

# Tập Thơ BS. Phùng Văn Hạnh

Vài lời trần tình trước khi bước vào trang thơ:



*Tôi đã làm nhiều bài thơ, Tôi chọn lựa một số cho tuyển tập này để mua vui bạn đọc. Tôi ít đi vào khuôn sáo của thơ trữ tình, khóc lóc tiếc thương mối tình đã mất hay ca ngợi mối tình của chính mình. Tôi thường nghĩ nghệ thuật vì nhân sinh hay nói như cổ nhân “văn dĩ tải đạo”. Mỗi bài thơ vẽ một khung cảnh thật ở đời và rút ra bài học bổ ích, xây dựng. Chính vì thế mà tôi nghiêng về thơ gọi là ngụ ngôn. Tôi gom góp những bài hay đã đọc và học để phổ thơ. Mong rằng các bạn sẽ tìm thấy vài bài bổ ích và làm bạn rung cảm. Xin cảm ơn*

Phùng Văn Hạnh

## Đường tôi đi - Khánh Giao

Xưa, đường tôi đi: Gia Long, Nguyễn Huệ  
Nắng đổ bốn mùa, cây cỏ xanh tươi.  
Nay đường tôi đi, có tên lạ hoắc,  
Chỉ một mùa bóng mát cỏ xanh.  
Sáu tháng rông, cây khẳng khiu cành.  
Đường tuyết phủ, lạnh lùng, người bước đi vội vã.  
Vận mệnh, tang thương, lạc loài xứ lạ  
Cứ băng khuâng sao ta đến nơi này  
Tuổi xế chiều, buồn vui lẫn lộn, vơi đầy  
Đêm mộng mị, không biết mình nơi đất khách  
Kỷ niệm chất chồng, chập chờn khi tỉnh giấc  
Tay ôm đầu, lưa thưa tóc, đời thật chóng qua  
Mới ngày nào tuổi trẻ ba hoa  
Làm được những gì, vẫn chưa thúc thủ  
Sống có cần tận thu thành quả?  
Hay chỉ trái lòng chí thiết, hăng say  
Tri kỷ, tri âm, thơ văn cùng bạn vui vầy  
Ca ngợi cuộc sống bao la, giàu có  
Từ giã tiệc tàn, một ngày nào đó,  
Bạn bè ơi, có nhớ đến tôi,  
Nhớ một người, chỉ mang đến niềm vui

## Lời Đức Lạt Ma

Người ta phí sức khỏe, để giàu sang  
Rồi tốn tiền, để tạo lại an Khang  
Nghĩ đến tương lai trong lo sợ  
Quên mất mình sống trong hiện tại  
Để rồi sống không hiện tại, tương lai  
Sống không hề tưởng sẽ chết nay mai  
Và chết như chưa hề đã sống

## Đời Thêm Đẹp

Hãy hươm, đừng quá lo  
Hãy nhàn tản ngâm thơ  
Bởi vì đời thêm đẹp  
Khi ta có thì giờ...  
Hãy ngưng việc bề bộn  
Quên thời gian đang đi  
Để hưởng điều diệu kỳ  
Trước khi đời tàn tạ  
Mọi sự đều bị xóa  
Hãy say hương nồng, hoa thắm  
Hãy đón hạnh phúc vào sâu tâm khảm  
Hãy nghe gió rì rào  
Ràng giấc mơ qua mau  
Hãy hươm, hãy ngưng tay  
Hãy thư thả phút giây  
Bởi vì đời thêm đẹp  
Khi thời gian như mây...  
Thong thả bay  
Dành thì giờ tha thiết  
Với đời vui như Tết  
Hãy ôm ấp mùa xuân  
Bởi cuộc vui sẽ hết  
Hãy nhìn lên trời xanh  
Đón ánh nắng bình minh  
Một ngày mới đang đến  
Và tình yêu chờ anh  
Hãy để dành thời gian  
Mà nghe gió lang thang  
Thì thảo lời nhắn nhủ  
Ràng giấc mơ chóng tàn  
Vàng, cuộc đời thêm đẹp  
Khi ta có thời gian

## Cháu Cười

Sáng xuân nội, cháu ngoài vườn,  
Ngắm xem tu líp đơm bông đầu mùa.  
Cháu ngồi bên cạnh luống hoa,  
Ngoan hiền cười nói, lòng già rộn vui.  
Cháu cười, cảnh vật cùng cười,  
Nét cười duyên dáng, vui tươi lạ như ông;  
Không gian một đóa hoa hường;  
Đôi môi nhuận thắm, nét cong tuyệt trần;  
Sáng trong răng ngọc trắng ngần.  
Mắt cười đen láy, ánh băng sáng ngời.  
Trán thơ: hồ phẳng lặng soi.  
Má hồng núng sũng một đôi nụ cười.  
Tóc tơ óng ả nắng cài,  
Lung linh bên má, xỏa vai rũ cười.  
Chim reo, lá múa, hoa mời  
Nhập vào hương sắc: một trời vui dâng .  
Niềm vui êm ái, lâng lâng.  
Niềm vui cùng với thiên thần kết giao.  
Niềm vui màu nhiệm rạt rào.  
Niềm vui bất tuyệt đi vào bao la.  
Vui thương thấy cháu trở hoa.  
Vui thương biết mấy tre già mọc măng.

## Tuổi Già

*(lấy ý từ bài hát "les gens âgés")*

Tuổi già, ngày rộng, tháng dài  
Ngồi nghe bài hát từ đài phát thanh  
bài hát không riêng dành cho họ  
Vi thương trường đâu có lợi gì  
Thương trường cung cấp đủ đầy  
An thần, trấn thống, uống ngày, uống đêm  
Nhưng người già chỉ thèm âu yếm  
Thuốc đâu bằng thương mến, ân cần  
Tuổi già bị lãng quên dần  
Trong nhà dưỡng lão quanh quẩn tháng ngày  
Mà chính phủ dựng xây cho họ  
Mỗi người trong một xó âm thầm  
Thế rồi trong dịp đầu năm  
Bà con đến viếng, ân cần mến thương  
Cũng âu yếm ôm hôn nồng thắm  
Chỉ một lần bốn phận chu toàn!  
Lão hóa: vấn đề thời gian  
Sung sướng, đau khổ phải chăng về già  
có con cái, hay là vô hậu  
Tuỳ thuộc người hiểu thấu yêu thương  
Tuổi già là cuối con đường  
Không hẹn, không muốn, cũng cùng tới đây  
Có ai thoát những ngày già cõi  
Dù giàu sang, phú quý tốt vời

Tuổi già không nói nên lời  
Trái tim chờ nặng chuyện đời đã qua  
Họ muốn được trút ra kể kể  
Ai chịu nghe, ai để tâm vào?  
Lưng còng họ lại cúi đầu  
Nhìn xuống chân, nhận niềm đau cuối đường  
Đã dốc hết yêu thương, sức khỏe  
Nuôi các con, dạy dỗ nên người  
Dù hy sinh cả cuộc đời  
Bỏ cả mộng ước vá trời, chỉ mong  
cho con cái thành công sung sướng  
Và giờ đây cuộc sống xế chiều  
Nhốt vào dưỡng lão quanh hiu.  
Cứ ngày cuối tháng, trán nheo, ngẩng đầu  
Ký lãnh tiền, tưởng như bố thí  
trợ cấp rút từ quỹ tiền già  
Tuổi già hay để lệ sa  
Nhớ bao kỷ niệm đã qua trong đời  
Nào là tuổi đôi mươi thơ mộng  
Nào đấu tranh cuộc sống nhọc nhằn  
Lưng còng oằn dưới tháng năm  
Ưu tư, sầu khổ lo toan gia đình  
Tuổi già, năng cầu kinh sớm tối  
Lòng đơn sơ vô tội trẻ thơ  
Cầu xin Thượng Đế nhân từ  
Xót thương cho cảnh bơ vơ ngày già  
Có khi họ thiết tha cầu khẩn  
Xin Thượng Đế lân mẫn chớ quên  
Khép mắt họ, đưa vào miền  
Vĩnh hằng siêu thoát, bình yên cõi Trời  
Tuổi già, đến với người sớm muộn  
Dù cho người có muốn hay không  
Thời gian dẫn đến đường cùng  
Dù giàu bạc triệu, lấy lừng vinh quang  
Cũng không ngăn thời gian dừng bước  
Vào tuổi già kẻ trước, người sau  
Một ngày vui sống qua mau  
Tuổi già lặng lẽ đi vào trong ta!

## Quyển Sách Nội Tâm

Sách vở thì nhiều, đọc hết nổi  
Trung niên bắt hoặc, nhiều câu hỏi  
Nghĩ suy cho lắm, vẫn mông lung  
Tìm kiếm không ngừng, thêm rắc rối  
Quay lại bản thân, bình nội tâm  
Thanh nhàn tuổi hạc, chống già cõi  
Cho hay năm tháng chờ khôn ngoan  
Thiên mệnh trung dung nhập tuyệt đối

## Bác Ái

(kể theo một bài báo Mỹ)

Cậu bé nghèo, bán đồ gia dụng  
Đến từng nhà áp dụng, rao hàng  
Kiếm tiền chi phí học đường  
Một hôm vội vã quên ăn, đi làm  
Bụng đói meo, tay chân run rẩy  
Trong túi còn chỉ mấy đồng kèn  
Định bụng sẽ phải xin ăn  
Chủ nhà kể tiếp, từ tâm rộng lòng  
Cậu gõ cửa, người trong nhà mở,  
Là một cô thiếu nữ xinh tươi  
Thẹn thùng đôi ý, ngỏ lời:  
“cho em cốc nước chị ơi thương tình”  
Nhưng thấy em da xanh, run rẩy  
Thiếu nữ vào nhà lấy sữa tươi  
Một ly đầy ấp đem cho  
Uống xong cậu thấy khỏe ra rất nhiều  
Thưa rằng:” trả bao nhiêu hở chị ?”  
Thiếu nữ cười : “chị chỉ theo lời  
mẹ dặn là ở trên đời  
việc thiện tự hiến không đòi trả công”  
Cậu bé giả từ, cảm ơn, tin tưởng  
Ở loài người, ý hướng vị tha  
Tạ ơn Thiên Chúa là Cha  
Quan phòng, ưu ái chan hòa khắp nơi  
Nhiều năm trôi qua, người thiếu nữ  
Gặp phải cơn bệnh dữ, hiểm nghèo  
Bác sĩ chữa trị cho cô  
Bó tay, nên gửi cô vào nhà thương  
Có bác sĩ chuyên môn uyên bác  
Ở một thành phố khác cũng gần  
Vói nhiều thiết bị tối tân  
chẩn đoán ca bệnh khó khăn, khác thường  
Hạnh ngộ là con đường kỳ lạ  
Thiếu niên từng bán dạo ngày xưa  
Nay là giáo sư chuyên khoa  
Đến bên giường bệnh, kiểm tra tận tình  
Xem bệnh án, từ thành phố cũ  
kỷ niệm xưa ấp ủ trong lòng  
Trở về sao xuyên tâm can  
Nhìn kỹ người bệnh mê man trên giường  
Nhận ra được ân nhân ngày cũ  
Ông vui mừng lòng tự hứa lòng  
Dốc sức định bệnh thành công  
Tận tâm chữa trị chăm nom hàng ngày  
Sau vài tháng bệnh xoay chuyển tốt  
Và bệnh nhân hồi phục hoàn toàn  
Rồi ngày xuất viện tới gần  
Tính bệnh viện phí chắc rằng rất cao  
Gia đình thì chẳng giàu , tạm đủ  
Chị làm sao trả nổi cho đây!  
Mới vui lành bệnh hiểm nguy  
Thì nay lo lắng loay hoay vì tiền  
Giáo sư thì lòng riêng hoan hỉ

Hỏi văn phòng bệnh viện phí bao nhiêu  
Khi xem chiết tính thì phê  
“Đã trả đầy đủ” bên lề hoá đơn  
Lại thêm một câu thòng đậm nét:  
“**bằng một ly sữa thiệt là đầy**”  
Rồi ký tên như rồng bay...

