàn đô la. Ông mặc áo màu xám và quần bò thường tới độ những nhân viên của hãng ông nghĩ rằng ông không thay quần áo mỗi ngày khi đi làm!



Vậy mới thấy rằng những nhân vật nổi tiếng và thành công mà chúng ta ngưỡng mộ lại cả đời làm phép trừ.. Họ không bị khống chế bởi những ham muốn vật chất cho nên luôn cảm thấy hạnh phúc với cuộc sống của mình... Cuộc sống càng giản dị càng giúp chúng ta có thể nhìn thấy nó một cách chân thực!



Nhà văn nổi tiếng người Mỹ **Joshua Becker** là một công tử đẹp trai con nhà giàu. Nếu nhìn hời hợt bề ngoài người ta có thể nói ông có sự nghiệp vẻ vang đáng để nhiều chúng ta ngưỡng mộ: mức lương 6 con số, một người vợ rất xinh đẹp giỏi giang, mới 22 tuổi đã có biệt thự đẹp, xe hơi sang, muốn gì được nấy, không có gì đáng lo lắng ưu phiền. Thế nhưng ông lại cho rằng thực sự cuộc sống của ông không mang lại hạnh phúc.

Cứ mỗi dịp lễ tết ông đều mua quà và mang tặng mẹ, nhưng lại bỏ lỡ mất cơ hội gặp mẹ lần cuối cùng trước khi bà qua đời; điều này khiến ông hối hận mãi vì chuyện đã rồi không thể nào sửa sai. Ông mua rất nhiều món quà xa hoa đắt tiền cho vợ và con trai nhưng lại không cho họ được cái họ mong muốn nhất là thời gian ở bên họ. Vì vậy gia đình ông gặp nguy cơ tan vỡ.

Ông bỗng thấy rằng chính những ham muốn vật chất vô tri vô giác đã làm cho cuộc sống trở nên hỗn loạn, bản thân mình bị mê hoặc và cứ quên đi thứ đáng trân quý nhất trong cuộc đời mình. Thế là ông dứt khoát từ bỏ công việc dù nó mang lại hàng triệu đô, bỏ hết những tư tưởng hỗn loạn trong tâm trí, đồng thời dọn dẹp lại mọi thứ trong nhà. Ông mang những quần áo sang trọng và những đồ dùng dư thừa đem cho người thiếu thốn hay những cơ quan từ thiện. 90% những đồ đạc trong nhà ông được thanh toán, ông chỉ để lại một số đồ dùng thiết yếu cho cuộc sống hằng ngày.

Ông quyết tâm tận hưởng cuộc sống và bắt đầu sống ung dung tự tại: khoan thai nấu nướng và thưởng thức những món ăn, mời bạn bè đến cùng uống trà vào mỗi chiều tà, cùng tận hưởng những chuyến du lịch không cần hoạch định trước và dành nhiều thời gian hơn cho gia đình. Khi đứng từ một tụ điểm khác để thăm định lại cuộc sống của mình và tự đặt câu hỏi xem mình muốn gì và không muốn gì, thích gì và không thích gì, nhan sinh quan của ông đã thay đổi hẳn. Từ khi còn bé Joshua Becker đã muốn là một nhà văn nhưng chưa bao giờ có cơ hội để cầm bút viết sách. Bây giờ là lúc ông có thể thực hiện được mong ước của mình. Joshua

Becker bắt đầu viết sách và quả nhiên hai năm sau, ông đã là một nhà văn nổi tiếng với những tác phẩm bán chạy nhất nước Mỹ.

Hai chàng người Mỹ Joshua **Fields Millburn** và **Ryan Nicodemus** là những người đã khởi phát phong trào Minimalism (Sống với cái tối thiểu) vào những thập niên 2010. Ryan từng làm giám đốc và sau khi bị sa thải, anh vô cùng buồn rầu chán nản. Trong sự thiếu thốn anh nhất quyết sống một cuộc sống thật giản tiện. Ryan và người bạn Joshua Millburn đã suốt 8 tiếng đồng hồ dọn hết đồ dùng trong nhà và bỏ vào thùng. Mỗi ngày Ryan lấy đồ anh cần dùng từ trong thùng ra để sử dụng.



