

An Yên Sau Tuổi 60



Các bạn thân mến,

Tuy bây giờ đã “thất thập cổ lai hy” nhưng tôi vẫn dùng cột mốc của đời người sống thọ là 60 năm, vì cứ nhớ hoài những Lễ Tạ Ơn, hình ảnh của Ông Bà mình ngày xưa ăn mừng rất trịnh trọng khi bước qua được 60 năm cuộc đời đầy bôn ba vất vả.

Ở xứ người, bắt đầu 65 tuổi thì mới được cho là vào tuổi hưu, tuổi của nghỉ ngơi. Sống ở đâu thì quen đó, nên khoảng thời gian giữa 60 và 70, tôi vẫn còn loay hoay, lằng xằng chuyện này việc nọ, phần nhiều là những chuyện mình thích thực hiện nhưng thời còn con cái bận bịu, cơm áo gạo tiền buộc lòng phải để qua một bên, nên khoảng thời gian 10 gần đây, nhờ thuận duyên nên ít ra tôi cũng đã thật vui và hài lòng khi thực hiện được những gì mình từng mong ước. Nhân đây tôi cũng xin cảm ơn người bạn đời đã hiểu, giúp đỡ và hỗ trợ tôi rất nhiều.

Các bạn thân mến,

Sau cái tuổi 60, ta thật sự hiểu được rằng, thế giới này thật rộng lớn, mà bản thân mình thì thật là bé nhỏ, mỏng manh như hạt bụi, ta nhận ra: có những sự tình không cần phải xem nó như cục đá nặng mang theo trong lòng bấy lâu. Sau bao nhiêu năm bôn ba bận rộn, bản thân ta vốn đã rất khô, rất mệt, sức khỏe cũng không còn như xưa...có cần cứ mãi moi móc, chỉ trích lẫn nhau không...? Đời người vốn không phải mọi chuyện đều luôn như ý, như ta mong muốn, sắp xếp, có chi phải cưỡng ép bản thân. Đã cố gắng hết mình rồi, dù cho kết quả thế nào cũng đều được cả. Chuyện nơi thế gian, không ai nắm chắc được dài lâu khi quy luật Vô Thường luôn có mặt.

Nhìn lại ngày xưa, cho dù vất vả bao nhiêu đi nữa...sau cùng vẫn có rất nhiều việc ta chưa hoặc không thể hoàn thành được. Chung chung, con người cả một đời đều tằng tiện, tích góp, dành dụm; dù cho dè sẻn bao nhiêu, tiền bạc gia sản vẫn không

bao giờ cho là đủ; con người ta , cả đời đều đang nhịn nhục, chịu đựng, sợ hãi...nhưng dù cho cẩn thận thế nào đi nữa thì cũng có những việc sai lầm, cũng đắc tội với không ít người...

Một đời ta, ta đều đang đọc, đang viết, đang cảm ngộ, nhưng dù có thông minh, tri ngộ đến đâu, ta vẫn phải đối diện với không ít lần thất bại, thua thiệt, khó khăn...cũng như cả một đời đều tỉnh táo, nhưng dù cho có bình tĩnh bao nhiêu, cơ trí sáng suốt bao nhiêu...sau cùng rồi cũng không tránh khỏi bao điều luyến tiếc ân hận.

Cho nên, sau cái tuổi 60, ta nên hiểu rằng: Đời người rất ngắn ngủi, không cần thiết phải tính toán hơn thua, quá chi li, Những việc không hiểu được, thì cũng không cần phải hiểu, có những người đến với mình bất chợt, không phỏng đoán được thì cũng không cần nghi ngờ, phỏng đoán chi hết, họ có những lý lẽ làm ta nghĩ không thông thì chấp nhận và cũng không cần phải nghĩ ngợi thêm nữa, đừng mong là ai ai cũng tốt với mình. Những việc không đẹp, không vui trước đây, nên đem vứt vào một xó góc. Cho nên, xin tự nhắc nhở bản thân mình: „Tôi có thể không được hoàn mỹ với tất cả mọi người từ Tâm đến Thân, nhưng nhất định tôi là người sống chân thực, tôi có thể không giàu có như họ để có thể đi chung với họ, nhưng nhất định tôi đang vui vẻ và bằng lòng với những gì tôi còn và đang có!“

Cho nên, sau tuổi 60, ta nên hiểu được rằng: cuộc sống, sẽ không vì những lời oán trách của mình mà thay đổi đâu! Đời ta cũng sẽ không thay đổi vì ta có muộn phiền. Dù ta có oán trách giận hờn, cuộc sống này vẫn luôn y như vậy. Oán trách hay buồn phiền vẫn là do bản thân, thương cảm khổ não cũng vẫn do chính mình. Ta khóc, nhưng cuộc đời cũng không nhỏ lệ cùng ta; hay khi ta khổ, thì cuộc đời cũng không vì vậy mà thêm bi ai.