## Vết Thương Lòng

(chuyện ngụ ngôn)

Có cậu bé tính nét bộp chộp  
Cha cậu cho một hộp đầy đinh  
Dặn rằng:” khi con bực mình  
Qua cơn nóng giận, hãy bình tĩnh mau  
Bước ra bờ tường rào, cần trọng  
Lấy cây đinh ra đóng vào tường  
Để con nhắc nhớ trong lòng  
Bao nhiêu lỗi phạm trong một ngày.”  
Ngày đầu em loay hoay bận rộn  
Phải đóng đinh đến bốn, năm lần  
Rồi em tự chế dần dần  
Ngày cuối tháng chỉ một lần đóng đinh  
Em mới thấy giữ mình bình thân  
Khoẻ hơn là nóng giận, bồn chồn  
Khỏi bận rộn ra bờ tường  
Đóng đinh nhiều bận mà lòng chẳng vui  
Cuối cùng ngày đẹp tươi đáng sống  
Em không còn phải đóng đinh nào  
Bố khen: “thành ý con cao  
Nhưng con thấy bức tường rào đầy đinh  
Từ nay mỗi ngày tâm bình  
thì con nhổ một chiếc đinh khỏi tường.”  
Người con cố gắng không ngừng  
Kết quả là đinh cuối cùng nhỏ đi.  
--“Cha khen con giờ đây tiến bộ  
Nhưng bờ tường đầy lỗ, hục hiu  
Rạn nứt, xấu xí, tiêu điều  
Khi con giận dữ gây nhiều tổn thương  
Để lại trong tâm hồn đồng loại  
Vết thương lòng cũng tựa lỗ đinh  
Thời gian đâu có làm lành  
Vết thương trí mạng, thân tình nát tan  
Con càng lớn, thì càng tiếp xúc  
Với thế giới trong đục nhiều nhưng  
Những lời giận dữ tổn thương  
Con nên tự chế như con đã làm  
Tốt hơn là ngậm tăm không nói  
cũng là cách phản đối ôn hoà  
Chỉ lời từ tế nói ra  
Lời không từ tế thì thà đem chôn  
Thế giới tốt đẹp hơn biết mấy  
Chỉ thấy hoa, không thấy lỗ đinh

## Đưa Con Đi Thực Tập Ở Wakefield

Một sớm tháng bảy, Mộng lệ An vào hè rục rờ  
Xa lộ 40, giữa rừng xanh chan hòa nắng đỏ  
Cha mẹ chở con đi thực tập tận Wakefield.  
Là sinh viên y khoa năm cuối Mc Gill,  
con phải qua nội trú nhà thương thôn dã.  
Wakefield, làng Québec, giữa núi đồi xa lạ  
cách Ottawa hai chục dặm đường,  
có hồ thơ mộng dưới chân núi mờ sương,  
có liễu rủ đôi bờ,  
có suối reo đổ vào, nước trong như ngọc;  
có ghềnh đá ngồi câu, thả hồn phiêu du cực lạc;  
có cầu gỗ che như nhà thủy tạ bắt ngang.  
Thiên nhiên được chuốt trau thành cảnh thiên đàng

:

Nhà ngói đỏ quanh hồ trên triền đồi xinh xắn.  
Hoa nở rộ khắp nơi:  
Trên ban công, trong vườn, bụi bờ, lối đi ngập  
nắng.  
Bướm lượn, chim reo, cây gió hát lưng trời.  
Ba mẹ mừng con sẽ qua những ngày tháng vui  
tươi  
trọ nhà bà y tá địa phương, dưới rừng cây rậm rạp  
ấm cúng, tiện nghi, gần nhà thương thực tập.  
Nhà thương trên sườn đồi, phòng ốc khang trang  
sạch sẽ như lau nhân viên phục vụ thập toàn  
lễ độ, tươi cười, mang cho người vui sống.  
Nhà ăn nhân viên nhìn xuống hồ thơ mộng  
Sau giờ làm mệt, con ngồi nhâm cà phê.  
Nhớ gia đình và nhớ đến quê.  
Qua bao truân chuyên, nay đến bờ may mắn.  
Những kẻ nhân danh độc tài vô sản,  
ở quê nhà không cho con học y khoa.  
(dù con là học sinh xuất sắc, nhưng có cha  
lao động tù đầy nơi rừng thiêng, nước độc)  
Con đã xa thế giới khủng khiếp, không tìm óc  
để bước vào văn hóa Thiên Chúa giáo, Hy-La  
bác ái, tự do, nhân bản, hài hòa  
của một làng quê văn minh, tân tiến.  
Những người ở đây đã trải qua hai thế chiến  
rời bỏ Âu Châu để tìm sự an bình,  
xây hạnh phúc cho người và cũng cho mình,  
trong thú điền viên đồng quê đẹp xinh êm ả.  
Họ tiếp đón con : Chim lạc đàn Châu Á  
như người thân, ấm áp, nuông chiều.  
Quê nhà ruộng rẫy con, nhưng ở đây  
con là bác sĩ mến yêu.  
Giấc mơ của con đã thành sự thật  
Dưới hồ vọng lên tiếng vui cười người bơi thuyền,  
trượt nước.  
Quán ăn bên hồ đầy khách vắng lại.  
Lối đi rục rịch, nhiều cặp gái trai  
xây mộng ước êm đềm, tình tự.  
Như bông lúa chín cúi đầu tư lự  
cảm ơn ân lượng đất trời.

Mưa ngọt, gió hòa và công sức của người  
un đúc hạt lúa vàng no đầy kiến thức  
Tâm hồn ngát ngây nhân hòa, bao dung, đạo đức  
Con cúi đầu nguyện ước bồi hồi.  
Hạt lúa vỡ ra, cơm lành canh ngọt khắp nơi nơi.  
Tâm hồn thanh cao trong xác thân tráng kiện.  
Nam nữ thanh niên đủ hành tranh, phương tiện  
xây đắp ước mơ, tươi đẹp muôn màu  
nơi quê nhà thân yêu và khắp hoàn cầu  
như làng Wakefield, sớm mai này dạt dào sức  
sống  
trong thân ái ,yêu đời, êm đềm, thơ mộng

## Khôn Ngoan Ở Đồi

Tình yêu lớn cũng như thành tựu lớn  
Đều kèm theo bất trắc, gian nan  
Thất bại là bài học quý muôn vàn  
Trong hành động có ba điều tâm niệm  
Tự trọng, kính nhân, nhận trách nhiệm  
mọi việc ta làm, không đổ lỗi, chối từ  
Mỗi ngày dành vài phút suy tư  
Lòng rộng mở, sẵn sàng thay đổi ý  
Nhưng căn bản thiện tâm không sai chạy  
Im lặng là cách trả lời tốt nhất, một đôi khi  
Sống một đời chân thật, trọn nghĩa  
Tuổi già, sẽ vui thêm khi nhớ lại  
Giữ không khí yêu thương trong gia đạo  
Đó là nền tảng cuộc đời ta  
Nếu đôi khi với người thân, có ý kiến bất hòa  
Hãy xoay quanh vấn đề, đừng nhắc quá khứ  
Chia xẻ hiểu biết là đi vào bất tử  
Hãy yêu chiều thế giới chung quanh  
Mỗi năm ngắm thắng cảnh một vài lần  
Nhớ kỹ là giao tình tốt đẹp  
Đặt yêu thương trên nhu cầu hạn hẹp  
Đánh giá thành công là cho ít hay nhiều  
Giúp tha nhân để đạt mục tiêu  
Trong yêu thương, chân thành, bền bỉ  
**Không đạt được những điều như ý**  
**Có khi là may mắn diệu kỳ**  
Hiểu luật lệ cuộc đời chi li  
Để có thể khi cần, uốn nắn  
Đừng vì một xích mích nhỏ, mất bè bạn  
Khi nhận ra mình đã lỗi làm  
Phải tức thời xin lỗi thành tâm



## Nhấn Nhủ Các Con

(gợi ý từ bài thơ Pháp ngữ)

Có một ngày các con nhận thấy  
cha mẹ già, lầy bầy, yếu dần,  
vụng về vụng vãi khi ăn,  
run không mặc nổi áo quần như xưa.  
Hãy kiên nhẫn giúp cho cha mẹ,  
từng mớ mớ cơm con trẻ thơ ngày,  
xổ áo quần vào chân tay,  
khi con bé tí, chưa đầy thoi nôi.  
Nếu cha mẹ lảm lòi nói lặt  
hãy lắng nghe đừng rập cứt ngang .  
Mẹ kể hơn một nghìn lần,  
để ru con ngủ, chuyện thần chuyện tiên.  
Nếu cha mẹ chẳng siêng tắm rửa,  
dùng cần nhần, xấu hổ con ơi .  
Lúc nhỏ mẹ cũng hụi hơi ,  
dỗ con tắm, con lảm lòi từ nan.  
Những phương pháp tối tân điện toán,  
con giúp giùm lên mạng, sưu tra.  
Và hãy kiên nhẫn, ôn hòa .  
Xưa kia, con học với ba nhiều điều:  
Mặc thích hợp, ăn tiêu phải đạo;  
Gợi ý luân thường đạo giáo, cho con.  
Cha mẹ trí nhớ mỗi mòn,  
chuyện kể rời rạc, không còn đầu đuôi.  
Chờ cha mẹ có thời gian nhớ.  
Nhớ không ra thì chớ bực mình.  
Quan trọng chuyện trò thâm tình.  
Quý thay là thấy con mình chịu nghe.  
Nếu cha mẹ có chê cơm cháo.  
Đừng buồn chi, đừng bảo phải ăn.  
Cha mẹ biết lúc nào cần  
Lúc ăn được, chẳng phân vân tí nào  
Nếu cha mẹ lao đao đi đứng,  
hãy đi tìm gậy chống cho mau;  
Đưa tay cha mẹ vịn vào.  
Xưa con chập chững , té nhào đôi khi.  
Cha mẹ vội đưa tay đỡ lấy,  
giúp cho con đứng dậy tập đi  
Khi cha mẹ sức kiệt suy,  
trối trăn từ biệt, tử quy yên lòng  
Chớ bi lụy, chớ buồn con nhé.  
Một ngày kia con sẽ hiểu rằng:  
Sống già là một phúc phần,  
Dài ngày chờ đợi một lần ra đi  
Dù cha mẹ có khi sai quấy'  
khi hết lòng nuôi dạy các con  
nên người hữu dụng, khôn ngoan.  
Thiết tha điều tốt. thập toàn mà thôi  
Câu "nước mắt chảy xuôi" thấm thiết.  
Nay ngày già chỉ biết trông chờ:  
Nương tựa con, khỏi bơ vơ.  
Nhà già lạnh lẽo, ơ hờ không quen.  
Vui sướng sao sống bên con cái

Nghe những lời thân ái mến thương  
Miếng ăn, viên thuốc, bên giường  
Sớm thăm, tối viếng, tay nương đỡ đỡ  
Nụ cười móm mém tri ân  
Yêu thương rào rạt trào dâng tim già  
Niềm yêu thương bao la, che chở  
Đùm bọc con từ thuở sơ sinh  
Nay con đáp lại ân tình  
Hiếu thảo, tề nhị, tâm thành, cảm thông  
Giúp cha mẹ sống trong êm ấm  
Trong yêu thương, nhân phẩm, ân cần  
Cầu xin Thượng Đế ban ân  
Cho con cuộc sống an toàn, vui tươi  
Khi song thân lìa đời, gửi lại  
Cho Cha Chung, con cái chúng con  
Xin người tiếp nối lo toan.  
Quyền năng Người sẽ chu toàn ước mong

## Ấm Tình Người

Ngồi bên lò lửa  
Ấm áp phải không?  
Nhưng có người thương  
Ngồi bên càn ảm  
Gió lộng lạnh lắm  
Mặc nhiều áo len  
Nhưng ấm không bằng  
Khi có ai khác  
Choàng thêm áo khoác  
Ấu yếm ôm vai  
Thì thắm bên tai  
:"bớt lạnh chưa nhi!"  
Xoa tay thật kỹ  
Không ấm được ngay  
Có ai áp tay  
Ấm như được sưởi  
Dù cho đội mũ  
Cổ quấn khăn quàng  
Cũng không ấm bằng  
Tựa vai tin cậy