Ngày đầu tiên Ryan lấy trong tủ ra tám trái giẻ bông và một vài vật dụng cần thiết cho sinh hoạt cá nhân và những ngày sau đó là một vài bộ quần áo. Sau một tuần hầu như đồ đạc vẫn còn nguyên trong thùng anh không hề đụng tới. Từ ngày thứ 11 anh không còn cần bất cứ thứ gì trong thùng nữa. Sau 21 ngày những đồ còn lại trong thùng là những thứ anh không cần đến, anh đem vứt đi hết. Ryan dọn nhà đi nơi khác mang theo 20% đồ dùng cần thiết cho mình và bắt đầu một cuộc sống mới. Anh tâm sự rằng lần đầu tiên trong đời anh cảm thấy mình giàu có.

Buông bỏ những thứ vật chất lãng nhãng và những trách nhiệm quá mức sẽ giúp cho cuộc sống trở nên thoải mái và thú vị hơn. *“Bí quyết sống hạnh phúc” là “vứt đi 90% những thứ không cần thiết và chỉ giữ lại 10% sẽ làm chúng ta đạt được một cuộc sống nhẹ nhàng vui sướng hơn”*

Joshua và Ryan đã đề xướng ra phong trào sống với sự tối thiểu. Phong trào này sau đó lan rộng sang Âu Châu rồi tới khắp thế giới: Càng ngày càng có nhiều người quyết định thoát khỏi những ham muốn vật chất để có một cuộc sống hạnh phúc hơn.

Đổi đại đa số chúng ta vì chưa có nhiều nên chúng ta ai cũng cố gắng “làm phép cộng”. Tuy nhiên nếu muốn thực sự có hạnh phúc, chúng ta phải cố gắng học phép trừ.

Cứ xem bộ phim truyền hình Nhật *“Nhà tôi trống rỗng không một vật gì”* thì thấy: nhân vật chính Satō Mai, một cô gái chất chứa trong tâm quá nhiều ưu tư giống như ngôi nhà của cô chứa quá nhiều đồ đạc không cần thiết: căn nhà bừa bộn tới mức tìm một cặp sách cũng không thể tìm cho ra, khách đến nhà không còn biết ngồi ở đâu... Mãi cho tới ngày bị thất tình, Satō Mai mới thấy rằng bất cứ thứ gì của người bạn trai cũ cũng làm cho cô bực bội, cô bèn đem vứt bỏ nó đi. Cô nhận thấy càng vứt cô càng cảm thấy thoải mái. Một hôm có một trận động đất, cô nằm dưới đồng hồ đeo tay trong nhà, nhân viên cứu thương tìm mãi mới thấy cô. Sau đó Satō Mai đã để lại ấn tượng sâu sắc trong lòng người xem khi tuyên bố: *“Những đồ dư thừa có thể lấy đi tính mạng của bạn”*.

Những thứ dư thừa trong cuộc sống hiện tại, tuy không đến nỗi làm chúng ta mất mạng như trong bộ phim, nhưng chúng làm tốn phí thời gian, tinh thần và thể lực của chúng ta. Lòng chúng ta càng chất chứa nhiều ham muốn vật chất, nội tâm chúng ta càng thêm hỗn loạn. Yutaro Matsura – một học giả người Nhật đã từng nói:

“Những vật dụng bầu bạn với chúng ta cả ngày lẫn đêm mới chính là người bạn đáng tin cậy nhất, gần gũi nhất và không biết nói dối nhất. Chúng ta nên lựa chọn cẩn thận các vật dụng cần thiết, hoặc không mua hoặc nếu phải mua thì mua đồ tốt. Như thế mới có những đồ thực sự làm bạn với chúng ta cả đời. Tôi luôn cảm kích và cung kính những đồ vật sống với tôi hàng mấy chục năm trong nhà”.

Trong “Trang Tử – Tiêu diêu du” có câu:

“Tiêu liêu sào vu thâm lâm, bất quá nhất chi; yển thử ẩm hà, bất quá mãn phục”.

Tạm dịch là:

Chim ri làm tổ trong rừng sâu, chẳng qua là một cành cây; chuột giữa cổ uống nước sông, chẳng qua cũng để no bụng thôi.

Hàng ngàn năm qua, các bậc hiền triết đã dạy chúng ta rằng vật chất quá nhiều sẽ không có lợi. Có câu chuyện rằng, vua Nghiêu muốn nhường thiên hạ lại cho Hứa Do nhưng Hứa Do từ chối nói rằng chim nhỏ chỉ làm tổ trên cây trong rừng sâu; cái cần câu chẳng qua là một nhánh cây; con chuột uống nước bên dòng sông... Ông cho rằng cuộc sống an cư thanh bần đủ làm ông hài lòng, cần chi đến thiên hạ của Nghiêu?

Hương Dương viết lại theo Kiên Định