

Điều Cần Nhớ để Sống Hạnh Phúc, Không Ưu Tư



Con người thật kỳ lạ, muốn hưởng phúc dài lâu, thanh thản trọn đời mà suốt kiếp cứ mê mải tranh đấu, oán hận, dục vọng không buông, tâm ý sâu thẳm. Giá như người ta có thể biết tự khống chế dục vọng của mình, biết dừng lại đúng lúc, hẳn cuộc đời này đã không còn là “bể khổ” nữa.

Nhân sinh trôi qua khác nào giấc mộng kê vàng, chẳng thể lâu bền mãi. Có người trải qua bao sóng gió, thăng trầm, lúc gần nhắm mắt xuôi tay mới hiểu được rằng nhân thế xem chừng cũng hư ảo chỉ như một làn khói, thực sự không cầm giữ được gì trong tay. Vậy thì hạnh phúc đích thực của người ta rốt cuộc nằm ở đâu, làm sao có thể chạm tay vào? Nói khó rất khó nhưng dễ thì cũng rất dễ. Đời người ta nếu có thể “dừng” làm

những việc này, ắt là phúc báo miên miên vậy.

Có tiền đừng keo kiệt

Lý Bạch từng có một câu thơ thực chí lý về đồng tiền thế này:

*“Nhân sinh đắc ý tu tận hoan
Mạc sử kim tôn không đối nguyệt
Thiên sinh ngã tài tất hữu dụng
Thiên kim tán tận hoàn phục lai”*

Nghĩa là:

*Đời người đắc ý cứ vui tràn
Chớ để chén vàng cạn dưới trăng
Trời sinh tài ta ắt có dùng
Ngàn vàng tiêu sạch rồi lại có*

Không bàn đến quan niệm hưởng lạc có phần phớt mặc sự đời của thi nhân, chúng ta hãy xem ông quả thực đã đặt bạc tiền ở vị trí thấp nhất, còn thấp hơn cả chén rượu, ánh trăng. Tiền vốn chỉ là một vật ngoài thân, khi sinh chẳng mang đến, khi chết không cầm theo được, hà cớ gì cứ phải một đời coi nó như báu vật bất ly thân?



Đời người tìm được sự thanh thản mới là điều quan trọng nhất. Nhiều người quý tiền còn hơn sinh mạng, coi tiền như phép màu, có thể mua về mọi thứ. Rồi dần dần họ trở nên tự tư, ích kỷ, keo kiệt, chỉ muốn tồn trữ bạc vàng, của cải đầy kho lẫm. Để có được tiền, họ đánh đổi cả lương tâm, danh dự, sẵn sàng bày mưu tính kế hại người, trục lợi. Tiền với họ đã trở thành ám ảnh.

Nhưng trên đời, thứ mà tiền có thể mua được quả thực rất ít so với những gì nó không thể đổi lấy. Tiền bạc không mua được sức khỏe, sự thanh thản, không mua được nhân cách, phẩm giá. Tiền không thể

biến kẻ tiểu nhân trở thành người quân tử, không thể biến kẻ bất tài, vô đạo trở thành bậc trượng phu.

Như vậy thử hỏi một đời còm cõi tích lũy tài vật, bạc tiền để làm chi? Phải chăng nên như Lý Bạch “ngàn vàng tiêu sạch rồi lại có”?

Có tình yêu đừng buông bỏ nó

Có được một tấm chân tình trong đời là điều không hề dễ dàng. Có câu thơ rằng: “Tụ tán nhờ có duyên. Ly hợp vốn do tình”. Cuộc đời sao ngắn ngủi, nhân thế sao lắm ưu phiền? Một tình cảm chân thật lại càng không

dễ kiếm. Phật gia giảng nhân duyên con người kiếp này đều từ những kiếp trước mà đến. Mỗi người ta gặp trong đời, mỗi người đến và ghi dấu lại trong tim ta đều đáng trân quý. Nhưng thế sự xoay vần, cuộc đời lắm bão giông, tình cảm cũng mong manh như sương mai trong gió, thổi là tan, cầm là vỡ. Nếu hôm nay bạn buông bỏ một tấm chân tình thì chẳng biết đến khi nào mới lại gặp được.



Người ta nói: “*Người vợ của bạn kiếp này chính là người mà bạn chôn cất kiếp trước*”. Lại có câu thơ rằng: “*Tu trăm năm mới chung thuyền. Tu nghìn năm mới nên duyên vợ chồng*”. Đã là duyên, đến hay đi là do trời quyết định. Nếu ông Tơ bà Nguyệt đã an bài cho bạn một mối lương duyên, hãy thực lòng trân quý nó. Bởi chưng bực vàng như núi

rời cũng tiêu tán hết, của nả đầy kho cũng có lúc cạn trơ. Chỉ có nghĩa tình là còn lưu lại mãi mãi suốt kiếp suốt đời.