Nếu biết mong em đi có được,  
Thôi đi "ngươi ơi có bao giờ không?"  
- TIKKI -

## Khôn Ngoan Ngày Già

Cụ già, tuổi chín mươi hai  
Nhỏ con, tự tin, tóc tai gọn gàng  
8 giờ dậy, sẵn sàng, nhanh nhẹn  
Đề ra xe đi đến nhà già  
Vợ ông mới chết tháng qua  
Nhà xưa quá rộng, thân già đơn côi  
Đến nhà già, ông ngồi chờ đợi  
Ở hành lang, hờn hờ, an nhiên  
Vài giờ sau có nhân viên  
Gặp ông, dẫn dắt đi lên nhận phòng  
Thấy ông vui, thông dong chống gậy  
Nhân viên trong thang máy nói rằng:  
-“Phòng ông ở, có giăng màn  
che cửa sổ, với tấm khăn trải giường”  
-“Tôi thích lắm” mừng rơn ông nói  
Như một em tám tuổi nhận quà  
Nhân viên vui vẻ cười xòa:  
-“Phòng ông chưa thấy vậy mà đã vui  
Biết đâu chừng đến nơi nhìn rõ!”  
Ông bực mình cau có chê bai  
-“Không đâu, tôi đã an bài  
Chọn hạnh phúc ngày hôm nay đây rồi  
thích căn phòng do tôi định đoạt  
chứ không vì đồ đạc, trang hoàng  
Tôi đã tự bảo trong lòng  
Hôm nay tôi sẽ thích phòng của tôi  
Như sáng nay, khi rời giường ấm  
Tôi chọn: không lắm cảm, cần nhàn  
đếm những bất tiện khó khăn  
gây ra bởi những cơ quan suy đồi  
Nhưng thâm cảm ơn Trời bảo dưỡng  
những cơ quan hoạt động tốt lành  
Ngày mới quà tặng đẹp xinh  
Còn mở mắt tôi còn nhìn lạc quan  
Yêu hiện tại, quý trân kỷ niệm  
Của ngày qua, kiêu diễm thân thương  
Góp gom đem gửi ngân hàng  
Ngày già cứ rút dần dần ra tiêu  
Vui kỷ niệm, thêm nhiều hạnh phúc  
Lòng dạn lòng trung thực thi hành  
Năm điều đem lại an bình  
Thứ nhất giải thoát ghét ganh, hận thù  
Thứ hai đừng ưu tư lo lắng  
Thứ ba sống đơn giản thông dong  
Thứ tư cho nhiều tình thương  
Thứ năm chẳng đợi trả ơn ở người



## Không Có Dịp Đặc Biệt

Dự tang lễ vợ bạn thân  
Nghe chuyện tâm sự của anh thật buồn  
Anh dẫn tôi vào phòng anh ngủ,  
lấy ra từ ngăn tủ vợ anh  
một bao bọc lụa trắng tinh,  
Bên trong chiếc áo đẹp xinh mượt mà.  
--“Đây là áo đàn bà thường mặc  
bằng loại tơ vừa đắt, vừa sang.  
đồ hiệu hãng Ý thời trang  
tôi mua tặng vợ, khi nàng cùng tôi  
đi du lịch vui chơi năm trước  
trong nhà hàng Nữ Ước thời trang  
Nhưng nàng cất giữ quý trân  
đợi dịp đặc biệt mới mang ra dùng.  
Nhưng cái chết bỗng dưng ập đến  
Dịp đặc biệt chừng diện đâu còn  
Nay nằm tẻ lạnh trong hòm  
Tư trang tế nhuyễn góp gom theo nàng  
Chiếc áo đẹp thời trang cũng được  
Bỏ vào hòm một chốc nữa thôi.  
Dịp đặc biệt ấy em ơi!  
theo em đến một góc trời HU' VÔ”  
Quay lại nhìn tôi anh nói tiếp:  
Đừng bao giờ đợi dịp đặc trưng  
mới đem đồ quý ra dùng  
Mỗi ngày là dịp khác thường đó anh  
Hiện tại hãy tận tình thụ hưởng  
Đặc biệt là còn sống trên đời  
Có cơ hội, trí thành thời  
Đọc sách nghiền ngẫm những lời khôn ngoan  
Ít lo chuyện sửa sang nhà cửa  
Mà ung dung dùng bữa cơm ngon  
Dành thì giờ cho cháu con  
Khuyên khích, dạy dỗ, yêu thương, ân cần  
Với bạn bè thiết thân giao tiếp  
Vì mấy khi được dịp gặp nhau  
Cuộc đời ý nghĩa thâm sâu  
Ném hết cảm nghiệm nhiệm mầu thần tiên  
Từ đây đồ quý đem dùng hết  
Không chờ dịp đặc biệt khác thường  
Thái Đức, Lưu Bội trong rương(1)  
Đem ra chế uống trà ngon mỗi ngày  
Áo quần đẹp đổi thay không tiếc  
Không chờ dịp đặc biệt mới chung  
Nước hoa đại lễ đem dùng  
Hàng ngày không khí thơm lừng bao quanh  
Điều ưng ý phải nhanh thực hiện  
Để xem, nghe, hưởng, nghiệm, tức thì.  
Cụm từ “một ngày gần đây”  
một “dịp đặc biệt”, “ngày mai” quên rồi  
Chỉ nhớ là cuộc đời vẫn vội.  
Sớm như tơ xanh, tối bạc đầu (2)

(1) 3 loại bình trà quý: thứ nhất Thái Đức gan gà, thứ nhì Lưu Bội. thứ ba Mạnh Thân (2) triều như thanh ty, mộ như tuyết (Lý Bạch)

## Chuyện Bác Tiều Phu Mất Rửa

(phổ thơ một chuyện vui cười)

Bác tiều phu trảy nhánh cây sồi  
Bên dòng sông lớn ít người lại qua  
Sấy tay cái rửa văng xa  
Rớt xuống sông rộng khó mà vớt lên  
Bác buồn bực rĩ rên than thở  
Mất rửa rồi thì khó kiếm ăn  
Bỗng đâu xuất hiện ông Thần  
Hỏi han tự sự ông băng đi liền  
Xuống sông ông vớt lên cái rửa  
Bằng vàng ròng, ông hỏi tiều phu  
--"Rửa này là của anh ư?"  
--"Thưa không phải" bác chối từ nhận vợ  
Thần lại xuống sông lo tìm nữa  
Và đem lên cái rửa bạc ròng  
"Cái này của anh phải không?"  
"Thưa không phải" thật lòng bác thưa  
Xuống sông lần thứ ba tìm nữa  
Thần mang lên cái rửa sắt trui  
Bác reo: "Rửa tôi đây rồi"  
Ông thần cảm động ngỏ lời ban khen:  
--"tôi thấy anh người hiền ngay thật  
Ba rửa vàng, bạc, sắt tặng anh"  
Tiều phu vái lạy ân nhân  
Nhận ba cái rửa ông thần trao cho  
Vài ngày sau tiều phu cùng vợ  
Dọc bờ sông đi dạo thư nhàn  
Rủi thay bà vợ trượt chân  
Té xuống sông, chìm mất tăm, đoạn trường  
Tiều phu khóc thảm thương tuyệt vọng  
Nỗi khổ đau đã động lòng Thần  
Ông hiện ra hỏi ân cần:  
--"Vi sao anh lại khóc than thảm sầu?  
--"Khẩn xin thần mau mau cứu vớt  
Vợ tôi vừa mới rớt xuống sông  
Nước cuốn mất xác thảm thương"  
Thần nghe, liền lội xuống dòng nước sâu  
Vớt lên một tiểu thư lịch sự  
Đẹp như là Bao Tự ngày xưa  
Hỏi rằng: "có phải vợ người?"  
Tiều phu đáp: "Đúng vợ tôi thưa ngài"  
Thần tức giận tía tai la lối:  
--"Sao nhà người gian dối tham lam  
Phải phạt nặng kẻ tà tâm  
Vợ mình mới chết, đã ham vợ người  
Tội đáng để Thiên lôi đánh chết"  
Tiều phu quì, tha thiết van nài:  
"Cho tôi biện bạch cùng Ngài  
Tại sao tôi phải nhận ngay vợ mình  
Là tiểu thư đẹp xinh lộng lẫy.  
Nếu tôi không nhận lấy thì ngài  
Sẽ mang đến người thứ hai  
Mặt hoa da phấn như là Tây Thi.  
Tôi từ chối tức thì sau đó

Ngài vớt lên người vợ của tôi.  
Thành thật tôi nói: "đúng rồi"  
Thì ngài khen thưởng cho người thủy chung  
Được kết duyên với cùng ba vợ  
Nhưng nhà tôi nghèo khó lấy đâu  
Chu cấp cho ba nữ lưu  
Lo toan chồng chất, ưu sầu gia tăng  
Cho nên tôi cá gan nhận lãnh  
Tiểu thư đầu ngài gán cho tôi  
Câu chuyện nhảm nhữ đôi lời  
Về lòng chung thủy của người đàn ông  
Xin tha thứ cho chồng nói dối  
Vì ép buộc không lối thoát ra  
Lý do hết sức thật thà  
Trăm năm tình nghĩa các bà hiểu cho

## Sự Hy Sinh Của Một Bà Mẹ (Chuyện Đại Hàn)

Nỗi khổ sở của tôi suốt đời  
bắt đầu từ thuở thiếu thời nhận ra  
mẹ tôi, khác người ta, chột mắt  
lại quá nghèo tất bật bán buôn.  
Ngày ngày mẹ phải vớt rong  
đem ra chợ bán, nuôi con học hành.  
Một ngày nọ đá banh cùng bạn,  
mẹ bỗng đâu lẳng văng đến gần  
gọi tên, tôi đứng chết trân,  
mắt tôi nẩy lửa, giận tràn bên hông.  
Tôi chạy đi, như không thấy mẹ  
Qua ngày sau chẳng để tôi yên,  
bạn tôi chế nhạo liên miên:  
"Mẹ mày một mắt". Tôi điên lên rồi!  
Nói với mẹ những lời bất hiếu  
--"Mất hai con, mẹ thiếu một con  
Con xấu hổ, chỉ ước mong  
mẹ chết khuất mắt thì lòng mới vui"  
Mẹ chẳng quở trách tôi chi cả  
Nhưng tình cờ tôi đã nhận ra:  
Mẹ tôi đau đớn xót xa  
lặng lẽ ngồi khóc đến khuya bên đèn.  
Tôi ngủ sớm, nửa đêm khát nước  
mò xuống bếp uống cốc nước chè  
thấy mẹ đang khóc ử ử .  
Nhưng tôi bình thần trở về giường tôi.  
Mỗi lần nhớ những lời tàn nhẫn,  
tim nhói đau, phấn chấn học hành  
Nguyện thề phải cố thành danh  
chiến thắng đau khổ mẹ dành cho tôi:  
Cảnh mẹ một mắt ỉ ôi ;  
Cảnh nhà nghèo rách mồng tơi, ê chề.  
Tôi đã trọn nguyện thề, mơ ước  
thi đậu vào đại học Hán Thành .  
Mẹ tiễn một mắt long lanh:

Tương lai tươi sáng riêng dành cho tôi .  
Được học bổng thành thoi bay nhảy,  
tôi thành danh sau bảy năm ròng.  
Cưới vợ đẹp, có con khôn,  
nhà cao, cửa rộng an toàn ấm êm  
Mẹ chột, nghèo khổ tôi quên.  
Còn tôi của cải cứ thêm mỗi ngày .  
Rồi một hôm có ai gõ cửa,  
tường đất trời sắp sửa đổ nhào:  
Mẹ tôi đứng ở cửa vào  
cũng nhìn một mắt ngày nào năm xưa .  
Con gái tôi cũng vừa có đó,  
nó chạy đi hoảng sợ hét la  
Tôi vờ không biết mặt bà,  
lạnh lùng hỏi: “ *bà tìm ai trong nhà* “  
Mẹ tôi về ôn hòa lễ độ  
trả lời rằng :” *không nhớ số nhà*  
*Nên nhầm địa chỉ người ta*”  
Rồi bà lặng lẽ đi ra ngoài đường .  
Tôi thầm nghĩ, tôi còn may mắn,  
mẹ tôi đã không nhận ra tôi.  
Ăn năn nhưng chuyện đã rồi .  
May sao tôi nhận giấy mời trường xưa  
về họp mặt cũng vừa có dịp  
ghé thăm mẹ tôi nghiệp ngày xưa,  
(Chẳng qua vì chút tò mò)  
thấy mẹ chết, nằm co ro nền nhà.  
Tôi không thấy xót xa nhỏ lệ  
vì đã từng trù mẹ chết đi .  
Trong tay bà cầm bức thư,  
xem ra mới biết gửi tôi mấy dòng:  
“*Thư này mẹ gửi con yêu quý*  
*Sức sống mẹ đã thấy cạn dần*  
*Chắc không lên nổi Hán Thành*  
*nhìn con lần cuối thỏa tình ước mong.*  
*Lần trước mẹ vui lòng thấy được*  
*con sống trong hạnh phúc sang giàu.*  
*Tuy rằng có chút thương đau,*  
*mẹ con xa cách không lâu chi mà.*  
*Cớ sao không nhận ra được mẹ ?*  
*Mẹ ra về bóng lẻ buồn tênh*  
*Gần đây mẹ mới được tin*  
*con về họp mặt thân tình trường xưa,*  
*gặp bạn thầy tuổi thơ nhắc nhớ*  
*kỷ niệm xưa một thuở thân thương. 80*  
*Mẹ cũng muốn đến trường*  
*nhìn mặt con để thỏa lòng nhớ thương.*  
*Nhưng nghĩ mình nghèo nàn chột mắt*  
*chỉ làm con mất mặt mà thôi.*  
*Mẹ sắp từ già cõi đời*  
*kể con câu chuyện của thời ấu thơ :*  
*Con hai tuổi rũi ro tai nạn,*  
*một con người bị bắn ra ngoài*  
*Con sẽ chột mắt cả đời;*  
*Tật nguyên đem lại thiệt thòi cho con. 90*  
*Nhìn hốc mắt đen ngòm kinh dị*

