

Hạnh phúc ở đâu?

Các bạn thân mến,

Ở hải ngoại, những nơi có người Việt định cư đông thì sẽ có nhiều dịp để người đồng hương gặp gỡ, tụ họp....hơn là ở những nơi, những nước mà hoàn cảnh sinh hoạt không thuận tiện cho những dịp gặp nhau.

Ở nước Đức nói riêng, ngoài sự thăm hỏi qua lại tháng ngày trong vòng bà con, bạn bè thân tình...chúng ta chỉ có thể gặp nhau qua các dịp lễ lộc truyền thống hoặc lễ lộc theo tôn giáo mà mình theo; người theo đạo Bụt có những lễ lớn trong năm, người cơ đốc giáo cũng tương tự, nhưng cái luật lệ khuyên người công giáo hằng tuần phải đến nhà thờ nơi sở tại để dự Lễ cũng là một phương tiện tốt giúp người đồng hương có dịp gặp gỡ nhau.

Có thể nói, Tết âm lịch là cơ hội lớn cho tất cả mọi người Việt sống xa quê có dịp tìm về, tìm đến những nơi mà các Tổ chức, Hội đoàn tạo điều kiện để giữ gìn rường mối văn hóa, tình tự dân tộc....Đây là một nét son của tất cả người con Việt không phân biệt tôn giáo, bước ra khỏi mái ấm gia đình việt nam để đến với nhau qua những lễ nghi đơn giản nhưng không kém phần trang trọng, cùng gặp lại nhau sau những ngày xa cách, cùng thưởng thức lại một chút hương vị đậm đà của ngày Tết xa xưa qua các món ăn thuần túy việt nam, cũng như qua tách trà ấm đậm tình quê.

Tết năm nay, tôi cũng đi vòng vòng, thăm nơi này, dự nơi nọ, mãn mắt với những áo quần màu sắc vui tươi hơn mọi ngày, tuy rằng không tha thướt như bên nhà vì bên này trời mùa Đông chưa dứt. Tôi thầm cảm ơn mọi người, mọi loài, hoàn cảnh....đã cho tôi cơ hội đến để thấy, để nghe, để vui với không khí Tết khiêm nhường và nhất là để có dịp gặp lại bạn bè thân quen một thời mà sau này hoàn cảnh và sức khỏe không cho phép mình qua lại như trước nữa.

Và Tết hải ngoại thì chỉ tổ chức vào cuối tuần, cho nên, cận Tết và sau Tết, kéo dài đến hết tháng giêng âm lịch...coi như là chúng tôi ăn Tết đều đều mỗi cái cuối tuần.

Ở cái tuổi trên 60, với bạn bè trang lứa đã đành, tôi lại có dịp bắt chuyện với các bạn mới khác, ngoài những than vãn thường lệ về các bệnh già không ai tránh khỏi, tôi nhận thấy một số bạn bè sống nhiều với nỗi lo âu, sợ hãi, thụ động và đôi khi đi đến trầm cảm không hay nếu không nói là tự bỏ cuộc, thả trôi...Thấy rất thương, nhưng tôi cũng không tiện can thiệp vào, vì cuối cùng thì mình chỉ biết khuyên chứ không dám bắt ai làm theo ý mình được. Nhưng đại

để, tôi cũng xin được chia sẻ với mọi người những suy nghĩ thô thiển của tôi thôi.

Tôi thường hay nghe câu: „thôi già rồi, còn vui chơi cái gì nữa!“. Chúng ta ngừng vui chơi bởi vì chúng ta đã già rồi; nhưng thật ra, **chúng ta già bởi vì chúng ta không chịu vui chơi nữa**, phần đông có phương tiện thì tìm mọi nơi, mọi chỗ để có được bí quyết giữ cái thân trẻ mãi không già bằng phương tiện thuốc men bổ dưỡng, sửa sắc đẹp như xăm, cắt, hút, kéo....để cung phụng cho cái thân tứ đại vô thường này mà thôi...cũng có khi làm cho một số người lên hương một chút, nhưng một khi đã chịu đi làm đẹp thì sẽ phải đi làm đẹp đều đều....cho nên chúng ta không còn thì giờ để nhận chân được những nét đẹp đang sẵn có từ ta và quanh ta, từ lúc đầu ngày mở mắt cho đến khi ta tìm đến giấc ngủ đêm về.

Chúng ta trở nên nghiêm nghị mà quên đi việc tặng cho mình nụ cười, quên tìm ra sự hài hước ẩn nấp đâu đó trong sinh hoạt hằng ngày.

Mở mắt ra là ta có 24 giờ tinh khôi với những điều mới mẻ. Những gì đã xảy ra hôm qua, ta không thể sửa đổi được, lấy nó làm kinh nghiệm để có cơ hội 100% sống cho ngày mới hôm nay, không lo nghĩ chuyện ngày mai mà nên sống thật tốt cho ngay ngày hôm nay. Hãy vô tư, trải lòng với những người có thể chia sẻ được. Hãy kiên nhẫn, tin vào tâm hồn con người và đừng nhìn vào một lỗi lầm nào đó để phá bỏ tất cả những điều tốt đẹp mà người đó có thể làm được trong tương lai (nhân vô thập toàn mà!). Các bạn đừng ngại mạo hiểm để thay đổi cuộc sống.

Các Bạn cũng nên có một hay nhiều mơ ước nào đó cho riêng mình để đời sống mình linh động và thăng hóa hơn. Mơ ước có thành tựu không lại là vấn đề khác.