Đã là con người, thì vạn sự đâu phải đều luôn như ý hay mọi việc đều luôn thuận tâm. Trong công việc đâu có luôn được viên mãn...hiểu được như vậy ta nên học mỉm cười, hà tất phải phiền muộn lo âu? Vui vẻ an nhiên là một đời, mà sầu khổ oán hờn cũng là một đời, vậy sao ta không chấp nhận mọi việc đến với mình và vui sống đến cuối đời này?

Thêm nữa, sau tuổi 60, ta cũng hiểu: Không nên làm tình làm tội, làm khó khăn bản thân. Đừng vì những người mình không thích mà đánh mất niềm vui, đừng vì những người chỉ vụt thoáng qua trong hành trình của mình mà lưu luyến không nguôi, không vì từng áng mây thoáng qua mà u sầu. Nên sống tốt vì bản thân, dù cuộc sống cho ta điều gì, nên坦然 nhiên đón nhận, đây là một thái độ sống tốt nhất. Không nên bắt chước người khác mà nên là chính bản thân mình, đi và làm tốt con đường mình đã chọn và sống một cuộc sống mình mong muốn.

Còn thêm nữa, sau tuổi 60, ta hiểu được rằng: Với những gì bản thân không với tới được, không cần phải mong muốn thái quá, nên để mọi gì đến thuận theo tự nhiên. Tâm mệt mỏi rồi, hãy nghe vài bản nhạc hay; khi có chuyện sâu não, nên thổ lộ với người tri kỷ hay bạn thân thương; cần an nghỉ thì pha cho mình một ấm trà nóng,

ngã lưng nơi yên tĩnh để nhắm mắt nghỉ ngơi. Dù bận rộn đến đâu cũng không nên quá cố mà làm hại sức khỏe

Và còn thêm nữa, sau tuổi 60, ta cũng hiểu rằng: Đời người chỉ vồn vện mấy chục năm ngắn ngủi, bôn ba cũng đã, lặn lội cũng từng, đều chỉ là nháy mắt. Không nên nhìn lại để oán trách, chỉ trích ... mà nên cho bản thân một chút lạc quan hài hòa, bằng lòng về những đóng góp của mình cho gia đình, xã hội, cho những ngày xế chiều. Cho bản thân có cơ hội buông thư, thả nhiên với tâm thái điềm tĩnh, giữ lại một phần tình cảm chân thành đẹp nhất trong tâm, biết tặng cho mình những bước chân thông dong, những hơi thở nhẹ nhàng sâu lắng cùng thiên nhiên đang có mặt quanh ta. Lấy tâm thái lạc quan tự tại tại mà sống tuổi già tốt đẹp của mình khi còn có thể.

Và bây giờ, rõ rồi: con người vốn là khách nơi cõi này, nhân gian như là khách sạn, lưu trú vài ngày rồi lại vội vã ra đi. Cuộc đời ta là một vở kịch, ta là nhân vật chính và cũng là diễn viên của vở kịch này. Với cốt truyện được viết khi ta khóc chào đời, ta vào các vai diễn, hết đời nọ đến đời kia, rồi lại bắt đầu lại. Vậy tại sao ta lại cứ dính mắc vào những cố chấp giận hờn, cứ phiền não vì đau khổ của mình và của người khác, cứ mãi chìm nổi uất phiền muộn trong biển đời này hoài sao?

Và rồi cuối cùng, sau tuổi 60, hay nhờ thuận duyên sang được 70 hoặc 80, ta nên luôn ghi nhớ rằng: *“CÁCH SỐNG TỐT NHẤT, TUYỆT VỜI NHẤT CHÍNH LÀ 6 CHỮ:*

Nghĩ thông, nhìn thoáng và buông bỏ!”

Tất cả đều tùy theo nhận thức của ta thôi!

Hiên trúc – vào Hè 2024

Bông Lục Bình

Kính mời đọc thêm những sáng tác khác của tác giả tại:

<http://www.vietnamvanhien.org/TamHaiDuc.html>

www.vietnamvanhien.net



An Lạc & Tự Chủ

VIỆT NAM VĂN HIẾN

www.vietnamvanhien.info



TỦ SÁCH VĂN HIẾN ONLINE VỚI HƠN 10500 TÁC PHẨM