*mặt trẻ thơ xấu xí hải hung,*  
*mẹ hiến mắt cho nhà thương,*  
*để con trở lại bình thường đẹp xinh .*  
*Bây giờ cả sự tình con hiểu*  
*mắt mẹ sao lại thiếu một con .*  
*Hai lần mẹ bị tổn thương*  
*Mẹ thấu hiểu không trách con chút nào.*  
*Mẹ thiếu con ước ao gần gũi*  
*Cả cuộc đời tận tụy cho con 100*  
*Ước nguyện không được chu toàn,*  
*Dù sao mẹ cũng yêu con vô vàn”*  
Tôi chết trân khóc than hối hận  
đã vô tâm thù hận mẹ mình:  
Bà luôn sẵn sàng hi sinh  
cho tôi một mắt mới thành chột thôi.  
Bà gọi tôi là “con yêu quý” .  
Tôi xem bà là quý xấu xa .  
Tôi là tất cả của bà .  
Bà sống vất vả cũng là vì tôi .  
Còn tôi muốn xa rời khỏi mẹ ,  
để sống đời ích kỷ, vong ơn  
Tôi là quái vật không hơn  
Muôn đời tiếng xấu nêu gương dạy người  
Câu “nước mắt chảy xuôi” thấm thiết,  
mẹ lặng yên chịu hết khổ đau  
đình ninh có một sở cầu  
cho con hạnh phúc, sang giàu, thành danh

## Ứng Phó Áp Lực

Giáo sư giảng dạy sinh viên  
ứng phó áp lực, ưu phiền, lo toan ( stress)  
của cuộc sống muôn ngàn hệ lụy  
bằng chứng minh gợi ý sau đây:  
Nâng cao ly nước trong tay  
Ông hỏi sức nặng ly này bao nhiêu?  
Sinh viên đáp với nhiều ý kiến:  
-*từ trăm gam(100gr) cho đến năm trăm (500gr)*  
Giáo sư nói:”*chớ quan tâm*  
*sức nặng là phụ, thời gian cầm mới gay.*  
*Cầm ly một phút trong tay*  
*Có gì khó nhọc, mặt mày tỉnh bơ*  
*Cầm lâu một giờ, tay mỏi*  
*Cầm một ngày, chắc gọi cứu thương*  
*Trọng lượng nhỏ, ta xem thường*  
*Nâng không ngại nghĩ, khó lường hiểm nguy*  
*Áp lực đời sống cũng y như vậy*  
*Cứ mang trên vai sẽ thấy nặng nề*  
*Càng lâu nguy hại nhiều bề*  
*Sinh ra mệt mỏi chán chê sự đời.*  
*Như ly nước, xin mời để xuống*  
*Nghỉ ngơi đi, khi uống lại nâng*  
*Khi ta khỏe khoắn sẵn sàng*  
*Gánh nặng đời sống ta bèn vác lên.*  
*Bởi thế theo lời tôi khuyên*



Về nhà các bạn hãy quên nhọc nhằn  
Của ngày học tập ở trường  
Ngày mai ta mới sẵn sàng tiếp thu  
Rời nhà, tâm trí phiêu du  
Đến trường ta mới bắt đầu lo toan.  
Như thế là an toàn cho bạn  
Đủ can trường sức mạnh học hành  
Gánh nặng cảm thấy gia tăng  
Bạn hãy để xuống dưới chân, thờ phào  
Lấy lại sức đi nào, thư giãn  
nghỉ ngơi rồi, gánh nặng nhẹ đi  
Cuộc đời đâu có dài chi  
Hãy cố hưởng thụ những gì trời cho  
Giáo sư cũng dặn dò phương thức  
Làm nhẹ đi cơ cực cuộc đời  
Hãy vui những ngày thanh thoi  
Bỏ câu chấp cánh giữa trời tiêu dao

## Nguyên Lý Sự Trống Không

Phải bạn có thói quen cất giữ?  
Dụng cụ thừa, đồ cũ đã xài  
Phòng khi hữu dụng ngày mai  
Thì bạn có sẵn tầm tay mà dùng  
Có phải bạn đã từng ky cóp?  
Không dám tiêu, gom góp từng đồng  
Vớ ý là để đề phòng  
Những khi túng quẫn, long đong vì tiền  
Phải bạn có thói quen áp ủ  
Chất trong lòng chuyện cũ buồn đau  
bất bình, ganh ghét, lo âu  
tâm hồn ray rứt bao lâu mới vừa?  
Bạn có biết phải chừa chỗ trống  
Để lòng mình tiếp đón chào mừng  
Tình cảm mới mẻ bao dung  
Xôn xao hạnh phúc, tưng bừng niềm vui  
Cũng như cố góp thu cất giữ  
Ở tầng hầm, đồ cũ chất chồng  
Cả nhà shed ở ngoài vườn  
Cũng đầy đồ cũ, những rương cùng hòm  
Còn đâu chỗ làm phòng giải trí  
Bàn ping pong, thiết bị âm thanh  
Ca-ra-ô-kê, truyền hình  
Sàn chơi trẻ nhỏ, gia đình chung vui.  
Thói quen hay cất thu đồ cũ  
Tâm hồn mình già cỗi không ngờ  
Như nước tù đọng nhớp nhơ  
Phồn thịnh, tiến bộ, mộng mơ không màng  
Hãy đem cho cơ quan từ thiện  
Những áo quần, đồ điện không dùng  
Tầng hầm, nhà shed trống không  
Có chỗ cho những ước mong, tâm kỳ  
Đồ mới thay đồ bỏ đi  
Sáng loáng, tiến bộ, tiện nghi hơn nhiều  
Đồng thời bạn phiêu diêu thanh thản

Khi xua đi vương bận tâm tình  
Hồn ghen, giận ghét, bất bình  
sẵn sàng đón rước linh đình nỗi vui  
Hạnh phúc đến đẹp tươi, mới mẻ  
Nhảy múa vui mặc kệ ai nhìn  
Yêu thương, tràn ngập con tim  
Hát một mình, chẳng cần tìm người nghe  
Sống như thể vào quê thiên quốc  
Giữa bình an, phúc lộc chan hòa

## Những Nghịch Lý

Những nghịch lý thời nay nhan nhản  
Nhà cao tầng kiên nhẫn dựng xây  
Nhưng mà cơn giận hằng ngày  
không kiên nhẫn, dập tắt ngay tức thì  
Đáp xa lộ tiện nghi rộng đẹp  
Quan điểm thì chật hẹp, loanh quanh  
Tiêu tiền nhiều, lăm kinh doanh  
Thâm giao phai lạt ân tình giảm đi  
Đời sống thêm tiện nghi, thoải mái  
Giây phút thanh thoi lại mất dần  
Nhà ở thênh thang, nhiều tầng  
Gia đình thu hẹp, thích, thân tiêu điều  
Bằng cấp cao, thêm nhiều hiểu biết  
Nhưng biện phân, thấu triệt ít hơn  
Của cải thì cứ chất dồn  
Giá trị, nhân phẩm, tình thương vơi dần  
Tuổi thọ tăng, khôn ngoan xuống thấp  
Nâng số lượng, thực chất không màng,  
Cuộc sống con người nghèo nàn  
Chán chường, đơn điệu, tình thương mòn mỏi  
Thăm hàng xóm, con đường trước mặt  
Lại không đi, kết chặt lân bang  
Cứ mơ du hành mặt trăng  
Nghĩa tình bên cạnh không màng nhạt phai

## Hoàn Thiện Theo Ý Chúa

(kể theo một bài báo Mỹ)

phát biểu trong buổi họp mặt:

“Người ta bảo Chúa toàn thiện, nhưng tại sao

“lại để con tôi bị khuyết tật?

“Con tôi bẩm sinh yếu thần kinh

“Hiểu, nói, kém các trẻ em khác

“Nhọc nhằn, kiên nhẫn dạy dỗ con

“Chúa đã gửi cho tôi một thử thách

“Tôi tin là Chúa phó cho tôi

“Săn sóc một đứa con khuyết tật

“Là người nhắc nhở, khuyến dụ tôi

“Đi tìm một hướng hoàn thiện khác.

Hoàn thiện mà Chúa tìm

Là thái độ ta đối với em khuyết tật

“Giai thoại tôi sắp kể sau đây

“minh chứng ý Chúa thật sâu sắc

“ Shay với tôi, một buổi xế trưa  
“dạo chơi trên công viên gần nhà  
“trên sân cỏ lũ trẻ xông xáo  
‘Chia hai phe chơi bóng chày hoạt náo  
“Shay hỏi tôi:”- *bố nghĩ coi*  
“*Bọn chúng có cho con chơi* “  
Tôi biết Shay chơi bóng chày không giỏi  
Shay không phải người đồng đội  
Mà bọn nhỏ muốn tìm  
“nhưng tôi vẫn cứ tin  
Là chúng sẽ đồng ý .  
Tôi hỏi một em bé chạy ngang:  
--“*Shay vào chơi được chăng?*”  
--:”*Phe chúng cháu đang thua 6 điểm*  
*“giữa vòng tám. sắp sang vòng chín*  
*“Nhưng cháu nghĩ Shay có thể vào*  
*“Lập thành tích cho đội biết đâu*  
Shay sung sướng thở phào  
Đeo găng tay nhập cuộc  
Cuối vòng tám, đội Shay may phước  
Ghi thêm ba điểm , còn thua ba  
Thêm 1 điểm đầu vòng chín, còn thua hai  
Đội Shay có cơ chiến thắng  
Và lạ thay đội giao gậy cho hẳn  
Dù biết rằng hẳn vụng về  
Không biết cầm gậy, và cách đánh  
Quả nhiên Shay đánh hụt, té chổng gọng  
Lần sau gậy chạm nhẹ vào bóng  
Lăn về phía người ném , em này lượm lên.  
đáng lẽ nhắm khung thành một (I) mà quăng  
Thì đương nhiên Shay bị loại  
Song nó bỗng nhiên xoay người lại  
quăng bóng xa khung thành I, thật xa  
Cả đội banh đồng loạt hét la  
*“Chạy nhanh, Shay, về khung thành Một*  
Shay chạy như bay, thích thú cùng tột  
dọc đường ranh ở cuối sân  
Nhưng khi Shay đến khung thành  
Quả bóng đã ở vào tay đối thủ  
Đáng lẽ ném bóng vào khung thành Hai không do  
dự  
Nhưng hẳn quăng bóng ra xa  
Bóng vượt quá khung thành 3  
Mọi người đều hét lớn khuyến khích:  
*“Khung thành Ba nhanh lên ,Shay, mau đến đích”*  
Shay chạy hết vòng, và nhặt bóng lên  
Cả hai đội ủa lại công kênh  
Shay lên vai chạy quanh sân bóng  
Bởi vì Shay đã lập công lớn  
Vợ tất cả một cú CHELEM  
Người cha kết luận câu chuyện kể trên  
Là 18 cậu trai hoạt náo  
Đã đạt đến thiện mỹ hoàn hảo  
Mà Thiên Chúa gửi gắm cho con người  
Hãy yêu thương, thông cảm cho nhau  
Hãy làm cho Shay tận nguyên sung sướng

## Giấc Mơ Và Cuộc Đời

Không ai chọn được tình yêu  
mà do duyên số nuông chiều, vận may.  
Giữ được tình yêu trong tay  
do mình chọn lựa, vận may qua rồi  
Nhưng ai thực hiện giấc mơ,  
Tương lai sẽ được vẽ tô thắm hồng.  
Hãy ôm cuộc đời ấm nồng,  
Ta đi qua đó một lần mà thôi.  
Hãy tự tin vì cuộc đời  
đánh giá ta theo những đòi hỏi cao.  
Đừng sợ sức ép, gian lao:  
Đá than bị ép sáng màu kim cương.  
Mỗi ngày ta sống kiên cường,  
làm cho hiện tại huy hoàng, đẹp tươi.  
Đáng sống sao cuộc đời!  
Niềm tin đó tạo một trời kỳ công.  
Hãy đem tất cả tấm lòng  
kiến toàn khắp chốn không sờn, không lời.  
Khi ta triu mến cuộc đời,  
thế gian vồ vập, đón mời, yêu thương.  
Quá khứ khép. hiện tại vươn,  
Tương lai mở rộng huy hoàng giấc mơ.  
Đừng ngồi mà đếm thì giờ;  
Đếm những kỳ tích làm cho cuộc đời.  
Chìa khóa hạnh phúc: ước mơ.  
Chìa khóa thành đạt ở nơi thực hành.  
Làm sao mơ ước hình thành.  
**Thế gian như tấm gương lành ta soi:**  
**Ta cười, đời trả nụ cười.**  
Được điều ta ước, ta đời là vui?  
Là hạnh phúc? - trẻ con rồi!  
Hạnh phúc là cổ trau dồi , nâng niu  
những gì đã có trong tay.  
Chú ý, cẩn trọng, lắng tai , sẵn sàng:  
Cơ hội gõ cửa khẽ khàng  
Cuộc đời bạn sẽ vô vàn đẹp tươi  
nếu sinh vào tuổi tám mươi,  
hướng về mười tám, yêu đời thiết tha.  
Chuyện buồn: bài học khôn ra.  
Chuyện vui: kỷ niệm thiết tha trong lòng  
Mắt xem phong cảnh bên đường,  
nếu sống vội vã và bương chải hoài.  
Hãy lo kiến tạo tương lai.  
nơi ta sẽ sống dài dài tháng năm  
Tuổi già dần đến âm thầm,  
sống trong phước lộc , bình an cuối đời  
Con người chỉ thấy lẻ loi,  
khi xây tường ngăn cách đời của nhau  
Đáng lý phải xây nhịp cầu  
tương thân, tương ái, nhiệm màu tình yêu