Bất cứ ai ai trong chúng ta cũng từng trải qua giai đoạn lớn lên và già đi. Sự kiện thiên nhiên này không làm mất đi tài năng và khả năng của ta. Vấn đề là dù ở tuổi nào đi nữa, hoàn cảnh nào đi nữa, ta cũng dùng tài năng và khả năng của mình để có cơ hội thay đổi, uyển chuyển cuộc sống của chính mình.

Càng lớn tuổi, chúng ta hay vướng vào cái tâm bệnh nguy hiểm: **bệnh tiếc nuối**. Nếu thật sự trưởng thành, ta sẽ không tiếc nuối những gì mình đã làm mà nên tiếc nuối những gì mình đã không làm. Tiếc nuối là tâm trạng theo sau cái sợ chết. Thật ra thì không có gì quá trễ để thực hiện tất cả những gì mà bạn có thể làm được trong đời (ngoài trường hợp sức khỏe không cho phép).

Hãy dùng nụ cười để xóa tan màu xám chung quanh, chớ đừng để màu xám ảm đạm này biến đổi hay dập tắt nụ cười của bạn! Mỗi khi bạn cười với ai đó, nụ cười của bạn là một cử chỉ đồng cảm yêu thương, một món quà không tốn tiền, một nét rất đẹp....



Nhìn nhận tấm thân mỗi ngày mỗi tàn hoại giống như bao nhiêu thứ trên đời, bó bông xinh tươi của tuần rồi bây giờ cũng phải héo tàn và trở thành rác, ý thức rõ ràng những gì mình đang có (thiệt ra mình có nhiều lắm đó!) không than vãn mà hãy vui vẻ sống với thực tại các bạn nhé! Hạnh phúc và niềm vui đôi khi xuất phát từ những thứ rất giản đơn, nhỏ nhoi nhất trong cuộc sống, thậm chí ngay trong lúc ta gặp phải khó khăn. Tiếng nói của con tim bao giờ cũng tốt hơn là từ sự suy tư tính toán hơn thua.

Bạn thử nhìn đi: đôi khi có những yêu thương chợt quay về, rồi lại theo gió bay đi thật xa....và cũng có những niềm vui tưởng chừng như xa vời thì lại ở bên cạnh ta đó! Chỉ cần ta tập thói quen dừng lại, quan sát và đón nhận mà đừng mãi tìm kiếm nơi đâu xa với ngoài tầm tay của mình....

Ta vui mừng khi nhìn thấy những người thân thương thân tình được bình yên vui vẻ.

Ta chợt thấy vui vui khi nhìn ngoài kia bầu trời đang trong xanh mát mẻ cùng tiếng chim ríu rít trên cành.

Ta thấy ấm lòng khi nhận được sự quý mến, quan tâm, nâng đỡ cũng như chia sẻ của bạn bè chung quanh. Và càng tuyệt vời hơn khi chính mình là người mang đến cho họ niềm vui.

Ta cảm thấy hạnh phúc, vui sống không phải vì ta có nhiều bạn bè, đôi khi có được một người bạn hiểu được mình và ta cũng hiểu được người ấy và có thể san sẻ, nói cho nhau tất cả những suy tư mà không hề tính toán. Ta được sống thật với chính con tim mình mà không cần phải mang mặt nạ với ai. Ta có thể khóc khi buồn và cười thật sung sướng khi vui, dù đó chỉ là một niềm vui nhỏ nhỏ.

Đôi khi ta cũng cảm thấy vui vui khi có một người nào đó, một khuôn mặt nào đó để mà nghĩ tới, để nhớ những kỷ niệm đã qua với họ và để có thêm động lực hoàn thiện thêm bản thân, con người của chính ta.

Đi đâu chơi, bất chợt gặp lại người bạn cũ, thấy họ khác xưa, họ có cuộc sống bình an, hạnh phúc làm ta cũng vui lây.

Hay khi phát hiện ra rằng có một ai đó nơi xa xôi đang nhớ đến mình, đang nghĩ về mình, dù chỉ một thoáng thôi...cũng làm ta nở nụ cười êm ả.

Tôi theo đạo Phật, được dạy rằng: trong muôn vàn nẻo sống xuôi ngược, gặp được nhau đã là cái duyên, rồi đến được với nhau, bên cạnh nhau, quan tâm cho nhau, đi chung với nhau....có lẽ là do số phận Trời cho! Nhưng để giữ được cái duyên ấy là do chúng ta mà thôi. Hãy biết trân quý từng khoảnh khắc nhỏ nhoi mang đầy yêu thương chung quanh ta là vậy.

Sự bình an, hạnh phúc chân chính không phải là chạy theo cái được hay cái mất mà là cảm nhận, cảm giác cả tâm hồn mà tiền bạc và danh lợi không sao so sánh được. Một khi ta cảm thấy yên ổn, hòa hợp với môi trường đang sống thì đó mới chính là hạnh phúc.

Có những điều hạnh phúc rất giản dị, cảm giác bình yên như cánh diều tuổi thơ bay mãi trên bầu trời, vô tư như cây cỏ ngoài hiên, lẳng lặng như những chiếc lá rơi rơi dưới cơn gió mùa Thu. Cảm giác bình yên khi có một bờ vai để ta được tựa vào, bình yên với những cái nắm tay...siết nhẹ.... Đúng rồi: Bình yên ..., một thoáng cho tim mềm....

Thời gian vốn dĩ không bao giờ ngừng lại cho bất cứ một ai và cơ hội chỉ đến với ta vào một thời điểm nhất định nào đó mà thôi, xin hãy ý thức nắm lấy...đừng để cuộc đời mình cuối cùng chỉ là một chuỗi dài đầy nuối tiếc.

Hiên trúc – Xuân 2019

Bông Lục Bình

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

<http://www.vietnamvanhien.org/TamHaiDuc.html> [<=bấm vào]

www.vietnamvanhien.org

