

Kiếp Người

Cuộc sống vội vã, kiếp người bé nhỏ, ngoảnh đầu lại đã hết nửa đời người. Thời gian trôi nhanh như bóng câu lướt ngoài cửa sổ. Hôm qua còn vui vầy cùng bè bạn mà hôm nay đã đôi ngả lìa tan. Người cũ lâu không gặp, chuyện cũ lâu không bàn. Chớp mắt một cái, nhìn quanh mình chẳng còn lại mấy ai. Thời gian không đợi một ai, một sớm soi gương thấy tóc mình điểm bạc, hồng trần có khác nào cõi mộng vậy thôi...

Đôi khi buồn phiền, hãy nghĩ cuộc sống là phép trừ, gặp một lần bớt một lần, còn có gì phải khổ não. Không quên ơn người giúp mình, không trách móc người xử tệ với mình, không giữ mãi trong lòng hận thù người khác, tự khắc mình sẽ thấy cuộc đời sao mà an nhiên, tự tại! Khi gặp phải chuyện đau buồn, không như ý, hãy nghĩ rằng trong cuộc sống ai cũng từng phải trải qua. Kiếp người khi đến tay không, ra đi cũng tay không, không mang đến hạt cát mà cũng không mang đi một áng mây nào.

Khi mình bất mãn, hãy nghĩ đến những người nghèo khổ, kém may mắn hơn mình, biết đủ mới là hạnh phúc. So với người bệnh, hạnh phúc của mình là sống khỏe mạnh. So với người đã khuất, hạnh phúc của mình là còn sống. Người ta muốn sống tốt thì tâm phải giản đơn, phải bớt hồ đồ một chút. Khi mình cảm thấy không vui, hãy tự hỏi rằng mình còn lại bao nhiêu ngày mà tự dằn vặt. Nghĩ như vậy, mình sẽ không buồn nữa. Khi tức giận hãy tự hỏi có cần phải khổ tâm vì những chuyện không đáng để rồi, ăn không ngon, ngủ không yên?

Khi so đo tính toán, hãy nhớ lại rằng mình đến thế gian này tay không, hà có gì phải tính toán thiệt hơn, tại sao không bỏ qua cho lòng mình thanh thoi? so đo nhiều lại tổn hại tinh thần, vừa hại người hại mình, kết quả là hao tâm tổn sức. Một đời người chỉ cần sống sao cho không hổ thẹn với lương tâm, miễn sống an nhàn đã là nhất!

Hãy sống vui vẻ, có cơm thì ăn, có rượu thì uống, buồn ngủ thì lên giường, có quần áo để mặc, có núi để leo, có biển để ngắm, có internet để giao du với người khác, có xe để đi, có việc để làm, có người bạn đời để cùng chung vui, nương tựa lẫn nhau nữa là ... tuyệt vời!

Sống an nhiên vui vẻ mới là tốt nhất, chẳng việc gì phải để ý đến tiền ít tiền nhiều vì khi già rồi, chết đi ai còn biết mình là ăn mày hay là người giàu có? Ai cũng có phiền muộn, hàng ngày đều có chuyện buồn bực, quan trọng nhất là mình không để ý đến, sống vui vẻ thì buồn phiền sẽ tự nhiên tiêu tan.

Tài sản quý giá nhất là sức khỏe. Khi sinh mệnh của con người chấm dứt, đến lúc sự sống không thể cứu vãn được nữa thì tiền tài là gì, danh vọng là chi, thầy đều vô nghĩa. Ham giàu có khiến con người tham lam, biến thành ác quỷ. Trong mắt người sắp từ giã cõi đời, những gì gọi là danh phận, địa vị, tiền bạc, trang sức, mỹ nữ đều chỉ là một đồng rác mà thôi. Sức khỏe là số một, không có sức khỏe thì danh tiếng, địa vị, sĩ diện, xa hoa, xe sang, nhà cao cửa rộng... thầy đều là mây bay, gió cuốn, mong manh, hư ảo. Đời người như một bi kịch. Nửa đầu là học hành, quyền lực, chức tước, thành quả, tăng lương tăng chức. Còn nửa sau là huyết áp, mỡ máu, tiểu đường, ung thư, cô đơn, sầu não. Nửa cuộc đời phấn đấu hết mình, nửa kia chấp nhận, buông xuôi. Cớ sao kiếp người khốn khổ đến thế!

Hãy nhớ không có bệnh cũng phải giữ gìn sức khỏe, chưa ốm đau cũng vẫn phải lo lắng để phòng giữ gìn sức khỏe, phải năng tập thể dục, đi bộ, ăn uống điều độ, biết kiêng cử, tránh những gì độc hại cho thân mình. Chớ ỷ y, phải luôn cảnh giác, đi tiêm ngừa, đi thăm bác sĩ đi thử máu thường xuyên... Phải tránh phiền muộn, thô tham sân si như Đức Phật đã dạy, phải biết sống thanh thoi, không đòi hỏi thềm muốn...