## Chuyện Cô Gái Mù

Có cô gái đẹp, mù đôi mắt  
rất hận đời, nên ghét mọi người;  
trừ anh bạn quý không rời  
tận tình chăm sóc, đón mời ủi an.  
Cảm chân tình cô bèn thổ lộ:  
“*Sáng mắt ra em sẽ lấy anh*”  
Một hôm có kẻ ẩn danh  
cho cô đôi mắt, ân tình sâu xa.  
Ghép mắt vào, mù lòa chấm dứt.  
Ngày tháo băng háo hức nhìn quanh,  
cô thấy hết, cả bạn thân  
đêm ngày chăm sóc ân cần cho cô.  
Anh ngỡ lời: “*bây giờ em thấy,  
Em có bằng lòng lấy anh không?*”  
Cô nhìn anh bạn bàng hoàng  
Hai mắt anh nhắm, lỏ tròn hõm sâu  
Khiếp sợ cô âu sầu từ chối.  
Anh bỏ đi, rất đổi khổ đau.  
Cô nhận được, vài ngày sau  
thư anh thăm hỏi có câu dặn dò:  
“*Hãy bảo trọng mắt cô hiện tại,  
mắt tôi xưa, mãi mãi của cô*”  
Ân tình tự nguyện tôi cho  
Tôi không tiếc nuôi, so đo sầu buồn  
Cô đừng nên bận tâm lời hứa  
Bời tình yêu đôi lứa thiêng liêng  
Tình cảm bộc phát tự nhiên  
Tự do, thoải mái, thân tiên, nức lòng  
Nếu vì muốn trả ơn, cô nhận  
Thì tôi đây ân hận suốt đời  
Cho mắt vì yêu cô thôi  
Khi cô sung sướng thì tôi thỏa lòng “  
Cuộc sống đổi, thông thường người đổi  
Không nhớ ra rằng mới ngày nào  
Khi còn khổ sở gian lao  
Có người bạn quý lao đao vì mình  
Trong vui mừng công thành danh toại  
Thì đừng quên nhớ lại ân nhân  
Biết ơn, đền đáp, ân cần  
Tình cảm cao quý muôn phần đẹp xinh

## Tự Vịnh

Còn thiếu bốn xuân đủ tám mươi  
Bạn vong niên tịch mịch nhiều rồi  
Mắt mờ, mi rụng, tinh anh hết  
Má hóp, trán nhăn, an phận cười  
Bể học mệnh mỏng, đời ngắn ngủi  
Sức người hạn hẹp, phận đơn côi  
Ra đời đâu phải là mình muốn  
Chết cũng tâm thành phó thác Trời

## Lời Nguyện Cho Hòa Bình

Hỡi Thượng Đế, nơi nương tựa thế hệ qua  
Niềm hi vọng của hiện sinh, tồn tại  
Hãy nhìn xuống nhân gian khổ ải  
Đang cần Người tế độ, phù trì  
Thế giới ngày nay, xáo trộn, loạn ly  
Bạo động lan tràn, đau thương chất ngất  
Chúng con cần Người đưa tay dẫn dắt  
Vào đất yên bình, đạo đức, yêu thương  
Không có Người chỉ lối dẫn đường  
Chúng con không thể nào tái tạo  
bằng an trong tâm hồn, và trong gia đạo  
Hãy cho chúng con sức mạnh, kiên cường  
Biết giữ thanh cao, chân thật, yêu thương  
Cho chúng con đặt niềm tin tuyệt đối  
Ở Người và những điều không trông thấy  
Hãy cho chúng con bác ái, khiêm cung  
Tìm quảng đại, tràn ngập yêu thương  
Giữa thế giới tham lam, ích kỷ  
Đừng để chúng con nghèo những tình cảm ấy  
Hãy tha thứ sai phạm chúng con  
Giúp chúng con tìm thấy nẻo đường  
Vào thế giới tốt đẹp hơn, mọi người sống  
mỗi ngày, trong an bình, thứ tha, độ lượng

## Có Tiền...

Có tiền mua được căn nhà  
không mua mái ấm chan hòa tình thương  
Có tiền mua được cái giường  
Không mua giấc ngủ hiền lương, ngáy khò  
Có tiền mua được đồng hồ  
Nhưng không mua nổi thì giờ trôi qua  
Có tiền mua sách đầy nhà  
kiến thức thì phải do ta chuyên cần  
Tiền mua địa vị, giàu sang  
Không mua quý trọng, tình thân, nể vì  
Có tiền trả cho lương y  
Nhưng sức khỏe không thể quy ra tiền  
Có tiền mua máu để chuyen  
Song không mua nổi sống thêm vài giờ  
Tiền mua xác thịt nhớp nhơ  
Tình yêu thì chẳng bao giờ bán buôn



## Một Đời Sống Tốt

Mỗi ngày đi bộ nửa giờ,  
mặt mày tươi tỉnh, chuyện trò thiên nhiên.  
Sáng, chiều vài phút ngồi thiền  
đưa hơi xuống huyết đan điền luyện công (1)  
Hằng ngày nghe nhạc du dương:  
Tinh thần sảng khoái, tâm hồn phiêu diêu  
Mỗi sáng xác định mục tiêu  
cố gắng thực hiện những điều nêu ra.  
Tâm niệm chữ H có ba:  
Hăng say, Hoan hỉ, thuận hòa anh em  
Dành thì giờ sống êm đềm  
với người thân thiết trong niềm yêu thương  
Siêng năng đọc sách tương thông  
tư tưởng cao đẹp, mở lòng bao dung  
Ngắm nhìn vũ trụ vô cùng  
Ngưỡng mộ, ca tụng Hóa công nhiệm màu  
Mơ khi ngủ có gì đâu  
Mơ khi tỉnh, vẽ trong đầu tương lai  
Ăn uống lành mạnh chẳng sai  
Giữ gìn sức khỏe, dẻo dai, tráng cường  
Gác lại ngày mai thì đừng  
Hôm nay làm được thì công tức thời  
Làm cho thiên hạ vui cười  
Ai cũng thoải mái, cuộc đời lên hương  
Sắp xếp trật tự ốc phòng  
Khi cần thì khỏi mất công tìm tòi  
Cũng không phí phạm thì giờ  
Lo nghĩ những việc ở ngoài tầm tay  
Trường đời ta học điều hay  
Vui buồn, tốt xấu mỗi ngày dạy ta  
Luôn luôn tích cực rút ra  
Bài học kinh nghiệm mới là khôn ngoan  
Ba chữ T là rất cần  
Trì chí, tích cực và thanh thản lòng  
Ráng giữ nụ cười nhiều hơn  
Làm vui người khác chứ không riêng mình  
Muốn giao hảo tốt nảy sinh  
Đừng bỏ lỡ dịp tỏ tình, ôm nhau  
Cuộc đời ngắn ngủi bóng câu  
Đừng có phung phí căm thù ghét ghen,  
xót xa, cay đắng ưu phiền  
Mà hãy tha thứ, mau quên, hưởng nhàn  
Nhìn đời đừng quá nghiêm trang  
Cho mình là rỗng, trung tâm nhân loài  
Lý lẽ không nhường một ai  
Cho mình là đúng, điều sai ở người  
Phải biết chấp nhận những lời  
Không cùng quan điểm, không xuôi theo mình  
Khác nhau, biện luận nảy sinh  
Chấp nhận dị biệt đồng tình với nhau  
Hòa như bất đồng cao sâu  
Để cùng xây dựng nhịp cầu tương thông  
Làm lành quá khứ đau thương  
Để cho hiện tại có đường nở hoa

Đời sống không phải trường đua  
Chiến thắng không phải chẳng thua, về đầu  
Chiến thắng là khi té đau  
Mà biết đứng dậy, mưu cầu keo sau  
Đừng so sánh mình với người ta  
Đời bạn của bạn, không ai thay mình  
Tha nhân, một cõi phân minh  
Lối sống riêng biệt, tâm tình riêng tư  
Cho nên bạn phải khước từ  
Xót xa thân phận, sầu tư âm thầm  
Đi tìm hạnh phúc bản thân  
Tự tay gầy dựng chuyên cần lo toan  
Không ai trách nhiệm, phát ban.  
Đem lại hạnh phúc, cứu mang cho mình.  
Ta đâu làm chủ tình hình  
Mà chỉ làm chủ hành trình ta đi  
Và chịu trách nhiệm những gì  
Mà ta đã chọn, hành vi giữa đời  
Chẳng ai cướp được nụ cười  
Niềm vui rạng nở trên môi của mình  
Nếu bạn không cười tươi xinh  
Bạn tự đánh mất tâm tình lạc quan  
Học hỏi thêm là tối cần  
Ngay cả lứa tuổi “đất gần, trời xa”  
Quan tâm những người quanh ta  
Tìm hiểu ý họ, thiết tha đón mời  
Lập danh sách của những người  
tận tình giúp đỡ trong đời của ta  
Giao tình chẳng để phôi pha  
Biết ơn, thăm viếng, thiết tha vui vầy  
Hãy nhớ cuộc đời đổi thay  
Dù cho hiện tại tốt rày, xấu mai  
Trần gian trôi nổi như mây  
Kết cuộc nhắm mắt phủ tay già từ  
Giàu sang, tước vị, phù du  
Chỉ còn vịnh cửu : thiên thu ân tình  
Người thân, bè bạn vây quanh  
Trong tim gìn giữ bóng hình của ta  
Mỗi lời ta phải nói ra  
Nếu không tử tế thì thà im luôn  
Những điều tốt nhất chớ mong  
Trước sau cũng đến với lòng thiết tha  
Đừng để cảm xúc mù lòa  
Khi bồn phận quyết định điều ta phải làm  
Hãy mở thần trí tâm hồn  
Đón nhận tình cảm keo sơn bạn bè  
Chú ý cẩn trọng lắng nghe  
Những lời khuyên nhủ, vỗ về, yêu thương  
Hãy noi gương hoa hướng dương  
Hướng về ánh sáng ; tâm hồn thảo ngay  
Hướng Thiện ra sức dựng xây  
Chọn lựa kỹ lưỡng, đủ đầy khôn ngoan  
Đời ta đi qua một lần  
Đâu còn trở lại đường trần, lối xưa  
**Ta sống cuộc đời nhân loài**  
**Gốc nguồn ta vẫn là nòi tâm linh**

## không phải hữu thể nhân hình Tập tành cuộc sống tâm linh trên đời

(1) tập thờ : Thót bụng thờ ra Luồng ra, luồng vào  
Phình bụng thờ vào Bình thường qua mũi  
Hai vai bắt động Khi gấp qua mồm  
Chân tay thả lỏng Đứng ngồi hay nằm  
Ém chậm sâu đều Ở đâu cũng được  
Tập trung theo dõi Lúc nào cũng được  
BS Nguyễn khắc Viện lao phổi bị cắt đi một lá phổi  
lúc còn trẻ.  
Ông đã tập thờ theo bài trên đây, và thọ 85 tuổi