Tức giận đừng để trong lòng.



Hãy gột rửa tâm hồn để oán giận không còn chỗ. Có câu “*Thất phu chịu nhục, tuốt kiếm tương đấu*”, kẻ dưng phu chỉ cậy sức khoẻ, gặp chuyện không vừa ý thì khí giận ngút trời, nói lời cay đắng, cuối cùng đến khi xuống cửa tuyền mà lòng vẫn còn ôm một mối hận không nguôi.

Khi cơn nóng giận bất ngờ ập đến, thường người ta không còn giữ được điềm tĩnh, để nó che mờ lý trí, thường hành động theo cảm tính. Có người bột phát ra bên ngoài nhưng cũng có loại người lòng cứ ôm giữ mãi chuyện thị phi, sống để dạ chết mang đi, quả thực là thống

khổ.

Như thế, nội tâm của người ta cứ mãi không bình yên. Ngoài mặt là nói nói cười cười nhưng trong tâm thì sóng gió như cồn. Người xưa nói, oán hận tích tụ trong lòng mà không khai thông thì sinh ra oán khí, có thể tàn phá lục phủ ngũ tạng, làm người ta suy kiệt. Liều thuốc độc hại mệnh người ta chính là ở đó.

Vậy thì từ nay, khi gặp chuyện thống khổ, buồn bã hãy cứ buông xả cho kỳ hết, chớ lưu giữ làm chi trong cõi lòng. Bạn tích tụ lượng oán khí ấy càng nhiều thì thọ mệnh của bạn càng ít đi. Hãy tìm đến một người bạn để rót bầu tâm sự. Như Lý Bạch ngày xưa, mỗi khi buồn thì tìm đến rượu, coi rượu như bạn quý mà có lúc cũng phải thở than:

“Trừu đao đoạn thủy thủy cánh lưu
Cử bôi tiêu sầu sầu cánh sầu
Nhân sinh tại thế bất xứng ý
Minh triêu tán phát lộng biên chu”

Ý tứ là:

*Rút đao chém nước, nước càng chảy
Đốc chén tiêu sầu, sầu thêm vương
Đời người vốn chẳng như mong
Sớm mai xoắn tóc bến sông xuôi thuyền
Thù hận đừng ghi nhớ*

Oán hận nên cời không nên buộc.

Người quân tử không biết thù hận mà lấy tắc lòng khoáng đạt mà bao dung người khác. Người xưa nói: “Oan oan tương báo, dĩ hận miên miên”, nghĩa là: báo oán lẫn nhau, hận thù cả đời không dứt. Báo thù rửa hận không phải là cách cời nút hận thù. Chỉ có tha thứ, khoan dung, lấy đức báo oán mới đoạn dứt được mối

nghiệt duyên ấy. Mà trên thực tế, người không ghi khắc thù hận trong tâm mới chính là người hạnh phúc nhất. Họ sống một cuộc đời thanh thản, tự tại, ung dung. Vì không muốn báo thù, họ cũng không sợ bị kẻ thù “tương báo”. Vì biết tha thứ, họ tìm được bến đỗ bình yên cho tâm hồn, lại tích được phúc báo cho hậu thế.



Người xưa nói về đạo lý “Tam bất thức” để gìn giữ được tuổi trời trường thọ, chính là không bao giờ lưu tâm đến 3 điều:

- Không quan tâm ân oán,
- không quan tâm tuổi tác và
- không quan tâm bệnh tật.

Con người hiện đại thuận theo dòng chảy phát triển của xã hội đã có một cuộc sống vật chất đủ đầy, tiện nghi hơn nhưng cũng vì thế mà rước vào mình thêm nhiều muộn phiền. Thân thể mắc bệnh, đến cả tinh thần cũng chẳng lúc nào yên là bởi họ cứ một đời tranh đấu ngược xuôi, nghĩ cách kiếm tiền, đến chết không buông.

Thực ra sống hạnh phúc không khó. Cái khó chính là người ta có dám buông bỏ những dục vọng, lợi ích thực tại trước mắt mà làm tròn đầy thêm tinh thần, phẩm cách, đạo đức của mình hay không.

Bởi vì, hạnh phúc đích thực chỉ đến từ sự bình yên trong tâm hồn

Quả là:

*Nhân sinh một giấc mơ màng
Ai người tri kỷ ôm đàn cùng ta?
Thơm gì một đoá quỳnh hoa
Sầu gì một ngấn lệ sa đôi hàng*

Hữu Bằng