## Em Bé Tôi Nghiệp Trong Công Viên (kể theo mộ truyện ngụ ngôn)

Có em gái nhỏ, ngồi một mình  
Trong công viên, đông người qua lại  
Song chẳng ai dừng chân, thăm hỏi  
Vì sao nét mặt em đượm buồn.  
Em bận áo đầm cũ màu hồng  
Chân trần lộ làn da bần thỉu  
Em ngồi bất động, dáng tiu nghĩu  
Vì chẳng ai lưu ý đến em  
Qua ngày sau, tôi trở lại công viên  
Xem em bé có còn ở đó  
Vâng em vẫn ngồi nguyên chỗ  
Và cũng sầu buồn như ngày hôm qua  
Tôi lại gần em, chú ý lân la.  
Trò chuyện để em khuây khỏa  
Vì giữa công viên, toàn là người lạ  
Đâu phải nơi dành cho trẻ cô đơn  
Lại gần nhìn rõ em hơn  
Tôi thấy vạt áo sau em bé  
phồng cộm lên thật là xấu xí  
Chắc vì thế mà người lại qua  
Thấy dị hợm, nên muốn lánh xa  
Thế gian vốn không ưa khuyết tật.  
Tôi nhìn em chăm chăm, nên em cúi mặt  
Rõ là sau lưng em có bướu to  
Tôi cười tươi cho em khỏi sợ lo  
rằng tôi đến để chuyện trò, giúp đỡ  
Ngồi xuống bên em, tôi "Hello" cời mở  
Em đáp tiếng "Hi" run rẩy, thẹn thò  
Mặt đối mặt, cả hai cười thân thiện  
Sau đó chúng tôi mãi mê nói chuyện  
Đến tối mù , người vắng công viên  
Tôi hỏi em sao lại lưu phiền  
Em buồn rầu nói : "bởi vì em khác biệt"  
Tôi cười nói: "đúng thế". Em đáp lời: "em biết"  
với giọng trầm, rầu rĩ gia tăng  
Dịu dàng tôi bảo em rằng:  
--"Em gái nhỏ, em làm tôi nhớ lại

Em là thiên thần đẹp xinh khả ái"  
--"Thật không, em hỏi lại nghi ngờ"  
--"Phải rồi, anh nhớ lại giấc mơ"  
"tối hôm qua anh nghĩ đến em ngồi cô độc"  
"nơi công viên không người thân thuộc"  
"Chắc em là một thiên thần"  
"Thử lòng người hiện xuống gian trần"  
"Sau lưng em chắc giấu đôi cánh."  
"Cánh thiên thần, uy nghi lóng lánh"  
"Thế mà họ tưởng em gù"  
--"Được nghe một người thông cảm suy tư"  
"Sứ mạng của em hôm nay đã đạt"  
--"Tại sao bao nhiêu người lạnh nhạt"  
"Không nhìn ra em bé tội nghiệp là thiên thần"  
Em mỉm cười: "Chỉ có mình anh"  
"Không cư xử tha nhân lạnh nhạt"  
Thấy vẻ đẹp ẩn dấu sau khuyết tật  
Gần gũi, chia sẻ với em bé đang buồn.  
Đứng lên, xòe cánh rộng từ bướu sau lưng  
Em bay bổng lên trời xanh sán lạn  
Tôi ngược nhìn, tâm hồn thanh thản.  
Ở trên đời ẩn náu bao thiên thần  
Nào bạn bè, ruột thịt, tha nhân  
Ngay những kẻ khuyết tật, bần cùng, xấu xí  
Hãy yêu thương rồi ta sẽ thấy  
Một thiên thần xuất hiện chờ che ta

## Lời Khuyên Xử Thế

Sợ hãi là điều xấu nhất  
Gây cho ta bất lực, yếu hèn  
Ngày tốt đẹp nhất chớ quên  
là hôm nay đó, hãy chuyên tâm vào  
Sai lầm dễ nhất trên đời  
Phán đoán không đúng, để rồi ăn năn  
Đại ngu nhất là đầu hàng  
Trước những thất bại, khó khăn cản đường  
Tính xấu nhất là kiêu căng  
Ích kỷ, chỉ biết bản thân, khinh người  
Người thầy dạy ta suốt đời  
Là em bé đó, như lời thánh kinh(1)  
Điều cần có trong hiện sinh  
Lương tri, lương thức, tâm tình hiến dâng  
Ghen ghét, đố kỵ, si sân  
Khiến ta ti tiện, bản thân suy đồi  
Món quà đẹp nhất trên đời  
Là biết tha thứ cho người hại ta  
Trong các kiến thức sâu xa  
Hiểu mình quý nhất, hài hòa sống vui,  
Tình bạn, khiến đời thêm tươi  
Là điều quý nhất trên đời chớ quên

(1) thanh kinh bảo muốn vào nước thiên  
đàng phải có tâm tình em bé

## Có Những Lúc Thiếu Xót Xa

Có những lúc thiếu xót xa  
Người đặc biệt mà ta muốn gần  
để ta ôm chặt thiết thân  
cho thỏa mơ ước âm thầm bấy lâu  
Cửa hạnh phúc bỗng đâu đóng chặt  
Thì đâu đây cửa khác mở ra.  
Nhưng ta trông đợi thiết tha  
Cửa xưa sẽ mở, lờ là vận may  
rằng cửa mới cũng đây hạnh phúc  
Đừng cậy trông phục sức bề ngoài  
Thường là giả tạo đó thôi  
Đừng ham của cải trên đời mà chi  
sẽ tan biến, vì đây cõi tạm  
Hãy gần người thông cảm vui cười  
Ngày âm đạm hóa đẹp tươi  
Hãy mơ ước, đạt tuyệt vời ước mơ  
Hãy tìm đến những nơi muốn đến  
Hãy thực hành ý nguyện thiết tha  
Tạo dựng cuộc đời của ta  
Độc đáo, tươi đẹp, chan hòa tình thương  
Kẻ may mắn, ngoan cường chỉ đạt  
một phần điều tốt nhất mà thôi  
Có cố gắng là được rồi  
Thành công được mấy cũng vui, thỏa lòng  
**Tương lai đẹp luôn luôn tùy thuộc  
Ở khả năng quên được đau buồn.**  
Khả năng sửa chữa lỗi lầm  
Xem thường nghịch cảnh, dần thân, vui cười  
Nụ cười tươi trên môi thường trực  
Tặng cho người chung sức với mình  
Tặng người giúp đỡ tận tình  
Khuyến khích ta vượt khó khăn, hiểm nghèo  
Tặng bạn bè, cả cho người lạ  
gặp gỡ ta trên mọi ngã đường đời  
Cho ai cần đến nụ cười  
Mong ta giúp đỡ, khát lời thiết tha  
Xin đừng có bỏ qua cơ hội  
Đem ánh dương soi rọi quanh ta  
Sống đâu có chỉ là hít thở  
Sống là khi cười mở vui cười  
Cảm động đến hạt hơi  
Trái tim thương mến giữa người mến thương



## Chuyện Hai Thiên Thần

Hai thiên thần du hành hạ giới  
Xin tá túc một tối đông hàn  
Trong một gia đình giàu sang  
Tuồng được đón tiếp đàng hoàng tiện nghi  
Nhà rộng rãi thiếu chi phòng tốt  
Giường ấm êm, là lượt, kang trang  
Chủ cho ở phòng tòi tàn,  
Ngủ trên nền lạnh, ở tầng hầm sâu  
Thiên thần anh bỗng đâu trông thấy  
Một lỗ to xấu xí trên tường  
Anh bít, tô lại đàng hoàng  
Thiên thần em: - "anh sửa sang bờ tường  
cho nhà giàu bắt lương keo kiệt  
Đối xử mình khinh miệt, lạnh lùng  
- "Em ơi, chuyện đời khó lường  
Tuồng là như vậy nhưng không phải mà!"  
Đêm sau họ ngủ nhà nghèo khó  
Hai vợ chồng đức độ nhân hòa  
Chia khách bữa cơm đơn sơ  
Nhường khách giường ngủ của hai vợ chồng Thiên  
thần em hài lòng, cảm xúc  
Sáng hôm sau vừa thức giấc nồng  
Đến vấn an hai vợ chồng  
Thấy họ khóc lóc thảm thương, hỏi dò:  
- "Chúng tôi có con bò duy nhất  
"Là nguồn lợi cung cấp sữa tươi  
"Đêm qua đã chết mất rồi  
Thiên thần em tỏ vẻ lời trách anh :  
- « Nhà giàu kia cảm tình chẳng có  
« Thế mà anh giúp họ sửa tường,  
"Nay anh tỏ ra lạnh lùng  
« Không giúp đỡ kẻ bần cùng, lao đao  
"Dù nghèo khó nhưng giàu nhân ái  
« Để bò họ chết , tại làm sao ? »  
- « Anh bít lỗ tường nhà giàu  
« Là nơi cất dấu biết bao là vàng  
« Không để chủ tham lam thấy được,  
« Hẳn thêm giàu, ác độc cũng tăng  
« Đêm qua thần chết viếng thăm  
« Rước hồn vợ của ân nhân chủ nhà  
« Ta nói với thần tha bà vợ  
« giết con bò để đỡ thế vào. »  
Bề ngoài chuyện xảy ra sao  
Bên trong còn có nhiệm màu khác xa  
Nếu đức tin trong ta mạnh đủ  
Thì hãy tin bất cứ việc gì  
Đến với ta cũng chung quy  
Mang lại điều tốt, cứu nguy, độ lành  
Có thể ta vô tình chẳng biết  
Cho đến khi sự thiệt phơi bày

## Cuộc Đời

Cuộc đời khi nắng khi mưa  
Làm sao đón nhận cho vừa lòng ta  
Quyết tâm mỗi phút trải qua  
đem lại vui thú, chan hòa, đẹp tươi  
Cuộc đời cũng giống mống trời  
Lộng lẫy khi ánh sáng cười với mưa  
Thời gian, không gian bao la  
Nhỏ nhoi thân phận phần ta ta giành  
Khu vườn vui nhộn, đẹp xinh  
Ngập tràn ánh sáng, đượm tình mến thương  
Bó hoa ta hái trong vườn  
Muôn màu sắc sỡ, ngát hương dưới trời  
Chớ quá trang trọng với đời  
Ta đâu còn sống khi rời trần ai  
Hạnh phúc thì trong tầm tay  
Đôi khi ta phải chộp ngay, kẻo hoài  
Bó hoa dâng tặng của đời  
Hãy dám hành động, hãy đòi phần ta  
Cho đời thêm vị đậm đà  
Cám ơn trời đất cho ta ê hề  
Sức khỏe, hạnh phúc, thỏa thuê  
Cuộc đời đơn giản không hề rối ren  
Chỉ con người quá bon chen  
Làm đời phức tạp, ưu phiền mà thôi  
Tất cả của cải trên đời  
Không bằng hạnh phúc được người yêu thương  
Tình yêu quý giá vô cùng  
nhiều kẻ chẳng biết, dửng dưng, vô tình  
Hướng gió không chiu theo mình,  
Thì xoay buồm đúng hành trình mới thôi  
Quá khứ thì đã qua rồi  
Tương lai mù mịt biết đâu mà dò  
Chỉ hiện tại, quà dâng cho  
Ta nên chộp lấy, vẽ tô tùy mình  
Quan trọng là ta tận tình  
Xếp đặt mọi sự trời dành phần cho  
Thành công kết quả không lo  
Chỉ lo cố gắng điếm tô cuộc đời  
Đẹp xinh, hòa hợp, yêu người

## Tuổi Già Tĩnh Thức

Càng già, tôi càng bàng hoàng tĩnh thức  
Thấy những điều khi trước chẳng nhận ra  
Xuân sắp đến ít hơn xuân đã qua  
Nên hưởng thụ Xuân, mỗi giây, mỗi phút  
Càng già, càng thấy mùa tái sinh bộc phát  
Mùa khai hoa và hương sắc tràn đầy  
Càng già càng chăm sóc vườn cây  
chuyện trò với hoa, tâm tình ký thác  
Càng già càng mê say chim hát  
Mỗi giọng líu lo, là một ngôn ngữ riêng tư  
Càng già, càng mơ ước những Xuân xưa  
Càng nghĩ khác xa, những ngày còn trẻ

Càng già, càng cảm ơn Thượng Đế  
Ban hồi sinh, sống lại mùa Xuân

## Lời Cầu Nguyện

*(phỏng theo lời cầu nguyện của Mahatma Gandhi)*

Xin Thượng Đế cho con nói lên sự thật,  
trước mặt người hung ác, uy quyền.  
Đừng để con nói dối ngửa nghiêng  
để được sự hoan hô người yếu đuối.  
Nếu Người cho con bạc vàng châu báu,  
thì đừng lấy đi hạnh phúc, niềm vui.  
Khi cho con sức mạnh, quyền uy,  
hãy soi sáng cho con công minh suy luận.  
Khi con thành công hào hứng,  
nhắc nhở con, từ tốn, khiêm cung.  
Và trong thái độ nhún nhường  
Cho con biết bảo tồn nhân cách  
Cho con biết tận tường ngõ ngách  
tình huống éo le, phức tạp trên đời  
Con không có quyền gọi những người  
không đồng quan điểm với con là phản phúc.  
Dạy con cách yêu người thể tục  
cũng thành tâm như yêu chính mình.  
Cho con tự phê phán nghiêm minh,  
giống như con phẩm bình đồng loại.  
Đừng để con ngã lòng khi thất bại,  
và dương dương tự đắc lúc thành công  
Cho con tâm niệm, cây trồng:  
thất bại dẫn đến thành công qua thử thách.  
Cho con biết bao dung, biểu hiện cao quý nhất  
khi trong tay con nắm quyền uy.  
Còn báo thù là dấu hiệu nhược suy  
Nếu Người cất đi giàu sang của cải  
Thì hi vọng, tin yêu cho con giữ lại  
Nếu như con thất bại triền miên,  
thành tựu xa vời, cay đắng ưu phiền  
thì hãy cho con sức mạnh ý chí.  
Không nãn lòng, đấu tranh bền bỉ,  
để kiện toàn, chiến thắng cuối cùng.  
Nếu người lấy đi sức khỏe, sinh tồn  
thì hãy cho con Niềm Tin, phó thác.  
Nếu con gây hại cho người khác  
thì cho con biết xin lỗi thứ tha.  
Cho con rộng lòng, xí xóa làm hòa  
với những kẻ gây cho con tổn thương, thiệt hại  
Và nếu con có quên Thượng Đế,  
người Cha lành, nhân ái  
thì xin Người chớ có quên con

## Mừng Em Về

20 Mars 2007

Mừng em an vui trở lại nhà  
Bốn tháng trời đằng đẵng cách xa  
Em đi, đông lạnh lê thê quá  
Trống trải, băng khuâng, tội tuổi già  
Em đi, giấc ngủ hóa chập chờn  
Quờ quạng thấy giường lạnh, trống trơn  
Phảng phất mùi hương thân thuộc quá  
Vội vàng ôm quần lầy chần đờn  
Một mình nói, một mình nghe  
Giữa khuya nhẩn nhủ em về cho mau  
Siêng năng lần cuối, nguyện cầu  
Thờ dài, nghĩ chuyện đầu đầu, cười khi  
Một mình đâu có chuyện chi  
Hai mình có phải diệu kỳ hơn không

## Thời Khắc là Bây Giờ

Nếu em còn lưu luyến yêu anh  
Hãy nói ngay đi chớ lặng thinh  
Anh biết tim em đầy trắc ẩn  
Dịu hiền nhân ái, nặng ân tình  
Em ơi hãy nói lời yêu thương  
Mặt đắng trần gian sẽ hóa đường  
Giữa chốn gian trần đầy biến động  
Tình em là chỗ tựa sắt son  
Khi anh sang thế giới bên kia  
Em khắc lời yêu trên mộ bia  
Anh đâu đọc được lời em gửi  
Chỉ kẻ qua đường đọc lướt qua  
Đoái nghĩ chút nào tình cảm anh  
Hãy nói yêu anh chớ lặng thinh  
Chẳng lẽ đợi anh vào giấc ngủ  
Thiên thu em mới tỏ ân tình?  
Yêu thương em nhất ở trên đời  
Đoan chắc là chỉ có anh thôi  
Sống chết vì em, em có biết  
Chỉ đem hạnh phúc, với niềm vui



## Lựa Lời

Đôi uyên ương sau bảy năm dài  
Mừng sao có được cháu trai muôn màng  
Vợ chồng chiều chuộng quý trân  
Khi tròn hai tuổi quần quanh trong nhà  
Rồi một sáng người cha nhìn thấy  
Lọ thuốc dùng không đầy trên bàn  
Vì phải ra đi vội vàng  
Ông kêu dặn vợ an toàn ưu tiên:  
*- « Phải ra ngay, đầy liền lọ thuốc  
rồi đem cất trên nóc tử cao »*  
Bà vợ bận lo nấu xào  
Quên lời chồng dặn, lãng xao việc cần  
Đưa bé chơi đến gần lọ thuốc  
Đổ thuốc ra lấy nuốt vài viên  
Thuốc này loại độc dành riêng  
Cho người lớn : hiệu quả liền đến ngay  
Em bé ngã lăn quay ra đất  
Bà mẹ nghe tất bật chạy lên  
Thấy con bất tỉnh khế rên  
Kêu xe vội vã chở liền nhà thương  
Nhưng cấp cứu vô phương cứu chữa  
Bà sửng sờ mắt đũa con cứng  
Bà thêm lo sợ hải hùng  
Làm sao đối diện với chồng bà đây  
Chồng nghe tin đến ngay tức khắc  
Nhìn con chết nét mặt u buồn  
Ôm vợ nức nở khóc, hôn :  
*- Anh bên em trong đau thương chẳng rời*  
Bà vợ chờ đợi lời oán trách  
Nhưng ông chồng cân nhắc nghĩ suy :  
Oán trách nào có ích gì !  
Còn nêu thủ phạm mà quy lỗi làm  
là thái độ nhân tâm, quyết liệt  
Đâu có làm con chết hồi sinh  
Còn phần trách nhiệm của mình,  
sao không cất thuốc cho nhanh cho rời ?  
Vợ mình cũng rụng rời tan nát  
Vì đứa con mới mất thảm thương  
Nàng cần an ủi tựa nương  
Làm chồng phải gánh cương thường trên vai.  
Nếu trên đời ai ai cũng biết  
Cách cư xử cần thiết, hợp tình  
Thế gian sẽ được an bình  
Sống trong hòa hợp đệ huynh vui vầy  
Hành trình dù có dài vạn dặm  
Cũng bắt nguồn bước dặm đầu tiên  
Hãy bỏ đi những ghét ghen  
cố chấp, ích kỷ, lụy phiền, nhát gan  
Bạn sẽ thấy gian nan giảm thiểu  
Người thân yêu vạn nẻo đồng hành



## Dễ Và Khó

Rất dễ là bạn có tên  
Trong sổ địa chỉ người quen hằng ngày  
Khó là tên bạn được ghi  
Trong tim người ấy, cao dày tình thâm  
Rất dễ đánh giá lỗi lầm  
Phê phán, mạt sát tha nhân tội bời  
Khó là cân nhắc những lời  
Nói ra xây dựng, thương người, khiêm cung  
Rất dễ là gây tổn thương  
Bạn bè, thân cận, người trong gia đình  
Khó là tìm cách làm lành  
Nổi lại giao hảo, thâm tình như xưa  
Dễ là xóa lỗi người ta  
Khó là được họ thứ tha cho mình  
Dễ sao mơ ước đẹp xinh  
Khó là chiến đấu thực hành ước mơ  
Đặt ra nguyên tắc dễ thôi  
Khó là theo đúng, rạch ròi, chẳng sai  
Khi chiến thắng dễ hoan ca  
Khi thất bại khó nhận ra lỗi lầm  
Dễ vấp ngã trong việc làm  
Khó là đứng dậy quyết tâm chu toàn  
Hứa với người là dễ dàng  
Khó là cố gắng hoàn thành chẳng ngoa  
Dễ là nói thương người ta  
Khó là cho họ thấy là ta thương  
Phê bình người khác dễ không !  
Khó là khắc kỷ, cố công tu bồi  
Sai lầm rất dễ trên đời  
Khó là rút bài học từ nơi sai lầm  
Dễ là buồn bực trong tâm  
Đánh mất tình cảm quý trân với người  
Khó là chú ý, chẳng lơ  
Giữ gìn vốn quý ấy, đời lên hương  
Dễ là suy nghĩ, tính toán  
Khó là khởi động cho chương trình này  
Dễ là nghĩ xấu cho ai  
Khó là tin tưởng, dựng gầy, kết thân  
Dễ là nhận của tha nhân  
Khó là họ chịu nhận phần của ta  
Những điều trên dễ đọc qua  
Thực hành mới khó, mới là cam go  
Nếu ta bức rức đợi chờ  
Cơ hội gõ cửa, hãy lo xem rằng  
Đã xây cánh cửa sẵn sàng  
Mở ra đón lấy ông thần vận may

## Tuổi Già Lên Hương

Thời cường tráng đã đi qua,  
Thú vui, xuân sắc mặn mà, còn đâu  
Thời gian lặng lẽ trôi mau  
Đôi vai mệt mỏi, gánh sầu tuổi cao  
Thu về, lá rụng rào rào,  
Lê thê đông giá, gió gào, tuyết rơi  
Quên đi mất mát, rã rời  
Sống trong hi vọng, vui tươi, ân cần  
Vẫn còn những sáng mùa xuân  
Lú lo chim hát, tung bồng nắng bay  
Muôn hoa đua nở, bướm say  
Tiếng cười rúc rích của bầy cháu con  
Quây quần đùa dỡn với ông

## Hãy Cảm Ơn

Hãy cảm ơn những gì chưa có  
Giúp cho ta hi vọng, trông chờ  
Hãy cảm ơn những gì chưa biết  
Vì biết rồi dễ lười biếng thờ ơ  
Hãy biết ơn khó khăn, trở ngại  
Luyện cho ta hăng hái đấu tranh  
Giúp ta già dặn, trưởng thành  
Nên người hữu dụng, xứng danh làm người  
Cảm ơn cả những yếu nhược  
Bắt buộc ta khắc phục, vượt lên  
Ý chí sẽ được trui rèn  
Đối phó với những khó khăn trên đời.  
Cá tính vững mạnh lên thôi  
Hãy cảm ơn thất bại, lỗi lầm  
Dạy ta bài học thâm trầm, đốn đau  
Giúp ta đứng dậy bắt đầu  
Sửa sai, gầy dựng không nao núng lòng  
Hãy cảm ơn ưu tư mỗi mệt  
Chứng tỏ rằng ta làm việc không ngừng  
Ta không ở nề, ở không  
Và ta xứng đáng dự phần nghỉ ngơi  
Thật là dễ cảm ơn điều tốt đẹp  
Khó khăn là nhận biết bất toàn  
Để rồi sửa chữa, lên đường  
Kiện toàn mọi việc, lên hương cuộc đời



## Tình Yêu Vị Tha

Chuyện mẹ nghèo mắng con gái nhỏ  
dùng giấy bao đất đỏ mạ vàng  
gói quà đặt dưới nhánh thông,  
rằng con phung phí trang hoàng Giáng Sinh!  
Sáng sau với nhiệt tình, em bé  
dâng gói quà cho mẹ thân yêu.  
Hôm qua mẹ mắng con nhiều,  
mở quà ân hận lòng hiu hiu buồn.  
Nhưng sao hộp trống trơn, trống hoác  
Mẹ giận hờn, quở trách nặng nề:  
"- *Tặng ai phải có chút gì  
Cớ sao hộp trống thì quê quá chừng!*"  
Em bé khóc ròng lưng nước mắt:  
"- *Mẹ ơi, hộp đầy chặt nụ hôn  
của con gửi mẹ ở trong,  
trước khi đóng lại, đem dâng mẹ mà!*"  
Mẹ bàng hoàng, lệ sa, qui gối  
Ôm lấy con xin lỗi thành tâm  
mắng oan, giận quấy, hiểu lầm.  
Mẹ con từ đây thâm trầm thương nhau  
ít lâu sau, bỗng đâu số mạng  
Em bé chết vì tai nạn giao thông  
Bà mẹ giữ lấy hộp không  
bao giấy vàng để đầu giường , quí trân  
Mỗi lần gặp khó khăn, buồn chán,  
mở hộp ra bà đón nụ hôn-  
nụ hôn tưởng tượng của con  
ấm lòng nhớ lại tình thương thiên thần.  
Bao oán nản tiêu tan đi hết.  
Khó khăn gì cũng quyết vượt qua.  
Cuộc đời của mỗi chúng ta  
cũng đều có nhận món quà quí trân  
từ bạn bè, người thân, ruột thịt,  
đầy tình thương khẩn khát, vị tha.  
Mở lòng ta nhận món quà  
hân hoan, phơi phới, tiếng ca ân tình  
Ta không còn riêng mình, cô độc  
Phấn đấu lên ta dốc một lòng  
Tạo quanh ta một thiên đường  
Hòa đồng ấm cúng, tình thương ân cần.  
Trên đường đời, có lần tao ngộ  
Tình cảm thiết tha, như bó hoa xinh  
Cám ơn ta nhận ân tình  
Để thêm trân quý gia đình riêng ta  
Với một lòng nhân hòa, hướng thiện



## Trẻ Mãi Không Già

Làm sao trẻ mãi không già  
Quên đi những số làm ta nhức đầu  
Số tuổi, cân nặng, chiều cao  
Hãy để bác sĩ ghi vào hồ sơ  
Hằng ngày chọn bạn mà chơi  
Gần người vui nhộn, yêu đời, lạc quan  
Xa người, rầu rĩ, cần nhân  
Làm ta thoải chí, tinh thần rổi ren  
Trí nhớ hằng ngày luyện rèn  
Học hành chăm chỉ lại siêng làm vườn  
Đừng để trí não ở không  
Bệnh lú lẫn sẽ dễ dàng gia tăng  
Học điện toán, luyện thơ văn  
Cười nhiều sáng khoái, nếu cần cười to  
Vui hết cỡ quên âu lo  
Cuộc đời đáng sống trời cho chớ từ  
Khi phải khóc, khóc hu hu  
Trút mau đau khổ, tâm tư nhẹ dần  
Tìm giải trí không phân vân  
Ngày buồn phải ngán dành phần ngày vui.  
Bên ta suốt cả cuộc đời,  
Người thân khẩn khát đẹp tươi, thuận hòa  
Làm ta trẻ mãi không già  
Con cháu săn sóc thiết tha ân tình  
Thân thương khung cảnh gia đình  
Từ chậu hoa đến khung hình bày treo  
Đều là kỷ niệm thân yêu  
Đến con chó nhỏ nâng niu trong nhà  
Cũng vui ngún nguẩy cùng ta  
Hằng ngày ta cố sức ra bảo tồn  
Giữ cho khung cảnh có hồn  
Gần gũi thân thiết hiệp thông tuổi già  
Gìn giữ sức khỏe của ta  
Theo đúng chỉ dẫn y khoa tân thời  
Kéo dài tuổi thọ vui tươi  
Siêng đi khám bệnh, kịp thời kiểm tra  
Du kích thắng cảnh gần xa  
Nhưng tránh du hí mua hoa cợt tình  
Chơi trống bỏ người ta khinh  
Tuổi già khả kính , nhiệt tình yêu thương  
Sống đẹp để làm gương  
Ai ai cũng mến, tâm hồn trẻ ra  
Bạn bè quen biết gần xa  
Tỏ tình ưu ái lân la đỡ đần  
Tuổi già đếm số bạn thân  
Không đếm niên tuế thêm phần âu lo  
Vui sao có bạn chuyện trò  
Hàn huyên, triết lý, họa thơ, nghe đàn

## Người Trung Quốc Có Câu

Người Trung Quốc có câu  
Không đạt nguyện vọng sống lâu, tại mình  
10 điều tâm niệm đình ninh  
100 năm tuổi thọ ta giành cho ta  
Thứ nhất: mục tiêu đặt ra  
Chăm lo sức khỏe chính là ưu tiên  
Có khỏe đời mới đẹp thêm  
Thứ hai thư giãn, không phiền, không lo  
Đọc sách, du ngoạn nhõn nhõn  
Trồng hoa, cây cảnh, làm thơ, học đàn  
Sao cho khoáng đạt tâm hồn  
Ba là gìn giữ cõi lòng thanh nhiên  
Muốn thế thì hãy nên quên  
Quên tuổi, quên bệnh, hờn ghen, hận thù  
Đừng in trí mình già nua  
Nghĩ già, già gấp, nghĩ, đau, đau liền  
Thứ tư vận động phải siêng  
Tài chí, thể dục, luyện rèn khí công  
Mỗi ngày đi bộ một vòng  
Lối ba cây số chùng trong nửa giờ  
Thứ năm ăn uống đơn sơ  
Nhiều rau, hoa quả, chất xơ kiện tì  
Thịt nạc, trứng, cá, giảm đi  
Nhiều chất đạm làm suy gan già  
Mở động vật cố tránh xa  
Đường, muối giảm thiểu mới là yên tâm:  
Ngừa tiểu đường, huyết áp trầm.  
Ăn vừa lửng bụng, chớ ham ăn nhiều  
Thứ sáu tâm trí phiêu diêu  
Không ham danh vọng, không chịu thói hư  
Thứ bảy bố thí, thương người  
Chân thành, nhường nhịn, khiêm từ, khoan dung  
Thứ tám bạn bè kết thân  
Giao thiệp rộng rãi, não cân tráng cường  
Thứ chín uống chút rượu vang  
mỗi ngày một cốc, gia tăng yêu đời  
Thuốc lá nhất quyết xa rời  
Thứ mười cảm tạ đất trời ban ơn  
Tin tưởng Thượng Đế hết lòng  
Nguyện cầu suy giảm hiệp thông cùng Người



## Chậm Bước Luân Vũ

(lời một em bé bị ung thư sắp chết)

Bạn có bao giờ ngắm trẻ em  
Trên vòng quay, quay nhanh như chớp  
Hay nghe mưa rơi lộp độp  
Lan nhanh trên đất cần khô  
Hoặc dõi nhìn bướm bay nhấp nhô  
Thoắt đó, thoắt đây, đường bay vớ vẩn  
Hoặc ngắm mặt trời đang lặn  
Chui nhanh vào đêm tối nhập nhòa  
*Tốt hơn hãy kéo dài cuộc sống chan hòa  
Hãy chậm chậm bước chân luân vũ  
Thời gian ngắn quá, vui chưa đủ  
Mà âm nhạc thì sắp lịm đi*  
Có phải bạn chạy đua cuộc sống hằng ngày  
Chào hỏi "Anh có khỏe" trong hồi hả  
Chưa kịp nghe trả lời đã bương bả?  
Rồi một ngày qua, nằm nghỉ trên giường  
Mà trong đầu còn lăm lo toan  
trăm chuyện nhọc nhằn ngày mới  
Ngủ nghĩ bạn ơi, đừng bối rối.  
*Tốt hơn hãy kéo dài cuộc sống chan hòa  
Hãy chậm chậm bước chân luân vũ  
Thời gian ngắn quá, vui chưa đủ  
Mà âm nhạc thì sắp lịm đi*  
Có khi nào bạn bảo con ngày mai  
sẽ làm gì, song vì hồi hả  
Bạn không thấy nó đang buồn bã?  
Bạn có sợ là, không viếng thăm  
Giao tình bạn hữu tắt ngụi dần  
Vì không thì giờ gọi điện thoại  
Chào bạn với vài câu thăm hỏi  
*Tốt hơn hãy kéo dài cuộc sống chan hòa  
Hãy chậm chậm bước chân luân vũ  
Thời gian ngắn quá, vui chưa đủ  
Mà âm nhạc thì sắp lịm đi*  
Khi bạn chạy nhanh trên đường đi  
Tháng cảnh bên đường chẳng thấy chi  
Một nửa niềm vui xem như đã mất  
Đừng quá ưu tư, đừng hấp tấp  
Hãy thư thả với cuộc sống hằng ngày  
Nếu vội vã, xem như bạn vứt đi  
Gói quà đời cho, mà không mở.  
Cuộc đời dù là trường đua, hội chợ  
Hãy từ tốn thông thả bước vào  
Hãy tận hưởng bản nhạc đang cất cao  
Trước khi âm thanh rồi sẽ tắt

## Tuổi Trẻ

Trẻ trung không chỉ là giai đoạn  
Một thời kỳ ngắn hạn : tuổi xuân  
Mà là trạng thái tinh thần  
Hiệu quả ý chí, đấu tranh không ngừng  
Tâm hồn trẻ ngoan cường, xúc cảm  
thẳng nhút nhát, can đảm tiến lên  
Chí phiêu lưu là ưu tiên  
Xem thường ẩn dật, bình yên, an nhàn  
Người ta không trở thành già cỗi  
Vì nặng mang số tuổi tháng năm  
Nhưng già vì đã âm thầm  
Đánh mất lý tưởng, cam tâm phận hèn  
Năm tháng sẽ làm nhăn da mặt  
Lý tưởng ra đi héo hắt tâm hồn  
Lo sợ, hoài nghi, bồn chồn,  
Tuyệt vọng, thoái chí, dũa mòn tâm tư  
Cứ hướng về cõi hư, chờ chết  
Hóa bụi tro trước chung kết cuộc đời  
Hãy giữ tâm trẻ người ời  
Ngạc nhiên, háo hức như thời trẻ thơ  
Tìm kiếm không bao giờ thỏa mãn  
Thử thách không làm nãn nhiệt tình  
Bạn sẽ trẻ như niềm tin  
Bạn sẽ già khi thấy mình hoài nghi  
Bạn sẽ trẻ một khi hi vọng  
Bạn sẽ già khi thụ động, rã rời  
Mở lòng, ôm ấp cuộc đời  
Đón tiếp thông điệp con Người, Thiên Nhiên  
Chân, thiện mỹ, vô biên, cao cả.  
Trí tinh thông, cảm tạ cuộc đời  
Ung dung đạp đất, đội trời  
Tâm hồn trẻ mãi, vui tươi, không già

(phổ thơ từ bài **Youth**, A poem by  
Samuel Ullman 1840-1925)

## Ao Ước

Tôi ao ước là ánh trăng êm ái,  
xoa dịu giận hờn của hai kẻ yêu đương  
hiểu lầm nhau vì một chuyện cỏn con.  
Tôi ao ước là đêm thanh tịnh  
ru ngủ những giông bão trong lòng  
của những ai gặm nhấm căm hờn  
Tôi mong muốn là bình minh rực rỡ  
khai mạc một ngày hạnh phúc, cảm thông  
Tôi ao ước là ánh sáng huy hoàng  
đem hi vọng vào nơi tăm tối.

Tôi mong được giấc mơ an lành bên gối  
cho những người lao động nhọc nhằn.  
Tôi cầu mong cho những kẻ trở trần,  
được sống lại trên giường hấp hối  
Tôi muốn là giọt lệ mềm lòng người cứng cỏi  
biết khóc than, cảm thụ, trắc ẩn giữa đời  
Tôi muốn là một nụ cười  
nở trên môi kẻ đau buồn khô héo  
Tôi muốn là tình thương níu kéo  
cho mọi người sông hòa hợp vui vầy  
Tôi ước mơ bay nhảy đó đây  
biến thành con chim nho nhỏ  
bay vào cửa nhà anh rộng mở  
sà vào lòng anh rất đổi ngạc nhiên  
chúc cho anh một ngày mới thần tiên

## Hiện Tại

Anh không thể nắm giữ thời gian  
Nó trôi như nước chảy tràn kê tay  
như cát vốc, mãi chẳng đầy  
Quá khứ mất hút, không quay trở về  
như hoàng hôn nhạt nhòa ngày cũ  
như kỷ niệm tuần tự ra đi.  
Có níu kéo chẳng được gì  
Hoài công tiếc nuối, nghĩ suy thêm buồn.  
Tương lai thì chập chờn chưa thấy  
Cứ xem như sáng dậy chắc bình minh  
Hiện tại như cây đang thành hình  
mọc trên ký ức và kinh nghiệm đời  
như sóng biển ngoài khơi tràn đến  
mang hi vọng, hứa hẹn tương lai  
Hiện tại thì có cả hai:  
Quá khứ, kinh nghiệm, tương lai huy hoàng  
Hãy đón nhận thời gian gìn giữ  
từng phút giây, trân quý ân cần.  
Đừng phí phạm, chớ vội vàng  
Không nhấn nha vì thời gian không chờ  
Câu “không có thì giờ” đừng nói  
Mà nói “dành trọn gói thời gian”  
Đừng dè xèn, luôn sẵn sàng  
Giúp đỡ bè bạn không màn mau lâu  
“Chạy theo thời gian” là câu phải tránh  
Hãy từ tốn, thư dãn, nghĩ suy  
sẽ phát hiện lúc này đây  
thời điểm tốt đẹp, đủ đầy hiệu năng  
Có nghĩa là để cho thời gian  
Chín mùi, sung túc chu toàn thành công

## Giúp Tha Nhân

Chuyện thể vận hội Seattle ngày cũ,  
có chín vận động viên tàn tật tham dự.  
(người đau thần kinh, người tật bẩm sinh)  
sắp hàng ngang đua 100 mét điền kinh.  
Còi thổi, chín người cùng chạy.  
Ai cũng muốn quán quân đoạt lấy.  
Nhưng bỗng có người vấp ngã, lăn vòng,  
gượng dậy khó khăn, anh khóc thảm thương.  
Tám người kia khi nghe anh khóc  
đồng đứng lại, quay về săn sóc  
cho bạn đua rên rỉ vì đau.  
Cô vận động viên có hội chứng Down  
Quì bên cạnh, vuốt ve, xoa nắn  
Ân cần hỏi : anh thấy bớt chưa?  
Rồi chín người tựa nhau ôm vai,  
cùng một lượt đi dần tới đích.  
Cả hội trường vỗ tay cảm kích  
Trận vỗ tay kéo dài thật lâu.  
Cho đến nay chuyện thường được nhắc lại.  
Vì sao?  
-Vì tự đáy lòng chúng ta chân nhận  
quan trọng trên đời, không là chiến thắng  
cho riêng mình mà giúp tha nhân  
đạt mục tiêu dù ta phải chậm chân  
hay thay đổi cả hướng đi riêng rẽ

